

# EL PORNO NO NO ES REAL



**NO** confundas la ficción con la realidad.  
normalices ciertos comportamientos.

# ÍNDICE

**¿QUÉ ES LA PORNOGRAFÍA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE  
HABLAR SOBRE SU CONSUMO A EDADES TEMPRANAS?**

## **MITOS DE LA PORNOGRAFÍA**

**¿CÓMO PUEDE AFECTAR LA EXPOSICIÓN TEMPRANA A LA PORNOGRAFÍA EN EL  
DESARROLLO EMOCIONAL, PSICOLÓGICO Y SOCIAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS?**

**¿CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD DE MANERA SALUDABLE Y RESPETUOSA  
CON LOS NIÑOS Y NIÑAS?**

**¿CÓMO PUEDEN LOS PADRES Y MADRES PREVENIR LA EXPOSICIÓN A LA  
PORNOGRAFÍA Y FOMENTAR UNA EDUCACIÓN SEXUAL SALUDABLE?**

**¿CÓMO PUEDEN LOS NIÑOS Y NIÑAS PROTEGER SU PRIVACIDAD Y SEGURIDAD EN  
LÍNEA AL NAVEGAR POR INTERNET?**

**¿CÓMO LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LA PUBLICIDAD PUEDEN INFLUIR EN LA  
PERCEPCIÓN DE LA SEXUALIDAD EN MENORES DE EDAD  
Y CÓMO PREVENIR SU IMPACTO NEGATIVO?**

## **LÍNEAS DE AYUDA ANAR**

## CONSUMO DE PORNOGRAFÍA

Desde ANAR hemos sido conscientes de los cambios que se producen en la sociedad, así como en las diferentes formas de violencia, pudiendo identificar que los casos de violaciones grupales a menores de edad no son un fenómeno aislado y que cada vez se producen en mayor número, con más frecuencia y son más graves.

Entre las causas, la banalización de las relaciones sexuales y la falta de control parental sobre los adolescentes, aunque también la sexualización precoz de los niños y niñas y el hecho de que los menores de edad **tengan más facilidad para acceder a contenidos pornográficos a través de las nuevas tecnologías.**

Los niños y niñas de edades tan precoces no están preparados emocionalmente para entender lo que están viendo, de modo que acaban desarrollando conductas sexuales de alto riesgo, que implican graves consecuencias como el contagio de ETS, embarazos no deseados, difusión de imágenes, y degradación de su autoestima, indiferencia...

El acceso continuado a la pornografía **es agresión sexual por omisión** de la supervisión de sus progenitores, al no tomar medidas a tiempo y no evitar la exposición que puede producir efectos traumáticos y graves consecuencias para la salud emocional de sus hijos/as.

No sólo estaríamos hablando de un estrés postraumático, sino, en su uso más extremo, el desarrollo de parafilias, disminución de la empatía, normalización y disociación de la situación visualizada, que produce indiferencia ante los hechos sexuales violentos y propicia la posibilidad de volver a perpetuarlos.

Detectamos en el Teléfono ANAR una nueva tendencia en los últimos tiempos, que los abusos sexuales no sólo se producen de los adultos a los menores de edad, sino también entre iguales o personas adolescentes/jóvenes, que han visualizado mucha pornografía a través de las Abuso sexual en la infancia/adolescencia según los afectados y su evolución en España (2008-2019) 133 tecnologías donde las diferentes prácticas invitan a utilizar a la mujer como un objeto sexual, degradándola como persona.

La visualización de contenidos pornográficos de alto riesgo, **inducen a algunos jóvenes a identificar modelos donde la diversión es mayor**, cuando el sexo se practica en grupo, y en ocasiones bajo el efecto de las drogas (por sumisión química), donde no hay voluntad para llevar a cabo el acto sexual por la víctima.

Los jóvenes encuentran que no sólo es reforzante el hecho de llevar a cabo estos hechos degradantes, sino también colgarlos y compartirlos a través de la tecnología.

Todas estas causas provocan que se tienda a normalizar algo que es claramente perjudicial para los menores de edad con consecuencias muy graves para ellos y para nuestra sociedad.



# ¿QUÉ ES LA PORNOGRAFÍA Y POR QUÉ ES IMPORTANTE HABLAR SOBRE SU CONSUMO A EDADES TEMPRANAS?

La pornografía es un tipo de contenido sexual explícito que se encuentra en diversos medios, como revistas, películas, sitios web, juegos, entre otros. Aunque la pornografía puede ser atractiva y excitante para algunas personas, su consumo a edades tempranas puede tener consecuencias negativas en el desarrollo emocional, psicológico y social de los niños y niñas. La exposición a contenido sexual a menores de edad es una forma de **agresión sexual** y es un delito tipificado en el artículo 186 del Código Penal.

