



EDUCACIÓN
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA



**SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA
UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL
UNIDAD AJUSCO
LICENCIATURA EN PEDAGOGÍA**

**REPERCUSIONES PSICOLÓGICAS Y SOCIALES DE LA PORNOGRAFÍA EN
ADOLESCENTES DEL NIVEL MEDIO SUPERIOR EN MÉXICO.**

TESIS

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO
DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA**

P R E S E N T A:

BIANCA LIZBETH ALAVEZ JIMENEZ

ASESOR:

MTRO: OSCAR JESÚS LÓPEZ CAMACHO

CIUDAD DE MÉXICO, MAYO 2024.



Secretaría Académica

Área Académica 5

Teoría Pedagógica y

Formación Docente

Programa Educativo:

Licenciatura en Pedagogía

Ciudad de México, septiembre 21 de 2023

TURNO MATUTINO

F(01) S(25)

DESIGNACIÓN DE JURADO DE EXAMEN PROFESIONAL

La Coordinación del Área Académica Teoría Pedagógica y Formación Docente, tiene el agrado de comunicarle que a propuesta de la Comisión de Titulación ha sido designado **SINODAL** del Jurado del Examen Profesional de: **BIANCA LIZBETH ALAVEZ JIMENEZ**, pasante de esta Licenciatura, quien presenta la **TESIS**: titulada: **"P DE PORNOGRAFÍA. REPERCUSIONES NEUROLÓGICAS, EMOCIONALES Y SOCIALES EN ALUMNOS DE SEGUNDO GRADO DE NIVEL MEDIO SUPERIOR EN PREPARATORIAS OFICIALES DEL ESTADO DE MÉXICO"**, para obtener el título de Licenciada en Pedagogía.

Reciba un ejemplar de la misma para su revisión y **DICTAMINACIÓN**. Se le recuerda que con base en el Artículo 39 del Reglamento General de Titulación Profesional de Licenciatura, dispone de un plazo no mayor de 20 días hábiles, a partir de la fecha de recibido, para emitir el dictamen por escrito correspondiente.

JURADO	NOMBRE
Presidente (a)	MARÍA DEL ROSARIO SOTO LESCALE
Secretaria (o)	OSCAR JESÚS LÓPEZ CAMACHO
Vocal	DOLORES GUADALUPE MEJÍA RODRÍGUEZ
Suplente	PAULO CÉSAR DEVEAUX GONZÁLEZ

Atentamente

"EDUCAR PARA TRANSFORMAR"

EVA FRANCISCA RAUTENBERG Y PETERSEN

Coordinadora del Área Académica:

Teoría Pedagógica y Formación Docente

Programa Educativo: Licenciatura en Pedagogía

NOTA: Oficio revisado y aprobado por el Consejo de la Licenciatura en Pedagogía el 03/10/14 y por el Consejo Interno del Área Académica 5: Teoría Pedagógica y Formación Docente el 23/10/14 y entró en vigor el 05/11/14.
c.c.p.- Comisión de Titulación.

Alumnas,

Carretera al Ejido, Col. Héroes de Padierna, CP. 14200, Tlalpan, CDMX
Tel: 56 30 97 00 upn.mx



2023
AÑO DE
**Francisco
VILLA**
EL INSURGENTE

AGRADECIMIENTOS

A mi mamá y papá, mis maestros, a mi abuelita, a mis tíos; por abrirme las puertas de su casa, a mis hermanos, a mi novio y finalmente mis amigos, por creer en mí cuando yo dudaba, por ser mi impulso hacia adelante.

A mis padres, Vielca y Norberto:

Les dedico estas paginas como muestra de mi profundo agradecimiento y amor eterno. Su dedicación y sacrificio me han guiado en este viaje académico. Su influencia perdurará en cada logro que alcance en la vida, recordándome siempre de dónde vengo y hacía dónde debo dirigirme.

A mi asesor Oscar: Por su guía experta, paciencia y por creer en mí incluso cuando dudaba de mis capacidades.

A mí: A lo largo de este viaje he enfrentado desafíos, dudas y momentos de adversidad, pero también he descubierto mi capacidad de superación y mi determinación. Que estas palabras sean un recordatorio constante de mi poder y mi capacidad para alcanzar grandes alturas. Que nunca olvide el camino recorrido, las lecciones aprendidas y el potencial ilimitado que reside dentro de mí.

Con amor y admiración hacia mí misma. Para mí y por mí, todo mi esfuerzo y dedicación.

Introducción	6
Capítulo 1. Pornografía	9
1.1 Origen de la pornografía.....	9
1.2 Definición de pornografía.	11
1.3 Propósito de la pornografía.....	13
1.4 Tipos de pornografía.	14
1.5. Causas y consecuencias de la adicción a la pornografía.	16
1.6 Ventajas y desventajas de ver pornografía.	19
Capítulo 2. Repercusiones neurológicas	23
2.1 Modificaciones en el cerebro ocasionadas por ver pornografía en los adolescentes.	23
2.2 Reacciones del cerebro al ver pornografía.....	25
Capítulo 3. Repercusiones emocionales	29
3.1. Definiciones de emoción.	29
3.2 Tipos de emociones.	31
3.3 Emociones que aparecen por ver pornografía en los adolescentes.	39
3.4 Daños emocionales que surgen por no tener una educación sexual.....	41
Capítulo 4. Repercusiones sociales	43
4.1. Consecuencias en las relaciones interpersonales de los adolescentes.....	43
4.2 Efectos en las conductas de los individuos por ver pornografía.....	46
4.3 Influencia de la pornografía sobre los comportamientos sexuales de los adolescentes.	47
Capítulo 5. Educación sexual.	51
5.1 Concepto de educación sexual.	51
5.2 Beneficios de acceder a una educación sexual.....	54
5.3 Hablar de educación sexual con los adolescentes.	56
5.4 Diferencia entre salud y educación sexual.	64
Capítulo 6. Efectos en adolescentes de nivel medio superior en preparatorias de México	67
6.1 Embarazo adolescente.	67
6.2 Violencia de género.....	68
6.3 Delincuencia.	68
6.4 Enfermedades de (ETS).....	69
6.5 Suicidio.	70

6.6 Alteración de proyectos de vida.....	71
Conclusiones.....	73
Referencias	75

Introducción

Como estudiante de la licenciatura en Pedagogía, perteneciente a la Universidad Pedagógica Nacional, me encuentro en el campo de Orientación Educativa, Desarrollo Humano y Neuro Aprendizaje Emocional, el cual va encaminado hacia la atención de necesidades educativas, por lo que, la preocupación esencial es orientar y desarrollar los procesos de enseñanza y aprendizaje.

De acuerdo con lo anterior, el interés que surgió por este tema nace de la necesidad de entender algo desconocido, lo que en primera instancia no se percibe como una problemática, pero realmente la importancia de conocer los efectos que ocasiona la pornografía nos permitirá ayudar a los adolescentes de bachillerato para orientarlos en nuestra sociedad.

En algunas ocasiones los adolescentes acuden a otros medios para informarse acerca de temas relacionados con la sexualidad. En éstos, especialmente los que han sido absorbidos por la internet y la gran cantidad que en ella se genera, muchos de ellos recurren a la pornografía, pues parecería que algunos encuentran en ésta información que asocian con la educación sexual; todo lo cual puede provocar serios errores tanto en sus perspectivas de la vida como en sus comportamientos. Debido a eso, la intención es comprender las repercusiones emocionales, sociales y neurológicas que ocasiona la pornografía, con el fin de que los estudiantes logren discriminar lo real de lo imaginario y hagan conciencia sobre la reconfiguración de sus conductas.

Actualmente, en México los estudiantes del nivel medio superior se encuentran en una etapa de curiosidad y duda con respecto a la sexualidad, muchos de ellos acuden a recursos como la pornografía para ver o experimentar la emoción del placer, lo que no saben es que reconfiguran su cerebro, sus pensamientos y eso en un futuro repercutirá severamente tanto física, social y emocionalmente.

Este trabajo de investigación tiene como objetivo general mostrar de manera muy amplia las repercusiones neurológicas, emocionales y sociales que ocasiona la pornografía en los estudiantes, por falta de una educación sexual adecuada en adolescentes de nivel medio superior en México.

Aunado a lo anterior, los objetivos particulares están enfocados en determinar las emociones que predominan en los estudiantes por falta de una educación sexual, asimismo, explicar la influencia de la pornografía en la reconfiguración del cerebro y precisar la importancia de una educación sexual en los adolescentes de bachillerato.

Por lo tanto, la finalidad de esta investigación es entender los daños que ocasiona el consumo de la pornografía, para orientar al alumno, consolidando una educación sexual en su persona, ya que se enfrentan a diversos cambios, tanto físicos como emocionales, los estudiantes no son capaces de preguntar sobre su sexualidad, les parece un tema que implica vergüenza, por eso necesitan información sexual que les permita conocerse.

Es conveniente que el alumno se conozca, fomentando el respeto a sí mismo y a los demás, por lo que creará consciencia de los cambios que le hace a su cerebro. En efecto, la pornografía se encuentra al alcance de casi cualquier persona, incluyendo a los adolescentes, propiciando alteraciones en sus conductas, sus formas de ver la realidad y en sus pensamientos.

Esta tesis parte del supuesto hipotético de que el impacto neurológico, emocional y social en adolescentes de nivel medio superior en preparatorias México aumentará ante la ausencia de educación sexual vinculada con el consumo de la pornografía. Dicho en otras palabras, el impacto neuro emocional y social en ellos aumentará ante la ausencia de educación sexual vinculada con el consumo de la pornografía. Como supuesto hipotético, en este momento de mi formación no dispongo de los elementos necesarios para establecer los instrumentos de medición ni los criterios de evaluación requeridos, entre los cuales estarían datos estadísticos precisos, encuestas y entrevistas. Sin embargo, abordaré este supuesto hipotético a partir de la observación y datos empíricos no necesariamente sistemáticos, relacionados con nuestro contexto nacional.

Cabe mencionar que se observarán tanto hombres como mujeres, quienes se ubican dentro de la clase media, clase media baja y clase baja. Mi interés principal es la observación de adolescentes que provengan de secundarias

públicas, debido a que son estudiantes insertos de nuestro sistema educativo nacional.

Finalmente, como anteriormente se había mencionado, esta investigación tiene como objetivo identificar las repercusiones emocionales, sociales y neurológicas que ocasiona el ver pornografía en los adolescentes de segundo grado de nivel medio superior, por lo tanto, será una investigación inicialmente documental, de la cual se extraerá sobre todo información conceptual, y posteriormente se recuperará de la investigación de campo el aspecto ya mencionado: la observación, de la que se derivarán los datos empíricos necesarios.

En cuanto al enfoque, el cualitativo permitirá la recolección y análisis de datos empíricos, así como su interpretación en el marco muy amplio de las preparatorias públicas de nuestro país.

Respecto al alcance de la investigación, el más favorable será el exploratorio dado que no pretendo describir de manera detallada ni interpretar a fondo el tema, sino precisamente explorar algunas de sus posibilidades, las cuales no excluyen la existencia de otras.

Con respecto a los capítulos, el primero está dedicado a la pornografía, mostrar su concepto, el propósito que tiene este material, también sus ventajas, desventajas, causas y consecuencias, así como los tipos de pornografía que hay. El capítulo dos, tres y cuatro, hablarán sobre las repercusiones neurológicas, emocionales y sociales, en ese orden. El capítulo cinco se llama Educación Sexual, donde tomo en cuenta desde su concepto, importancia y beneficios. Asimismo, se abordará la importancia de la sexualidad con los adolescentes. También se hará la distinción entre educación y salud sexual. Finalmente, el capítulo seis es dedicado a los Efectos en adolescentes de nivel medio superior en preparatorias de México.

Capítulo 1. Pornografía

Este capítulo se centra en presentar el origen y las diversas definiciones de pornografía, con el fin de construir un concepto general. Aquí se menciona el propósito de dicho material, también se destacan los tipos de pornografía que tienden a ser recurrentes. Es imprescindible mencionar que se mostrarán tanto las causas que dan origen a este sentimiento de curiosidad por acudir a información útil acerca de la sexualidad, como las consecuencias desencadenadas en los adolescentes. Finalmente, se aludirá a las ventajas y desventajas de acudir a la pornografía como un medio de educación sexual.

1.1 Origen de la pornografía.

Para dar comienzo a este apartado, es sustancial enfatizar la palabra clave de este trabajo, por lo tanto, recuperar el origen de la pornografía es relevante. Hay diversas teorías del surgimiento de la pornografía, por lo que no es un tema actual; sin embargo, sigue siendo un tabú. Forteza (2020) comparte lo siguiente:

El porno es hoy algo tan cotidiano que muchos pensarían que es cosa de finales del siglo XX... Para nada. ¿Qué?, ¿creían que los antepasados no estaban para eso? Claro, a falta de internet por aquellos días se dibujaban o se hacían estatuillas con senos enormes estilo Venus paleolíticas, o tipos con falos XXL con el cuento de pedir a sus dioses fertilidad y buenas cosechas. Un poco después, como unos 2.500 años atrás, los hindúes empezaron a decorar templos con relieves y esculturas de parejas en plena acción. En el Lejano Oriente, durante la dinastía Chin, circulaban dibujos y grabados con representaciones de jóvenes en el acto sexual. Y ni hablar de los griegos y romanos, que dejaron testimonios de orgías en todo, desde jarrones hasta murales y textos eróticos. (s. p.)

La pornografía quedó como una herencia, que dejó plasmadas imágenes del acto sexual entre los seres humanos. Dibujar y pintar este material sexual explícitamente, en ese entonces, dependía mucho de la cultura y sus costumbres, para dejar evidencias sexuales. Hurtado de Mendoza (2019, p. 57) aporta lo

siguiente: “En Pompeya, por ejemplo, se encuentran unos murales impresionantes con pinturas de personas en diferentes posiciones de actos sexuales, así como diversidad de parejas humanas y faunos llevando a cabo actos sexuales”. Por lo tanto, estas representaciones son parte de lo que fueron las culturas y sus prácticas sexuales.

Así es como surgió este material pornográfico, en pinturas, dibujos, estatuas, murales, como en la India. También siguiendo a Hurtado de Mendoza, (2019), la pornografía aparece donde

hay un conjunto de templos Khajuraho creados entre el año 950 y 1050 después de la era cristiana. En las paredes de estos templos, tanto de la fachada como en el interior, se muestran una serie de figurillas de personas teniendo relaciones sexuales. (p. 58)

Igualmente en figuras, e incluso en utensilios de uso cotidiano, se tienen pruebas de que “en América, culturas diversas también han hecho en barro numerosas figurillas representando tanto actos sexuales como desnudos y órganos sexuales. Por ejemplo, en piezas para beber agua” (Hurtado De Mendoza, 2019, p. 57).

Oliva (2014, citado por Hurtado de Mendoza, 2019) proporciona otro ejemplo, donde se muestra que la pornografía asimismo tiene sus orígenes en los dioses:

En Babilonia se veneró a la diosa Ishtar, que representaba la belleza, el amor, le sexualidad y la fertilidad. Algunas veces se le representaba desnuda con un par de alas y otras veces con atuendos llamativos. A su templo eran llevados los niños pequeños para estar presentes en las ceremonias orgiásticas. (p. 59)

Finalmente, la pornografía ha permanecido a lo largo de la historia, por cual no es algo reciente; es motivo de curiosidad, va evolucionando y aferrándose a seguir vigente. Como señala Hurtado de Mendoza (2019):

En la actualidad, las representaciones sugerentes de actividad sexual son consideradas pornografía o “material sexualmente explícito”, ya

que no solamente se representa en grafos (dibujos) sino en videos, películas, y diversos formatos digitales que se pueden compartir por redes sociales (*Facebook, Instagram, WhatsApp, Twitter* etc.). (p. 60)

Toda persona con acceso a internet, incluyendo a los adolescentes, puede tener un acercamiento y ver cualquier tipo de pornografía, pues sólo basta con teclear las letras en el buscador y aparecerá; muchas páginas quizás presenten restricciones, pero otras no. Lo más idóneo es vigilar el uso que les dan a las nuevas tecnologías los adolescentes

1.2 Definición de pornografía.

Iniciaré con una interrogante: ¿Qué es eso llamado pornografía? Al ir al buscador *Google* y teclear las palabras: definición de pornografía, nos arroja millones de resultados; unos coinciden, algunos son más explícitos que otros, pero ¿en realidad aportan un concepto útil para el adolescente? Resulta provechoso retomar conceptos de autores serios que se han tomado el tiempo de definir esta palabra.

Es conveniente mostrar el significado de la palabra pornografía etimológicamente, la cual según Hurtado de Mendoza (2019, p. 60) “deriva del griego *pórnoe*, que quiere decir prostituta, y *gáphein*: grabar, escribir, ilustrar; además del sufijo *ái* que quiere decir estado de propiedad de o lugar de, por lo que el término significa ilustración de las prostitutas”.

