

**Desensibilización Emocional y Sexual: Sobreexposición a Contenido Sexual en  
Internet en Adolescentes**

**Autoras**

Heydi Vanesa Bueno Caíta<sup>a</sup> - ID: 699848

Sharon Lorena Meléndez Dósman<sup>b</sup> - ID: 709789

**Tutora**

Nolly Nataly Castañeda Ibáñez Ps., Mg.

**Lectora**

Linda Brigitte Gallo Bohórquez Ps. Mg.

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS - UNIMINUTO SEDE PRINCIPAL

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

PROGRAMA DE PSICOLOGÍA PRESENCIAL

BOGOTÁ D.C., MAYO 2024

## Dedicatoria

A mi familia, que ha sido mi apoyo y motivación. A mi hermano Camilo, que siempre ha confiado en mí y en mis capacidades. A cada una de las amistades que he logrado forjar a lo largo de mi vida, que me han visto crecer y me han brindado su cariño.

Heydi Bueno

A mi mamá y a mi abuela por su amor incondicional y apoyo constante a lo largo de mi vida. A mis amigas que siempre han estado dispuestas a escucharme y brindarme su comprensión. A cada uno de los artistas, que, sin saberlo, me han dado felicidad y motivación.

Sharon Meléndez

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Agradecimientos

Nos gustaría agradecer en un primer momento a todos los docentes y profesionales que hicieron parte de nuestra formación académica, en especial a la profesora Nolly Nataly Castañeda Ibáñez, que con paciencia nos brindó su conocimiento y experiencia para poder culminar esta monografía, agradecemos también a aquellas canciones que nos acompañaron en la escritura del documento y a nuestras familias, que cuyos valores, apoyo incondicional y amor han sido nuestra motivación. Gracias por creer en nosotras y por brindarnos el respaldo emocional necesario para superar los desafíos de este proceso.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Prólogo

La motivación principal para abordar esta problemática radica en el comportamiento observado en redes sociales por parte de adolescentes respecto a contenidos sexuales. Se ha detectado que muchos de ellos exhiben conductas inapropiadas, desde comentarios hipersexualizados hasta la publicación de material relacionado con sus cuerpos y entornos. Esta situación nos cuestiona la falta de acompañamiento parental, educativo y psicológico, además de que los contenidos en la internet no son regulados adecuadamente por las plataformas y pueden llegar fácilmente a los menores de edad.

Se abordada el consumo de contenido sexual y como este puede ocasionar distorsiones en la percepción saludable de la sexualidad y las relaciones interpersonales, generando conductas de riesgo, problemas de salud mental y aislamiento social. Adicionalmente, la información sobre sexualidad proporcionada por programas educativos suele ser insuficiente y desactualizada, ya que no aborda el consumo de material pornográfico ni el uso responsable de la internet en relación con la sexualidad.

A través de esta monografía, se pretende ampliar el entendimiento sobre esta temática, exponer sus consecuencias y estrategias para contrarrestarlas. También se destaca la importancia de abordar esta problemática desde una perspectiva psicológica, cognitiva y biológica sin descartar otras posibles formas de abordaje o intervención.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Tabla de contenido

<b>Introducción</b> .....	<b>7</b>
<b>Justificación</b> .....	<b>13</b>
<b>Planteamiento del problema</b> .....	<b>20</b>
Pregunta problema .....	22
Objetivo general .....	22
Objetivos específicos .....	23
<b>Marco teórico</b> .....	<b>23</b>
1. Antecedentes de la problemática .....	23
1.1 En Latinoamérica .....	25
1.2 En Colombia .....	25
1.3 España y Estados Unidos .....	26
2. Conceptos relevantes .....	28
2.1 Sobreexposición a contenido sexual .....	28
2.2 Adolescencia .....	29
3. Consecuencias .....	31
3.1 Consecuencias psicológicas .....	31
3.2 Consecuencias cognitivas .....	33
3.3 Consecuencias biológicas .....	33
<b>Método</b> .....	<b>34</b>
Criterios de inclusión .....	35
Trabajos académicos y de grado .....	35
Artículos científicos .....	36
Criterios de exclusión .....	37
Recolección y análisis de información .....	38
<b>Resultados</b> .....	<b>43</b>
Estrategias psicológicas .....	48
Estrategias cognitivas .....	48
Estrategias biológicas .....	49
Estrategias psicoeducativas .....	49
<b>Discusión</b> .....	<b>50</b>
<b>Conclusiones</b> .....	<b>56</b>

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

<b>Referencias .....</b>	<b>57</b>
--------------------------	-----------

### Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> <i>Búsqueda inicial por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma español. ....</i>	<b>39</b>
<b>Tabla 2</b> <i>Búsqueda inicial por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma inglés. ....</i>	<b>41</b>
<b>Tabla 3</b> <i>Literatura utilizada por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma español. ....</i>	<b>44</b>
<b>Tabla 4</b> <i>Literatura utilizada por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma inglés. ....</i>	<b>46</b>

