

La pornografía en internet

Más de quinientos millones de páginas web poseen contenido pornográfico. Su consumo mueve 2 500 millones de dólares anuales solo en los Estados Unidos, y se ha detectado que provoca estragos en millones de familias de todo el mundo.

DESDE HACE POCOS AÑOS HAN empezado a acudir a las consultas de psiquiatras y psicólogos pacientes (o algún familiar) con dificultades en el manejo de su sexualidad.

Cada vez con mayor frecuencia, suelen relatar historias acerca de un aislamiento progresivo de su familia, en favor de una conexión exagerada a las nuevas tecnologías. Se asocia a ello un consumo de contenidos nocivos, con consecuencias graves en su estado psicológico, cercanas a las adicciones más clásicas y con repercusiones directas en la esencia misma de la persona, contra su vida conyugal y sus relaciones familiares.

Quienes se dedican a la terapia conyugal y familiar saben que el matrimonio y la familia atraviesan un momento delicado: la gente se casa menos, se cohabita mucho más que hace unos años, las tasas de natalidad han descendido de forma drástica, el número de abortos no para de crecer y las cifras de separacio-



CAROLINA LUJO
[PSICOPED 98]

*Psicopedagoga y
colaboradora del ICS*

nes y divorcios se han disparado. ¿Tiene algo que ver la informática en todo esto? ¿Puede estar influyendo un mal uso de las nuevas tecnologías? ¿Puede el consumo de pornografía por internet estar contribuyendo a esta debacle?

A nadie se le escapa que desde la aparición del primer ordenador, hace ya más de cincuenta años, la informática ha evolucionado a pa-

sos agigantados. De las fichas perforadas se pasó a las enormes computadoras, y de estas a los ordenadores de sobremesa, para acabar imponiéndose los portátiles, las tabletas y los *smartphones*. En España, en 2012, el 7 por ciento de los hogares tenía un ordenador, y casi el 96 por ciento de la población, un teléfono móvil.

Pero no solo los instrumentos han avanzado, sino que el verdadero *boom* se ha producido con la irrupción de internet. Algunos datos lo demuestran: en España ocho de cada diez personas usan internet a diario, más de la mitad son internautas compradores, el 50 por ciento se conecta a diario a redes sociales de