La etimología de la palabra señala a la mujer como un objeto sexual, exhibiendo su cuerpo y sus actos sexuales. Gehman (2014) retoma esta idea, por ende, menciona que

el origen de la palabra vincula la representación gráfica de mujeres en cautiverio y desigualdad. Como lo explican Gail Dines y Robert Jensen: “El mensaje ideológico principal de la pornografía no es difícil de discernir: Las mujeres existen para el placer sexual de los hombres en cualquier forma que los hombres deseen ese placer, sin importar las consecuencias que esto tenga en las mujeres. No es solo que las

mujeres existen para el sexo, sino que existen para el sexo que los hombres desean tener”. (p. 10)

Ahora bien, otro concepto que ofrece la Real Academia Española (R.A.E) (citado en Collazo, 2019, p. 3) va encaminado a mostrar una concepción resumida: “presentación abierta y cruda del sexo que busca producir excitación”. Por su parte, Campero (2007, citado en Collazo, 2019, p. 126) la define de la siguiente manera: “pornografía sería todo material, ya sea gráfico, audiovisual, literario, etc., que se define principalmente por el efecto subjetivo que provoca, es decir por lo que interpretamos y sentimos sobre lo que estamos percibiendo”. Collazo (2019) nos dice que

ambas definiciones representan dos formas diferentes de pensar la pornografía, la de Campero afirma que si un material no genera excitación no podríamos hablar de un material pornográfico, por lo cual ve la definición desde el consumidor y lo que excite o no al mismo, cosa diferente en cada persona. En cambio, la R.A.E la define con base en lo que busca generar, lo cual sería la excitación en el consumidor, independientemente de la subjetividad de este”. (p. 3)

Los conceptos van relacionados al material que causa placer, por lo que si no lo provoca, no se denomina pornografía. Tomando en consideración esto, Hurtado de Mendoza (2019) presenta la diferencia de material pornográfico y material erótico. Respecto a éste lo afirma:

de una obra o de un género literarios o de otro tipo: Que tratan del amor sensual o el deseo amoroso. Menciona Castellanos (2006) que la diferencia entre ambos términos es tal vez que, en lo relativo a la pornografía la presentación es abierta y el material erótico es más velado. Esto tiene que ver con que expresa la excitación más que ocasionarla, en el material erótico pueden estar involucrados sentimientos y emociones y no hay violencia. (p. 60)

Recordemos que en cada puesto de periódicos había revistas o novelas que relataban historias, mostraban imágenes de mujeres desnudas, dando al consumidor una imagen denigrante hacia la misma. Hay autores como Ballester, Pozo y Orte (2014) que mencionan el avance en la difusión de este material:

La pornografía convencional se basa en imágenes impresas o filmaciones, distribuidas por canales ilegales o por las distribuidoras de revistas, con venta en sex-shop o en comercios de diversos productos (prensa, vídeo, en especial). La dificultad de acceso, así como el coste de las imágenes, la exposición de quien la adquiere, así como otros factores, limitaban su impacto.

La nueva pornografía, distribuida por internet, modifica la distribución superando las limitaciones observadas, pero también modifica los sistemas de producción y las consecuencias que de ella se derivan. (p.166)

1.3 Propósito de la pornografía.

Muchos estarán de acuerdo con el uso de la pornografía, otros se preguntarán si en verdad tiene un propósito. La realidad es que sí para bien o para mal. Este material explícito tiene no sólo una finalidad, sino varias. Rodríguez (2020) nos dice que la pornografía

permite obtener una gratificación de una manera relativamente sencilla y con un coste, en principio, muy bajo. En este sentido, sin que la persona tenga que esforzarse por conseguir una pareja sexual ni enfrentarse a las implicaciones de tener un encuentro sexual normal, al final del “consumo” suele haber un premio. Este premio refuerza la conducta de consumir pornografía, entre otras cosas porque tiene que ver con la satisfacción de una necesidad humana importante: la obtención de placer sexual. (s. p.)

Los objetivos son claros e involucran la necesidad de sentir placer sexual. Triviño y Salvador (2019) dejan en claro que

el primer objetivo que lleva al individuo a consumir la pornografía es obtener un estímulo placentero; pero cuando la persona quiere obtener un grado de placer muy intenso, es un signo de presión psicológica; es decir, se busca a sí misma y desea hallar el placer dentro de sí. (p. 250)

Vial (2016, citado por Triviño y Salvador, 2019, p. 250) puntualiza que es evidente que estos sentimientos, son producto de un vacío o preocupación que vive en la persona; lo cual le lleva a querer compensar dicha insatisfacción: “El individuo se vuelve insensible, por el nivel de tolerancia adquirido al momento de buscar nuevas experiencias para aumentar su excitación donde desencadena posibles parafilias”.

Hurtado de Mendoza (2019, p. 60) se refiere a las películas XXX como aquellas que “tienen la característica de incluir en primer plano las prácticas sexuales y los genitales. La intención es producir excitación sexual y las hay con diversas temáticas de acuerdo con los gustos eróticos o fantasías de los consumidores”.

Hay que tener en cuenta que la pornografía no tiene como propósito explícito educar, aunque por lo observado, en algunas ocasiones los adolescentes toman la decisión de acudir a este material como su primer contacto con la sexualidad. Estas prácticas de diversa índole sólo les proporcionan información deficiente, por lo cual fomenta concepciones y hábitos erróneos en los jóvenes, debido a que no acceden a un conocimiento completo de la sexualidad.

1.4 Tipos de pornografía.

Azar (2014, citado por Triviño y Salvador, 2019) menciona que a

la pornografía se le considera como la droga del siglo XXI; puesto que los adolescentes al navegar en internet, empiezan consumiendo porno *softcore* o suave; el que se utiliza para la publicidad; y no se observa genitales sexuales, avanza y se encuentra con *mediumcore* o medio, en algunas escenas presenta a sus actores, en posiciones sexuales

con menor prudencia que la anterior; y al final, como los consumidores de cannabis o cocaína necesitan de dosis más fuertes; por ello, acuden al porno *hardcore* o duro, donde se presentan las relaciones sexuales totalmente explícitas, con las denominadas parafilias, como: masoquismo, fetichismo, voyeurismo, pedofilia e incluso zoofilia. (p. 248)

De manera más detallada, la autora Fernanda (2008, s. p.) explica la pornografía *softcore* que “viene del término ‘*soft*’ en inglés que significa ‘suave’ en español por lo que es un género pornográfico donde las escenas sexuales no se muestran de una manera explícita”. Un claro ejemplo de este tipo es en las películas y en las novelas, donde no se muestra a detalle las relaciones sexuales, sin embargo, existe la intención. Cabe mencionar que los actores cubren algunas partes de sus cuerpos, pero en ocasiones sí dejan al desnudo pechos y la parte trasera de su cuerpo.

Otro tipo de pornografía que rescata Fernanda (2008, s. p.) es el *mediumcore* o pornografía convencional, “el mismo nombre *medium* quiere decir ‘mediano, regular’ por lo que se puede entender que ese tipo de pornografía tiene un carácter más elevado que el anterior.” De hecho, la misma autora plantea que

en este tipo de pornografía los actores o modelos logran enseñar todo el cuerpo y en posturas que son provocativas. Aquí encontramos revistas como la *Playboy* o *Penthouse* que son con toda seguridad los ejemplos que más se conocen en el medio de pornografía por imágenes (sin embargo, es importante aclarar que existen algunas clasificaciones que colocan este tipo de pornografía en la clasificación anterior). (s. p.)

Finalmente, la pornografía *hardcore*, que quiere decir “duro”, es donde se muestran escenas de relaciones sexuales totalmente explícitas. Aresti (2012) menciona que

la denominada pornografía dura (hasta ahora) sólo se puede comprar en ciertas tiendas, a través del correo, o a través de Internet. Incluye casi cualquier tipo de actividad sexual imaginable, con detalles obvios y con la cámara enfocada en los genitales y la penetración. (p. 64)

Es importante señalar que existen muchísimas categorías de este material, tan sólo las tres ya mencionadas son de manera general, pero particularmente existen de acuerdo con la edad y la orientación sexual; aquí también entra la zoofilia, que es el encuentro con animales y dependiendo de los gustos e intereses del espectador, es decir, los fetiches que tengan.

1.5. Causas y consecuencias de la adicción a la pornografía.

El sentimiento de curiosidad es una causa principal por ver este material. Las personas comienzan a tener mayor acceso a la pornografía en el momento que surge el internet. En un apartado anterior se mostró que la pornografía abarca desde plasmar el acto sexual en muros hace miles de años, hasta ahora, con la llegada de las nuevas tecnologías. Algunos autores coinciden en que la pornografía tuvo su expansión por el internet, tal es el caso de Collazo (2019), quien menciona que en

la actualidad, la pornografía tuvo 2 cambios masivos que le permitieron crecer: el primero es la democratización de internet, lo que habilitó que la cultura porno se difundiese masivamente; el segundo vino con los teléfonos inteligentes y permitió que, como nunca antes en la historia, tanta gente produzca y comparta su pornografía amateur por lo cual, según Phillips (2015), se puede pensar que esta difusión genera cambio en la prácticas sociales y culturales, que podrían crear nuevas formas de configuración de las intimidades. (p. 6)

Es así como cualquier persona tiene acceso a una página pornográfica, desde niños hasta adultos. En este caso, el foco de atención es hacia los jóvenes que se encuentran en el nivel medio superior, los cuales ya poseen un teléfono celular, una computadora o cualquier otro medio para tener un acercamiento con este material explícito. Por lo tanto, los padres deben tener un control y estar al tanto del uso que les dan a sus dispositivos.

Otra causa es la necesidad de informarse sexualmente, pues los adolescentes piensan que, al tener contacto con la pornografía, los convertirá en unos expertos en el tema. Como mencionan Begoña y Acosta (2019, s. p.): “El porno se ha convertido en la manera más común que tienen los jóvenes de entrar en contacto con el sexo por primera vez”.

Una última causa que explica la adicción a la pornografía aparece en un artículo de un grupo de psicólogos, denominado Terapify (2020), donde se presentan tres aspectos a considerar:

Biológicos: Influye la predisposición genética a la dependencia y se relaciona con la desregulación emocional. Asimismo, la presencia de niveles altos de hormonas como la testosterona o el estrógeno puede afectar la libido y en consecuencia la curiosidad por la pornografía.

Psicológicos: El uso de la pornografía como distractor de emociones que son difíciles de manejar, la exposición temprana al contenido sexual, la impulsividad, entre otros.

Sociales: Estar constantemente expuesto a un círculo social que fomente la pornografía, el uso de bromas con alto contenido sexual, entre otros. (s. p.)

En efecto, en muchas ocasiones los jóvenes no tienen la confianza de acercarse y preguntar sobre su sexualidad. No se les culpa, porque a veces los ambientes familiares no son tan accesibles para dialogar acerca de estos temas. También pueden acudir a este material para refugiarse y evadir situaciones personales. En cuanto a lo social, tienen que ver las relaciones con los otros, es decir, si las amistades ven pornografía, el adolescente estará más propenso a ver, ya sea por decisión propia o no.

Ahora bien, las consecuencias son más amplias. Cuando los adolescentes se vuelven adictos a la pornografía, ésta repercute en ellos severamente. Begoña y Acosta (2019) explican que

produce aislamiento. Debido a la dificultad para compartir los hábitos de consumo con los demás, y aun menos con la pareja, la persona lo oculta y termina refugiándose de nuevo en el porno por comodidad o consuelo. La consecuencia no es solo la soledad sino el desarrollo más probable de problemas psicológicos. (s. p.)

El contacto con este material de manera continua va a distorsionar la forma como se perciben a los demás. De hecho, se arraiga la idea de que la pareja sólo es un objeto sexual. Tal es la gravedad de esto, que hasta uno se concibe como el objeto. Como sabemos, sólo es una fantasía esta industria. Begoña y Acosta (2019, s. p.) explican que venden “en cuanto al aspecto físico de hombres y mujeres, en cuanto a cómo es realmente una relación sexual o respecto a cómo funciona la intimidad en una relación de pareja en la vida real”.

En relación con lo anterior, comienza a generar hacia la mujer una visión negativa. Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020) explican:

El uso de pornografía puede relacionarse con el desarrollo de actitudes permisivas sexuales y la instrumentalización de la sexualidad. Además, algunos estudios, han encontrado una asociación entre el uso de pornografía y el desarrollo de estereotipos de género, la visión de la mujer como un objeto, jerarquías de género y actitudes agresivas en el ámbito sexual. También puede existir una “autoobjetificación”, una alteración de la imagen corporal y mayor preocupación sexual asociadas a este uso de pornografía. Los jóvenes que acceden a la pornografía de forma intencionada presentan una mayor probabilidad de reportar victimización física y sexual. (p. 34)

Lo más preocupante es que los adolescentes, al tener como primer contacto este material explícito, no son conscientes del daño que se ocasionan, como muestran. Begoña y Acosta (2019, s. p.) “los investigadores constatan que quienes han consumido una cantidad considerable de porno son más propensos a tener relaciones sexuales más temprano, con más personas, a participar en prácticas sexuales de mayor riesgo, y a contraer enfermedades de transmisión sexual”.

Por otro lado, Rodríguez (2020) tiene otro punto de vista, debido a que se tiene claro que no todas las personas piensan o actúan de la misma forma, algunos tal vez controlan mejor esta adicción o simplemente no la consideran una adicción, sino sólo una actividad que hacen de vez en cuando. El autor rescata que

la mayor parte de las personas que consumen pornografía manejan su conducta con total normalidad, incluso cuando son grandes consumidoras de pornografía. Los problemas pueden aparecer cuando la pornografía se convierte en la única fuente de gratificación de esa persona, ya sea gratificación sexual o a secas, lo cual hace que la persona necesite mucho esa estimulación. Otro problema puede venir cuando la vida sexual real y analógica no puede ser llevada a cabo con normalidad debido a sus grandes diferencias con la pornografía. En estos casos puede suceder que la persona se retraiga y opte solo por los contenidos pornográficos. (s. p.)

Así es como se van acumulando esos sentimientos de necesidad por obtener placer, pero los adolescentes están en pleno desarrollo y apresuran una fase de su vida de manera equivocada, sin alguna orientación por parte de sus padres o docentes, amistades, páginas de internet, materiales con los que buscan su beneficio propio, los cuales consisten en conseguir ganancias como verdadero objetivo y no se interesan por el daño que ocasionan no sólo a los adolescentes, sino a la sociedad en la que se desenvuelven.

1.6 Ventajas y desventajas de ver pornografía.

En primera instancia, se abre un debate con respecto a los beneficios que existen al acudir a este material. No se quiere establecer posiciones extremas, lo cual no es el fin, pero sí mencionar las posturas que hay en relación con este tema. Montgomery, Kohut, Fisher y Campbell (2016, citado en Collazo, 2019) mencionan algunos beneficios los cuales son:

el primero tiene que ver con que la pornografía es buena para las relaciones sexuales, tanto para la opinión pública como para algunos estudios científicos la pornografía puede ser empoderadora, educativa

y de ayuda para reducir las ansiedades sexuales; el segundo sería que el uso de la pornografía por parte de la pareja hace sentir a la parte femenina inadecuada esto debido, según los autores, a que la compensación que recibe la mujer en nuestra sociedad es en base a su belleza física, por lo tanto, la no concordancia de su aspecto con los vistos por su pareja en la pornografía le genera inseguridades. (pp. 7-8)

Mientras no sea una problemática, los autores concuerdan en que es un medio de información sexual, pero es imprescindible dejar en claro que se debe tener presente la diferencia entre la realidad y la fantasía. Porque el objetivo de la pornografía no es educar, pero sí ofrece información al espectador. Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020) muestran que la pornografía

tener efectos positivos, como aumentar el conocimiento sexual, potenciar la autoestima sexual y el deseo en la pareja, aliviar el estrés, disminuir el aburrimiento, y generar sensaciones de apoyo e incremento de la satisfacción sexual. Cabe tener en cuenta que muchas de las consecuencias de la pornografía han sido evaluadas mediante encuestas de “efectos percibidos” de ésta. (p. 35)

En relación con las desventajas, Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020) consideran que

existe una relación entre el consumo de pornografía y efectos perjudiciales en las relaciones sexuales, que fomentaría relaciones sexuales de riesgo al no usar anticonceptivos, mayor uso de sexting, encuentros con múltiples parejas sexuales y expectativas irreales sobre la relación sexual, y alteraría la respuesta y satisfacción sexual. (p. 35)

También se tiene en cuenta que los adolescentes que consumen pornografía acuden al sexo de pago. Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020, p. 35) aclaran que “puede afectar al rendimiento escolar, favorecer el consumo de sustancias y

conductas delictivas, fomentar un estilo de vida menos saludable y sintomatología depresiva y psicósomática”.

