

There are no translations available.

Autor: Ana AZNAR, psicóloga

¿Te has preguntado alguna vez qué hacen tus hijos en Internet? ¿Sabes si están conectados con amigos o con desconocidos? ¿Conoces cuáles son las web que frecuentan o si los juegos que más utilizan son adecuados para su edad?

Con la llegada de la adolescencia la curiosidad de nuestros hijos sobre temas sexuales es muy grande. Si previamente no hemos sembrado confianza en casa para hablar sobre estos temas o si no nos hemos adelantado, lo más probable es que resuelvan sus dudas directamente con sus amigos o a través de la red.

Esta situación la aprovechan con frecuencia otras personas para hacer negocio con la pornografía, a costa de una etapa tan inestable como la adolescencia.

Usuarios expertos, pero inmaduros

Los niños y adolescentes son especialmente vulnerables a la hora de abusar de las nuevas tecnologías; corren el riesgo añadido de acceder a contenidos inapropiados o contactar con desconocidos a través de Internet y las redes sociales. Los padres debemos seguir unas pautas que regulen su uso.

Pero no se trata de prohibiciones que con toda seguridad se saltarán cuando no estemos presentes, más bien debemos ayudarles a saber utilizar de forma responsable "los medios". Poco a poco ellos son los que deben ejercer ese autocontrol, tanto con el uso y el tiempo en internet, como en muchas otras facetas de su vida.

La psicóloga Alicia López de Fez considera que los adolescentes constituyen un grupo de riesgo, porque tienden a buscar sensaciones nuevas y son los que durante más tiempo se conectan a Internet, además de estar muy familiarizados con las nuevas tecnologías. Son usuarios expertos, pero inmaduros.

Ésta es una de las razones por las que se desaconseja que nuestros hijos tengan un ordenador o una videoconsola en el dormitorio, pues nos resultará más difícil controlar su uso. Por tanto, debemos colocarlos en un espacio común de la casa, donde "no tengan intimidad" para conectarse con quienes quieran y a cualquier hora del día.

La experta recomienda que se pacte el tiempo, los días de juego y de navegación por Internet, siempre desde el diálogo y con sentido común. Así, es mejor una hora durante siete días a la semana, que siete horas seguidas un solo día.

Además, no es aconsejable que puedan navegar a su aire ni jugar a cualquier juego. Los padres debemos supervisar los contenidos a los que éstos tienen acceso. No está de más emplear programas que bloqueen el acceso a ciertos contenidos o que dejen el historial de las páginas visitadas.

Adictos a las nuevas tecnologías

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que al menos el 25 por ciento de la población sufre un problema relacionado con el abuso de las nuevas tecnologías.

Las adicciones a éstas son un problema grave que puede repercutir de manera negativa al descuidar sus obligaciones o relaciones sociales, según explica Fernando Díez, psicólogo experto en adicciones de Amalajer (Asociación Malagueña de Jugadores en Rehabilitación). Un adicto a las nuevas tecnologías puede entrar en una espiral de aislamiento, gasto incontrolado, depresión y ansiedad. Estas adicciones reciben el nombre de "no tóxicas", "sin sustancia" o "no químicas" y algunos expertos prefieren denominarlas como "problemas de abuso, mal uso o dependencia".

De éstas, las más adictivas son el móvil, las videoconsolas e Internet; y como parte de este último, la dependencia a las redes sociales, al correo electrónico, a chatear, a la compra online, etcétera. Pero además, algunas están asociadas con otro tipo de patología: el uso abusivo de webs de pornografía.

Ver pornografía distorsiona su visión de la realidad

Patrick F. Fagan, director del Family Research Council, ha analizado los efectos sociales y psicológicos de la pornografía en su estudio "The Effects of Pornography on Individuals, Marriage, Family and Community".

En éste explica cómo los adolescentes que ven pornografía se desorientan durante la fase de desarrollo en la que están aprendiendo a afrontar su sexualidad, justo cuando son más vulnerables a la incertidumbre sobre sus creencias sexuales y sus valores morales.

Contrario al argumento de que la pornografía es un placer inofensivo, Fagan hace referencia a evidencias clínicas que muestran que ésta distorsiona de modo significativo las actitudes y percepciones sobre la naturaleza de la sexualidad.

Si son consumidores habituales de pornografía, los hombres tenderán a poseer una tolerancia mayor hacia los comportamientos sexuales anormales, además de ser un hábito muy adictivo, debido a la producción de hormonas que estimulan los centros de placer del cerebro. Poner límites a la actividad sexual ayuda a los adolescentes mientras maduran a orientar de forma correcta su sexualidad.