ILUSTRACIONES: Diego Fermín

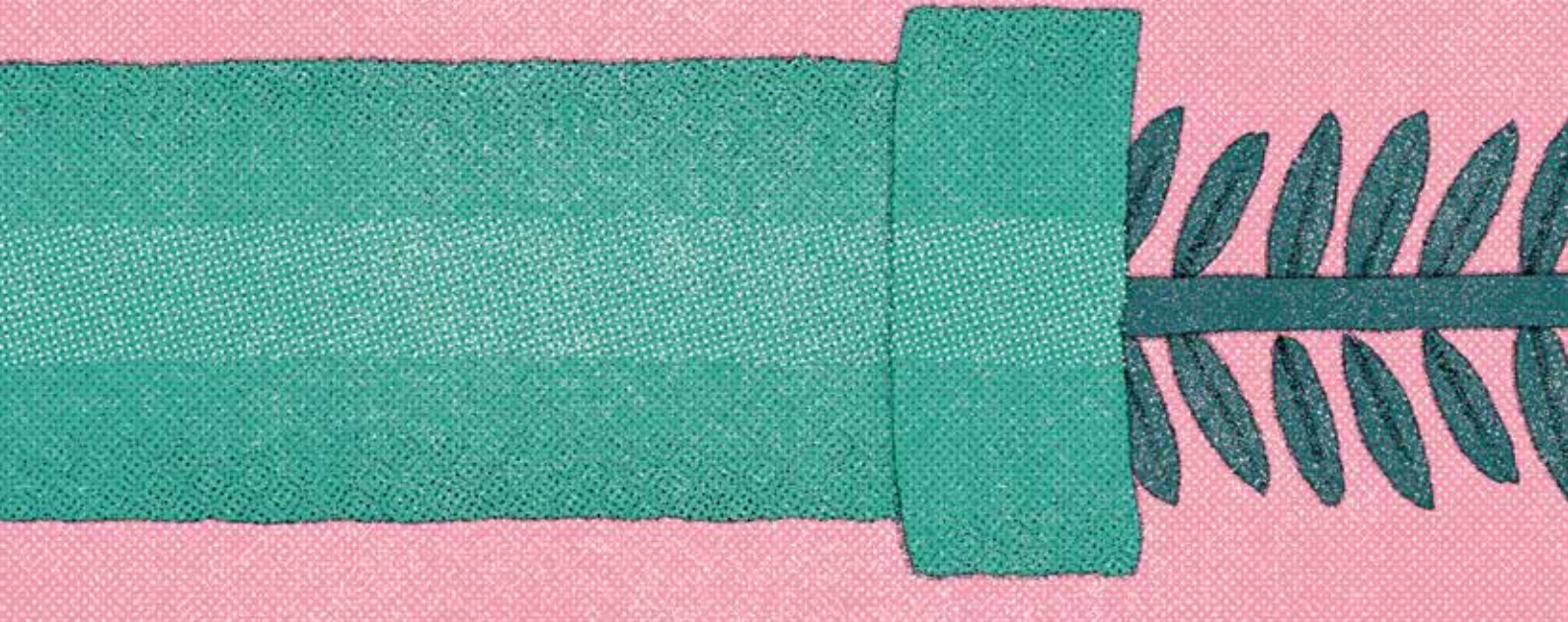
perfil personal más de una hora al día para ver fundamentalmente fotos, o para hablar con los amigos. El teléfono móvil se ha convertido sin darnos cuenta en lo que algunos llaman el nuevo PC: *pocket computer*.

Esto no significa que uno deba mostrarse contrario a la evolución y la modernización. Es obvio que internet y las nuevas tecnologías nos facilitan la vida, pero también es posible verificar el impacto negativo que pueden causar en nuestra sociedad. Centremos la atención en el uso de la pornografía por internet y su repercusión en el matrimonio y la familia. Analicemos, en primer lugar, cuál es el contexto y el proceso que ha permitido llegar hasta la situación que hoy se nos presenta.

LAS CIFRAS DE LA PORNOGRAFÍA. En la actualidad existen más de quinientos millones de páginas web de acceso a material pornográfico. Se calcula que en Estados Unidos unos tres millones de usuarios pagan, de media, sesenta dólares mensuales por la pornografía que consumen. Como resultado se estima que esta industria genera unos ingresos anuales de más de 2 500 millones de dólares solo en este país.

Pero lejos de pensar que el acceso a la pornografía está reservado a los adultos, existen estudios que revelan que el 34 por ciento de los jóvenes entre los diez y los diecisiete años afirma estar expuesto a contenido sexual *online* no deseado y el 75 por ciento de los sitios web que contienen material pornográfico exhiben anuncios visuales en sus páginas de acceso sin consultar antes la edad de quien visita el sitio web.

El *marketing* pornográfico se diseña para introducir a los más jóvenes en el consumo de una pornografía cada vez más denigrante. Esto supone que los jóvenes, todavía con escasa formación, con una configuración de la personalidad aún en desarrollo y con una madurez insuficiente para procesar estas experiencias, vayan asimilando una concepción distorsionada acerca de la sexualidad. En estos contextos se les transmiten ideas tales como que el sexo y el afecto son realidades independientes, que el sexo se puede practicar a pesar de los sentimientos, que si no hay relaciones sexuales tampoco existe verdadera intimidad, que los hombres pueden poseer a cualquier mujer en el momento en que lo deseen, que las mujeres deben responder a



las demandas de los hombres, o que la violencia sexista resulta normal y forma parte de toda fantasía sexual saludable.

