



Dirección General de Infancia,  
Familia y Fomento de la Natalidad  
CONSEJERÍA DE FAMILIA,  
JUVENTUD Y POLÍTICA SOCIAL



## SERVICIO DE ATENCIÓN EN ADICCIONES TECNOLÓGICAS (S.A.A.T.)

# SEXUALIDAD SALUDABLE EN LA ADOLESCENCIA Y EN LAS REDES

»»» Acompañando a la adolescencia frente a las conductas de riesgo en las tecnologías.



# INTRODUCCIÓN AL TRABAJO CON ADOLESCENTES

Las tecnologías, junto con las numerosas ventajas que ofrecen, constituyen un importante espacio de socialización para la juventud adolescente. En este sentido, la expresión de su sexualidad, encuentra en el contexto virtual un escenario donde desarrollarse y experimentar, a veces con posibilidades que el mundo real no puede ofrecer, como la inmediatez o el anonimato.

En este escenario pueden surgir riesgos capaces de impedir que vivan su sexualidad de forma libre, co-responsable y segura. Aspectos para los que una educación sexo-afectiva con enfoque de género, se hace necesaria.

Esta propuesta responde a la urgencia de una educación sexo-afectiva, ligada estrechamente a la autoestima, a las emociones, a la intimidad y al establecimiento de relaciones de buen trato basadas en la igualdad, para abordar el uso saludable y responsable de las tecnologías. Además de profundizar en los riesgos de la sobreexposición a las redes y su repercusión en la integridad de los y las adolescentes, se incidirá en el cuidado de uno mismo, la búsqueda de la propia identidad, la "ventana" hacia el mundo desde la red, la privacidad, la pertenencia a un grupo, la relación con iguales, y muchos otros aspectos para realizar un uso tecnológico consciente.

Las actividades dirigidas a esta población ocuparán aproximadamente el 70% del plan de prevención sobre pornografía infantil.

## OBJETIVOS

- Construir un concepto de sexualidad con un enfoque afectivo que promueva una buena autoestima e intimidad.
- Conocer los principales riesgos relacionados con la vivencia de la sexualidad en la red (sexting, sextorsión y grooming).
- Adquirir recursos y habilidades para protegerse ante situaciones de riesgo.
- Empoderar a adolescentes en el desarrollo de su sexualidad con una mirada de género e igualitaria.

## METODOLOGÍA

- Activa y participativa, donde se fomente un aprendizaje educativo y social.
- Aprendizaje cooperativo basado en la gestión de problemas que ocurren en el día a día en la adolescencia, con y sin tecnologías de por medio.
- Aprendizaje basado en la reflexión y la comunicación asertiva.
- Enfoque de género, de forma transversal a los contenidos: analizando el impacto de una problemática en función del género, ofreciendo datos e información que refleje posibles desigualdades, etc.

## »»» IDENTIDAD

La búsqueda de una identidad propia se convierte en un objetivo central en la vida de cualquier adolescente. Necesitan saber quiénes son y sentirse valorados/as por sus figuras de referencia e iguales.

La meta de cualquier adolescente es alcanzar una idea de sí mismos/as con la que sentirse bien, lo que les lleva, en muchas ocasiones, a prestar más atención a las impresiones que puedan causar en los demás, para lo que las redes adquieren un papel facilitador. No obstante, este hecho puede tener un impacto negativo cuando el/la adolescente utiliza las tecnologías como evasión, para habitar un mundo ilusorio donde poder ser diferente y simular características personales que de otra forma no tendrían.

Para fortalecer el desarrollo de una identidad saludable es fundamental educar emocionalmente en la adolescencia y tomar conciencia de los mensajes que se transmiten directa e indirectamente a un/a adolescente. La autoestima es la actitud de cuidado y respeto hacia uno/a mismo/a y se construye, entre otros aspectos, a través de la interiorización de información (feedback) que se recibe de los demás.

En la medida en que la autoestima esté nutrida, menos reforzadores externos y materiales (followers, likes...) se necesitarán para sentir bienestar, además se podrán generar actitudes de auto-cuidado que serán básicas para prevenir riesgos relacionados con su vivencia de la sexualidad en la red.