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Introducción

En la actualidad es fácil acceder al internet y a todo el contenido que este ofrece, lo cual es llamativo para los adolescentes por el anonimato que les proporciona, ya que les permite navegar y explorar espacios sin temor a ser juzgados. Durante esta etapa hay un crecimiento físico, cognitivo y psicosocial, lo cual influye en cómo se sienten, piensan e interactúan (Too et al, 2020), además persiste la curiosidad, la exploración y la construcción de una identidad propia, ya que los comportamientos sexuales en solitario y en pareja son relevantes para la salud, el bienestar y las relaciones de esta población (Herbenick et al, 2021). Pero, junto con las ventajas de este medio, surge un problema preocupante, la cantidad de material sexualmente explícito que hay y lo fácil que es acceder a este, lo que conlleva a una sobreexposición debido a que en la mayoría de sitios webs y redes sociales hay contenido sexualmente sugerente que podría llegar a desarrollar problemáticas que conducen a una comprensión distorsionada de la sexualidad y al desarrollo de conductas sexuales inapropiadas con sus pares, su ambiente o si mismos, llevando esto a una actitud insensible hacia la sexualidad y las relaciones íntimas, dificultando la formación de conexiones emocionales significativas y distorsionando las expectativas del acto sexual real.

Los adolescentes ven pornografía por numerosas razones, entre las que se incluyen mejorar su excitación sexual, facilitar la masturbación, aprender la mecánica del sexo, divertirse, mejorar sus relaciones, aliviar el aburrimiento, ver representadas a personas como ellos o incluso confirmar la identidad de orientación sexual (Fritz et al, 2022). En los últimos años se ha prestado mayor atención a las posibles implicaciones del uso de la pornografía para la salud pública, pero según McKay et al. (2020) la mayoría de los estudios que revisaron señalan que el uso de la pornografía no cumple con la

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

definición de una crisis de salud pública aún, pero sin descartar que no se haya examinado el papel de la pornografía en contextos más amplios de salud sexual y problemas de salud pública. Teniendo en cuenta lo anterior, los adolescentes que ven pornografía tienen mayores probabilidades de tener relaciones sexuales sin condón, aun cuando sus padres han hablado con ellos sobre este método de planificación o de otros anticonceptivos y/o infecciones de transmisión sexual (Wright et al, 2019), lo que subraya la importancia de examinar el contexto en el que se desarrolla el comportamiento sexual de los adolescentes.

Dentro de las investigaciones realizadas frente a este tema, un estudio realizado por Too et al. (2020) da a conocer que el acceso a Internet fue peor para adolescentes quienes tenían problemas de salud mental (87,8%) que para quienes no tenían problemas de salud mental (92,2%), y la diferencia fue mayor cuando se utilizó una medida de condiciones de salud mental más graves (81,3% frente a 92,2%), cabe resaltar que este estudio no tuvo en cuenta ningún otro criterio. Estas cifras se pueden relacionar con conductas poco funcionales en los adolescentes, ya que, alrededor del 24% de ellos admitieron usarlo para interactuar con extraños, el 14% para acceder a contenido pornográfico y el resto para videojuegos u otros intereses (Saputra, 2019 citado en Meilani et al, 2023). Al menos en Indonesia, el uso del internet por parte de los adolescentes paso del 34,9% en el 2014 a 54,68% en 2018.

Según Herbenick et al. (2021), estudios realizados en Estados Unidos, Reino Unido, Australia, Alemania y Japón han observado disminuciones con el tiempo en la actividad sexual en pareja, lo que podría reflejar la influencia de las plataformas de redes sociales, las influencias ambientales en las hormonas y los cambios generales en la conexión humana e intimidad, ya que la disminución en la frecuencia puede estar

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>



asociada con cambios en el repertorio sexual que incluye una mayor permanencia de conductas sexuales en la internet, puesto que actualmente se han dado una serie de cambios sociales y culturales potencialmente convergentes pueden contribuir a estos cambios sustanciales en los comportamientos sexuales de los jóvenes. La conectividad generalizada a Internet y las nuevas tecnologías emergentes han agregado un nuevo medio para brindar experiencias sexuales fuera del sexo físico con una pareja.

En España, según la investigación de Sedano et al. (2024), se observa que el 90.5% de la población entre 13 y 18 años admite haber visto pornografía al menos una vez en su vida. Además, dentro de este mismo grupo demográfico, se identificó que un 76.25% consume pornografía denominada como *hardcore*, en la cual se normalizan los actos sexuales violentos, abusivos y humillantes. Estos comportamientos, que los adolescentes pueden llegar a considerar como habituales y normales dentro de las relaciones sexuales y afectivas, tienen efectos negativos en la percepción de su propia sexualidad y en la percepción del otro. Por otro lado, Del Egido (2021) indica que el 60,9% de los adolescentes han visto alguna vez pornografía en España y cuando esta cifra se divide por sexo, se encuentra que el 90% son chicos y el 32,6% son chicas, con una edad promedio del primer contacto con este tipo de contenido a los 12 años.

En Colombia, Bastidas (2017) encontró que en estudiantes de grado decimo y undécimo, el 62.7% admite haber visto material pornográfico alguna vez, con los hombres siendo la mayoría, admitiendo también que lo ven solos o en compañía de amigos. En esta investigación, los estudiantes que participaron parecen tener presente que la pornografía no muestra las relaciones sexuales de manera real por lo cual no es un medio para aprender y puede causar adicción. Esto se puede contrastar con la investigación realizada por Abril et al. (2022), en donde, si bien el 91% de los estudiantes que

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

participaron consideran importante la educación sexual para prevenir embarazos no deseados y tratar temas tabúes, siguen acudiendo a la pornografía para encontrar respuesta a sus dudas o curiosidad.