A los efectos negativos habría que agregar los señalados por Gehman (2014):

las mujeres especialmente a menudo se sentían inferiores y engañadas, incapaces de estar a la altura de la perfección mejorada quirúrgica o digitalmente”; no obstante, lo más preocupante es que un investigador reportó que el uso de la pornografía resultó en “...un aumento de actitud negativa hacia las mujeres, menor empatía hacia las víctimas de violencia sexual, insensibilidad emocional y un aumento en comportamientos dominantes y sexualmente imponentes. (p. 15)

Es de suma importancia que los adolescentes sean capaces de discernir lo que ven, porque durante esa etapa lo que quieren es experimentar, por lo que es inevitable que tengan acceso a estos materiales; sin embargo, se les debe dejar claro las desventajas que están presentes, debido a que los jóvenes ven la forma como se desenvuelven los actores pornográficos y piensan que tener demasiados encuentros sexuales sin compromiso los hará felices.

Retomando la idea anterior, Gehman (2014) especifica que habrá daños a largo plazo y que

a menudo se usan como una herramienta de masturbación, el placer de la estimulación sexual se asocia con el aislamiento e imágenes degradantes de mujeres y hombres. Esto puede llevar a un “amorío mental” que reemplaza una relación real de humano a humano con fantasías distorsionadas, idealizadas y deshumanizadas. Esta realidad es agravada por Internet que crea muy fácilmente “...el fenómeno de una intimidad anónima, la sensación de una relación, pero una que no ha ocurrido y que probablemente nunca ocurra, de frente a frente. (p. 14)

A modo de conclusión, en este capítulo se expuso detalladamente el surgimiento de la pornografía. Es sorprendente la evolución que ha tenido a lo largo del tiempo y cómo sigue siendo tan fuerte debido a que la industria sigue aumentando sus contenidos y no sólo eso, pues hay jóvenes que se unen para seguir alimentando y generando materiales.

Los adolescentes deben ser conscientes de las causas, consecuencias, ventajas y desventajas que trae consigo la pornografía. Puede que los contextos en los que participan los orillan a acceder a esta información sexual, no obstante, deben entender que no se trata de una educación sexual sana ni correcta.

No deja de sorprender los tipos de pornografía y sus variantes, muchos de los cuales llegan a un límite de violencia denigrante. En ocasiones la pregunta es ¿en verdad existe eso? En otras palabras, ¿es en serio que las personas hacen ese tipo de acciones?, ¿y cómo es que los adolescentes pueden verlo sin sentir algún tipo de remordimiento? Porque ya es una problemática que se va transformando, mediante la cual se van adquiriendo conductas que van perjudicando a la sociedad.

Capítulo 2. Repercusiones neurológicas

En este segundo capítulo se abordarán dos apartados relacionados con las modificaciones que tienen los estudiantes en su cerebro y las reacciones que se presentan cuando ven pornografía. Cabe mencionar que el objetivo principal es mostrar los daños neurológicos que se presentan en los jóvenes y cómo responden ante los estímulos de este material explícito cuando se convierte en una adicción.

2.1 Modificaciones en el cerebro ocasionadas por ver pornografía en los adolescentes.

Para comenzar, Bermejo (2017) da a conocer algunos estudios de científicos británicos que se realizaron, los resultados confirman que

el cerebro de aquellos que consumen grandes cantidades de pornografía reacciona de la misma manera que el de personas adictas a las drogas. Así es hasta el punto de que, en los casos más severos, muchos porno adictos acaban sufriendo síndrome de abstinencia. (s. p.)

Es así como el autor Bermejo (2017, s. p.) destaca una comparación entre los drogadictos y los consumidores de pornografía, “tal como sucede a los drogodependientes, que buscan droga porque necesitan saciar su mono y no porque disfruten del consumo, en el caso de los adictos al porno sucedería lo mismo”, es así como surgen esa necesidad que jamás cesara.

Las consecuencias neurológicas pueden ser a corto, mediano o largo plazo, de acuerdo con la interacción que se tenga. Retomando a Bermejo (2017) explica que

lo que provoca su ansiedad sería la necesidad de visionar este tipo de vídeos, y no colmar ningún deseo sexual. Por último, el estudio de Cambridge señala que el exceso de porno podría también tener otro tipo de consecuencias, como la dificultad para disfrutar de las relaciones sexuales. Según se desprende de una de sus encuestas, nada menos que la mitad de los adictos al porno sufrirían dificultades

para conseguir una erección con sus parejas, problema que, a menudo, no se repite mientras ven pornografía. (s.p.)

Lo anterior comprueba que al momento de tener relaciones sexuales con tu pareja ya no sentirás lo mismo, lo que se busca son estímulos más fuertes que si bien ya ponen en riesgo la integridad del otro o simplemente ya no se necesita de alguien físico para cumplir la necesidad sexual.

De manera que, el cerebro se va modificando, muchas partes que lo componen también, Borja (2020) menciona que

un estudio llevado a cabo en el Centro de Psicología del Ciclo Vital de Berlín concluyó en 2014 que el consumo excesivo de pornografía afecta directamente al volumen de materia gris que tenemos en el lóbulo derecho del cerebro. La materia gris alberga el tejido neuronal relacionado con la inteligencia y, si esta se reduce, algunas funciones, como el aprendizaje y la memoria, podría verse afectadas. (s.p.)

Sin embargo, no es la única parte del cerebro que se ve afectada por el exagerado consumo de pornografía, el mismo Borja (2020) afirma:

La corteza prefrontal, una zona del cerebro encargada de la función ejecutiva, que comprende la moralidad, la fuerza de voluntad y el control de los impulsos. Esta área del cerebro está poco desarrollada en los niños, por eso les cuesta más controlar emociones e impulsos, algo que volvería a ocurrir por un exceso de consumo de pornografía. (s.p.)

El cerebro se infantiliza, los jóvenes pueden llegar al punto de cegarse por sus impulsos y hacer cosas que atenten contra la seguridad de otros y de sí mismos con tal de conseguir el placer. Es conveniente que esta información se dé cuando aún se está a tiempo y así controlar y en el mejor de los casos evitar la erosión de esta área del cerebro.

2.2 Reacciones del cerebro al ver pornografía.

El autor Martínez (2019) en su artículo, presenta las consecuencias que existen en la mente por consumir pornografía desmedidamente, retoma lo siguiente:

los vídeos porno actuales impulsan a la plasticidad del cerebro, lo cual lo modifica y adapta después de "una experiencia determinada", lo cual, unido a lo sencillo que es tener acceso a él dentro de un contexto anónimo, nos convierte en sujetos vulnerables a sus efectos, los cuales estimulan en gran manera nuestra mente". (s.p.)

Los adolescentes se enganchan, su cerebro va reaccionando diferente y eso lo consideran aceptable. Y, de hecho, Begoña y Acosta (2019, s.p.) resaltan que mientras más se consuma este contenido explícito "la persona se va volviendo cada vez más permisiva con lo que ve, de manera que termina normalizando y disfrutando al ver actos que antes le hubieron resultado desagradables, degradantes o poco éticos".

Asimismo, los mismos autores plantean que "ver porno de forma frecuente, produce cada vez menos conexiones nerviosas a nivel cerebral, hace que el cerebro sea menos activo e incluso reduce determinadas áreas". De tal manera que afecta en la forma en cómo aprenden, piensan y actúan. Begoña y Acosta (2019) posteriormente dicen:

cuando se ve porno con frecuencia hay una tendencia ascendente en el consumo. Estudios neurocientíficos demuestran que al igual que ocurre con otras sustancias adictivas, a la larga el consumidor necesita una dosis mayor para seguir disfrutando de sus efectos. Por ese motivo las personas tienden a buscar contenidos cada vez más fuertes y extremos. Sin embargo, se suele alcanzar un techo donde a pesar de lo extremo del contenido, ya no satisface tanto como antes, pero se sigue necesitando verlo. (s.p.)

La problemática central que ocasiona todo el desgaste en las áreas del cerebro es la dopamina, Martínez (2019) explica que el

problema radica en la liberación de dopamina, la cual se activa cuando existe una estimulación sexual. La dopamina es un neurotransmisor que se asocia a la anticipación de recompensa y a la memoria. Entonces, cuando alguien quiere volver a experimentar algo que le provoque placer (comer o tener sexo), el cerebro rememora el proceso que se debe lograr para obtener ese placer. Similar a cualquier tipo de adicción, la persona se acostumbra a ese placer y continuará reaccionando ante ese impulso hasta que su cerebro se "reprograme". (s. p.)

Reprogramar el cerebro para conseguir estímulos más fuertes, tiene sus consecuencias, porque ya no se busca satisfacer la necesidad de manera sana, Martínez (2019, s. p.) describe que probablemente “un mecanismo imitador del cerebro pueda influir en lo que vemos en la pornografía, así que hay posibilidades de que un usuario se "contagie" de la conducta violenta, viéndolo como algo normal, afectando así gravemente su relación de pareja”.

Cabe señalar que el mismo Martínez (2019) expone un estudio que hace referencia a lo anterior, en el cual

señala que los adictos al porno pueden tener una necesidad de consumo mayor, sin importar que no disfruten realmente lo que ven en las escenas. El artículo de la BBC resalta los datos de Pornhub, uno de los sitios más populares de pornografía, los cuales señalan que los usuarios cada vez están menos interesados en sexo convencional y que buscan experiencias más alejadas, como la pornografía violenta, la cual preocupa a algunos investigadores ya que podría motivar a que eso se traslade a la realidad. (s. p.)

Con todo lo anterior, la finalidad no es desmeritar el acto sexual, es una necesidad del hombre, la INA (2022, s.p.) afirma que “esto se debe a que la práctica

sexual está más relacionada con el instinto de supervivencia de la especie humana, mientras que, evidentemente, el ver porno no”.

Desafortunadamente, como explica INA (2022)

La industria pornográfica se comporta como una droga, y es que, a diferencia del placer que la práctica sexual puede llegar a provocar en nuestro organismo, el placer otorgado por la pornografía puede llegar a generar un comportamiento adictivo debido a la mayor cantidad de dopamina que este desencadena. (s. p.)

Pero todo en exceso es dañino, los adolescentes deben tener presente que está bien sentirse bien y experimentar el sentimiento del placer, lo malo es cuando se comienza a generar una dependencia, una adicción hacia la pornografía, sin embargo, INA (2022) da a conocer lo consecuente:

nuestros cerebros, al percibir esta mayor descarga de dopamina mediante el consumo del porno va a incentivar la repetición de la conducta haciendo que la persona pierda la capacidad de controlar sus propias sensaciones y voluntad. Ello va a generar que con el tiempo se vea afectado el circuito de recompensa y, en consecuencia, la misma producción de dopamina, siendo necesario consumir mayores dosis de pornografía para que este alcance los niveles de satisfacción que generaba en un inicio, proceso que se conoce como “fenómeno de tolerancia”. (s. p.)

Y de esta manera es como las reacciones del cerebro se hacen evidentes, entre más allá un consumo constante mayores serán las repercusiones. También Martínez (2019, s.p.) menciona el hecho de que “la masturbación alejada del porno puede ser sana, siempre y cuando tampoco caiga en una actividad compulsiva”.

Los adolescentes tienen que explorar su cuerpo, lo hacen desde pequeños y conforme van creciendo los alcances que van teniendo se vuelven más exigentes, así que deben tener un control, la sexualidad es un tema importante que se debe

tratar a detalle, ofreciendo la información de acuerdo con la edad de cada persona. Ballester, Orto y Pozo (2019) mencionan que

los adolescentes cada vez consumen pornografía a edades más tempranas, tienen un mayor acceso, más rápido, libre de filtros. Aunque una web solicite confirmar la mayoría de edad, ese filtro no sirve prácticamente para nada. En ocasiones ni siquiera se trata de encontrar pornografía tras una búsqueda voluntaria, sino que se encuentran ventanas que se abren a modo de anuncio (como aviso o como publicidad) y que llevan a adolescentes de edades muy tempranas a la pornografía. No tienen filtros para el acceso, pero tampoco disponen de los filtros que tiene una persona adulta. (p. 258)

Concluyendo este capítulo, se debe de tomar en cuenta que las modificaciones y reacciones producidas en el cerebro por ver pornografía son ocasionadas por la descarga de dopamina, ese sentimiento de placer despliega esta sensación de recompensa, de sentirse bien. El verdadero problema radica en que no se conforma con esa cantidad, sino que se desea más y más.

Los niños tienen una mayor neuroplasticidad, pero eso no quiere decir que los adolescentes estén al margen de ella, siguen aprendiendo y adquiriendo conductas que se añaden a sus cerebros, así se va adaptando y reestructurándose ante los diversos estímulos que reciben.

Es un riesgo ante la sociedad, porque los adolescentes pueden considerar correctas las ideas que ven en los contenidos explícitos y la pornografía *hardcore* es peligrosa, cuando ya es una adicción, propiciando la violencia hacia otra persona o ser vivo.

Capítulo 3. Repercusiones emocionales

Es fundamental tomar en cuenta lo que siente la otra persona, reconocer lo que sentimos y cómo lo sentimos, es por eso por lo que este capítulo tiene una gran importancia. Se abordarán apartados dedicados a definiciones de emoción, tipos de emoción, asimismo, es indispensable abarcar este recorrido para entender cómo se ven afectadas éstas por el uso de la pornografía. Finalmente, los últimos apartados están relacionados con las emociones que aparecen por ver pornografía en los adolescentes y las que surgen por no tener una educación sexual.

3.1. Definiciones de emoción.

Las emociones pueden ser difíciles de explicar y definir. Pocas personas tienen control sobre ellas. Desde el momento que nacemos surgen. Todos los días experimentamos algún tipo de emoción, tal como explica Torres (2021, s. p.) “son reacciones psicofisiológicas que nuestro cerebro produce ante determinados estímulos externos. Reacciones subjetivas que se producen de forma innata ante distintas situaciones y que producen alteraciones en nuestro cuerpo”.

Etimológicamente, según Esquivel (2017):

El diccionario nos dice que la raíz latina de la palabra emoción es *emovere*, formada por el verbo “*motere*” que significa mover y el prefijo “*e*” que implica alejarse, por lo tanto, la etimología sugiere que la emoción es un impulso que nos invita a actuar. (p. 14)

Tratar de explicar lo que una persona siente es complicado y más cuando uno mismo no comprende esos impulsos. En ocasiones mostrar las emociones ante la sociedad es símbolo de vulnerabilidad, es algo preocupante porque todo eso se reprime y afecta tanto física como mentalmente, propiciando el aislamiento social.

Retomando la idea anterior, Esquivel (2017) explica que

una emoción puede ser experimentada por uno como un rayo y por otro como un suspiro. Uno como un estímulo que mata, que daña, que provoca que el hígado funcione mal, que afecta a la vesícula, que hace que la persona se ponga nerviosa y no pueda expresarse claramente,

y otro, como un río que refresca, que anima, que provoca una sonrisa en cada uno de los órganos del organismo con los que hace contacto. (p. 18)

Es cierto, las emociones guían a la persona en sus acciones y decisiones, por lo que cuando tengamos las emociones muy elevadas, sean cuales sean es importante dejarlas a un lado y pensar de forma crítica y razonable, no dejarse llevar por esos sentimientos que vienen después de este primer impulso. Esquivel (2017, p. 18) aporta que la “emoción es una energía que nos impulsa a actuar, en algunos casos esa «acción» implica contradictoriamente una parálisis”.

En relación con lo anterior, la definición de Esquivel (2017) radica en lo siguiente:

Una emoción es energía en tránsito, energía que se desplaza y desde esa óptica, ¿qué le impide salir de los límites del cuerpo que la produce para internarse en los de otra persona? Esto, aparte de sonar un poco erótico, nos habla de que existe el intercambio de emociones. Que la emoción, vuelta energía pura, puede ser materialmente transmisible a través de impulsos eléctricos. En ese sentido, el estado emotivo de un ser humano influiría radicalmente en su entorno. (p. 25)

Es así como las emociones se van contagiando y adquiriendo, mediante el aprendizaje por imitación. Un ejemplo de ello es cuando se va por la calle y alguien sonrío y automáticamente se repite el gesto. Las emociones que externamos influyen en los demás y viceversa.

En cuanto al concepto de emoción, Bisquerra (2003, p. 12) menciona que “es un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno”.

Según la Real Academia Española (2021, citada por Vargas, 2020 s.p.) la emoción es la “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática”, es decir, trae con ello una reacción

corporal. Es cierto que muchas veces se llegan a confundir los términos sentimiento y emoción. Los sentimientos para Vargas (2020, s. p.) “hacen referencia a una de las fases del proceso emocional, en la cual las emociones dejan de ser primarias para volverse más complejas mediante la utilización del pensamiento”.