Se sabe que cuanto más baja sea la edad de exposición y más extremo el material pornográfico, mayor será la intensidad de sus efectos. Diversos autores

El 34 por ciento de los jóvenes están expuestos a la pornografía y al contenido sexual no deseado

advierten de que nos encontramos ante una verdadera «epidemia», sin ser del todo conscientes de los riesgos y del grave peligro que supone para nuestros niños y jóvenes caer en estas prácticas tan destructivas.

Las consecuencias de estas acciones también afectan a la siguiente etapa del ciclo vital de la persona. Así, las interacciones iniciales entre hombres y mujeres nacen «viciadas», con una transformación de la persona amada desde un sujeto de amor hasta un objeto de placer. Las relaciones románticas de nuestros jóvenes se distorsionan y se deshumanizan. Se pierden el interés por el cortejo y el encanto de la seducción. Existe una erotización de la relación. La dinámica del conocimiento mutuo que conduce hacia el amor verdadero en el darse y recibirse con plenitud se transforma en un tener y en un usar, en relaciones posesivas y dependientes, en un consumir egoísta y desvinculado de todo afecto.

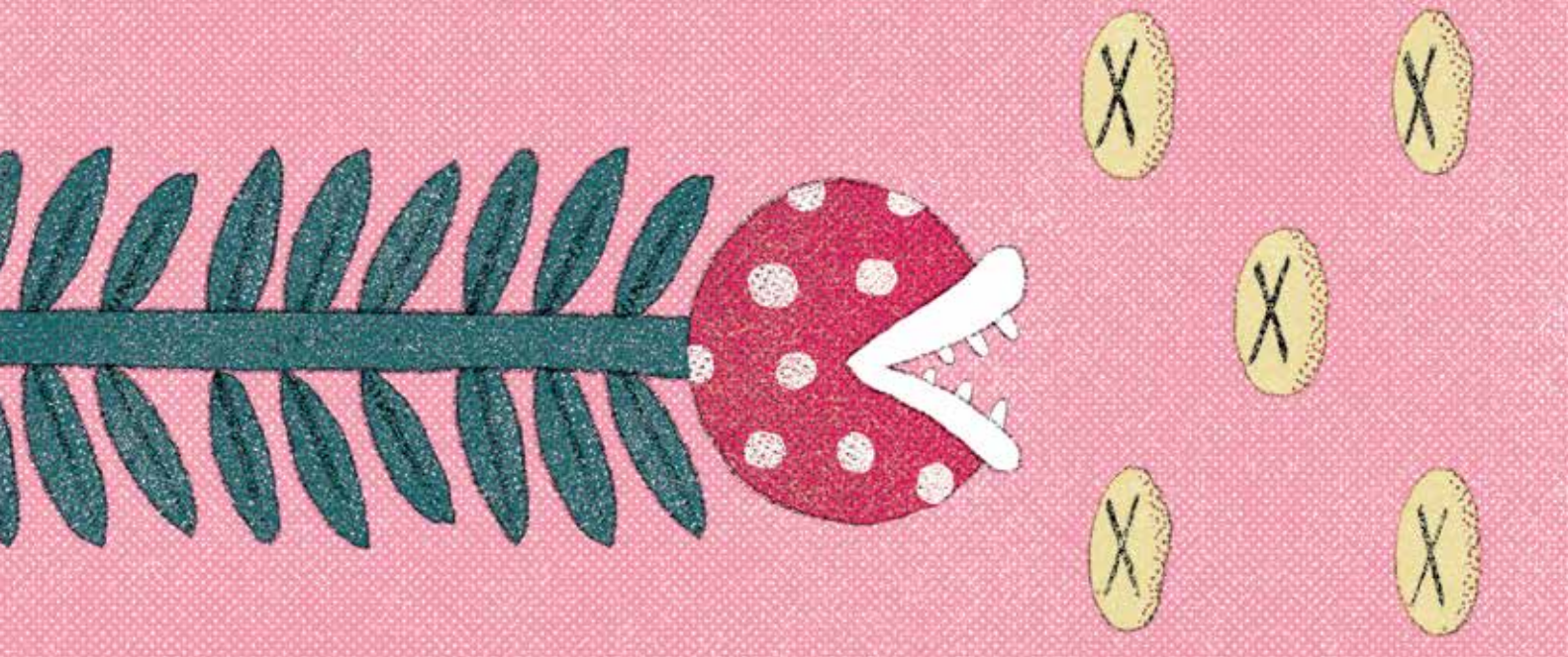
Si, como se ha observado en niños y adolescentes, el consumo de pornografía puede provocar una distorsión de los conceptos básicos de la sexualidad, en los adultos las consecuencias no son mejores.