Dentro de los intereses por los cuales se buscó el desarrollo de esta temática, la sobreexposición al contenido sexual en internet durante la adolescencia marca antecedentes importantes para su abordaje debido a las posibles consecuencias psicológicas y el impacto social que esto puede llegar a generar en las relaciones interpersonales, como por ejemplo la desensibilización emocional y sexual, que es entendida como la exposición excesiva a algún contenido, que puede generar a largo plazo una adicción (Gouseti et al, 2021). Ahora bien, para Cardenas y Prado, (2024) esta exposición a la pornografía puede generar en la persona una habituación a la violencia generalizada. Así también, según Curo y Chancha (2021) la desensibilización es un proceso en el cual un estímulo ya genera saciedad y se vuelve aburrido, no obstante, para llegar a este, primero debe haber un proceso de adicción al contenido sexual similar a la adicción a sustancias psicoactivas, seguido de esto inicia el proceso de escalada, en el cual el material que generaba excitación en un inicio, ya no lo hace, por lo cual se entra en una búsqueda de material más grotesco para posteriormente entrar en la desensibilización, lo cual transforma el sentimiento de culpa o de terror inicial que se sentía por el consumo a uno de aceptación y normalización. La problemática radica en la última fase, la cual consiste en replicar las acciones de lo visto y la imitación de lo aprendido, para el caso de esta monografía, el contenido sexual será entendido como imágenes o vídeos creados por profesionales o usuarios con la intención de generar excitación sexual en el espectador (Maes & Vandenbosch, 2022).

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

Se decide trabajar esta temática en adolescentes ya que la adolescencia, es la etapa del desarrollo humano definida como aquella en la cual se da inicio a la madurez biológica, hormonal, psicológica y sexual, por lo cual también se dan transformaciones corporales y de identidad personal, puesto que ya se inician a dar reflexiones y cuestionamientos propios sobre sí mismo y el entorno (Cáceres Lembcke & Otoyá Puccio, 2021), lo que conlleva a buscar estrategias de afrontamiento para estos adolescentes y un abordaje desde las diferentes disciplinas psicológicas. Además, esta temática está planteada desde el uso de la internet, la cual sigue siendo un fenómeno relevante en la actualidad ya que según lo indica Zoie y Rashid (2021), se ha vuelto una herramienta importante en la vida de las personas y principalmente de los jóvenes, en donde a través de esta se pueden hacer nuevas conexiones sociales, se puede trabajar, comprar, acceder a entretenimiento, noticias y por supuesto a información de contenido sexual.

Dentro de las posibles consecuencias que la exposición sin límites de este tipo de contenido trae en la adolescencia, algunas investigaciones realizadas en los últimos 5 años indican a nivel biológico el inicio prematuro de la vida sexual, ansiedad y estrés, a nivel social la participación en conductas sexuales de riesgo, tales como tener sexo sin protección y reducción en la calidad de las relaciones interpersonales (Hidalgo de la Rosa, 2023), a nivel emocional adicción y dependencia a este tipo de material (Del Egado, 2021) y a nivel cognitivo impulsividad, compulsividad e incluso problemas en el desarrollo psicológico en general (Grubbs & Perry, 2019; Dwulit & Rzymiski, 2019 como se citó en Meilani et al, 2023).

Algunas de las estrategias de afrontamiento para estos adolescentes y su abordaje desde las diferentes disciplinas psicológicas según Mora (2022), serían: la intervención psicológica cognitivo-conductual, la cual tiene como objetivo principal modificar el

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

comportamiento sexual disfuncional, utilizando la regulación emocional, el afrontamiento conductual y la flexibilidad cognitiva, la intervención psicológica multimodal que se enfoca en tratar síntomas psicológicos y emocionales para así reducir los comportamientos sexuales problemáticos, además de activación de rutas de educación sexual donde se brinden espacios de diálogo, de reconocimiento de la problemática y se incentive a los jóvenes a participar en nuevas formas de ocio (De Hoyos, 2020).

Es por esto, que se desarrolla este trabajo como una monografía investigativa con enfoque descriptivo en donde se destacará la recopilación de información a través de repositorios institucionales y diferentes bases de datos tanto abiertas como institucionales, realizando estas búsquedas tanto en inglés como en español, delimitando los documentos a los publicados entre el 2020 y el 2024, utilizando ecuaciones preestablecidas con términos principales como: sobreexposición, contenido sexual, desensibilización sexual y emocional, además de realizar variaciones con palabras claves tales como sexualidad, pornografía, sexo, redes sociales y consumo pornografía.