Las emociones deben ser tomadas en cuenta en cualquier situación, pues forman parte de las personas, para las cuales muchas de sus decisiones y acciones se rigen por las emociones. Los adolescentes viven en contextos diferentes. Los ámbitos de su vida, ya sea escolar, familiar o amoroso influyen en ellos. Ciertamente a la mayoría les afectan y buscan canalizar esas emociones de la forma que mejor les parezca, aunque no sea la correcta o más apropiada.

Para Mora (2012, citado por Buceta, 2018, p. 7) la emoción es:

ese motor que todos llevamos dentro. Una energía codificada en ciertos circuitos neuronales localizados en zonas profundas de nuestro cerebro que nos mueve y nos empuja a vivir, a querer estar vivos en interacción constante con nosotros mismos y con el mundo. (p. 14)

Gestionar las emociones es un objetivo primordial, debido a que los adolescentes necesitan obtener esta habilidad, que les resulte en su bienestar mental.

3.2 Tipos de emociones.

Existen algunas clasificaciones para agrupar las emociones, sin embargo, no se ha llegado a un acuerdo sobre la tipología. Como menciona Goleman (2001, citado por Vivas, Gallego y González, 2007, p. 23) “la verdad es que en este terreno no hay respuestas claras y el debate científico sobre la clasificación de las emociones aún se halla sobre el tapete”. Por un lado, Fernández-Abascal, Martín y Domínguez (2001, citados por Vivas, Gallego y González, 2007, p. 308) sugieren que se pueden clasificar en emociones primarias, secundarias, positivas, negativas y neutras:

Emociones primarias: parecen poseer una alta carga genética, en el sentido que presentan respuestas emocionales preorganizadas que,

aunque son modeladas por el aprendizaje y la experiencia, están presentes en todas las personas y culturas.

Emociones secundarias: emanan de las primarias, se deben en gran grado al desarrollo individual y sus respuestas difieren ampliamente de unas personas a otras.

Emociones negativas: implican sentimientos desagradables, valoración de la situación como dañina y la movilización de muchos recursos para su afrontamiento. Ej.: el miedo, la ira, la tristeza y el asco.

Emociones positivas: son aquellas que implican sentimientos agradables, valoración de la situación como beneficiosa, tienen una duración temporal muy corta y movilizan escasos recursos para su afrontamiento. Ej.: felicidad.

Emociones neutras: son las que no producen intrínsecamente reacciones ni agradables ni desagradables, es decir que no pueden considerarse ni como positivas ni como negativas, y tienen como finalidad el facilitar la aparición de posteriores estados emocionales. Ej.: la sorpresa. (pp. 24-25)

A partir de esta distribución, las emociones se van ordenando según cómo se manifiestan. Se tiene entendido que las emociones son un impulso que dura muy poco, para después transformarse en sentimientos, que es una sensación más duradera.

Es importante señalar que hay autores que coinciden con la clasificación anterior. Para Buceta (2019)

las emociones positivas son emociones agradables, que se experimentan cuando se consigue una meta; de tal forma que en ellas es menos probable que se necesite la revisión de planes y otras operaciones cognitivas, por este motivo se podría esperar que las emociones negativas sean más prolongadas en el tiempo que las

positivas. Las emociones negativas tienen un claro valor en la adaptación al entorno y la supervivencia, mientras que en el caso de las positivas este no es al menos tan evidente. (p. 8)

Como ejemplos de las emociones positivas, según Buceta (2019, p. 9) “se encuentran la alegría, el buen humor, el interés, la felicidad, el amor, la sorpresa, la satisfacción, etc.” Por lo tanto, las emociones que nos hacen sentir bien se encuentran dentro de las positivas.

Por otro lado, las emociones negativas, de acuerdo con Buceta (2019)

son emociones desagradables, que se experimentan cuando se produce una amenaza, sucede una pérdida o se bloquea una meta; requieren la movilización de importantes recursos comportamentales y cognitivos, para la creación y elaboración de planes que resuelvan o alivien la situación.

Entre las emociones negativas se encuentran el enojo, el miedo, la ansiedad, la ira, la envidia, los celos, el asco, la vergüenza, la culpa, la tristeza, etc. (p. 9)

Las emociones primarias, por consiguiente, van a ser: miedo, ira, asco, tristeza, felicidad y sorpresa, mientras que las secundarias son: hostilidad, ansiedad y amor. Se debe prestar mucha atención cuando los adolescentes tienen más emociones negativas que positivas, debido a que son estados que pueden influir de manera dañina en los demás y en ellos mismos.

En forma más detallada, algunas emociones que describen Vivas, Gallego y González (2007) son las siguientes:

El miedo: Es una emoción primaria negativa que se activa por la percepción de un peligro presente e inminente, por lo cual se encuentra muy ligada al estímulo que la genera. Es una señal emocional de advertencia que se aproxima un daño físico o psicológico. El miedo también implica una inseguridad respecto a la propia capacidad para soportar o manejar una situación de amenaza.

La intensidad de la respuesta emocional de miedo depende de la incertidumbre sobre los resultados. El miedo es una de las emociones más intensas y desagradables. Genera aprensión, desasosiego y malestar. Su característica principal es la sensación de tensión nerviosa, de preocupación y recelo por la propia seguridad o por la salud, habitualmente acompañada por la sensación de pérdida de control. Otro de sus efectos subjetivos más típicos es la sensación de cierta tendencia a la acción evitativa. Se asocian al miedo los siguientes términos: alarma, terror, nerviosismo, pánico, tensión, pavor, desasosiego, susto, temor, preocupación, horror, ansiedad. (p. 25)

Es una emoción común y que en los adolescentes se ve muy presente. Debido a los mismos cambios físicos y mentales por los cuales atraviesan, muchos de ellos deben afrontar diversas decisiones, como conseguir trabajo para continuar en la escuela; todo eso se acumula y genera miedo en ellos sobre su presente y su futuro.

La ira: Es una emoción primaria negativa que se desencadena ante situaciones que son valoradas como injustas o que atentan contra los valores morales y la libertad personal; situaciones que ejercen un control externo o coacción sobre nuestro comportamiento, personas que nos afectan con abusos verbales o físicos, y situaciones en las cuales consideramos que se producen tratamientos injustos y el bloqueo de metas. La ira produce efectos subjetivos o sentimientos de irritación, enojo, furia y rabia. También va acompañada de obnubilación, incapacidad o dificultad para la ejecución eficaz de los procesos cognitivos. La ira a su vez produce una sensación de energía o impulsividad, de necesidad subjetiva de actuar física o verbalmente de forma intensa e inmediata, para solucionar de forma activa la situación problemática. Se aprecia como una experiencia aversiva, desagradable e intensa. Es la emoción potencialmente más peligrosa

ya que su propósito funcional es el de destruir las barreras que se perciben. Desde una perspectiva evolutiva, la ira moviliza la energía hacia la autodefensa. Se asocian a ella los siguientes términos: enfado, enojo, malhumor, indignación, amargura, venganza, desprecio, irritación, exasperación, furia, odio, desagrado, cólera, aversión, resentimiento, celos, hostilidad, menosprecio, violencia, rencor. (p. 26)

Es una emoción negativa que hace perder la capacidad de razonar o de darse cuenta con claridad de las cosas. Los adolescentes con frecuencia pueden identificarse con los sentimientos que ocasiona la ira, cegando su visión de las cosas y tomando decisiones sin pensar.

El asco: Es la respuesta emocional causada por la repugnancia que se tiene a alguna cosa o por una impresión desagradable causada por algo. Es una emoción compleja que implica una respuesta de rechazo a un objeto deteriorado, a un acontecimiento psicológico o a valores morales repugnantes. Los desencadenantes del asco son los estímulos desagradables, fundamentalmente los químicos, los potencialmente peligrosos o los molestos como, por ejemplo, comida descompuesta, los olores corporales o la contaminación ambiental. El suceso es valorado como muy desagradable. Los efectos subjetivos del asco se caracterizan por la necesidad de evitar o alejarse del estímulo desencadenante. (pp. 26-27)

Es una emoción que se puede desencadenar a partir de la asociación, es decir, cuando alguien come algo y le sabe desagradable, es porque tal vez tuvo una experiencia con un olor, sabor o situación que le recuerda esa comida y por ende se genera ese asco.

La felicidad: Es el estado de ánimo que se complace en la posesión de algún bien. La felicidad facilita la empatía, lo que promueve la aparición de conductas altruistas. Asimismo, contribuye al rendimiento cognitivo, la solución de problemas, la creatividad, el aprendizaje y la

memorización. Los desencadenantes de la felicidad son los éxitos o los logros, la consecución de los objetivos que se pretenden. Igualmente se produce por la congruencia entre lo que se desea y lo que se posee, entre las expectativas y las condiciones actuales, y en la comparación con las demás personas. Se asocia a la felicidad los siguientes términos: jovialidad, contento, triunfo, dicha, alegría, júbilo, entusiasmo, alborozo, deleite, regocijo, buen humor, gozo, embeleso. (p. 27)

La felicidad es inspiración. Cada persona define su felicidad, ya sea en algún bien material, la presencia de sus seres queridos o la obtención de algo muy deseado. Los adolescentes al estar en la escuela sienten que poseen poca felicidad, tienen otras preocupaciones, se sienten incomprendidos y por su cabeza pasan miles de cosas, por lo que finalmente concluyen en que no son felices.

De la mano puede venir la sorpresa, tal vez una visita inesperada o que se obtuvo la calificación no esperada. Por eso se denomina una emoción neutra, que puede traer consigo sentimientos positivos o no tan favorables para el sujeto. Así es como se define:

La sorpresa: Es la más breve de las emociones. Es una reacción causada por algo imprevisto o extraño, como un trueno o una celebración no anunciada. Los acontecimientos cognitivos también provocan sorpresa. La sorpresa también se da cuando se producen consecuencias o resultados inesperados o interrupciones de la actividad en curso. El significado funcional de la sorpresa es preparar al individuo para afrontar de forma eficaz los acontecimientos repentinos e inesperados y sus consecuencias. La sorpresa suele convertirse rápidamente en otra emoción. Se asocian a la sorpresa los siguientes términos: asombro, pasmo, estupefacción, extrañeza. (p. 27)

Esta emoción suele estar más presente en los adolescentes que las anteriores, puesto que esa inquietud que se siente es muchas veces incontrolable.

Vivas, Gallego y González (2007) describen la ansiedad de la siguiente manera:

La ansiedad: Es un estado de agitación, inquietud y zozobra, parecida a la producida por el miedo. La ansiedad es desproporcionalmente intensa con relación a la supuesta peligrosidad del estímulo. La ansiedad, como todas las emociones, es en principio un conjunto de procesos adaptativos, reacciones defensivas innatas garantes de la supervivencia de las personas. Hay dos tipos de ansiedad: la ansiedad inespecífica, que no está asociada a estímulos determinados y la ansiedad específica, que está suscitada por un estímulo concreto que puede ser real o simbólico. La ansiedad es, a su vez, el componente patológico de los llamados “trastornos por ansiedad”, los cuales están relacionados con una reacción de miedo desmedida e inapropiada: sin duda, también es la reacción que produce la mayor cantidad de trastornos mentales, conductuales y psicofisiológicos. La ansiedad produce efectos subjetivos de tensión, nerviosismo, malestar, preocupación, aprensión e incluso puede llegar a sentimientos de pavor o pánico. Asimismo, produce dificultades para el mantenimiento de la atención y la concentración. (pp. 27-28)

Es una emoción preocupante, que las personas suelen expresar de diversas maneras, pero cualquiera de ellas implica en sí respuestas nada favorables.

Los mismos Vivas, Gallego y González (2007) definen la hostilidad del siguiente modo:

La hostilidad: Es una emoción secundaria negativa que implica una actitud social de resentimiento que conlleva respuestas verbales o motoras implícitas. Es un sentimiento mantenido en el tiempo, en el que concurren el resentimiento, la indignación, la acritud y la animosidad. Los desencadenantes de la hostilidad son la violencia física y el sufrir hostilidad indirecta. La hostilidad se desencadena cuando percibimos o atribuimos en otras personas, hacia nosotros o

hacia personas queridas de nuestro entorno, actitudes de irritabilidad, de negativismo, de resentimiento, de recelo o de sospecha. Los efectos subjetivos de la hostilidad implican usualmente sensaciones airadas. El componente afectivo incluye varios estados emocionales como el enojo, el resentimiento, el disgusto o el desprecio. Los efectos fisiológicos son básicamente similares a los de la ira, pero más moderados en intensidad y, en cambio, más mantenidos en el tiempo. (p. 28)

Todas las emociones influyen cognitivamente al hombre, algunas lo benefician y otras no. Finalmente, hay una emoción que todos en algún momento han tenido y otros han anhelado tener: el amor, el cual es un arma de dos filos; cuando se llega a perder, tal vez sea la causante de que nazcan otras emociones negativas, pero mientras exista desencadenará sentimientos positivos. Esta emoción se define de la siguiente manera:

El amor: Es el afecto que sentimos por otra persona, animal, cosa o idea. La reacción de amor puede implicar dos tipos de reacción: el amor apasionado y el de compañero. El amor apasionado, llamado también “amor obsesivo” o “enamoramiento”, es una emoción intensa que se refiere a un estado de intenso anhelo por la unión con el otro. El amor de compañero, llamado “amor verdadero”, “cariño”, “amor conyugal”, es una emoción menos intensa, que combina sentimientos de profundo cariño, compromiso e intimidad. El procesamiento cognitivo del amor se inicia ante una situación que suele poseer una alta novedad, pero con cierto grado de predictibilidad. El suceso se valora como relevante para el bienestar general y psicológico. Los efectos subjetivos del amor, especialmente del apasionado, son sentimientos que están mezclados con otras experiencias emocionales intensas como la alegría, celos, soledad, tristeza, miedo e ira. Se asocian al amor los siguientes términos: atracción, añoranza,

afecto, deseo, ternura, pasión, cariño, compasión, capricho, simpatía.
(p. 28)

Las emociones desencadenan otras emociones junto con sus sentimientos, por lo que es difícil para algunos controlar esos estados, lo que trae como consecuencia actuar de una manera que tal vez cuando esa emoción desaparezca no sea lo que se quería hacer.

3.3 Emociones que aparecen por ver pornografía en los adolescentes.

En este apartado, más que describir las emociones, se pretende entender cómo surgen y cuáles surgen. Cabe resaltar que los adolescentes no son conscientes de que las personas que se dedican a producir este contenido no sienten lo que le muestran al consumidor. Mencionan Galiani y Salas (2014, citado por Collazo, 2019) que

La escena propuesta por la pornografía crea prácticas conductuales y vinculares específicas, debido a que los actores en gran parte de estas producciones no demuestran elementos humanos, no tienen emociones, sentimientos o características de personalidad. Esto genera una escena pornográfica basada en visiones poco realistas del acto sexual, ya que no existirían elementos afectivos o ciertos elementos orgánicos en estas escenas que afectan al acto sexual, creando una idea (norma) sobre el sexo limitado, centrado principalmente en la penetración y los genitales. (pp. 4-5)

La finalidad de la pornografía es generar dinero. Los consumidores se dejan llevar por lo que ven, lo cual les provoca placer. Cabe mencionar que hay adolescentes que no la consumen exageradamente. Borja (2020) dice que

la mayor parte de las personas que consumen pornografía manejan esto con total normalidad, los problemas aparecen cuando la pornografía se convierte en la única fuente de gratificación. (s. p.)

De manera que

Este consumo excesivo puede llevar a distorsionar la realidad de lo que son las relaciones sexuales realmente, y desembocar en problemas de autoestima, pues lo que ven les genera unas expectativas sobre lo que tienen que hacer o deben conseguir, expectativas que estarán en función de su capacidad para distinguir entre un contenido de ficción y la actividad sexual de la vida real. Tener una autoestima minada influye mucho en la manera de relacionarse con los demás, el estado de ánimo, el nivel de ansiedad y en situaciones sociales o de más carga afectivo-sexual en particular. (s.p.)