La alteración que puede producir el consumo de pornografía en la persona es todavía mayor en el seno del matrimonio y la familia.

Las consecuencias de la pornografía por internet tienen que ver con lo que los expertos han denominado Triple A-Engine: accesibilidad, asequibilidad y anonimato, aunque recientemente hay quien ha postulado una cuarta a: la de la aceptabilidad. De este modo, la pornografía adquiere características potenciales únicas para el desarrollo de una adicción: la búsqueda de imágenes cada vez más explícitas; el fácil y cómodo acceso; el nulo o bajo costo—al menos al principio—con el que casi cualquier persona puede acceder; el anonimato; y una implícita aceptación social.

Por si estos ingredientes no fueran suficientes, recientes estudios, elaborados especialmente desde las neurociencias, han constatado que la pornografía puede ser altamente adictiva, ya que involucra los mismos patrones neurológicos que la dependencia a cualquier sustancia tóxica, y provoca en el cerebro del consumidor reacciones químicas—especialmente la secreción de dopamina—que inducen sensaciones placenteras.

SEÑALES DE ALARMA. Con el paso del tiempo, el consumo excesivo de pornografía *online* puede producir también tolerancia y síndrome de abstinencia. Ahora bien, uno de los aspectos más «novedosos» de este tipo de adicción es que la persona puede llevar en apariencia una vida social y laboral «normal». La mayoría de las veces es su propia familia la que empieza a notar conductas o actitudes extrañas. Por ello es muy importante conocer aquellos indicadores que pueden representar señales de alerta de que algo está ocurriendo:



— Comienza a darse en el sujeto un aislamiento progresivo, tanto de su entorno familiar como de su entorno social. Existe una pérdida de interés en relacionarse con otras personas y una tendencia a evitar encuentros sociales en general.

— Aumentan las discusiones y conflictos en las relaciones familiares, tanto en el vínculo marital como en el vínculo paterno-filial.

— Existe una tendencia a reaccionar con ira. Las sospechas que puede generar en los demás provocan confrontación, adoptando una actitud defensiva.

— Comienza a presentar un cansancio crónico. El sujeto que vive con su familia, suele buscar horarios de exposición en los que resulte más difícil ser descubierto. Esto suele ser por la noche, hasta altas horas. Esta situación genera un agotamiento físico y disminución del rendimiento en las actividades cotidianas.

— Hay un abandono de las actividades cotidianas que antes le resultaban interesantes o placenteras. Y un desinterés progresivo hacia cualquier otra actividad recreativa.

— Pueden presentarse problemas laborales, de estudio o de actividades productivas en general, debido a la escasa capacidad de concentración por la invasión de imágenes que llegan a su mente o por el deseo y necesidad imperiosa de volver pronto a ver pornografía.