El propósito final de este trabajo es evidenciar las estrategias que existen para contrarrestar las consecuencias de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual, a través de la recopilación de información preexistente en la literatura científica, para que finalmente los resultados que se obtengan contribuyan en este campo de investigación y abrir un nuevo camino a proyectos relacionados que puedan complementar y aportar soluciones a dicha problemática.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Justificación

Una de las razones que nos impulsa a abordar esta problemática es el comportamiento que hemos observado en redes sociales por parte de adolescentes con respecto a contenidos sexuales, para la cual nos apoyamos en la investigación de Rendón Martínez et al. (2022) que indica la alta erotización de los adolescentes en la internet, principalmente en mujeres, lo cual se manifiesta en la forma que bailan, posan, o se muestran en sus redes, exacerbando su sexualidad. Lo que concuerda con lo que hemos percibido en ciertas plataformas, puesto que muchos de estos adolescentes exhiben conductas inapropiadas, que van desde comentarios hipersexualizados dirigidos hacia otros usuarios, hasta situaciones relacionadas con su cuerpo, entorno o personas externas que, en ocasiones, son protagonistas de ciertas publicaciones con el mismo tipo de contenido. Debido a esto, surge la pregunta de dónde está el acompañamiento parental, educativo o psicológico para estos jóvenes, puesto que en muchas ocasiones este tipo de contenido genera comentarios, ideas o pensamientos disruptivos con respecto a conductas o prácticas sexualizadas, que además no son regulados por este tipo de plataformas y más en donde menores de edad también pueden visualizar estos contenidos. Según Cuervo-Sánchez y Etxague (2023) los jóvenes que presentan conductas más nocivas y sexualizadas debido al uso de internet presentan bajo seguimiento por parte de sus padres, madres y cuidadores, ya que en su mayoría no cuentan con horarios de uso responsable del internet o supervisión lo que puede llegar a generar problemas de privacidad y por supuesto de adicción al medio.

Adicionalmente, la literatura reporta una distorsión con respecto a lo que se conoce como sexualidad en relación con las relaciones interpersonales como consecuencia del consumo de pornografía, ya que la exposición frecuente a material

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

pornográfico puede limitar la percepción saludable que un joven tiene del sexo opuesto, lo que afecta la forma en que ve a los demás debido a la hipersexualización de cualquier conducta o comportamiento en la cotidianidad (Zoie & Rashid, 2021). La pornografía no refleja cómo las parejas reales negocian conflictos o construyen intimidad, lo que puede sesgar la opinión de los jóvenes sobre lo que es una relación normalizada lo que los lleva a tener conductas de riesgo y sesgo sobre la realidad.

Esta distorsión puede desencadenar en conductas inapropiadas o nocivas relacionadas con consumo frecuente de contenido sexual. Dentro de estas conductas se identificó cambios de opinión dependiendo el contexto sobre la postura que cada joven puede tener frente al contacto físico, fotos, videos que insinúan conducta sexual y sobre el mismo acto sexual, ya que, muchas veces estos comentarios provienen de personas que son consumidores abiertos de pornografía o contenido sexual explícito y hacen referencia a este sin censura o sin tener en cuenta el ciclo vital de la persona. Un estudio realizado por Marshall et al. (2020) evidenció en hombres con alta frecuencia en el consumo de este contenido sexual una probabilidad más alta de participar en conductas coercitivas de tipo verbal como la coacción, mentiras o engaños, hasta emborrachar a otro vulnerable para poder mantener relaciones sexuales sin su consentimiento.

La conducta mencionada anteriormente se considera que está ligada a que el contenido sexual por lo general ha mostrado a la mujer no como un ser individual que disfruta de su sexualidad sino como alguien cuyo único propósito es satisfacer, además en la mayoría de material pornográfico por ejemplo se observan situaciones de sometimiento, rudeza o incluso violencia física y verbal. En una investigación realizada por Vera-Gray et al. (2021) se recopilaron las palabras más utilizadas en los títulos de los videos con contenido sexual que aparecen en la página principal cuando se entra por

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

primera vez, por lo que el algoritmo aún no había influenciado el tipo de contenido que aparecía, aquí las palabras que tenían que ver con violencia hacia la mujer como golpes, cachetadas, amordazamiento y abuso, eran las más comunes. Además, se forman ideologías de género que promueven una dominancia masculina y una sumisión femenina. Esto puede llevar a problemas de autoestima e incluso trastornos alimenticios en las mujeres, ya que su valía sexual y su apariencia física se centran en las referencias que ofrece la pornografía y en las expectativas que esta sugiere alcanzar (Varghese, 2021). Lo anterior, da cuenta de la vulnerabilidad de niñas y mujeres al estar expuestas a situaciones relacionadas con exposición a contenido sexual en su mayoría por parte de hombres y adolescentes (Zoie & Rashid, 2021) sobre todo si se trata de pornografía de tipo violento.

Cuando los jóvenes empiezan a desarrollar conductas de adicción a este tipo de contenido, suelen no comentarlo y pueden llegar a experimentar ansiedad, síntomas depresivos, así como disminución en su salud física y mental (Charig et al, 2020), por lo que prefieren aislarse y pierden el interés en participar en actividades sociales con sus pares y familia. Algunos adolescentes creen que la sexualidad se trata únicamente de placer, por lo que existe una búsqueda constante de este a través de la participación en diferentes encuentros sexuales, estos en su mayoría son casuales o a nivel personal a través de medios como la internet descuidando el afecto y las emociones que también son parte integral de las relaciones.