Entonces, hay adolescentes, sobre todo del sexo masculino, que consumen pornografía en mayor cantidad, algunos medianamente, otros sólo por curiosidad. Asimismo, su mentalidad se ve configurada y pasan a ser partícipes de este negocio. Según Vaillancourt et al. (2016, citados por Collazo, 2019)

se puede clasificar al consumidor de pornografía en 3 perfiles: a) el perfil recreativo, en el cual hay una mayor satisfacción sexual y menores niveles de disfunciones y es donde se encuentra la mayoría de las personas. Para estos consumidores el uso de pornografía promovería una sexualidad activa y abierta; b) el segundo perfil es el compulsivo que se caracteriza por esfuerzos constantes para acceder a materiales sexuales. Este grupo presenta el mayor estrés emocional asociado a la pornografía y una menor satisfacción sexual; c) el tercer perfil sería el no compulsivo altamente angustiado, con un nivel más bajo de intensidad en la búsqueda de acceso al material pornográfico en comparación al perfil anterior, pero con un nivel más alto de angustia emocional asociada al uso de pornografía. Esto lleva a pensar que la visualización frecuente de pornografía no es el factor principal que provoca la angustia por el consumo en algunas personas. (pp. 5-6)

A partir de lo anterior, una de las emociones más frecuentes en los adolescentes es la ansiedad. Debido a que el consumo de la pornografía se vuelve excesivo, el adolescente lo único que va a querer es conseguir a toda costa el ver actos sexuales, lo que ya se convierte en un problema, porque puede generar trastornos tanto conductuales.

3.4 Daños emocionales que surgen por no tener una educación sexual.

Es muy importante considerar lo que siente el otro y más en una etapa de cambios como es la adolescencia. Scout (1993, citado por Caricote, 2008, p. 82) manifiesta que “existe interacción entre nuestras actitudes sexuales y nuestras emociones y, cuando no se expresan adecuadamente las emociones empieza a crearse una barrera entre los miembros de una pareja que interfiere en los sentimientos y actitudes sexuales positivas”.

Caricote (2008) coincide en que

la mayoría de los individuos no pueden manejar sus interacciones y emociones en el mundo real; es decir, si se les presenta situaciones de fracaso o no se sienten conformes con su condición física, económica y cognitiva; crean hipótesis de que nadie podrá fijarse en ellos y acuden a la fantasía e imaginación como medio de alivio. Otros derivados de la pornografía son las lecturas eróticas, sexting, cibersexo, y la masturbación; la cual también genera adicción, puesto que es el acto seguido, después de consumir estos contenidos. (p. 250)

De esta manera, los factores emocionales son fundamentales, pues desencadenan repercusiones físicas que surgen por impotencias de no tener una orientación que permita resolver dudas e inquietudes sobre una educación sexual sana. Algunos adolescentes construyen relaciones inestables por falta de información, basan su vida sexual en instintos, pero no son completamente conscientes de sus actos. Primero actúan, después piensan, cuando piensan, se dan cuenta de los errores que cometieron y eso los daña emocionalmente.

Concluyendo este capítulo, las emociones en los adolescentes son complejas y pueden variar significativamente de un individuo a otro. Durante la adolescencia, que es una etapa de desarrollo, los adolescentes experimentan una serie de cambios emocionales debido a factores biológicos, cognitivos y sociales.

Es importante que los padres y educadores comprendan las dinámicas emocionales en los adolescentes y brinden un apoyo emocional adecuado. Fomentar la comunicación abierta, el respeto y la empatía puede ayudar a los adolescentes a navegar por esta etapa de desarrollo de manera saludable y construir habilidades emocionales que les serán útiles en el futuro. Además, si un adolescente está experimentando problemas emocionales graves, ante la situación que presenta por consumir pornografía, puede ser necesario buscar la ayuda de un profesional de la salud mental.

Capítulo 4. Repercusiones sociales

Este cuarto capítulo está dedicado a las consecuencias en las relaciones interpersonales de los adolescentes, a causa del consumo excesivo de la pornografía. Posteriormente, se abarcarán las consecuencias en las conductas de los individuos por ver pornografía. Y como último punto, la influencia que tiene la pornografía sobre los comportamientos sexuales de los adolescentes con sus parejas.

4.1. Consecuencias en las relaciones interpersonales de los adolescentes.

En primera instancia, la Universidad Nacional de Costa Rica, (s.f) define las relaciones interpersonales como

una interacción recíproca entre dos o más personas. Los seres humanos son seres sociales que por su naturaleza necesitan de las relaciones con otras personas. La interacción que se tiene con otros desde tempranas etapas de la vida puede influir en: el aprendizaje de actitudes, la construcción de valores en relación con el entorno, el percibir las situaciones desde el punto de vista del otro, la formación de la identidad, la adquisición de habilidades sociales, la identificación de las redes de apoyo ante situaciones difíciles, entre otros. Las relaciones interpersonales son importantes porque ayudan a la persona a reconocerse a sí misma y a construir su identidad, reconocer valores y principios propios para desenvolverse de manera adecuada en la sociedad. (p. 2)

Otro concepto, de la Universidad Nacional de Costa Rica, (s.f):

Podemos entender las relaciones interpersonales como la manifestación que el ser humano tiene como ser social, a través de la relación con diferentes personas y grupos nos construimos para el desarrollo de diversas y mejores relaciones a lo largo de nuestra vida. (p. 1)

Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020, p. 35) comparten un estudio en el cual se ha observado que “el uso de pornografía se asocia negativamente a la calidad de las relaciones afectivas.” Como es de esperarse, la pornografía resulta ser polémica. Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020) plantean lo siguiente:

Algunos autores sugieren, sin embargo, que no es necesario que la pornografía en sí misma influya negativamente en las relaciones, sino que lo que tiene un impacto negativo en estas relaciones interpersonales es si existe discrepancia sobre la percepción del uso de pornografía entre ambos miembros. Por ejemplo, uno de los miembros podría estar absteniéndose de usar pornografía, viéndola con menos frecuencia, o estar molesto por el uso de su pareja. (p. 35)

Algunas personas pueden tener una postura de que la pornografía les ha ayudado en sus relaciones interpersonales, pero hablando de adolescentes, ellos perciben de otra manera esta información, acumulando a lo largo de su vida ideas erróneas de la sexualidad y como consecuencia, cuando sean adultos, su visión de una relación sexual sólo se basará en aspectos irreales.

Los jóvenes tienen una visión corta de lo que implica tener una pareja sentimental. Muchos de ellos actúan conforme a lo que han observado en otras relaciones. Algunos adolescentes buscan empezar su vida sexual con la primera pareja que tienen, pero no ven más allá de lo que están viviendo en el presente. Cuando consultan una página pornográfica, inician a explorar sus posibilidades al enfrentarse a situaciones que conlleven intimidad. El problema radica cuando abusan de estos contenidos. Begoña y Acosta (2019) afirman lo siguiente de la pornografía:

Afecta a las relaciones con los demás. Quien ve porno con frecuencia, tiende a perder interés por las relaciones de pareja reales, a retirarse emocionalmente de la relación, y a terminar sintiéndose menos excitado por la persona real. Su excitación sexual tiende a depender de sus fantasías pornográficas.

Daña la relación de pareja. Distintos estudios han encontrado que, entre otros, al consumir pornografía muchas personas se sienten menos satisfechos con el aspecto físico de su pareja, con su desempeño sexual, valoran en menor medida la monogamia y el matrimonio, son más propensos a desarrollar una visión distorsionada de la sexualidad, y más proclives a ser infieles con sus parejas. (s. p.)

Los adolescentes atraviesan una etapa de confusión, miedo, presión y de cierto modo, desconfianza. Como lo mencionan Begoña y Acosta (2019), suele distorsionarse la imagen que deben tener de la sexualidad. Algunos adolescentes, confunden el amor con la necesidad de satisfacer sus deseos sexuales, por lo cual endulzan el oído a su pareja para acceder a tener intimidad. Lo cierto es que al encontrarse en el acto, ignoran los cuidados necesarios, dejan de lado lo romántico y sus expectativas se desvanecen, porque no sucedió lo que vieron en el material pornográfico.

Ballester, Pozo y Orte (2019) comparten que

los jóvenes, participantes en las entrevistas, no solamente se comportan como sujetos sexuales activos, sino que evidencian un disfrute significativo al fantasear con personas cercanas como si fueran sus parejas sexuales, de acuerdo con el modelo de sexualidad que ofrece la pornografía. El habitus modificado se desarrolla como un imaginario personal/colectivo de la sexualidad, pero también como un imaginario de dominación, perfectamente adaptado a la sexualidad dominante en el modelo impuesto por el patriarcado.

Las consecuencias de la ritualización son muy diversas, entre ellas se puede encontrar la incapacitación creciente para las relaciones de seducción y sexuales no pautadas (el caso extremo sería el síndrome del celibato japonés: "*sekkusu shinaï*"), la incapacidad para mantener relaciones estables con una pareja tras algunos episodios de sexo en común, la expectativa distorsionada en las relaciones sexuales y otros

efectos que actualmente seguimos estudiando con relación a los jóvenes entre 16 y 29 años. (pp. 265-266)

La pornografía distorsiona el concepto de relaciones sexuales de los adolescentes, por lo cual sus relaciones se ven afectadas cuando comienza a ser una práctica recurrente.

4.2 Efectos en las conductas de los individuos por ver pornografía.

Los efectos negativos radican en que los adolescentes desean repetir lo que consumen al ver pornografía. Triviño y Salvador (2019) comparten algunas de estas consecuencias:

La pornografía ha generado grandes daño físicos y psicológicos a la sociedad, en especial a los adolescentes quienes desean repetir esos patrones a consecuencias de modelos sexuales nocivos presentados por sus padres; puesto que, en algunos colegios, les brindan educación para la sexualidad; pero en casa, no es reforzado o lo manejan con términos violentos. Se destaca que este fenómeno del Siglo XXI es misógino; ya que atenta contra la mujer, creando perspectivas deplorables en los jóvenes; porque muchos de ellos en su primera experiencia sexual, solicitan a sus parejas repetir posiciones que ven en el porno; creyendo que ellas son sus objetos sexuales; es decir, que el hombre es el dominante y la mujer sumisa. (p. 259)

Se puede percibir que los hombres absorben la mayor parte de esta agresión sexual, aunque de igual forma pueden existir mujeres que tomen este papel dominante, pero en su mayoría son los hombres quienes se ven envueltos en este conflicto. Los jóvenes deben ser conscientes de la evolución al acceso de este material y de la gravedad que puede ocasionar.

El consumo de pornografía en adolescentes modifica su comportamiento, su forma de pensar y su perspectiva del sexo. Como describe Alario (2018, citado por Vélez, 2022) menciona:

En primer lugar, en la pornografía se observa constantemente la presentación del dolor físico de las mujeres como algo erótico. En segundo lugar, en los videos pornográficos se erotiza la falta de deseo de las mujeres. Y, por último, se erotiza el sufrimiento de las mujeres. (p. 155)

Autores como Gallego y Fernández (2019, citados por Vélez, 2022, p. 155) coinciden en que “el consumo de pornografía -principalmente violenta- se asoció significativamente con más comportamientos de agresión hacia la mujer en la pareja. Esta asociación estuvo moderada por las actitudes sexistas y justificativas de la violencia”.

Entonces, la representación de la pornografía puede variar entre hombres y mujeres. Los adolescentes se ven influidos por este material que se comparte y llega con facilidad a sus manos, propiciando secuelas en su forma de ver a la mujer. Albury (2018, citado por Vélez, 2022, p. 155) rectifica que “la pornografía representa la desigualdad entre hombres y mujeres y la violencia de género, pues en muchas ocasiones, la mujer es sometida en contra de su voluntad, y no se tiene en cuenta la ética del consentimiento”.

Los efectos generados resaltan la necesidad de concientizar a los adolescentes sobre el uso de la pornografía. En ocasiones el exceso de esta práctica propicia comportamientos inestables en los jóvenes, sus relaciones sociales suelen verse afectadas por la forma en cómo se desenvuelven y su manera de pensar se distorsiona.

4.3 Influencia de la pornografía sobre los comportamientos sexuales de los adolescentes.

Este apartado es de gran importancia, debido a que el uso excesivo del material pornográfico trae consigo consecuencias que estimulan comportamientos no favorables en los adolescentes, ya que su uso no es educativo, aunque suele ser el primer acercamiento que tienen algunos a la sexualidad. Sun (2016, citado por Vélez, 2022, p. 154) menciona que “la pornografía se ha convertido en un importante

guion sexual para muchos hombres y mujeres jóvenes”. Asimismo, Vélez (2022) menciona

la investigación de Péter Szil, [para quien] la pornografía hace no menos daño a los hombres que a las mujeres ya que separa la sexualidad de los hombres tanto de los sentimientos propios como de las relaciones cotidianas. Además, contrarresta la igualdad y el acercamiento entre ambos sexos y fomenta la irresponsabilidad reproductiva de los hombres. Por último, porque fomenta la aceptación e incluso el uso de la violencia en las relaciones entre los sexos. (p. 154)

Muchos autores coinciden en el papel de la mujer, a quien se asigna la condición de sumisa que se ve sometida ante expectativas irreales, donde se muestra agresión hacia su persona, como sinónimo de satisfacción. La pornografía es una pantalla en la que se puede percibir que la mujer disfruta lo que se muestra en ese contenido, pero sólo se trata de actuaciones. Por otro lado, hay muchas películas que contienen escenas de sexo y son censuradas, pero dan a entender la actividad sexual, lo cual provoca que la relación sexual se idealice.

Retomando la cita anterior, es sorprendente la cantidad de jóvenes que toman de referencia la pornografía para iniciar su vida sexual. La información acerca de las relaciones sexuales suele ser escasa, por lo cual deciden comenzar su vida reproductiva con un mal ejemplo, dando por hecho que aprendieron y están siendo responsables. En consecuencia, surgen los embarazos no deseados y la deserción escolar, que orillan a los jóvenes a buscar trabajo o, en el peor de los casos, aumentar el índice de delincuencia.

De acuerdo con lo anterior, Vélez (2022) insiste en que

los adolescentes cada vez consumen pornografía a edades más tempranas, esto tiene relación con que cada vez el contenido pornográfico es de mayor y más fácil y rápido acceso. Pueden llegar a

encontrar pornografía de forma involuntaria, en forma de anuncio o publicidad en búsquedas de Internet.

Por ello, es razonable pensar que tiene una clara influencia en dos componentes de la conducta sexual. En primer lugar, en la formación del imaginario sexual de los adolescentes y, en segundo lugar, en el desarrollo de las primeras experiencias sexuales (masturbación, demandas a las parejas). (p. 156)

Se percibe que el consumo de pornografía es más frecuente en los jóvenes, debido a que los hombres han tenido contacto involuntario o voluntario con este material, lo cual provoca que reproduzcan lo que ven en sus relaciones. Por tal motivo, Favaro y De Miguel (2016, citado por Vélez, 2022, p. 155) mencionan que “la sexualidad permanece como uno de los terrenos en que los varones todavía tienen la posibilidad de reafirmar su masculinidad”. Es decir, muchos de ellos buscan aceptación y dominar a su pareja.

Alario (2018, citado por Vélez, 2022) comparte lo siguiente:

En el ámbito de la sexualidad, el varón debe demostrar, ante sí mismo y ante el grupo de iguales, que es un “hombre de verdad”. Para conseguir el reconocimiento del grupo de iguales va a ser habitual que los varones compartan sus «hazañas» sexuales; que compartan pornografía o que la vean en grupo. (p. 155)

Todo esto en ocasiones propicia reuniones en las que los jóvenes comparten experiencias sexuales, a tal grado de observar este contenido y darse placer individual pero abiertamente con su grupo de amigos; lo que genera una problemática, tanto de salud mental como física, por lo que el uso excesivo de este consumo afecta cognitivamente a los adolescentes.

Finalmente, para concluir este capítulo, no es que las mujeres no tengan un acercamiento con la pornografía, ni tengan contacto o jamás la hayan visto; sin embargo, los hombres comienzan desde una edad más temprana a ver material pornográfico. Como muestra de ello, Carroll y Willoughby (2017, citados por Vélez

2022, p. 155) mencionan lo siguiente: “En general, se observa que la pornografía no produce los mismos efectos en hombres y en mujeres, lo cual guarda relación con la distinta representación que tiene cada uno/a dentro de este material”.

En resumen, algunos jóvenes se ven influidos por sus relaciones externas, piensan en el qué dirán, otros tienen curiosidad. La tecnología va avanzando y con ello el fácil acceso a este material, en el que puede estar navegando en internet y aparecer un anuncio de mujeres casi desnudas, lo cual propicia el interés en los jóvenes. Lo que no piensan es en las repercusiones sociales, en el desequilibrio que ocasionará en sus relaciones interpersonales, a corto, mediano y largo plazo.

Capítulo 5. Educación sexual.

Este último capítulo tiene como objetivos mencionar el concepto de educación sexual y rescatar los beneficios que existen al hablar con los adolescentes sobre sexualidad. Asimismo, pretende vincular la importancia de consolidar una educación sexual y las repercusiones existentes al acceder al material pornográfico. Esto con el fin de prevenir el uso inadecuado de la pornografía, ya que, como lo vimos en el capítulo uno, el propósito de la pornografía no es educativo, sin embargo, los adolescentes lo ven como una fuente de aprendizaje, debido a su fácil acceso, que posteriormente reproducen y los afecta emocional, física, social y neurológicamente.