## CONTENIDOS

## »»» INTIMIDAD

Lograr una relación de intimidad requiere tiempo y respeto, exige conocer a la otra persona y sus intenciones y esto no siempre es fácil cuando establecemos relaciones en la red. Las tecnologías, son un vehículo más donde interactuar, con algunas posibilidades que el mundo real no ofrece como la instantaneidad, el anonimato y la virtualidad. En el plano erótico y sexual, aparecen prácticas como el sexting, que consiste en compartir contenido erótico con una o más personas como parte de una práctica sexual consensuada e íntima. Sin embargo, puede ocurrir que ese deseo tan humano de mantener contacto y compartir información personal, se vuelva en contra cuando la persona en la que creemos confiar amenaza con hacer un uso no consentido de información como chantaje (sextorsión) o cuando la persona no es quien dice ser para ganarse nuestra confianza (grooming).

Por lo tanto, cultivar la intimidad se convierte en un aspecto necesario para el desarrollo pleno de los/as adolescentes. Para poder desarrollar relaciones saludables, tomar la intimidad propia como algo valioso es fundamental y básico para, en segundo lugar, empatizar cuando otra persona nos brinda su confianza. Ser conscientes para poder elegir en qué momento y con qué personas establecer una relación de intimidad, también requiere construir relaciones basadas en la igualdad, la reciprocidad y el buen trato.

## CONTENIDOS

### »»» CONSTRUCCIÓN DEL DESEO

La capacidad de sentir deseo es una cualidad que existe en las personas a lo largo de toda la vida. Este ámbito de la sexualidad no siempre ha sido visibilizado por la educación sexual ya que se ha enfocado durante mucho tiempo en otros contenidos como la función reproductora.

El deseo es la vivencia única, personal e íntima de la sexualidad y funciona en cada persona de forma diferente. Promueve sensaciones, emociones, atracción, búsqueda de contacto y, en algunos casos, interacción sexual. No obstante, estas experiencias están mediadas por los modelos que observamos en la sociedad, muchos de ellos basados en desigualdad, estereotipos de género y conductas violentas.

Los/las adolescentes, como personas deseantes y, en su búsqueda de elementos que activen su deseo, eligen internet como medio, casi exclusivo, de explorar su sexualidad. Sin embargo, la construcción de dicho deseo a través de los contenidos que ofrecen las redes, genera el riesgo de entender la sexualidad de forma homogénea e interiorizando modelos no siempre saludables.

Por ello, al deseo sexual tiene que acompañarle una ética del placer, que reconozca las distintas formas de sentirse, vivir y expresar y construir el deseo sexual con respeto y libertad.

### »»» ENFOQUE DE GÉNERO

Cuando nos referimos al género, hay que hacer una diferenciación con el concepto de "sexo". Mientras que el sexo hace referencia a las características biológicas, fisiológicas y genéticas propias de la persona, el género señala las diferencias sociales, culturales y psicológicas entre hombres y mujeres que permiten explicar la desigualdad de género existente y su expresión en los roles y estereotipos de género.

Las tecnologías conforman un espacio donde las diferencias de género se manifiestan, a través del contenido expuesto en las redes, entre otros aspectos. La mayoría de este contenido (publicidad, youtubers, influencers...) reproduce estereotipos muy arraigados en el imaginario colectivo. Aspectos que, lejos de ayudar a adolescentes a desarrollar una autoestima saludable, reproducen y ahondan en los roles de género existentes (caracterizados por ser dicotómicos, excluyentes, así como discriminatorios).

Por ello, las principales figuras de referencia tienen un papel esencial en la educación y supervisión saludable de los adolescentes con el fin prevenir aquellas situaciones basadas en desigualdad, estereotipos de género y conductas violentas.

# INTRODUCCIÓN AL TRABAJO CON ADULTOS

La adolescencia trae consigo nuevas necesidades donde la intimidad y la búsqueda de nuevos referentes empiezan a adquirir un peso importante en el desarrollo de la identidad adolescente. En este complejo proceso, las tecnologías, aparecen como una fuente de información más, donde la rápida sucesión de cambios favorece que cada vez haya más diferencias de conocimientos entre generaciones. Por otro lado, en esta etapa de desarrollo comienza la maduración de la sexualidad y la necesidad de descubrimiento y exploración de esta esfera. Sin embargo, es en estos años cuando, fruto del desconocimiento, falta de información veraz, referentes, inclinación hacia experimentar emociones fuertes, etc., pueden aparecer más conductas de riesgo por parte de los/as adolescentes.