La resolución 3353 de 1993 del Ministerio de Educación Nacional de Colombia (MEN) (2008), estableció que las instituciones educativas deberán implementar programas de salud sexual y reproductiva acerca de sexualidad diversa y respetuosa, además de planificación familiar e información general sobre las ETS. No obstante, se ha

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

identificado que este tipo de programas se brindan desde una perspectiva religiosa y biológica, que no es lo que se estableció dentro de la resolución (Yances et al, 2021), por lo cual la información que se brinda a los jóvenes puede no llegar a ser suficiente para las necesidades actuales del país. Al revisar los ejes temáticos del programa de educación sexual creado por el MEN, no se habla sobre el consumo de material pornográfico o de los nuevos usos responsables de la internet para la sexualidad, lo que podría llegar a convertirse en un factor de riesgo para el fenómeno que se quiere abordar en este trabajo.

En la literatura psicológica por otro lado se evidencia la falta de programas de psicoeducación, ya que, aunque en la actualidad la idea de que la sexualidad solo hace referencia a la reproducción ha cambiado (De Miguel Álvarez, 2021) todavía parece haber muchos programas de educación sexual que son abordados desde los mismos dos puntos, que tienen como objetivo principal educar a los adolescentes sobre métodos anticonceptivos para evitar embarazos no deseados y ETS (Valencia, 2022), dejando por fuera los aspectos relacionados al consumo de contenido sexual (Conde García, 2021) y su interacción con este contenido en la internet.

Por este motivo, se ha identificado también que persiste una escasez de investigación sobre las consecuencias que acarrea la sobreexposición al contenido sexual en los adolescentes en Colombia. Muchos de los estudios tienden a centrarse en la relación de los adolescentes con el uso de la internet y la tecnología, así como en las prácticas sexuales que tienen en relación con esta, como el sexting que en la actualidad es famosa entre los adolescentes, además del abordaje del grooming que es una práctica en la cual un adulto busca interactuar con un niño o adolescente por medios de las redes sociales o videojuegos con el fin de obtener algún intercambio sexual, como una de las grandes problemáticas actuales (Domínguez Vásquez y López Rosales, 2024).

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>



Mediante esta monografía de investigación, se pretende ampliar el entendimiento de esta temática en adolescentes, además de exponer las consecuencias que trae consigo y las estrategias existentes para contrarrestarlas. Todo esto, teniendo en cuenta que al menos en el país no existen aún políticas públicas que lo aborden, puesto que como se mencionó con anterioridad el MEN (2008) no cuenta con abordajes para el consumo de material explícito en adolescentes, al igual que el Ministerio de Salud y de la Protección Social en el libro denominado Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos (Ministerio de Salud y Protección Social, 2010) el cual aborda la libertad sexual y reproductiva, promoción y prevención de los derechos que estos comprenden, además de promover la participación activa de los adolescentes en estos temas, descartando la sobreexposición a contenido sexual en internet. Considerando esto Restrepo Ceballos (2022) afirma que es necesario abordar esta problemática, ya que puede estar afectando las relaciones sociales y cómo los adolescentes interactúan con sus pares en sus diferentes contextos sociales.

Adicionalmente, teniendo en cuenta algunos de los principios de la Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO como la Actitud Ética (Consejo de Fundadores, 2020), en donde se promueve el comportamiento ético a partir de valores fundamentales que determinan la actuación humana, es ideal promover en estudiantes y sobre todo estudiantes de psicología el reconocimiento de este tipo de problemáticas con responsabilidad, autonomía y libertad, para abrir un diálogo que permita tomar los recursos de aprendizaje propios del entorno universitario para promover la salud física, mental y un adecuado desarrollo social. Esa actitud ética permitirá a los futuros profesionales el reconocimiento de este tipo de problemáticas dentro de las cuales están incluidos los derechos y deberes sexuales de los adolescentes, además de contribuir con

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

esa identificación de necesidades sociales que, desde las políticas públicas, el estado aún no se tiene claro cómo abordar y que los profesionales en psicología podrían empezar a generar estrategias de manejo, así como investigaciones al respecto.

Es fundamental resaltar que como futuras profesionales, pretendemos que esta monografía al recopilar información acerca de los mecanismos psicológicos involucrados en este fenómeno de la sobre exposición a material sexual, además de las afectaciones que se dan en los diferentes sistemas del adolescente puede servir a futuro como una herramienta que permita que, en futuras investigaciones, se identifiquen nuevos factores de riesgo, de protección, así mismo los elementos que aumentan o disminuyen los riesgos más fácilmente, y que a partir de estos se diseñen estrategias de intervención efectivas para contrarrestar los posibles efectos negativos. Estas estrategias futuras podrían abarcar programas de educación sexual integral, intervenciones tempranas para preservar la salud mental y las relaciones interpersonales, y el fortalecimiento de habilidades para gestionar la información sexual, junto con el apoyo psicológico dirigido a adolescentes que enfrentan dificultades tras esta exposición.

Por otro lado, es importante resaltar que persiste una conexión importante entre la adicción al consumo de pornografía y ciertos factores psicosociales y psicológicos, dentro de los cuales se destaca el aumento del estrés, la desesperanza, dificultades de comunicación en pareja o con personas que representen un interés sexoafectivo, al igual que los trastornos del estado de ánimo como la ansiedad y la depresión, además de que se identificó que las personas que son mayormente consumidoras de este tipo de contenido pueden aumentar la timidez y el aislamiento social (Ergün, 2023).