5.1 Concepto de educación sexual.

El concepto de educación sexual es presentado por Corona y Ortiz (2003, citados por Palacios, 2008), quienes explican que

la educación sexual es el proceso vital mediante el cual se adquieren y transforman, formal e informalmente, los conocimientos, las actitudes y los valores respecto de la sexualidad en todas sus manifestaciones, que incluyen desde los aspectos biológicos y aquellos relativos a la reproducción, hasta todos los asociados al erotismo, la identidad, y las representaciones sociales de los mismos. (s.p.)

Los conocimientos que se adquieren gracias a la educación sexual permiten consolidar información en los adolescentes, no sólo pensando en sí mismos, sino en las demás personas. Al mismo tiempo, es necesario crear consciencia sobre los diferentes cuerpos, pensando en la representación que se le ha dado a la sexualidad. La educación sexual se tiene que comenzar a enseñar desde la infancia, porque se cae en el error de que al hacer la transición de niño a la etapa de adolescencia se debe empezar a dar educación sexual, sin embargo, educar para la sexualidad no se debe dejar para después.

Retomando lo anterior, Palacios (2008) comparte lo siguiente:

Así como la sexualidad misma, la educación sexual es un proceso que se inicia con el nacimiento y dura toda la vida. Puede darse de manera consciente y sistemática, con objetivos e intenciones definidas y compartidas por todos y todas (por ejemplo, en las instituciones educativas que han definido una propuesta clara de educación para la sexualidad), o a través de la cultura y las tradiciones (por la vía de la socialización de conocimientos, actitudes y prácticas comunes a un grupo social o a la sociedad en su conjunto). (s.p.)

Es esencial que los jóvenes tengan acceso a la educación sexual en una etapa temprana de su vida, que esta educación sea impartida por profesionales capacitados y con experiencia en el tema. La educación sexual también debe ser inclusiva y abarcar una amplia variedad tanto de identidades como de orientaciones sexuales.

Ahora bien, ¿qué significa educar para la sexualidad? En primera instancia definamos la sexualidad. Montero (2011) explica:

La sexualidad en general es considerada como una construcción social, relacionada con las múltiples e intrincadas maneras en que nuestras emociones, deseos y relaciones se expresan en la sociedad en que vivimos, donde los aspectos biológicos condicionan en parte esta sexualidad, proporcionando la fisiología y morfología del cuerpo las condiciones previas para esta construcción. La sexualidad de cada uno de nosotros emerge y existe en un contexto cultural, influenciada por múltiples variables, tales como: psicológicas, edad, socio económicas, sexo biológico, rol de género, etnicidad, por lo que es necesario un amplio reconocimiento y respeto de la variabilidad de formas, creencias y conductas sexuales relacionadas con nuestra sexualidad. (p. 1249)

Otorgar una educación a la sexualidad permitirá a los adolescentes vivir en armonía física, emocional y personalmente con los demás, debido a que ya no existirá violencia ni discriminación sexual. Conocer los elementos que componen la

sexualidad brindará apoyo a los jóvenes para que puedan materializar los conocimientos dados y ponerlos en práctica, lo cual generará los valores pertinentes. Algunos elementos que comparte Alvarado (2013) son los siguientes:

La sexualidad se compone de cuatro características: erotismo, vinculación afectiva, reproductividad y sexo genético (genotipo) y físico (fenotípico). Erotismo es la capacidad de sentir placer a través de la respuesta sexual; vinculación afectiva es la capacidad de desarrollar y establecer relaciones interpersonales significativas; reproductividad es más que la capacidad de tener hijos y criarlos, incluye los sentimientos de maternidad y paternidad, las actitudes de maternaje y paternaje, además de actitudes favorecedoras del desarrollo y educación de otros seres. La característica del sexo desarrollado comprende el grado en que se vivencia la pertenencia a una de las categorías dismórficas (masculino o femenino). Es de suma importancia en la construcción de la identidad, a partir de la estructura sexual basada en el sexo, ya que incluye todas las construcciones mentales y conductuales de ser hombre o mujer. Hay que tener en cuenta que es muy importante que sepamos cuáles son nuestras actitudes más personales e íntimas hacia la sexualidad. (pp. 27-28)

Ser adolescente es pertenecer a una etapa de muchos cambios. Montero (2011) señala:

La adolescencia constituye un período de la vida caracterizado por una vulnerabilidad especial, donde el embarazo y las infecciones de transmisión sexual (ITS), incluida la infección por VIH/SIDA, son las principales consecuencias de la actividad sexual precoz sin protección, adquiriendo gran relevancia en la prevención garantizar el acceso oportuno de los/las adolescentes a programas eficaces de educación sexual. (pp. 1249-1250)

Es importante considerar la etapa por la cual atraviesan los adolescentes, tal como menciona Caricote (2009):

La adolescencia es un período de transición entre la niñez y la edad adulta, es una etapa de turbulencia, de crisis, de tensiones, de sentimientos vacilantes y ambivalentes cuando el joven o la joven tienen que asumir una nueva imagen de sí mismo(a) desde el punto de vista psicosocial, pero, es en la adolescencia donde emerge con ímpetu el fenómeno sexual y esto significa algo muy importante: la sexualidad tiene que ver con el papel que desempeñan en la sociedad hombres y mujeres, con las relaciones sociales y como vehículo de comunicación, placer y expresión de amor; así todo comportamiento superficial o ideológicamente prefabricado al afrontar el problema de la sexualidad en su conjunto, hará que las y los adolescentes corran el peligro de presentar una visión limitada y negativa de su sexualidad según las condiciones de vida que prevalecen en su ambiente socioeconómico, en las características de la familia, los valores y antivalores que los modelan en su acontecer vital y las diferencias en el tipo de sociedad a la que pertenecen. (p. 416)

En general, los adolescentes de todos los sectores socioeconómicos de nuestro país son propensos a caer en una desinformación. Los jóvenes en esta etapa toman decisiones impulsivamente, puesto que se sienten inferiores a otros y buscan la aceptación en los demás, debido a que tienen una autoimagen trastornada de ellos mismos. La búsqueda de una identidad es de suma importancia en esta etapa.

5.2 Beneficios de acceder a una educación sexual.

Una buena educación sexual puede ayudar a las personas a tomar decisiones informadas, promover relaciones sexuales saludables y satisfactorias, asimismo, fomentar el respeto y la igualdad hacia todas las personas. Una buena educación sexual ayuda a las personas a entender su cuerpo, a identificar sus necesidades y a aprender a comunicarlas de manera clara y respetuosa.

Portalatín (2019) comparte seis beneficios que la psicóloga y sexóloga Ana Yáñez Otero expone:

- Tomarán decisiones más correctas y responsables. Recibir una educación sexual integral, partiendo del conocimiento científico, ayuda a los jóvenes a tomar decisiones más responsables sobre su sexualidad. Se respetarán más a sí mismos y a los demás.
- Más tolerancia y respeto. Se respetará más la diversidad humana que existe en los cuerpos, en las mentes y en los afectos. Serán más tolerantes y respetuosos en las formas y maneras de relacionarse.
- Permitiría erradicar todas esas creencias erróneas y mitos culturales. Al tener más conocimientos e información -siempre desde el método científico- tomarán decisiones más responsables, lo que facilitará que tengan menos conductas de riesgo. Se tiene más conocimiento sobre el cuerpo humano y sobre cuestiones de salud sexual que nos atañen a todos.
- Retrasan el inicio de las relaciones sexuales (son más libres para tomar decisiones). “Si alguien piensa que, por recibir educación sexual integral, los jóvenes van a ser más promiscuos, no es cierto. El resultado es otro: toman mejores decisiones y sobre todo más responsables”, afirma Yáñez, quien también es miembro de la FESS. Además, “hay estudios que indican que quienes han recibido una formación en educación sexual retrasan sus primeras relaciones sexuales. Porque se dejan influenciar menos por el grupo y la presión social. Son más autónomos a la hora de tomar sus decisiones”.
- Combate la violencia de género. “La única manera que hemos visto que realmente es eficaz para prevenir la violencia de género es incluyendo educación sexual integral a las víctimas de esa violencia”, asegura esta profesional. Recibir una educación sexual integral es un recurso contra la violencia de género: “Se empodera a la mujer y se empodera también al hombre para establecer relaciones igualitarias y sanas”.

- Previene disfunciones sexuales no orgánicas. De forma general, explica Yáñez, las personas que vienen a consultar una disfunción sexual de origen no orgánico, deben saber que todas tienen su base en una sexualidad que ha sido reprimida o que no ha sido cultivada. Que está basada en mitos y creencias erróneas. Que está muy coitocentrada o basada únicamente en los genitales. Hay gente que no sabe cómo excitarse o cómo potenciar su deseo. (s.p.)

Rodríguez (s.f.) comparte lo siguiente:

Gracias a evaluaciones recientes, hoy sabemos que los y las jóvenes que han recibido cursos de educación sexual logran mejorías en la comunicación familiar y de pareja, aclaran sus valores personales y religiosos, y contribuyen a la equidad entre los sexos. (p. 8)

La educación sexual en jóvenes es de gran importancia, ya que les brinda información precisa y objetiva sobre temas relacionados con la sexualidad, la prevención de enfermedades de transmisión sexual, los métodos anticonceptivos, el respeto a la diversidad sexual y ayuda a contrarrestar la violencia de género, entre otros aspectos relevantes.

5.3 Hablar de educación sexual con los adolescentes.

En primera instancia, cada adolescente es único y puede tener diferentes niveles de madurez y experiencia. Es importante enfocarse a las necesidades individuales de cada adolescente y ser sensible a sus emociones. Si no se tiene toda la información necesaria o si el adolescente tiene preguntas o inquietudes específicas, es conveniente que acudan con profesionales de la salud o educadores especializados en sexualidad. Alvarado (2013) explica:

Cuando la niña o el joven inician su vida sexual, sería el mejor momento para conversar todo lo relativo a la sexualidad, pero ahí ya están las barreras que impiden generar las confianzas necesarias para conversar. Los adultos piensan que los adolescentes no deben tener relaciones sexuales y con eso, se cierra la puerta a hablar de esos

temas. No hay realismo para enfrentar las situaciones que se producen de todas formas, al margen de los deseos y voluntades. Si la familia (padres, fundamentalmente) no están en condiciones de proporcionar la debida formación en sexualidad a los jóvenes, se espera que lo haga el colegio. Sin embargo, las jóvenes presentan reparos importantes a la hora de hablar de los programas educativos en educación sexual. (pp. 28-29)

Tener en cuenta a los adolescentes en estos temas les permitirá entablar conversaciones de confianza, para evitar que acudan a otros medios de información que con frecuencia ofrece información trastornada. Según Caricote (2008):

Hoy en día, los/las adolescentes tienen información variable, deformada e insuficiente sobre el sexo proveniente de diversas fuentes como lo es su grupo de pares (otros adolescentes) adultos significativos para ellos/ellas, y de la TV e Internet, pero esta información no se traduce en comportamientos preventivos de las/los jóvenes en sus prácticas sexuales observándose una realidad indesmentible: los/las adolescentes se inician sexualmente en forma cada vez más precoz y si no se toman las medidas necesarias, las tasas de embarazos adolescentes, las infecciones de transmisión sexual, especialmente el virus de inmunodeficiencia humana/síndrome de inmunodeficiencia adquirida (VIH/SIDA), y el aborto de riesgo seguirán siendo frecuentes en el sector juvenil. (p. 80)

La Unesco (2018) comparte que

los países reconocen cada vez más la importancia de dotar a los jóvenes de los conocimientos y las habilidades que necesitan para tomar decisiones responsables con sus vidas. La educación integral en sexualidad empodera a los jóvenes al mejorar sus capacidades de análisis, de comunicación y otras capacidades útiles para la vida con miras a garantizar la salud y el bienestar en términos de sexualidad, derechos humanos, valores, relaciones sanas y respetuosas, normas

culturales y sociales, igualdad de sexos, no discriminación, conducta sexual, violencia y violencia de género, consentimiento, abuso sexual y prácticas negativas. (s.p.)

Vaquero (2005) coincide con dotar de conocimientos, sin embargo, su visión va más allá de eso:

Para cumplir el principal objetivo de la educación sexual no se trata solamente de dotar a los chicos y chicas de información, hay que trabajar actitudes. Para ello además de hablar de penes, vaginas, preservativos y menstruación, habrá que añadir más cosas, por ejemplo:

Facilitar la percepción de riesgo, se creen invulnerables. Atacar con contundencia, desde lo emocional y no desde lo racional la experiencia anterior de riesgo como percepción atractiva.

Que los anticonceptivos sirvan para disfrutar más del sexo, sin preocupaciones, y no sólo para evitar consecuencias indeseadas.

Reflexionar y anticiparse a los ideales románticos (no es suficiente hacerlo por amor a él, lo importante es que tú lo desees, si le interesas esperará. Llevar condón y no sacarlo porque piense “ahí viene la loba” o por creer que lo ideal es que surja, sin preparación).

Fomentar la autoestima (quien más se quiere, más se cuida y viceversa).

Entrenar en habilidades sociales: saber decir sí y no. Conocer y valorar las alternativas al coito. (s.p.)

En la cuestión de educación sexual con respecto a la familia, Barros (2006, citado por Alvarado, 2013), sostiene lo siguiente:

En lo que respecta a familia y sexualidad adolescente, es posible señalar que la familia, como el núcleo que protege a sus miembros en lo físico, emocional y psicológico, regula el comportamiento sexual de

sus hijos mediante pautas establecidas, así como los otros comportamientos. Evidentemente los padres son los primeros modelos de niñas y niños desde el nacimiento, ellos y ellas aprenden a desarrollar diferentes roles, que serán determinantes de su identidad como adultos. Muy temprano los niños comienzan a interesarse por el mundo que los rodea, la curiosidad sobre temas sexuales aparece como parte de las interrogantes propias del mundo en que el niño está inmerso. Muchos padres se incomodan frente a las preguntas relacionadas con la sexualidad y muestran su inseguridad para enfrentar la situación, los niños perciben que es necesario llevar estas interrogantes al grupo de amigos, comenzando así el pacto de silencio implícito entre padres e hijos ante estos temas. Sin embargo, otros informantes están muy a la mano de los niños y adolescentes. La publicidad y los medios de comunicación de masas están entregando constantemente este tipo de mensajes (eróticos) y son potentes agentes socializadores, el problema es que no se asumen como tales, pues esto implica reconocer las consecuencias de sus mensajes. La tarea de formar a los niños es cada vez más difícil, porque los padres deben competir con estos agentes. (p. 28)

Al hablar con los adolescentes sobre educación sexual, es indispensable tener en cuenta su edad y nivel de madurez. Es posible que algunos temas sean más adecuados para discutirlos a medida que los adolescentes maduran y se sienten más cómodos hablando de ellos. Caricote (2008) concuerda que

en nuestra sociedad, la familia mantiene su rol de núcleo fundamental en la educación de cualquier sujeto porque su influencia es decisiva en el desarrollo psico-afectivo y la conformación de la personalidad de un individuo y por ello no podemos olvidar que la educación sexual constituye un aspecto dentro de la educación integral del ser humano, del cual los padres no se pueden desentender ya que es con ellos con

los cuales el ser humano establece lazos estrechos de dependencia y relación, porque son sus primeros maestros.

Los padres también son los primeros artífices de la conciencia moral de los hijos y aunque la educación sexual es parte importante de las funciones de los padres y las madres, esta no es asumida adecuada y efectivamente puesto que una buena proporción de padres y madres dejan al azar la educación sexual de sus hijos, evitando asumir una posición proactiva e intencional y delegan en la escuela y en los medios de comunicación esta responsabilidad. (p. 80)

Para López (2014):

La familia es el agente socializador más importante, también es todo lo que se refiere a las relaciones sexuales y amorosas. Es fundamental que los padres se comuniquen abiertamente con los hijos sobre estos temas, pero lo es más que la familia sea un lugar donde un grupo de personas se protegen, se apoyan y se quieren. Y donde, específicamente, se vive la experiencia, los adultos emparejados se respetan, tratan con igualdad y se quieren.