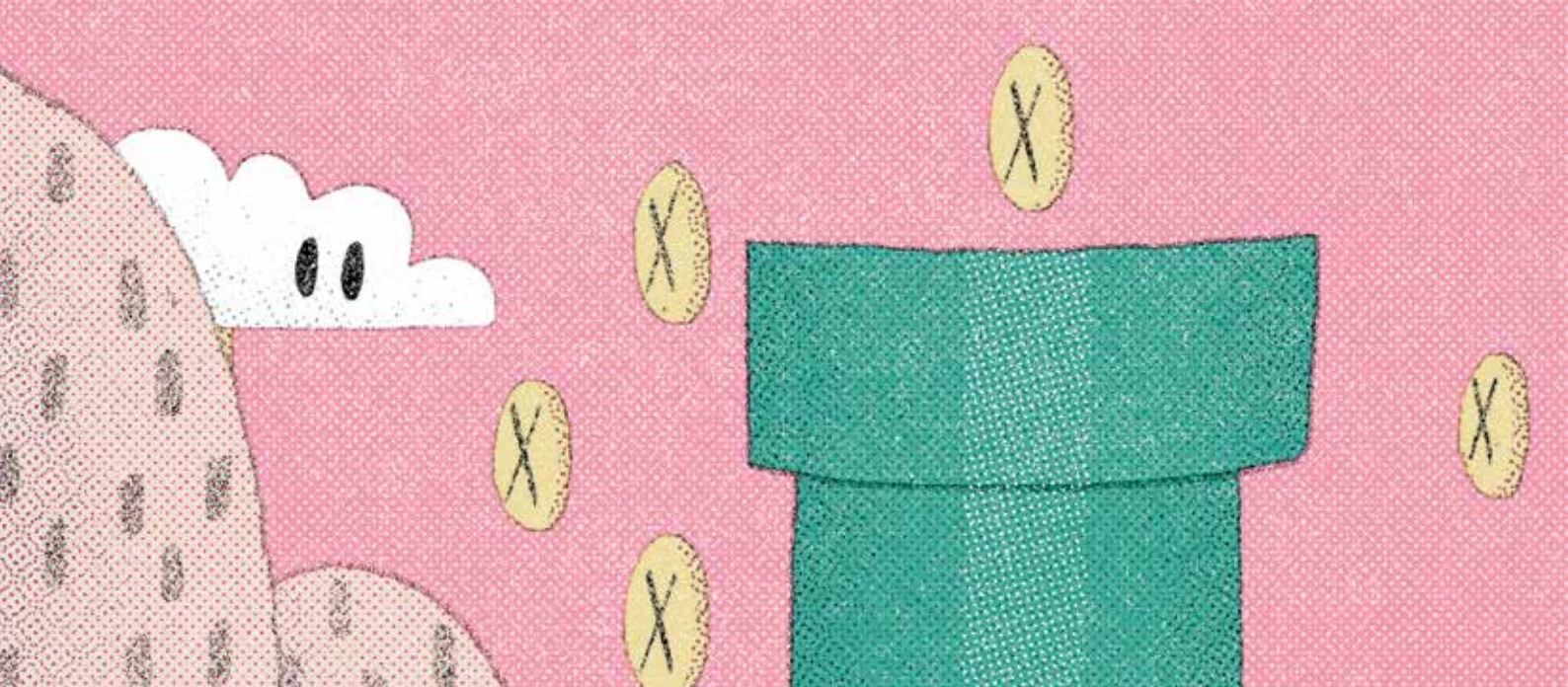
— Existe una mayor frecuencia en el uso de la mentira. Al principio suelen ser excusas relacionadas con el trabajo. Pero poco a poco las excusas se transforman en absurdas, llegando a derivar en reiteradas contradicciones.

— Pérdida de interés en el encuentro sexual con el cónyuge. Desvío del impulso sexual. Este se desvía progresivamente y pasa a canalizarse a través de la masturbación compulsiva ante la visualización de imágenes virtuales. Falta de excitación sexual en ausencia de la pornografía.

Todos estos síntomas van apareciendo progresivamente. Al principio, el sujeto puede pensar que «todo está bajo control». Pero justamente la naturaleza de la adicción hace que el impulso sea cada vez más fuerte y que la falta de autocontrol sea cada vez mayor. Quienes comienzan a consumir imágenes y vídeos pornográficos en exceso necesitan una estimulación cada vez mayor, y el problema tiende a incrementarse. Es lo que algunos investigadores coinciden en denominar el «fenómeno de la pendiente resbaladiza». Lo que al principio puede contemplarse como un entretenimiento inocuo —o incluso puede llegar a despertar en el sujeto sentimientos de culpa o vergüenza—, luego suele transformarse en una trampa de la que resulta muy difícil salir por uno mismo.