En este aspecto, el papel de padres, madres, tutores y profesionales de la educación es fundamental, no sólo para garantizar la seguridad e integridad física y psicológica de los/as adolescentes, sino para representar modelos de conducta saludables y afectuosos, dentro y fuera de la red. Asimismo, hay que destacar el papel de la comunidad educativa en la socialización de los/as adolescentes. En la medida en que profesores/as y otros profesionales estén sensibilizados/as hacia las nuevas realidades y problemáticas del alumnado, constituirán un factor de protección más sólido y serán más capaces de identificar y dar respuesta a situaciones de riesgo.

Por ello, trabajaremos con padres, madres, tutores y profesionales, la educación sexual desde un enfoque afectivo, como algo ligado necesariamente a la confianza, el respeto y a la comunicación, con el fin de ser los principales referentes en la detección e intervención en casos en los que hayan podido sufrir algún tipo de acoso o extorsión, desde un enfoque de trabajo no "culpabilizador" y acogedor.

## OBJETIVOS

- Reforzar los vínculos afectivos entre los miembros de la unidad familiar mediante la confianza, la comunicación y el respeto.
- Abordar la sexualidad de forma natural y libre de tabúes entre padres, madres, tutores, profesionales y adolescentes.
- Trabajar y dar a conocer las conductas de riesgo relacionadas con la vivencia de la sexualidad en la red en adolescentes.
- Dar pautas de prevención e intervención en aquellos casos donde haya situaciones de riesgo: señales de alerta, tratamiento especializado y derivación.
- Adquirir pautas metodológicas a la hora de intervenir con adolescentes que hayan expresado ser víctimas de grooming, sexting o sextorsión.
- Acompañar a adolescentes en el desarrollo de su sexualidad con una mirada de género e igualitaria.

## METODOLOGÍA

- Activa y participativa, con la finalidad de dar pautas educativas reforzando la colaboración.
- Aprendizaje cooperativo basado en problemas que ocurren en el día a día de la convivencia familiar y educativa.
- Aprendizaje basado en la reflexión y comunicación asertiva.
- Enfoque de género, de forma transversal a los contenidos: analizando el impacto de una problemática en función del género, ofreciendo datos e información que refleje posibles desigualdades, etc.

## »»» SEXUALIDAD CON ENFOQUE AFECTIVO

La educación sexual ha avanzado hacia un enfoque en el que, además de incorporar una visión que sobrepasa el conocimiento de la biología y la fisiología, introduce el entendimiento de la afectividad y la naturaleza de las relaciones, como partes indivisibles de la esfera sexual humana. Esta forma de entender la sexualidad recibe el nombre de sexualidad con enfoque afectivo y constituye un interesante marco con el que trabajar en todas las etapas del desarrollo, especialmente durante la adolescencia.

Según esto, abordar la sexualidad implica abordar la construcción de la identidad (la definición que se realiza de uno/a mismo/a y cómo se expresa), del deseo (cómo se genera, hacia qué y cómo se muestra), la intimidad (cómo y con quién se comparten aspectos personales y privados) y el género (cómo las diferentes construcciones sociales, y en ocasiones, las desigualdades, influyen en la forma en que se entienden las relaciones), entre otros.

## CONTENIDOS

## »»» RIESGOS EN LA SEXUALIDAD ADOLESCENTE EN RELACIÓN CON LAS TECNOLOGÍAS

Acompañar en el uso saludable de las tecnologías con adolescentes, requiere en muchos casos, abordar la sexualidad, ya que éstas son un escenario más donde la juventud se mueve, se relaciona y experimenta. Por lo que una educación sexo-afectiva en relación con las tecnologías es indispensable para que adolescentes puedan hacer uso de ellas conociendo y gestionando posibles situaciones de riesgo.

Los riesgos más comunes a los que chicos y chicas adolescentes están expuestos hacen referencia a mantener contacto con personas desconocidas y el mal uso de información de contenido sexual. Estas situaciones reciben el nombre de grooming, sexting y/o sextorsión.