Es así como en la familia se adquieren dos cosas fundamentales que solo las figuras de apego pueden ofrecer: la confianza-certeza básica que los seres humanos saben tratarse bien y quererse, por un lado, y el código de comunicación necesario a toda relación íntima (entre padres e hijos o entre los miembros de una pareja sexual y amorosa). (p. 30)

Muchas veces los padres dejan la responsabilidad de esta educación a los profesores, sin embargo, los jóvenes ya deberían tener cierto nivel de educación sexual, tener bases de una formación favorable que se dio en casa y lo ideal es fortalecerlo en las aulas. Es decir, el deber de la escuela con respecto a este tema, en sí es como menciona López (2014):

La escuela debe ofrecer una información sistemática sobre todos los temas fundamentales de sexualidad (anatomía, fisiología sexual y de la reproducción, afectos sexuales y sociales: deseo, atracción, enamoramiento, apego, amistad y sistema de cuidados), anticoncepción, etc. En términos de valores la escuela puede y de respetar los valores de la familia y cada alumno (salvo fundamentalismos) y transmitir valores éticos universales (como, por ejemplo: la ética del consentimiento, de la igualdad, del placer compartido, de la lealtad y de la salud), propuesta ética que hemos desarrollado en otras publicaciones.

Los profesionales de la salud, en lugar de hacer objeción práctica casi generalizada, deberían incluir en sus entrevistas y en su relación con los menores esta temática, en un clima de confianza, sin la presencia de los padres, de forma que les permitiera hablar con libertad y pedir informaciones concretas y ayudas. (pp. 16-27)

Ayudar a los jóvenes a comprender la importancia de tener relaciones sexuales saludables y respetuosas es fomentar una educación sexual favorable. Esto puede ayudar a prevenir la violencia sexual y promover relaciones sexuales seguras y consensuadas. Lo que indica que los adolescentes deben prestar atención en los momentos que sientan presión, cuando no estén de acuerdo con alguna situación, no sentirse avergonzados o presionados. Villena, Mestre-Bach y Chiclana (2020) proponen los siguientes aspectos:

En primer lugar, serán de interés unas pautas de educación adecuadas sobre el uso de la tecnología (límites de uso, control de accesos, educar de forma positiva en la tecnología). Respecto a la educación sexual, se recomienda una visión positiva de la sexualidad que incluya las diferentes dimensiones de la persona (biológica, afectiva, cognitiva, ética y espiritual). Además, ayudar al adolescente a desarrollar estrategias de regulación emocional y de afrontamiento y potenciar el desarrollo de una autoestima sana resultará esencial en

la prevención del UPP en adolescentes. Por último, se recomienda introducir planes de formación afectivo-sexual en los colegios, que incluyan a las familias, para fomentar un pensamiento crítico hacia la pornografía que les permita distinguir la ficción representada en el material sexual explícito de la relación sexual real. (p. 37)

La pornografía es un camino fácil para los adolescentes. Se les puede dar información sobre su sexualidad, mantenerlos informados, pero la etapa que atraviesan reclama más información con respecto a la práctica. Muchas veces los padres o profesores no están dispuestos a ser tan explícitos y dan información a medias o con el temor de que sus hijos comiencen su vida sexual. De acuerdo con la Unesco (2018):

Demasiados jóvenes reciben información confusa y contradictoria sobre las relaciones y el sexo a medida que hacen la transición de la niñez a la edad adulta. Ello ha conducido a un aumento de la demanda por parte de los jóvenes de información confiable que los prepare para llevar una vida segura, productiva y satisfactoria. Correctamente enseñada, la educación integral en sexualidad responde a esta demanda, empoderando a los jóvenes para que tomen decisiones fundamentadas en lo que respecta a las relaciones y la sexualidad, ayudándolos a desenvolverse en un mundo donde la violencia y las desigualdades basadas en el género, los embarazos precoces y no deseados, y el VIH y otras infecciones de transmisión sexual (ITS) continúan planteando graves riesgos para su salud y bienestar. Asimismo, una educación integral de calidad en sexualidad deficiente o inexistente, adaptada a la edad y a la etapa de su desarrollo, expone a los niños y jóvenes a una situación de vulnerabilidad frente a las conductas sexuales negativas y a la explotación sexual.

La educación integral en sexualidad desempeña un papel esencial en la salud y el bienestar de los niños y jóvenes. Al aplicar un enfoque basado en los educandos no sólo proporciona a los niños y jóvenes,

progresivamente y en función de su edad, una educación basada en los derechos humanos, la igualdad de género, las relaciones, la reproducción, el comportamiento sexual de riesgo y la prevención de enfermedades desde una perspectiva positiva, poniendo de relieve valores tales como el respeto, la inclusión, la no discriminación, la igualdad, la empatía, la responsabilidad y la reciprocidad. (s.p.)

Para concluir, al hablar de educación sexual con los adolescentes, es importante ser honesto, claro y respetuoso. Escuchar preguntas y preocupaciones, para proporcionar información precisa y actualizada. También es relevante recordar que la educación sexual es un proceso continuo y que es fundamental mantener abiertas las líneas de comunicación para que los adolescentes se sientan cómodos discutiendo estos temas en cualquier momento. López (2014) añade:

Si de la sexualidad y la actividad sexual no se puede hablar en familia y en la mayor parte de las escuelas, los adolescentes y jóvenes tienen que ocultar lo que saben y lo que hacen. Esto no favorece la conducta responsable, especialmente en los más jóvenes, como indican todos los estudios.

Si la familia no habla de estos temas abiertamente y con buena información, los hijos, especialmente en la primera adolescencia, no saben bien a qué atenerse.

La familia debe hablar abiertamente con los hijos de estos temas y ofrecerles una primera información sobre ellos, a la vez que colabora con la escuela. Naturalmente que la familia tiene el derecho y el deber de transmitir los valores en que creen, salvo fundamentalismos, pero no debe negarles informaciones básicas a los hijos; pueden y deben darles consejos, pero no pueden olvidar que tienen que prepararlos para que sean responsables y autónomos. (p. 26)

Por todo ello, resulta relevante que los padres, tutores y educadores estén dispuestos a hablar de educación sexual con los adolescentes. Es normal que los

jóvenes tengan curiosidad sobre su cuerpo, la sexualidad y las relaciones. Si no se les proporciona información precisa, es posible que se informen por su cuenta en fuentes poco confiables, como es la pornografía, ya sea en internet o con amigos.

5.4 Diferencia entre salud y educación sexual.

La salud y la educación sexuales son dos conceptos relacionados pero diferentes. En el apartado 5.1 Concepto de educación sexual, se expuso que se refiere al proceso de adquirir conocimientos, habilidades y actitudes relacionadas con la sexualidad. Según la Unesco (2018):

La educación integral en sexualidad es un proceso de enseñanza y aprendizaje basado en planes de estudios que versa sobre los aspectos cognitivos, psicológicos, físicos y sociales de la sexualidad. Su propósito es dotar a los niños y jóvenes de conocimientos basados en datos empíricos, habilidades, actitudes y valores que los empoderarán para disfrutar de salud, bienestar y dignidad; entablar relaciones sociales y sexuales basadas en el respeto; analizar cómo sus decisiones afectan su propio bienestar y el de otras personas; y comprender cómo proteger sus derechos a lo largo de su vida y velar por ellos. (s.p.)

Como su nombre lo indica pretende educar, busca proporcionar información precisa y basada en evidencia sobre temas sexuales, así como promover el desarrollo de habilidades para tomar decisiones saludables y responsables en relación con la sexualidad.

La Organización Mundial de la Salud (2018) expone que

la educación y la información integrales implican facilitar información precisa, adecuada a cada edad y actualizada sobre los aspectos físicos, psicológicos y sociales de la sexualidad y la reproducción, así como sobre la salud sexual y reproductiva y la falta de salud. La información precisa puede llenar lagunas de conocimiento, aclarar conceptos erróneos y mejorar la comprensión general, así como

fomentar aptitudes para apoyar el empoderamiento, valores y actitudes positivas y comportamientos saludables. Esta es, con razón, una parte fundamental de todas las esferas de intervención presentadas en el rosetón. Todas las intervenciones deben velar por que los individuos tengan la información, las aptitudes y los conocimientos necesarios para tomar decisiones sobre sexualidad y reproducción y para poner en práctica sus decisiones. En la esfera del sector sanitario, se puede facilitar información durante las consultas de atención preventiva o curativa o en entornos no clínicos, en el contexto de la educación sanitaria. En el sector de la educación, se puede ofrecer orientación y contenidos normalizados sobre educación sexual integral adaptada a cada edad dentro de los planes de estudios, desde la educación preescolar hasta los niveles universitarios, y se pueden impartir tanto en la escuela como fuera de ella. (p. 7)

En cuanto a la salud sexual, Oizerovich y Perrotta (2017) aportan lo siguiente:

La salud sexual es un estado de bienestar físico, mental y social en relación con la sexualidad. Requiere un enfoque positivo y respetuoso de la sexualidad y de las relaciones sexuales, así como la posibilidad de tener experiencias sexuales placenteras y seguras, libres de toda coacción, discriminación y violencia (OMS).

La salud reproductiva implica la posibilidad de tener una sexualidad satisfactoria y segura, así como la libertad de tener hijos si y cuando se desea. Esta concepción de la salud reproductiva supone el derecho de las personas a elegir métodos anticonceptivos seguros, eficaces, asequibles y aceptables, y de tener acceso a servicios de salud apropiados que permitan los embarazos y los partos sin riesgos y den a las personas las máximas posibilidades de tener hijos sanos. (s.p.)

Para Santa (s. f.):

La Salud Sexual está orientada a un completo bienestar físico, mental y social, y no solamente a la ausencia de enfermedades de transmisión sexual, según la definición de la Organización Mundial de la Salud (OMS). Asimismo, indica que el goce del grado máximo de salud que se pueda lograr es uno de los derechos fundamentales de todo ser humano sin distinción de raza, religión, ideología política o condición económica o social. Por ello la salud es un derecho fundamental, y como tal es una dimensión obligada en la conceptualización/medición del bienestar y de la calidad de vida de la población. Además de ser un requisito para un desarrollo económico y social.

En tanto que la salud reproductiva se define como la capacidad que tiene el individuo y las parejas de disfrutar una vida sexual y reproductiva satisfactoria y sin riesgos, teniendo la libertad de decidir tener o no una relación sexual, cuando y con qué frecuencia.

Este es un derecho que tienen tanto el hombre como la mujer, para obtener información sobre las enfermedades de transmisión sexual, planificar su familia, utilizar otros métodos para la regulación de la fecundidad que no estén legalmente prohibidos, acceso a métodos seguros, eficaces, asequibles y aceptables, recibir servicios adecuados de atención de la salud que permitan los embarazos y los partos sin riesgos y den a las parejas las máximas posibilidades de tener hijos sanos. (s.p.)

En conclusión, la salud sexual se refiere al estado general de bienestar en relación con la sexualidad y la educación sexual es un elemento importante para promover la salud sexual, ya que brinda a las personas la información y las herramientas necesarias para tomar decisiones informadas y mantener relaciones sexuales seguras y satisfactorias.

Capítulo 6. Efectos en adolescentes de nivel medio superior en preparatorias de México

Para comenzar este capítulo, es necesario plantear el concepto de adolescencia. Pineda y Aliño (1999) indican que:

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones, pero esencialmente positivos. No es solamente un período de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social. Es difícil establecer límites cronológicos para este período; de acuerdo con los conceptos convencionalmente aceptados por la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años). (p. 16)

En términos generales, los efectos más evidentes que surgen en los alumnos por educarse sexualmente mediante materiales pornográficos son: embarazo adolescente, violencia de género, delincuencia, enfermedades de transmisión sexual (ETS), suicidio (aislamiento social) y alteración en los proyectos de vida.

6.1 Embarazo adolescente.

Un embarazo no deseado en adolescentes se refiere a un embarazo que ocurre en una persona menor de 20 años y que no fue planeado ni buscado. Estos embarazos pueden tener diversas implicaciones físicas, emocionales, sociales y económicas para las adolescentes y sus familias. Esta problemática se debe a la falta de educación sexual, ausencia de acceso a métodos anticonceptivos, presión social o de pareja, falta de comunicación con los padres o tutores, y de conocimiento sobre cómo prevenir el embarazo.

La educación sexual integral es fundamental para prevenir los embarazos no deseados en adolescentes. Proporcionar información precisa y accesible sobre la sexualidad, la anticoncepción y la prevención de enfermedades de transmisión sexual puede empoderar a los jóvenes para tomar decisiones informadas y responsables. Además, puede prevenir las dificultades emocionales y sociales, como el estigma, el abandono escolar y la limitación de oportunidades futuras.

6.2 Violencia de género.

Un segundo punto es la violencia de género, para el cual es esencial crear un entorno donde los adolescentes se sientan seguros y empoderados para hablar sobre sus relaciones y buscar ayuda si están experimentando violencia de género. La educación y la prevención son fundamentales para abordar este problema y promover relaciones saludables desde una edad temprana.

La violencia de género en adolescentes se percibe en comportamientos o actitudes violentas que están relacionadas con el género y que ocurren en contextos de relaciones de pareja o interacciones entre jóvenes. Hay factores notorios que contribuyen a la violencia de género en esta etapa de la vida. Un par de ejemplos son los estereotipos de género y las normas sociales, ya que pueden influir en las actitudes y comportamientos de los adolescentes en sus relaciones.

6.3 Delincuencia.

De acuerdo con esto, el tercer aspecto es la delincuencia. Actualmente en nuestro país hay un alto índice de violencia de género y feminicidios. La mayoría de las personas han vivido momentos peligrosos o de incertidumbre, los cuales suelen limitar algunas actividades sociales.

La delincuencia en adolescentes se refiere a la participación de jóvenes en actividades ilegales o comportamientos delictivos. Es un tema difícil que puede ser causado por diversos factores, incluyendo el entorno social, económico, familiar y personal de los adolescentes. Abandonar los estudios, en muchas ocasiones, orilla a los jóvenes a pertenecer a grupos delictivos. También la falta de supervisión de los padres aumenta la exposición a la violencia en el hogar o la comunidad, la

pobreza, el consumo de drogas y alcohol, la falta de educación sexual y los problemas de salud mental.

6.4 Enfermedades de (ETS).

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son aquellas que se contagian por medio de las relaciones sexuales. Según Cifrián (1988):

Incluyen varios tipos de enfermedades diferentes, no solamente la sífilis y gonorrea.

Pueden afectarnos repetidamente porque no generan protección y no hay vacunas contra ellas.

Pueden ocasionar serias y permanentes consecuencias como ceguera, esterilidad y procesos muy graves. Las mujeres y los recién nacidos son los más vulnerables. (p. 1)

Es importante practicar sexo seguro para prevenir la transmisión de ETS. Esto incluye el uso de condones y la comunicación abierta con las parejas sexuales sobre su historial médico y sexual. En muchas ocasiones los adolescentes no suelen tener pláticas al respecto, algunos jóvenes sólo buscan relaciones casuales, sin compromiso y la información sobre su vida sexual es omitida; por ende, lo recomendable es usar protección, para evitar la propagación de dichas infecciones.

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son una preocupación importante para los adolescentes, debido a los cambios biológicos y emocionales que experimentan durante esta etapa de sus vidas. La falta de información precisa y la toma de decisiones impulsivas pueden aumentar el riesgo de contraer ETS.

La educación sexual es esencial para prevenir las ETS en adolescentes. La falta de información precisa y completa puede llevar a los jóvenes a obtener información confusa sobre cómo se transmiten las ETS y cómo prevenirlas. Hasta donde se sabe, la mayoría de las Preparatorias públicas de México no cuenta con programas educativos inclusivos, que estén basados en la evidencia y proporcionen información sobre prácticas sexuales seguras.

Los adolescentes a menudo están explorando su identidad y relaciones sexuales. La experimentación puede llevar a cabo prácticas sexuales de riesgo, como tener múltiples parejas sexuales o no usar protección, lo que aumenta la posibilidad de contraer ETS.

6.5 Suicidio.

Otro punto para considerar es el suicidio, el cual es un tema delicado, porque cada vez se vuelve más frecuente en los adolescentes. Los adolescentes pueden enfrentarse a una serie de desafíos emocionales, sociales y psicológicos que pueden aumentar su riesgo de pensar en el suicidio o incluso llevar a cabo intentos de suicidio.

Existen casos en los que los jóvenes se comienzan a aislar por diversos pensamientos que suelen tener acerca de su vida. Algunos no reconocen o no saben que pueden tener problemas de salud mental no tratados (como la depresión y la ansiedad). Cabe mencionar que hay jóvenes que tienen historias de abuso, acoso escolar, conflictos familiares, aislamiento social, dificultades académicas y cambios en la vida como la pérdida de seres queridos.

Lo difícil aquí es que nunca podremos entender lo que la otra persona realmente piensa y siente. Los jóvenes pueden mandar señales, algunas de las cuales son de advertencia de que un adolescente podría estar en riesgo de suicidio: hablar sobre querer morir, expresar sentimientos de desesperación, aislarse de amigos y familiares, cambios drásticos en el comportamiento, regalar posesiones importantes y mostrar un interés repentino en la muerte o el suicidio.