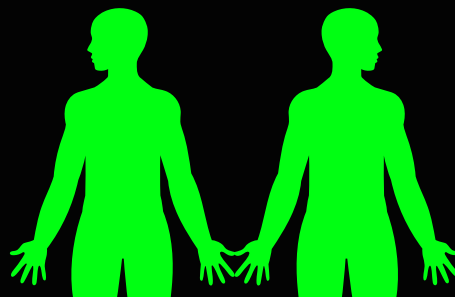
Es importante hablar sobre la pornografía porque muchos niños y niñas pueden encontrarse con este tipo de contenido sin haberlo buscado, ya sea en internet o en la vida real. La exposición temprana a la pornografía puede generar confusiones, ansiedad, inseguridades y problemas de autoestima, afectando negativamente su percepción de la sexualidad y su relación con los demás.

Además, el consumo habitual de pornografía puede desensibilizar a los niños y niñas hacia la violencia y la cosificación del cuerpo, normalizando prácticas sexuales que pueden ser dañinas, violentas y poco realistas. Por eso, es importante que los niños y niñas tengan información clara y precisa sobre la pornografía, sus riesgos y cómo prevenirla.

## MITOS DE LA PORNOGRAFÍA:

**"El acceso a la pornografía a menores de edad se debería prohibir":** Esta frase es un mito porque YA ESTÁ PROHIBIDO en artículo 186 del Código Penal: *"El que, por cualquier medio directo, vendiere, difundiere o exhibiere material pornográfico entre menores de edad o personas con discapacidad necesitadas de especial protección, será castigado con la pena de prisión de seis meses a un año o multa de 12 a 24 meses."*

**"Los cuerpos de las personas en la pornografía son perfectos":** La mayoría de las personas en la vida real tienen cuerpos normales, con imperfecciones y diferencias. La pornografía presenta cuerpos que han sido elegidos cuidadosamente y retocados para que parezca que son los únicos perfectos.



**"El sexo es siempre rápido y fácil":** En la pornografía, el sexo suele ser rápido, sin problemas y sin conversación. Pero en la vida real, el sexo requiere comunicación, confianza y paciencia además de consentimiento explícito de las personas que lo van a practicar. Es importante que los menores de edad sepan que deben tomarse su tiempo e ir a su propio ritmo.

**"La pornografía es una representación precisa del sexo real":** A menudo se piensa que la pornografía es una representación fiel del sexo real, pero esto no es cierto. La pornografía es una representación estilizada y exagerada del sexo, diseñada para el entretenimiento y no para educar a las personas sobre la sexualidad.



**"Ver pornografía es normal en menores de edad":** No, no es normal y además está prohibido que los menores de edad accedan a ella.



**"Las personas que aparecen en vídeos pornográficos lo hacen por elección propia":** Aunque los actores y actrices porno lo hacen de manera regulada y por elección propia, existen otras personas que aparecen en los vídeos sexuales que son víctimas de trata y explotación sexual y son forzadas a trabajar en la industria pornográfica.

**"La pornografía no afecta las relaciones sexuales en la vida real":** La exposición regular a la pornografía puede afectar la forma en que las personas ven y experimentan el sexo en la vida real. Puede generar expectativas poco realistas y dificultar la conexión emocional y la intimidad con las parejas.



**"Todas las prácticas en la pornografía son seguras y consensuadas":** En algunas ocasiones, las prácticas sexuales que se ven en la pornografía no son seguras ni consensuadas. Algunos actores y actrices pueden sentirse presionados para participar en escenas que no desean hacer, y en algunas ocasiones se pueden ver prácticas sexuales peligrosas que no deberían ser imitadas en la vida real.

**"La pornografía es inofensiva":** A pesar de que la pornografía puede ser legal en algunos lugares, no significa que sea inofensiva. Muchos expertos coinciden en que la exposición regular a la pornografía puede tener consecuencias negativas en la salud mental y emocional de las personas, especialmente de los menores de edad.

## ¿CÓMO PUEDE AFECTAR LA EXPOSICIÓN TEMPRANA A LA PORNOGRAFÍA EN EL DESARROLLO EMOCIONAL, PSICOLÓGICO Y SOCIAL DE LOS NIÑOS Y NIÑAS?