- **Grooming:** Es la persuasión de una persona adulta hacia un/a menor, haciéndose pasar por adolescente, con la intención de generar una relación de confianza, para que después el/la menor realice actividades sexuales o difundir la información en redes pornográficas.
- **Sexting:** envío de material de contenido sexual, generalmente fotos o videos, a una o más personas como práctica erótica, de forma íntima y consensuada. Se diferencia de otras prácticas porque no existe coacción y se realiza dentro de una relación de confianza. Si bien puede acarrear problemáticas como la creciente precocidad con la que se inician estas prácticas o el uso que se haga del contenido cuando la relación se acaba, entre otros.
- **Sextorsión:** amenaza de uso de material de contenido sexual, generalmente fotos o videos, con el fin de obtener algo a costa de la persona que lo sufre.

## CONTENIDOS

### »»» CÓMO PREVENIR SITUACIONES DE RIESGO

6 de cada 10 víctimas de grooming son adolescentes. Por ello, la prevención en los círculos de socialización más importantes para el/la adolescente (familia y centro educativo), constituyen un importante factor de protección ante situaciones de riesgo para su sexualidad dentro y fuera de la red.

Elementos tan importantes como la comunicación libre de juicios o la disposición para hablar de cualquier cuestión directa o indirectamente relacionada con la sexualidad, ayudará a padres, madres, tutores o profesionales de la educación a presentarse como figuras de referencia afectivamente cercanas. Pese a la distancia natural que el/la adolescente toma de estas figuras adultas en favor de su círculo de iguales, sentir tal cercanía facilitará acudir a un/a adulto/a cuando necesiten.

### »»» ACTUACIÓN EN CASOS DE RIESGO

Cuando se sospecha o se recibe el testimonio de un/a adolescente que manifiesta haber sido víctima de grooming, sexting o sextorsión, conviene tener claro la forma de actuar y adoptar una actitud acogedora hacia lo que nos está expresando.

En muchas ocasiones, existe entre las figuras de referencia, la tendencia de transmitir, directa o indirectamente, un mensaje "culpabilizador" movido por el miedo (a que la situación se repita, a que genere sufrimiento en el/la adolescente, consecuencias negativas a la familia, a la reputación del centro, etc.) que puede llegar a alejar al/la adolescente y generarle sentimientos de culpa y, en el peor de los casos, generar un proceso de revictimización.

Por ello, de cara a afrontar situaciones tan complejas, es interesante entrenar desde etapas anteriores actitudes de escucha y reforzamiento positivo cuando el/la adolescente acude al adulto para tratar temas, tengan relación o no con su sexualidad. En el momento de enfrentarse a un posible testimonio, será de utilidad conocer el protocolo a seguir en casos de denuncias y organismos a los que acudir y, en igual o mayor medida, disponer de recursos personales que hagan sentir cercanía, seguridad, aceptación y no juicio al adolescente .

El plan de prevención pretende que las figuras de referencia adquieran estrategias y herramientas que les permitan prevenir situaciones de riesgo, así como, actuar en dichas situaciones. Se trata de promover y poner en práctica espacios de comunicación asertivos libre de juicio, donde el/la adolescente se sienta seguridad, aceptación y confianza para abordar temas relacionados con la vivencia de la sexualidad.

## CONCLUSIONES

La idea principal sobre la que se apoyan estos contenidos es la de construir un concepto de sexualidad ligado al **respeto, la comunicación y la gestión emocional**.

- Respecto a los contenidos a trabajar con **ADOLESCENTES** lleva una línea centrada en la construcción de su identidad y sexualidad con una mirada amplia, que entienda el valor de las relaciones como algo ligado estrictamente a la autoestima, a las emociones y a la intimidad. En relación a las tecnologías, se trata de que sean capaces de construir y desarrollar el concepto de la sexualidad, incorporando una actitud responsable y de cuidado, con el fin de que entiendan los riesgos derivados de su uso y sean capaces de actuar frente a situaciones que les pongan en peligro.
- Respecto a los contenidos a tratar con **ADULTOS**, el foco se encuentra en trabajar aquellos aspectos esenciales en las relaciones sexo-afectivas de los adolescentes, dando espacios de reflexión y comunicación. Para ello, se trabajará desde una mirada basada en el respeto, la comunicación y la gestión emocional como ingredientes fundamentales en el trabajo con adultos, con el fin de reforzar los vínculos afectivos con sus hijos/as.