"Desgraciadamente el desarrollo de los modernos medios ha derribado estas barreras y ha incrementado la forma en que los creadores de pornografía pueden introducirse en la vida familiar", comenta Fagan.

Puede desembocar en enfermedad mental

De hecho, la pornografía lleva a percepciones distorsionadas de la realidad social: una percepción exagerada del nivel de actividad sexual de la población general y una estimación que infla la probabilidad de actividad sexual premarital y extramarital. También lleva a una sobreestimación del predominio de perversiones como el sexo en grupo, la bestialidad y la actividad sadomasoquista.

"De este modo las creencias que se forman en la mente del espectador de pornografía están bastante lejos de la realidad. Un ejemplo es que la visión repetida de pornografía induce a enfermedad mental en materia sexual", afirma Fagan.

Entre las distorsiones creadas por la pornografía están tres creencias: las relaciones sexuales en la naturaleza son algo recreacional, los hombres son en general sexualmente dominantes y las mujeres son objetos o mercancías sexuales.

En consecuencia, Fagan describe cómo la pornografía fomenta la idea de que la degradación de las mujeres es algo aceptable. Además, puesto que los chicos utilizan la pornografía con mucha más frecuencia que las chicas, su predominio conduce a la idea de que las mujeres son objetos para el sexo o mercancías sexuales.

¿Por qué empiezan?

Aunque nos sorprenda, la edad media de exposición a la primera imagen pornográfica son los 11 años. Si preguntamos a un adolescente cuándo o por qué empezó a ver pornografía, con seguridad que muchos de ellos nos dirán que fue de manera accidental cuando buscaban información por internet, bajaron una película que resultó ser una versión porno de la original, con un videojuego que le compartieron o animado por sus amigos.

Dependiendo de cada uno la reacción a la pornografía será muy diferente, pero todos se ven en mayor o menor medida afectados por ella. Por esta razón es importante hablar a menudo con nuestros hijos y resolver falsas imágenes que puedan haberse creado.

Podemos estar atentos a algunas señales de alarma: descuido en los deberes, falta de motivación para estudiar, inicio de la masturbación compulsiva, dificultades para relacionarse con el sexo opuesto o tendencia a formar dependencias difíciles de cambiar; todo ello como consecuencia de estar expuestos a material pornográfico, creándoles sentimientos de culpa, baja autoestima y retraimiento social.

Además, entre las razones más frecuentes del inicio de los adolescentes en el consumo de pornografía se encuentra el deseo de experimentación, la búsqueda de identidad, la presión de los amigos, los mitos y una educación sexual deficitaria desde casa. Así la pornografía les "educa" con una visión distorsionada y carente de valores, origen en ocasiones de los conflictos de sexo, de pareja y de familia.

Cuatro etapas del consumidor de pornografía

El doctor Víctor Cline, de la Universidad de Utah, identifica cuatro etapas de quien consume pornografía:

- Adicción: el deseo y la necesidad de mirar imágenes pornográficas.
- Escalada: la necesidad de imágenes más explícitas y fuertes para conseguir el mismo efecto.
- Desensibilización: el material que al comienzo era sorprendente y tabú se considera como normal.
- Actuar: tendencia a imitar los comportamientos vistos. Aunque no todos son igual de vulnerables, el doctor Cline concluye que para algunas personas, la pornografía "es la droga que inicia el camino hacia la adicción sexual".

Consecuencias de cara al comportamiento futuro

Jill. C. Manning, en su libro "¿Cuál es el gran negocio de la pornografía? Una guía para la generación de Internet", habla sobre los daños que la pornografía produce.

1. Se trata de algo potencialmente adictivo. Como tal puede obstaculizar la capacidad de una persona para tomar decisiones claras.
2. Puede distorsionar poderosamente la visión de una persona sobre cuerpos, relaciones y sexualidad.
3. Lleva a la gente a cosificar a los demás, viéndolos como juguetes sexuales que existen sólo para su propia satisfacción.
4. Debido a su influencia distorsionadora mina las oportunidades de los jóvenes de tener seguridad en sí mismos, ser felices y crear relaciones duraderas en el futuro.
5. Afecta, por tanto, su capacidad de ver la vida de forma verdadera, provechosa y sana.
6. Disminuye la sensibilidad hacia las mujeres, mostrando más agresiones, rudeza y falta de respeto.
7. Disminuye el deseo de tener hijos y formar una familia.
8. Aumenta el riesgo de tener dificultades en las relaciones íntimas.
9. Aumenta el riesgo de abusar sexualmente de los demás.
10. Aumenta el riesgo de recibir información incorrecta sobre la sexualidad humana.

11. Aumenta el riesgo de insatisfacción sexual con el/la futuro/a esposo/a.
12. Aumenta el riesgo de divorcio una vez casado.