### Confusión e incomodidad:

La pornografía puede presentar situaciones y prácticas sexuales que no son realistas ni seguras, generando confusión e incomodidad en los menores de edad. Pueden tener dificultad para entender la diferencia entre lo que ven en la pornografía y lo que sucede en la vida real, lo que puede llevar a expectativas poco realistas y a una falta de comprensión de las relaciones sexuales y afectivas.

### Distorsión de la percepción de la sexualidad:

La pornografía presenta una imagen distorsionada de la sexualidad, donde se enfatizan los aspectos físicos y se descontextualiza el acto sexual de las relaciones interpersonales. La exposición temprana a la pornografía puede llevar a los niños y niñas a percibir el sexo como una actividad meramente física y separada de las emociones y la intimidad.





### Problemas de autoimagen y autoestima:

La pornografía presenta una imagen idealizada y estereotipada de los cuerpos y de la sexualidad. La exposición temprana a la pornografía puede llevar a los niños y niñas a compararse con las imágenes que ven y sentirse inseguros acerca de su cuerpo y su capacidad sexual, así como crear complejos y rechazo de su cuerpo por no corresponderse con el de los actores/actrices.



### Problemas de relaciones interpersonales:

La exposición temprana a la pornografía puede tener un impacto negativo en las relaciones interpersonales de los niños y niñas. La pornografía puede enseñarles a ver a los demás como objetos sexuales y no como seres humanos complejos y emocionales, lo que puede dificultar el desarrollo de relaciones saludables y significativas.

### Adicción y conductas de riesgo:

La exposición temprana a la pornografía puede llevar a los niños y niñas a desarrollar una adicción a la pornografía y a buscar cada vez contenido más explícito y violento. Esto puede llevar a conductas de riesgo en la vida real, como la promiscuidad, el consumo de drogas y el comportamiento sexual inseguro.



## ¿CÓMO HABLAR DE SEXUALIDAD DE MANERA SALUDABLE Y RESPETUOSA CON LOS NIÑOS Y NIÑAS?

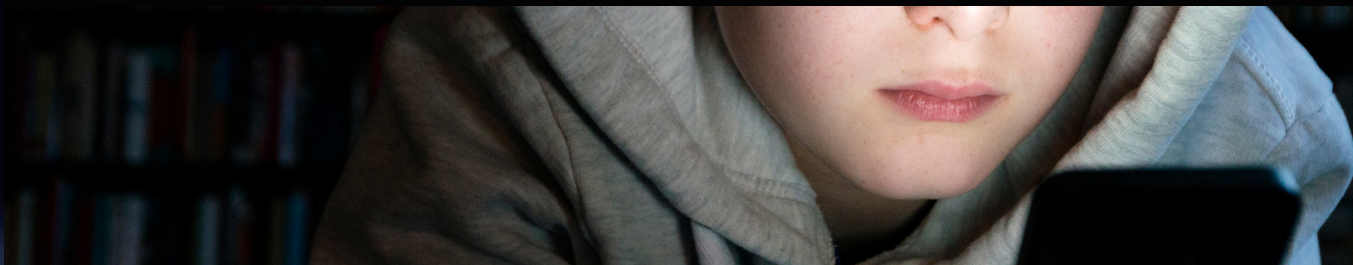
Hablar de sexualidad con los niños y niñas puede ser un tema incómodo y difícil para muchos padres y cuidadores, pero es importante abordar el tema de manera saludable y respetuosa para que los niños y niñas puedan tener una comprensión sana y positiva de la sexualidad.

Aquí te presentamos algunas sugerencias para hablar de sexualidad de manera efectiva:



**Comenzar temprano:** La educación sexual no debe ser un tema que se aborda solo cuando los niños y niñas llegan a la adolescencia. Es importante comenzar a hablar sobre el tema desde temprana edad y de manera gradual, utilizando un lenguaje apropiado para su edad.

**Escuchar y responder preguntas:** Los niños y niñas pueden tener muchas preguntas sobre la sexualidad, y es importante escuchar con atención y responderlas de manera honesta y respetuosa. Si no se siente cómodo respondiendo una pregunta específica, es importante explicar que lo revisará y que responderá a la pregunta más adelante.



✕ **Utilizar un lenguaje claro y apropiado para la edad:** Es importante utilizar un lenguaje claro y apropiado para la edad al hablar de sexualidad con los niños y niñas. Evite usar jerga o términos demasiado técnicos, y asegúrese de que los niños y niñas entiendan lo que se está diciendo.