La prevención, el apoyo emocional y el acceso a la atención médica son fundamentales para reducir el riesgo de suicidio en esta población vulnerable. El campo de “Orientación educativa, desarrollo humano y neuro aprendizaje emocional” ofrece las herramientas necesarias para interesarnos por el otro, cubrir necesidades no sólo educativas, sino emocionales.

6.6 Alteración de proyectos de vida.

Para finalizar, están los proyectos de vida. Los adolescentes se encuentran en una etapa de cambio. Algunos tienen definido lo que quieren y qué es lo que harán para conseguirlo. Por otro lado, existen también los que tienen otros planes o simplemente pretenden vivir el momento y la vida dirá con el paso del tiempo.

Los proyectos de vida son planes y objetivos personales que los sujetos desarrollan para guiar su futuro y alcanzar sus metas a lo largo de su vida. Estos proyectos pueden abarcar diferentes áreas, como la educación personal, la carrera, las relaciones, la salud, los viajes, entre otros. Desarrollar un proyecto de vida implica reflexionar sobre lo que se quiere para un futuro, ya sea a corto, mediano o largo plazo.

Entonces, cuando un adolescente ve su proyecto de vida modificado por algún problema que no tenía contemplado, como por ejemplo un embarazo adolescente, se siente confundido por las decisiones que deberá tomar. Lo que puede ocasionar deserción escolar, sentimientos encontrados, preocupaciones, responsabilidades que suelen solo ser cubiertas por la madre, debido a que se da mucho que los hombres no se responsabilicen del compromiso adquirido.

Es muy posible que la alteración de muchos de estos proyectos de vida se deba a la ausencia de una adecuada educación sexual, donde la pornografía sea considerada de acuerdo con el desarrollo psicológico de los adolescentes. En este sentido, la modificación de proyectos de vida en su gran mayoría es también muy posible que se presente en el caso de las mujeres, más que en el de los hombres, debido al machismo que, por desgracia, sigue perdurando en nuestro país.

En algunas Preparatorias de México los proyectos de vida son abordados sin la verdadera importancia, pues lo que les interesa es conocer a qué universidad van a ingresar los estudiantes. Lo que realmente deben hacer los adolescentes es desarrollar un proyecto de vida que permita tener un sentido claro de dirección y mantener el enfoque en los objetivos. Es necesario dar a conocer a los adolescentes que los proyectos de vida no son permanentes, por lo que pueden tener cambios.

Lo más importante es que el proyecto de vida refleje las aspiraciones y motive a crear una vida significativa y satisfactoria.

Finalmente, el capítulo seis recopila las repercusiones que ocurren en los adolescentes de bachillerato. Estos apartados se enfocaron en nuestro país, donde suele ocurrir violencia y delincuencia frecuente. Los embarazos adolescentes son altos, lo que orilla a las adolescentes a abandonar la escuela, por lo cual se ven afectados sus proyectos de vida.

Es necesario tener en cuenta que la pornografía es un tema controvertido y su impacto puede variar de una persona a otra. Algunas personas argumentan que existen ciertas ventajas al consumir pornografía, mientras que otras sostienen que puede tener efectos negativos en la salud mental y las relaciones sociales.

Es importante destacar que la experiencia y los efectos de la pornografía pueden ser muy diferentes para cada individuo, lo que puede ser una ventaja para una persona puede no serlo para otra. También es fundamental considerar los posibles riesgos y desventajas asociados con el consumo de pornografía, como la adicción, la distorsión de la percepción de la sexualidad y la interferencia en las relaciones personales. Por lo tanto, resulta relevante abordar este tema con precaución y mantener un equilibrio saludable en la vida sexual y las relaciones interpersonales.

Conclusiones

A modo de conclusión, al inicio se presentó el origen de la pornografía. Llamó la atención el desarrollo que ha tenido y la fuerza que aún mantiene a causa de que exista gran industria que la promueve. Los jóvenes deben tener claras las causas y los efectos, así como sus ventajas y desventajas, ya que es una problemática de cambio, a través de la cual se accede a comportamientos que perjudican socialmente.

A continuación, se consideraron los cambios y vínculos que se producen en el cerebro por acceder a la pornografía, entre los cuales se destacó la descarga de dopamina, que genera un sentimiento de placer asociado por la sensación de recompensa y de sentirse bien, el cual va a aumentar su nivel de exigencia. Debido a la neuroplasticidad del cerebro adolescente, éste continúa aprendiendo muy diversas conductas. Esto último implica un riesgo, porque los adolescentes pueden tomar como adecuadas las ideas que abordan los contenidos explícitos planteados en la pornografía, lo cual puede llevar a una adicción que puede volverse violenta.

Enseguida, se abordaron las emociones en los adolescentes, son complejas y pueden variar considerablemente de un individuo a otro, puesto que experimentan una serie de cambios emocionales a causa de factores biológicos, cognitivos y sociales. Por ello resulta fundamental que padres y educadores fomenten una comunicación abierta, el respeto y la empatía. Asimismo, en casos extremos de problemas emocionales graves, será necesario buscar el apoyo de un profesional de la salud mental.

Más adelante, se plantearon los diversos efectos de la pornografía en hombres y en mujeres. Además, se trató la influencia en las relaciones externas de los jóvenes, en particular, con las vinculadas a la tecnología, las cuales pueden desequilibrar las relaciones interpersonales, a corto, mediano y largo plazo.

Posteriormente, se aludió a la salud sexual y a la educación sexual. Esta última ofrece a las personas información y los recursos necesarios para tomar

decisiones acertadas, así como mantener relaciones sexuales seguras y satisfactorias.

La parte final de esta tesis se centró en las repercusiones ocasionadas por la pornografía en adolescentes de bachillerato en México, donde la violencia y delincuencia son frecuentes, así como los embarazos adolescentes, lo que los conduce a abandonar la escuela y alterar sus proyectos de vida. Se destacó el carácter controversial que la pornografía y la necesidad de considerar los posibles riesgos y desventajas vinculados con su consumo, especialmente con la adicción, la distorsión de la percepción de la sexualidad y la interferencia en las relaciones personales. Por lo tanto, resulta relevante abordar este tema con precaución y mantener un equilibrio saludable en la vida sexual y las relaciones interpersonales.

Para finalizar, debido a que se partió del supuesto hipotético de que el impacto neurológico, emocional y social en adolescentes de nivel medio superior en preparatorias México aumentará ante la ausencia de educación sexual vinculada con el consumo de la pornografía, así como del hecho que se carecía de todos los elementos necesarios para realizar este trabajo de investigación, no se puede probar absolutamente la afirmación planteada en ese supuesto; pero como egresada de la Licenciatura en Pedagogía creo haber explorado suficientemente el tema y aproximarme a sostener la veracidad de esa afirmación, de acuerdo con la información que recopilé y que aporté conforme a mis posibilidades y a mis mejores intenciones.

Referencias

- Airasian, Peter W., (2002). *Capítulo 3. Evaluación al planear y al impartir la enseñanza. En: La evaluación en el salón de clases.* SEP- Mc. Graw Hill. pp. 44-78.
- Alvarado, T. (2013). *Educación sexual preventiva en adolescentes.* Umce.cl. https://www.umce.cl/joomlatools-files/docman-files/universidad/revistas/contextos/N29_02.pdf
- Aresti, L. (2012). Pornografía hardcore: espejo siniestro del patriarcado. *El Cotidiano en línea*, 174, 59–67. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=32523137007>
- Ballester Brage, L., Universitat de les Illes Balears, Orte Socías, C., Pozo Gordaliza, R., Universitat de les Illes Balears, & Universitat de les Illes Balears. (2014). Estudio de la nueva pornografía y relación sexual en jóvenes. *Anduli*, 13, 165–178. <https://doi.org/10.12795/anduli.2014.i13.10>
- Bermejo, D. (2017, octubre 29). *“Porn brain”: Estos son los efectos que tiene el porno sobre el cerebro.* El mundo. <https://www.elmundo.es/f5/comparte/2017/10/29/59f4bce3ca474136658b459d.html>
- Bisquerra Alzina, R. (2003). Educación emocional y competencias básicas para la vida. *Revista De Investigación Educativa*, 21(1), 7-43. <https://revistas.um.es/rie/article/view/99071>
- Blythe, T. (1999). *La enseñanza para la comprensión. Guía para el docente.* Barcelona: Paidós.
- Bolívar, A. (2015). *Didáctica y currículum campos disciplinares.* En J. Domínguez y M. Pérez (Ed), *Aprendiendo a enseñar manual práctico de didáctica.* (pp. 21-34). Jaén, España: Pirámide.

- Borja, M. (2020, octubre 31). *Así afecta al cerebro el consumo excesivo de pornografía*. 20minutos.
<https://www.20minutos.es/noticia/4434498/0/efectos-tiene-cerebro-consumo-excesivo-pornografia/>
- Buceta, R. (2012). *Propuesta de unidad didáctica sobre las emociones en educación infantil*. idUS - Depósito de Investigación de la Universidad de Sevilla. <https://idus.us.es/bitstream/handle/11441/91159/BUCETA%20MARTIN,%20RAQUEL.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Caricote Agreda, E. A. (2008). *Influencia de los padres en la educación sexual de los adolescentes*. Scielo.org. <http://ve.scielo.org/pdf/edu/v12n40/art10.pdf>
- Caricote Agreda, E. A. (2009). *La salud sexual en la adolescencia tardía*. Scielo.org. <http://ve.scielo.org/pdf/edu/v13n45/art16.pdf>
- Cifrián, C. (1988). *Las enfermedades de transmisión sexual*. https://www.inmujeres.gob.es/areasTematicas/AreaSalud/Publicaciones/docs/GuiasSalud/Salud_IV.pdf
- Collazo, G. (2019). *¿Cambia el consumo habitual de pornografía a las personas?* Edu.uy.
https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/23400/1/tfg_collazo_version_final%281%29.pdf
- De las emociones sin embargo, M. A. H. I. R. U. T., Al respecto, A. no se ha P. L. a. un C., & de las emociones aún se halla sobre el tapete”.., G. A. Q. “la V. es Q. en E. T. no H. R. C. y. el D. C. S. la C. (s/f). 3. *Los diferentes tipos de emociones*. Wordpress.com.
<https://mireroco59.files.wordpress.com/2014/09/tipos-de-emociones.pdf>
- De Mendoza Zabalgaitia, M. T. H. (s/f). *Pornografía y género*. Alternativas.me.
<https://alternativas.me/attachments/article/204/Pornograf%C3%ADa%20y%20g%C3%A9nero.pdf>

Esquivel, L. (2017). *El libro de las emociones son de la razón sin corazón*. Wordpress.com.

<https://descargarlibrosenpdf.files.wordpress.com/2018/05/esquivel-laura-libro-de-las-emociones.pdf>

Forteza, J. (2020, noviembre 15). *Historia del porno: ¿cómo y cuándo nació este fenómeno?* GQ México y Latinoamérica.

<https://www.gq.com.mx/entretenimiento/articulo/historia-del-porno-como-y-cuando-nacio>

Gehman, L. (2014). *Mentiras, verdad y Esperanza*. (s/f). Docplayer. Es.

<https://docplayer.es/13007686-Mentiras-verdad-y-esperanza.html>

INA. (2022, febrero 9). *Efectos de la pornografía en el cerebro de los adolescentes*. INA. <https://www.neurocienciasaplicadas.org/post/efectos-de-la-pornograf%C3%ADa-en-el-cerebro-de-los-adolescentes>

Línea, T. P. en. (2019, febrero 7). *Adicción a la pornografía: síntomas, causas y tratamiento*. Terapify. <https://www.terapify.com/blog/adiccion-a-la-pornografia-sintomas-causas-y-tratamiento/>

López S. (2014). *Sexualidad en la adolescencia ¿Y qué podemos hacer con los adolescentes los diferentes agentes educativos?* Adolescenciasema.org. <https://www.adolescenciasema.org/usuario/documentos/24-34%20Sexualidad%20en%20la%20adolescencia.pdf>

Martínez, A. (2019, diciembre 23). *Esto es lo que hace el porno a tu mente según la ciencia*. GQ España. <https://www.revistagq.com/noticias/articulo/porno-consecuencias-mente-ciencia>

Montero, A. (2011). *Educación sexual: un pilar fundamental*. Conicyt.cl. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v139n10/art01.pdf>

- Oizerovich y Perrotta (2017) *Salud sexual y salud reproductiva*. Gob.ar.
<https://salud.gob.ar/dels/entradas/salud-sexual-y-salud-reproductiva>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *La salud sexual y su relación con la salud reproductiva: un enfoque operativo*. <https://apps.who.int/iris/rest/bitstreams/1152209/retrieve>
- Palacios, J. (2008). *Educación para la sexualidad: derecho de adolescentes y jóvenes, y condición para su desarrollo*. Ministerio de Educación Nacional de Colombia. <https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-173947.html>
- Pineda y Aliño. Ministerio de Salud Pública (1999). *Manual de prácticas clínicas para la atención integral a la salud de la adolescencia*. La Habana, Cuba, MINSAP. <https://ccp.ucr.ac.cr/bvp/pdf/adolescencia/#>
- Portalatín, B. (2019, mayo 17). *Seis beneficios de una educación sexual integral en el colegio*. El Independiente. <https://www.elindependiente.com/vida-sana/2019/05/18/beneficios-una-educacion-sexual-integral/>
- República. (2008, diciembre 12). *Tipos de pornografía*. República. <https://centromujer.republica.com/cine/tipos-de-pornografia.html>
- Rodríguez, G. (s/f). *¿Cuáles son los beneficios de la educación sexual?* Unam.mx. de <http://catedra-laicidad.unam.mx/sites/default/files/228.pdf>
- Rodríguez, R. S. R. (2020, noviembre 10). *¿Qué consecuencias psicológicas tiene ver pornografía?* ifeel. <https://ifeelonline.com/que-consecuencias-psicologicas-tiene-ver-pornografia/>
- Rodríguez-Acosta Medina, B. (2019). *¿Cómo afecta la pornografía a nivel cerebral, emocional y social?* Valores 360. <https://valores360.org/recursos/como-afecta-la-pornografia-a-nivel-cerebral-emocional-y-social/>
- Santa (s/f). PROSALUD. <https://www.prosalud.org/noticia?id=209&cat=18>

- Tornos, C. T. (2021, julio 8). *Los 30 tipos de emociones y su significado*. *psicologia-online.com*. <https://www.psicologia-online.com/los-30-tipos-de-emociones-y-su-significado-5831.html>
- Triviño B. y Salvador B. (2019) *La Pornografía y su incidencia en el desarrollo psicosexual de adolescentes*. Revista digital “Uniandes Episteme”, volumen(número), 246-260.
- UNESCO. (2018) *Por qué es importante la educación integral en sexualidad*. <https://es.unesco.org/news/que-es-importante-educacion-integral-sexualidad>
- Universidad Nacional de Costa Rica. *Guía para desarrollar habilidades de comunicación y mejorar las relaciones interpersonales*. (s/f). Una.ac.cr. <https://documentos.una.ac.cr/bitstream/handle/unadocs/12376/Gu%C3%ADa%20de%20autoayuda%20-%20Relaciones%20interpersonales%20PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vaquero, T. (2005, enero 15). El objetivo de la educación sexual. *Psicoterapeutas*. <https://psicoterapeutas.com/psicologia-clinica-infantil-y-adolescentes/el-objetivo-de-la-educacion-sexual/>
- Vargas, C. (2020, agosto 22). ¿Qué son las emociones y para qué sirven? *Aprende Institute*. <https://aprende.com/blog/bienestar/inteligencia-emocional/identifica-los-tipos-de-emociones-con-inteligencia-emocional/>
- Velasco, A. y Gil, V. (2017). *La adicción a la pornografía: causas y consecuencias*. *Drugs and Addictive Behavior*, 2(1), 122-130. <http://dx.doi.org/10.21501/24631779.2265>
- Vélez, T. (2022). *Vista de La influencia de la pornografía en las relaciones sexuales entre jóvenes y adolescentes*. Proedito. <https://revistas.proeditio.com/ehquidad/article/view/4393/5222>

- Vera-Gamboa L. (2000) *La pornografía y sus efectos: ¿Es nociva la pornografía?* Rev Biomed. 2000;11(1):77-79. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=22103>
- Villena, A., Mestre-Bach, G., & Actis, C. C. (2020). *Tema de revisión.* Adolescenciasema.org. <https://www.adolescenciasema.org/ficheros/REVISTA%20ADOLESCERE/vol8num2-2020/32-41%20Tema%20de%20revisión%20Uso%20problemático%20de%20pornografía.pdf>
- Vivas, M., Gallego, D., & González, B. (2007). *Educación - Orientación Andújar - Recursos Educativos.* https://www.orientacionandujar.es/wp-content/uploads/2016/05/libro_educar_emociones.pdf