Según López (2021), el excesivo consumo de material sexual puede provocar disfunción eréctil en hombres, debido a que, a nivel cerebral, se desarrolla una adaptación

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

a la constante estimulación con imágenes sexuales, por consiguiente, al intentar tener relaciones sexuales con su pareja, pueden experimentar dificultades para alcanzar la excitación necesaria y, por ende, para lograr una erección. Además, pueden manifestarse síntomas adicionales como la eyaculación precoz o retardada, dificultad para alcanzar el orgasmo, y la presencia de imágenes intrusivas relacionadas con actos pornográficos, que son utilizadas como una estrategia involuntaria para mantener la excitación sexual. Dentro de esta misma investigación se indica que a mayor consumo de material sexualmente explícito, disminuye la satisfacción sexual y viceversa, resaltando que el deseo sexual femenino se ve altamente afectado por el consumo de este material por parte de la pareja, quien intenta replicar los guiones o lo que se observa en el material pornográfico, lo que conlleva a la disminución del sentido romántico e íntimo en la relación, puesto que en las mujeres sus cerebros segregan dopamina ante el erotismo, melodrama y romanticismo implícito en las relaciones sexuales más que los hombres.

Cabe resaltar, que, debido a la pandemia, el consumo de contenido sexual aumentó exponencialmente, con Pornhub, uno de sitios de pornografía más conocidos, registrando un incremento de visitas del 11.6% el 17 de marzo de 2020, comparándolo con fechas anteriores, y en países donde se ofrecieron los servicios premium de forma gratuita, el aumento fue aún más significativo, con el 57%, 38% y 61% en Italia, Francia y España respectivamente (Pornhub, 2020 citado en Mestre-Bach et al., 2020). El horario en el cual se observaban esos incrementos fue entre las 3AM y la 1PM, lo que podría indicar el consumo de este contenido durante la jornada laboral o escolar y teniendo en cuenta lo que se ha venido mencionando, podría significar el inicio de una conducta adictiva, ya que, dentro de las consecuencias del consumo sin límites, está la afectación en la vida laboral o académica, el aislamiento social y el deterioro en las relaciones

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

interpersonales porque se prefiere la soledad para interactuar con este contenido tranquilamente (Chavan & Khandagale 2021; Setyawati et al., 2020).

Por consiguiente, se quiere resaltar como temática principal en esta monografía la sobreexposición a contenido sexual en la adolescencia y como subtemas la desensibilización emocional y sexual que se da como consecuencia de esta exposición y las afectaciones a nivel psicológico y social.

Adicionalmente, se hará la búsqueda y recopilación de estrategias que desde una perspectiva educativa, terapéutica y psicológica pudieran contrarrestar estos efectos y que sería adecuado divulgar empezando por la comunidad estudiantil en Uniminuto.

El desarrollo de este trabajo será dividido en títulos los cuales están organizados de acuerdo con los antecedentes y definiciones de estas temáticas y conceptos principales que serán abordados desde una perspectiva cognitiva, psicológica y biológica, las estrategias ya existentes que neutralicen los efectos de este tipo de conductas y finalmente las conclusiones a las cuales llegamos posterior a la investigación, que forman parte del aporte que nosotras como autoras y futuras profesionales brindamos a este campo.

### **Planteamiento del problema**

Como se ha venido hablando, en la actualidad el acceso a internet y a todo su contenido resulta fácil, especialmente para los adolescentes, quienes parecen utilizar más este medio, ya que, al menos en Colombia, según un estudio del Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) (2020) la población de adolescentes que usa internet es de aproximadamente el 85,1%, lo que significa que, en relación con otros rangos de edad, los jóvenes de entre 12 y 18 años usan más esta tecnología. Esto trae

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

consigo unas claras ventajas como lo son, obtener información educativa que permita resolver dudas, ampliar conocimientos, adquirir nuevas habilidades y establecer comunicación con personas en distintas partes del mundo. No obstante, este medio puede resultar perjudicial si se usa sin ningún tipo de limitación, como la exposición reiterada a contenido sexual, lo que trae consigo ciertas consecuencias que generan preocupación e impactan en distintas áreas de la vida del adolescente, afectando su desarrollo y calidad de vida.

A nivel biológico, según Jha y Banerjee (2022), se ha observado que el consumo de pornografía conlleva alteraciones en circuitos cerebrales que activan la dopamina, neurotransmisor clave en el sistema de recompensa, así como la conducta impulsiva, la motivación, la búsqueda de placer y la satisfacción sexual, ya que el consumo constante de este tipo de contenido dará como resultado una atenuación del sistema de recompensa, llevando a la búsqueda de estímulos más intensos o novedosos para alcanzar la misma sensación de placer experimentada en otras ocasiones. Esto puede resultar en una mayor tolerancia al consumo de contenido sexual a largo plazo, creando un desequilibrio en la sensibilización y desensibilización del funcionamiento cerebral.

En cuanto al impacto psicológico, el alto consumo de contenido sexual puede traer malestares como ansiedad, estrés, ira y síntomas depresivos, además de traer consigo sentimientos de culpa, vergüenza, disgusto e insatisfacción, que alteran el desarrollo de la identidad personal y la autoestima (Tan et al, 2022). Todo esto generando problemas de adaptación a diferentes ambientes como el escolar, ocasionando bajo rendimiento en las actividades cotidianas y una desconexión con la realidad.