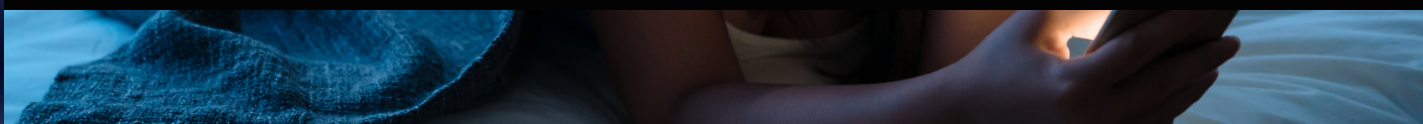
✕ **Fomentar una actitud positiva hacia la sexualidad:** Es importante fomentar una actitud positiva hacia la sexualidad, explicando que es una parte normal y saludable de la vida, pero que también debe ser tratada con respeto y responsabilidad.



**Enseñar sobre el consentimiento:** Es importante enseñar a los niños y niñas sobre el concepto de consentimiento, explicando que las relaciones sexuales deben ser consensuadas por ambas partes y que no deben hacer nada que no quieran hacer.

**Hablar sobre relaciones saludables:** Es importante hablar sobre relaciones saludables, enfatizando la importancia del respeto, la comunicación abierta y el consentimiento mutuo en las relaciones interpersonales.

**Enseñar sobre la prevención de enfermedades y embarazos:** Es importante enseñar a los niños y niñas sobre la prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados, explicando los métodos de prevención disponibles y enfatizando la importancia de la protección durante las relaciones sexuales.



# ¿CÓMO PUEDEN LOS PADRES Y MADRES PREVENIR LA EXPOSICIÓN A LA PORNOGRAFÍA Y FOMENTAR UNA EDUCACIÓN SEXUAL SALUDABLE?

Los padres y madres juegan un papel crucial en la prevención de la exposición a la pornografía y en fomentar una educación sexual saludable para sus hijos e hijas. A continuación, se presentan algunas recomendaciones sobre cómo pueden los padres y madres abordar este tema:



## HABLAR ABIERTAMENTE SOBRE SEXUALIDAD:

Es importante que los padres y madres hablen abiertamente sobre la sexualidad con sus hijos e hijas, desde una edad temprana. Esto puede ayudar a normalizar la conversación sobre el tema y a crear un ambiente de confianza y apertura en el hogar.

## ESTABLECER LÍMITES CLAROS EN EL USO DE LA TECNOLOGÍA:

Los padres y madres deben establecer límites claros en el uso de la tecnología por parte de sus hijos e hijas. Esto puede incluir límites en el tiempo de pantalla, la instalación de filtros de contenido y la supervisión del uso de dispositivos electrónicos.

## ENSEÑAR HABILIDADES Y FACILITAR EL PENSAMIENTO CRÍTICO:

Los padres y madres pueden enseñar a sus hijos e hijas habilidades críticas de pensamiento para ayudarles a cuestionar los mensajes y las imágenes que ven en los medios de comunicación y en internet. Esto puede incluir enseñarles a identificar los estereotipos de género y las representaciones inexactas de la sexualidad.

## ENSEÑAR VALORES Y NORMAS SEXUALES:

Los padres y madres pueden enseñar a sus hijos e hijas valores y normas sexuales saludables, como el respeto mutuo, la igualdad de género y el consentimiento informado. Esto puede ayudar a prevenir la exposición a la pornografía y a fomentar relaciones sexuales saludables y positivas.

## BUSCAR AYUDA

Si los padres y madres tienen dificultades para hablar sobre sexualidad con sus hijos e hijas, o si sus hijos e hijas han sido expuestos a la pornografía, pueden buscar ayuda profesional. Los psicólogos pueden ofrecer apoyo y orientación sobre cómo abordar estos temas de manera efectiva.

## SER UN MODELO A SEGUIR:

Los padres y madres pueden ser un modelo a seguir para sus hijos e hijas al mantener relaciones sexuales saludables y positivas, hablar abiertamente sobre la sexualidad y respetar los límites de los demás. Esto puede ayudar a crear un ambiente de confianza y apertura en el hogar, y a fomentar una educación sexual saludable.

## LÍNEAS DE AYUDA ANAR

900 20 20 10

Teléfono ANAR para menores de edad en riesgo.

600 50 51 52

Teléfono ANAR para las familias y los centros escolares.