Esta realidad se ve aumentada y facilitada por los factores —antes mencionados— que presenta internet y que conducen a que la persona pueda «engancharse» con facilidad. El material, al menos al principio, puede conseguirse de manera gratuita, se dispone de material ilimitado y variado hasta los límites de la perversidad. Internet permite una preservación de la intimidad en el consumo: no hay que exponerse públicamente para adquirir material pornográfico —como sucedía con las revistas, por ejemplo—. Y por si esto fuera poco, la posibilidad de anonimato, o de fingir ser otra persona, resulta el condimento perfecto para transformar toda esta existencia —especie de ficción— en un verdadero problema de difícilísima solución.

La sexualidad humana es una realidad compleja que no puede ni debe reducirse a aspectos meramente biológicos o fisiológicos, sino que requiere siempre el acompañamiento de valoraciones afectivas, éticas y sociales. Como escribió san **Juan Pablo II**, «la sexualidad es un elemento básico de la personalidad; un modo propio de ser, de manifestarse, de comunicarse con



los otros, de sentir, expresar y vivir el amor humano». La sexualidad humana mira al núcleo íntimo de la persona. El dominio de sí, la donación personal y la acogida mutua son las tres modalidades de relación que ayudan a mantener la unión amorosa en una dimensión netamente personal y madura. La pornografía conlleva un desorden implícito en sí mismo al buscar el placer sexual al margen del amor a la otra persona en cuanto persona. El sujeto que recurre a ella lo hace buscando un placer individual, sin tener en cuenta el aspecto relacional ni la dimensión afectiva.

UN SOCAVÓN EN LOS CIMIENTOS DEL MATRIMONIO. Los investigadores confirman que nuestra sociedad se ha «pornificado», con la consiguiente implicación en la visión insana y desnaturalizada de la sexualidad, y con graves repercusiones en el matrimonio y en las relaciones familiares. En el ámbito de las separaciones y los divorcios, los datos no nos pueden dejar indiferentes. En la reunión de la Academia Americana de Abogados Matrimoniales (Estados Unidos, 2012), los expertos afirmaron que en el 68 por ciento de los casos de divorcio una de las partes tenía un amante conocido en internet; el 56 por ciento mantenía un interés obsesivo por webs pornográficas; el 47 por ciento pasaba excesivo tiempo en el ordenador, y un tercio reconocía chatear en exceso en chats sexuales.

La actividad sexual *online* se asume como una infidelidad tan real y auténtica como las clásicas, y constituye la advertencia de estrés conyugal negativo (*distrés*, en terminología médica), separación y divorcio. Las personas adúlteras, en comparación con las que no lo son, eran tres veces más adictas a la pornografía.

El consumo de pornografía y satisfacción conyugal son inversamente proporcionales. Existe una disminución de la satisfacción conyugal, una disminución

de la intimidad conyugal y un aumento de las demandas sexuales de las mujeres, muy al contrario de lo que ocurría hasta la fecha. Según un estudio, los adictos ponen excusas para la intimidad sexual: durante la relación el adicto parece distante, echa la culpa de sus problemas sexuales al cónyuge o desea realizar actividades sexuales censurables.

Por último, la repercusión del consumo de pornografía también se hace notar en los demás vínculos familiares. En este sentido, se aprecia un menor tiempo y atención parental, no solo de quien consume, sino también del otro cónyuge, debido a la preocupación que le genera la situación. Además, es frecuente que en el ámbito familiar se observe una exposición prematura a temas o contenidos que tengan que ver con sexualidad fuera del adecuado contexto de la educación sexual (chistes o alusiones de doble sentido, referencias de un modo grosero a la intimidad). Esto contribuye a la existencia de un mayor riesgo de consumo de pornografía por parte de los hijos.