A nivel personal, puede causar dificultades en la relación con otros debido al aislamiento o para mantener conversaciones ya que, al generar el hábito del consumo, se

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

prefiere estar a solas para seguir interactuando con este contenido sin que nadie se entere, además del sentido de urgencia que se puede desarrollar, donde se descarga y se ve el contenido una y otra vez. Esto, junto con los pensamientos de índole sexual que parecen estar todo el tiempo presente en las personas que desarrollan este hábito, lo que hace que se sientan alejados de su círculo familiar y de la sociedad (Chavan & Khandagale 2021; Setyawati et al, 2020). La exposición a este contenido a tan temprana edad puede llevar a los adolescentes a ser partícipes de lo que se conoce como conductas de riesgo, como el inicio de la vida sexual temprana, el sexo sin protección y el tener múltiples parejas sexuales, lo que puede traer consecuencias como embarazos no deseados y enfermedades de transmisión sexual (ETS) (Sánchez Pazo, 2020). Es posible que, debido a la poca psicoeducación en el ámbito sexual o espacios de educación sexual escolar, los adolescentes tomen la pornografía como fuente de conocimiento y aprendizaje.

### **Pregunta problema**

¿Cuáles son las estrategias que existen para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual a partir de la revisión de literatura científica?

### **Objetivo general**

Evidenciar las estrategias que existen en la literatura científica para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## **Específicos**

Realizar una revisión de la literatura científica existente acerca de la sobreexposición a contenido sexual durante la adolescencia, con el fin de recopilar y describir la información relevante en los últimos 5 años.

Explicar, a partir de la literatura científica, en qué consiste la desensibilización emocional y sexual como consecuencia a la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia

Indagar sobre las estrategias que existen en la literatura científica que podrían utilizarse para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual, a nivel psicológico, cognitivo y biológico.

## **Marco Teórico**

### **1. Antecedentes de la problemática**

Dentro de los antecedentes revisados en los últimos 5 años para este trabajo monográfico, se encuentra que, más allá del sitio donde residen e incluso del idioma que hablen los adolescentes, la internet ha permitido ampliar su entendimiento sobre el mundo (Hidalgo de la Rosa, 2023) tecnológico y el contenido que allí pueden encontrar. Sin embargo, dentro de las ventajas que la tecnología puede tener hay un aspecto que podría impactar de forma negativa en su desarrollo cognitivo, psicológico y biológico, que es la sobreexposición al contenido sexual que tuvo un incremento durante la pandemia por COVID-19, puesto que, al permanecer en confinamiento la pornografía era usada como un

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

mecanismo de afrontamiento ante el estrés y el aislamiento (Bóthe et al, 2020) lo que desencadenó a parte de un aumento en su consumo un crecimiento en la producción de este contenido (Pascual, 2021)

Por otra parte, la investigación de Nguyen et al. (2020) que fue llevada a cabo durante el año 2019, antes del fenómeno de la infección por COVID-19 revela que un 84,1% de adolescentes vietnamitas han sido expuestos a material sexualmente explícito en internet resaltando la diferencia entre géneros, puesto que la mayor exposición a este contenido se da en adolescentes masculinos. Dentro de este mismo estudio se identificó que la mayoría de la exposición es pasiva, lo que significa que los adolescentes se encuentran con el material sin buscarlo activamente y lo que aumenta la probabilidad de encontrar este tipo de contenido se debe al tiempo que pasan en internet con fines de entretenimiento. Así mismo, la exposición activa se lleva a cabo con el fin buscar nuevas sensaciones sexuales, puesto que el material sexualmente explícito genera cercanía con la realidad según reportan los autores.

Recientemente Guggisberg (2020) reporta que el consumo o exposición a contenido sexual, especialmente en el ámbito de los videojuegos en línea reporta posibles consecuencias, en las cuales se encuentra la desensibilización y normalización, principalmente de la violencia sexual, conductas de objetivación hacia la mujer, debido a que, los videojuegos suelen mostrar a los personajes femeninos como objetos, y la creencia de que lo que se ve en los videojuegos es una representación real de las relaciones. El autor menciona la importancia de hablar abiertamente de este tema, ya que, mantener discusiones sobre las consecuencias que esta exposición puede traer, tanto para los adolescentes como para los adultos, permitiría un acercamiento más crítico a este tipo de contenido, pudiendo así diferenciar lo real de la ficción.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>



### **1.1 En Latinoamérica**

A nivel de Latinoamérica las investigaciones sobre el contenido sexual que se encuentran en internet son escasas (Varnet Pérez & Cartes-Velásquez 2021) y las que se han realizado parecen estar más enfocadas en la influencia que la internet ha tenido en el desarrollo del adolescente y su sexualidad, como la realizada en Perú por Cáceres Lembcke y Otoyá Puccio (2021) donde, con una muestra de 8 adolescentes de 13 a 17 años se encontró una relación entre el uso de las redes sociales y la construcción de la identidad, ya que, este espacio les permite ampliar su círculo social, compartir historias y conectar con otros adolescentes que tengan gustos similares, además de poder decidir qué compartir y que no, al parecer con más ventajas que desventajas. Otro estudio realizado en Chile por Castro Larraín y Lara Castro (2021) a través de una revisión bibliográfica, concluyeron que la tecnología si influye, de una u otra forma, en la sexualidad de los adolescentes, especialmente teniendo en cuenta la cantidad de contenido sexual al que están expuestos, y el fácil acceso a respuestas sobre las dudas que puedan tener con respecto a las relaciones sexuales, el placer y la masturbación.