CHAT.ANAR.ORG



## ¿CÓMO PUEDEN LOS NIÑOS Y NIÑAS PROTEGER SU PRIVACIDAD Y SEGURIDAD EN LÍNEA AL NAVEGAR POR INTERNET?

En la actualidad, el acceso a internet es una parte fundamental de la vida cotidiana de los niños y niñas, ya sea para entretenerse, comunicarse o realizar actividades escolares. Sin embargo, este acceso a la red también implica una serie de riesgos y peligros, como el ciberbullying, la exposición a contenidos inapropiados y la violación de la privacidad.

Es por eso que resulta fundamental que los niños y niñas aprendan a proteger su privacidad y seguridad online, y que los padres y madres les enseñen las herramientas y medidas necesarias para hacerlo.



**Establecer límites:** Es importante que los padres y madres establezcan límites claros sobre el uso de internet y las aplicaciones. Deben asegurarse de que los niños y niñas entiendan lo que pueden y no pueden hacer en línea y de que conozcan las consecuencias de incumplir las reglas.

**Aprender a buscar y filtrar contenido:** Los niños y niñas deben aprender a utilizar herramientas de búsqueda y a aplicar filtros de contenido para evitar la exposición a contenidos inapropiados. Es importante que sepan cómo hacerlo para protegerse a sí mismos y a sus dispositivos.



**Reconocer contenido inapropiado:** Los niños y niñas deben ser capaces de reconocer contenido inapropiado y entender que no es adecuado para su edad. Pueden identificar estos contenidos por su título, descripción o imágenes.

**Hablar con un adulto de confianza:** Si un niño o niña encuentra contenido inapropiado en internet, debe hablar con un adulto de confianza, como un padre, madre o maestro/a. Es importante que se sientan seguros y cómodos hablando sobre cualquier preocupación o problema que tengan en línea.



**Reportar contenido inapropiado:** Los niños y niñas también deben saber cómo reportar contenido inapropiado en línea. Muchas plataformas tienen herramientas para reportar contenido inapropiado, como la pornografía. Es importante que los niños y niñas sepan cómo usar estas herramientas y que se sientan cómodos haciéndolo.

**Mantenerse actualizado:** Los niños y niñas deben estar al día con los últimos consejos de seguridad online y conocer las herramientas de privacidad y seguridad que están disponibles. Es importante que se mantengan informados sobre los riesgos en línea y las formas de protegerse a sí mismos.



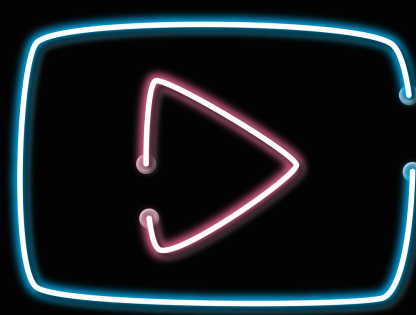
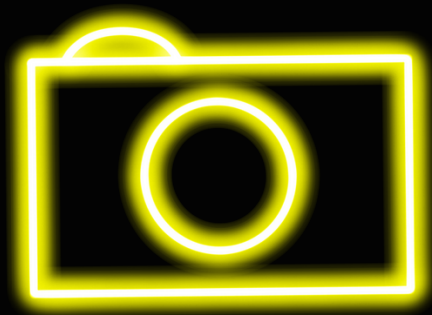
## ¿Y SI LO HA VISTO YA?

Si un menor de edad ha accedido a contenido inadecuado para su edad, es importante que se sienta seguro y protegido para hablar sobre lo que ha visto. Es normal que los niños y niñas tengan curiosidad sobre el sexo y la pornografía, pero es importante que comprendan que la pornografía no es una representación realista de la sexualidad y que puede ser perjudicial para su desarrollo emocional y psicológico.

El consejo principal que se le puede dar al menor de edad es que hable con un adulto de confianza, como sus padres, madres o un tutor/a, sobre lo que ha visto. Este adulto puede proporcionarle información y apoyo adecuado para comprender lo que ha visto y evitar futuras exposiciones a contenido inapropiado.

También es importante que sepa que no está solo en esto y que muchas personas, incluidos adultos, también han pasado por situaciones similares. Es importante recordarle que no es culpable de haber visto ese contenido, ya que muchas veces es fácil tropezar con él accidentalmente mientras navega por internet.

