

INTERNET Y LA SALUD SEXUAL

¿Debería ver pornografía para aprender sobre sexo?

PALABRAS CLAVE

pornografía | contenido online | sexo | consentimiento



Cuando se trata de aprender sobre el sexo, es importante abordarlo de una manera que sea **saludable y respetuosa**. Hablemos de si la pornografía puede ofrecer una visión realista y respetuosa del sexo.

Algunas personas, ya sean hombres o mujeres jóvenes, pueden recurrir a la pornografía por **curiosidad**. Tal vez escucharon hablar de un acto sexual y les gustaría saber más al respecto. Quizá piensen que la pornografía puede ser una forma útil de **visualizar conceptos** que pueden parecer abstractos para ellos, como las partes del cuerpo del sexo opuesto o cómo se ve el placer sexual entre dos personas. Incluso podrían ver esto como una forma de **aprendizaje visual de la salud sexual**, lo que podría ayudarles a comprender sus preguntas sobre el rendimiento sexual.



Por otro lado, es esencial tener en cuenta la naturaleza de lo que se presenta en la pornografía: los actos sexuales y las relaciones que se muestran **no siempre reflejan las relaciones de la vida real y con frecuencia presentan escenarios poco realistas**. Debido a esto, ver pornografía para aprender sobre sexo tiene muchos inconvenientes:

- La pornografía puede **imponer expectativas poco realistas** sobre la imagen corporal, el rendimiento y las expectativas en las relaciones. Los actores en las películas pornográficas a menudo, si no siempre, toman suplementos para mejorar su rendimiento sexual y las escenas se crean con muchos cortes y ediciones.
- La pornografía no muestra **la importancia del consentimiento, la comunicación y la conexión emocional** en las relaciones sexuales, elementos fundamentales para una vida sexual saludable y satisfactoria. Lamentablemente, algunas personas que trabajan como intérpretes en estas películas no han elegido esta profesión libremente y pueden ser explotadas, lo cual no constituye un buen ejemplo de consentimiento en las relaciones sexuales.
- El consumo excesivo de pornografía, especialmente a una edad temprana, conlleva el riesgo de **adicción**. Consumir pornografía mientras el cerebro aún se está desarrollando puede interferir con la vida diaria, las relaciones, la comunicación con los demás y el bienestar mental en general.
- El consumo regular de pornografía también puede llevar a varios **trastornos sexuales**, como problemas de erección o la incapacidad de lograr satisfacción sexual. Esto se debe a que la pornografía está repleta de estímulos fuertes (mostrando actos sexuales intensos) que dificultan o hacen imposible llevar una vida sexual normal sin depender de materiales pornográficos o sin pedir actos similares a los compañeros sexuales.



La pornografía no es el canal adecuado para obtener información sobre salud sexual y bienestar. Lo que ves en la pornografía es ficción, ¡igual que cuando ves películas violentas o videojuegos! **No son relaciones reales ni saludables.**

Aquí tienes una sugerencia: en lugar de recurrir a sitios pornográficos generales, considera buscar **fuentes confiables que ofrezcan información precisa y accesible** sobre salud sexual y relaciones, como contenido en redes sociales producido por educadores sexuales y aplicaciones especiales para salud sexual y reproductiva. Estas fuentes proporcionan una visión más equilibrada del sexo como una actividad que se basa en el consentimiento, la comunicación y la satisfacción mutua para ser placentera para ambas personas, lo cual es mucho más realista que la imagen que muestra la pornografía convencional.



**INTERNET Y LA SALUD
SEXUAL**