Sumado a esto, puede presentarse la situación de pérdida del empleo del progenitor con la consiguiente aparición de posibles dificultades económicas. Los niños pueden estar expuestos a un mayor número de conflictos parentales, además del riesgo que supone la propia separación o divorcio de los progenitores.

No hay que obviar que el consumo de pornografía «cosifica» a la mujer, y el riesgo de agresión y violencia sexual se incrementa. Investigaciones de finales de los ochenta, algunas de ellas replicadas en la actualidad, concluyen que el uso de la pornografía aumenta la violencia hacia las mujeres y en ocasiones se trivializa la violación. Este comportamiento agresivo se correlaciona con el aumento de un apetito sexual hacia el uso cada vez más inhumano y desviado de las relaciones íntimas.



POR EL USO RESPONSABLE. El avance en el uso de las nuevas tecnologías ofrece oportunidades pero también importantes riesgos. En el caso del consumo de la pornografía por internet, el hecho de tener un acceso fácil, anónimo, interactivo y asequible para la mayoría de las personas facilita la adicción. Una vez establecida, las consecuencias tanto personales como conyugales y familiares no se hacen esperar.

El bombardeo pornográfico al que están sometidos los jóvenes —carentes de una consolidada madurez psicológica y vulnerables a las ofertas de la red— suele producir una distorsión del concepto de sexualidad. Para los adultos, estas prácticas suponen la transformación de la persona amada en un sujeto de placer, deshumanizando toda relación de amor interpersonal. Toda esta alteración se relaciona directamente con la infidelidad conyugal y

El consumo de pornografía cosifica a la mujer, e incrementa el riesgo de agresión y violencia sexual

con el número de separaciones y divorcios. La relación íntima en el seno del matrimonio también se distorsiona. Se sustituye la donación y aceptación entera del cuerpo sexuado por un sucedáneo en el que prima el interés personal hedonista.

Por último, si la persona cae, arrastra consigo las relaciones interpersonales, su matrimonio, y perjudica fuertemente a la familia. De forma constante e inconsciente, el mal uso de las nuevas tecnologías pone en riesgo los pilares donde se asienta el auténtico amor humano, fuente única de nuestra felicidad.

La relación sexual es una de las más íntimas formas de relacionarse que tienen un varón y una mujer. La entrega sexual mutua y recíproca, que implica también recibir al otro, es siempre y necesariamente un gesto que no se agota en el plano físico. Lo queramos o no, intervienen también en este encuentro lo psicológico y lo espiritual/racional.

La sexualidad humana, vivida dignamente y en plenitud, contiene una belleza auténtica. Esa es precisamente la razón por la que buscamos protegerla. El cuidado de la intimidad —propia y ajena— consiste en conservar y respetar aquello que se considera bueno y bello. La permanente exposición *online* de la «intimidad», lejos de acercar a las personas, las aísla cada vez más. El «mostrarse» de este modo aleja a hombres y mujeres de lo que en verdad «son».

El consumo de pornografía, al incitar al autoerotismo y a la vivencia de una sexualidad egoísta y cerrada, atenta contra cualquier relación. Siempre será un obstáculo para esa realización plena. La relación sexual es una entrega total que trasciende la búsqueda del placer por el placer mismo. No es «solo sexo». El ser humano es más humano en tanto que se «da» a otro, en un acto de generosidad y de plena donación. Esa relación es un encuentro de «intimidades» que, a través de una unión física y emocional, asumen el compromiso total ante un proyecto de vida común.

El ser humano es un ser relacional que necesita la apertura total y desinteresada para realizarse, de ahí que la sexualidad humana alcance su mayor sentido y plenitud solo cuando se libere del egoísmo que la pueda condicionar. **NI**

Ensayo escrito en colaboración con los doctores Jokin de Irala y Adrián Cano.