Otro consejo importante es que se asegure de borrar o eliminar cualquier contenido inapropiado que haya descargado o almacenado en su dispositivo. Los niños y niñas pueden ser vulnerables a depredadores online que utilizan contenido sexualmente explícito para manipularlos y abusar de ellos.



## ¿CÓMO LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LA PUBLICIDAD PUEDEN INFLUIR EN LA PERCEPCIÓN DE LA SEXUALIDAD EN MENORES DE EDAD Y CÓMO PREVENIR SU IMPACTO NEGATIVO?

Los medios de comunicación y la publicidad son poderosos medios de influencia que **pueden impactar significativamente en la percepción de la sexualidad en menores de edad**. Estos pueden presentar una imagen estereotipada, objetivada y distorsionada de la sexualidad, que puede tener efectos negativos en el desarrollo emocional, psicológico y social de los niños y niñas.

Uno de los principales riesgos asociados a la influencia de los medios de comunicación y la publicidad en la percepción de la sexualidad en menores de edad es la objetivación del cuerpo humano.

Los medios de comunicación y la publicidad suelen presentar **imágenes sexualizadas de hombres y mujeres**, utilizando sus cuerpos como objetos para promocionar productos y servicios. Esto puede llevar a los niños y niñas a percibir sus propios cuerpos como objetos y a preocuparse en exceso por su apariencia física.

Otro riesgo asociado es la **normalización de conductas sexuales inapropiadas o no consensuadas**. En algunos casos, los medios de comunicación y la publicidad pueden presentar conductas sexuales como algo normal y deseable, incluso cuando estas son inapropiadas o no consensuadas. Esto puede llevar a los niños y niñas a normalizar ciertas conductas y a no reconocer situaciones de abuso o violencia sexual.

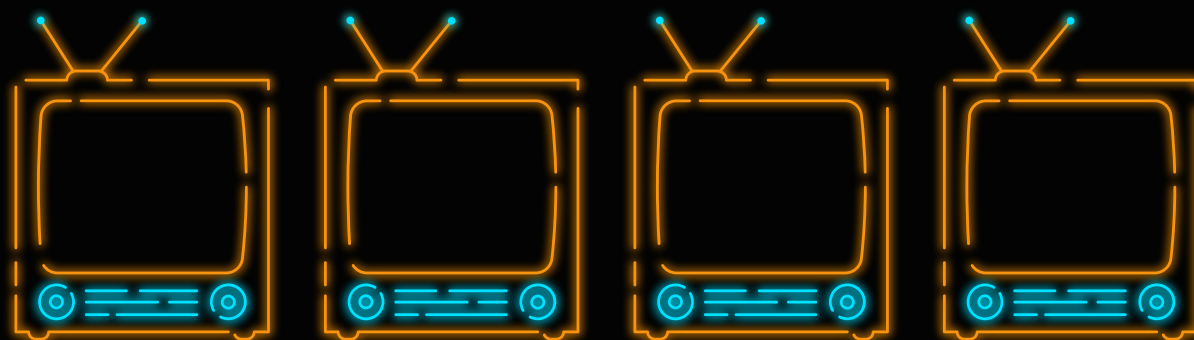
Además, los medios de comunicación y la publicidad pueden transmitir **una imagen sesgada de la sexualidad, limitando su expresión a patrones estereotipados y heteronormativos**. Esto puede llevar a los niños y niñas a sentirse confundidos o excluidos si sus propias experiencias no se ajustan a estos patrones.

Para prevenir el impacto negativo de los medios de comunicación y la publicidad en la percepción de la sexualidad en menores de edad, es importante fomentar la educación sexual desde una perspectiva crítica y reflexiva.

Los padres y madres pueden **acompañar a sus hijos e hijas en la comprensión de los mensajes mediáticos** y publicitarios, ayudándoles a identificar estereotipos y mensajes sexistas y a desarrollar un pensamiento crítico sobre la información que reciben.

Además, es importante fomentar una educación sexual basada en valores de respeto, igualdad y consentimiento, que permita a los niños y niñas desarrollar una percepción saludable y positiva de su propia sexualidad y de la de los demás.

Esto implica enseñarles a reconocer y respetar sus propios límites y los de los demás, y a entender la importancia del consentimiento en las relaciones sexuales.



# LÍNEAS DE AYUDA ANAR



**900 20 20 10**

Teléfono ANAR para menores  
de edad en riesgo.

**600 50 51 52**

Teléfono ANAR para las  
familias y los centros escolares.

**CHAT.ANAR.ORG**

Si prefieres escribir puedes  
contactarnos a través de  
nuestro chat.