### **1.2 En Colombia**

En el caso de Colombia, la literatura revisada nos muestra que las investigaciones realizadas hablan en su mayoría de lo necesario que es una educación sexual que tenga en cuenta el consumo de contenido sexual como la realizada por Valencia Valencia (2022), donde se aborda el tema de la pornografía y la educación que se brinda con respecto a ella, ya que, el hablar más sobre este tema permite a los adolescentes abordar su contenido desde una perspectiva crítica, conociendo sobre las consecuencias que un consumo problemático o sin límites puede traer y no tomándola como una herramienta de

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

aprendizaje, ya que, se hable abiertamente de la pornografía o no, los adolescentes pueden acceder a ella fácilmente y es importante que puedan tener un acercamiento con la información que sea necesaria pero a la vez pertinente.

Otro tema que parece ser de interés en el país son los efectos que tiene el consumo de pornografía en la autoestima y la autoimagen, como lo evidencia un estudio realizado por Medina (2022) donde, la edad del primer consumo se encuentra entre los 10-15 años y se evidencia una relación con la baja autoestima sexual, así como una preocupación por el peso corporal. El rango de edad utilizado en esta investigación fue entre 18 y 40 años, que, aunque se sale un poco del rango de edad considerado para esta monografía investigativa, nos muestra los efectos que este consumo que inicia en la adolescencia puede tener incluso en la adultez.

La falta de investigaciones sobre el consumo de pornografía puede estar relacionada con que la sexualidad todavía parece ser considerada como tabú, por lo que, a pesar de haber leyes que obligan a los colegios a dar clases de educación sexual, estas son en su mayoría con un enfoque netamente biológico. Además de que la religión y en especial, la iglesia católica, influyen fuertemente el pensamiento y las prácticas relacionadas con este tema, entorpeciendo así cualquier intento para promover una comprensión integral de las dimensiones que componen la sexualidad (Valencia & Marín, 2022).

### **1.3 España y Estados Unidos**

La mayoría de literatura científica revisada y los estudios disponibles de los últimos 5 años han sido realizados en Estados Unidos y España, como la realizada por Peterson et al. (2023) que, después de una revisión sistemática concluyeron que los adolescentes

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

al poder acceder fácilmente a este contenido lo normalizan y no consideran que el consumo pueda traer consecuencias negativas, además, ver la pornografía como útil y beneficiosa les brinda respuestas a temas que los programas de educación sexual no abordan. Mehmood et al. (2023) analizaron 8 artículos en donde concluyen que la conducta adictiva hacia la pornografía es comparable con la adicción a sustancias psicoactivas debido a que a nivel cerebral el sistema que es estimulado es el mismo, el circuito de recompensa, y a largo plazo causa consecuencias similares como la desensibilización, en donde la persona tendría que estar buscando cada vez estímulos más fuertes para activar este sistema. Mencionan por otro lado, las consecuencias que el consumo problemático de pornografía puede ocasionar, como el deterioro en las relaciones, el aislamiento, los sentimientos de ansiedad, depresión y la baja autoestima.

En el caso de España, Gutiérrez García y Ortuño Sierra (2021) mencionan consecuencias similares a las del estudio realizado por Mehmood et al. (2023), asociando el consumo de pornografía con niveles más bajos en el autoconcepto y la autoestima, así como mayores inseguridades frente al desempeño sexual. Además de algunas otras que se han mencionado a lo largo de esta revisión, como lo son la probabilidad de participar en conductas de riesgo o el inicio temprano de la vida sexual, el sexo sin protección y un mayor número de parejas sexuales, concluyen que dentro de la educación sexual que se les brinda a los adolescentes se deben incluir aspectos relacionados a contenido sexual de manera crítica y no lo tomen directamente como una fuente de aprendizaje.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## **2. Conceptos relevantes**

### **2.1 Sobreexposición a contenido sexual**

Para González (2022) el contenido sexual en la internet se refiere a imágenes o videos sobre actos sexuales o de material sexualmente sugerente que se graba con la intención de generar un estímulo de excitación en la persona espectadora, además de que este contenido es distribuido mediante páginas webs especializadas. No obstante, también hay más medios digitales en la internet mediante los cuales este contenido se puede compartir, ya que, como menciona Ballester Brage et al. (2021) a través de diversas redes sociales o videojuegos se encuentra contenido sugerente que contribuye a la exploración del adolescente en cuanto a su sexualidad, puesto que al sostener el comportamiento sexual como foco y en primer plano, refuerza ideales y la perspectiva que se tiene sobre el sexo.

Según Varnet Pérez y Cartes-Velásquez (2021), implica una exposición regular a ciertos estímulos o circunstancias relacionadas con el sexo. En el contexto del consumo de pornografía, se sugiere que la sobreexposición puede conducir a un proceso de habituación o desensibilización a este tipo de contenido. Además, Castillo et al. (2020) resaltan la idea de que esta exposición excesiva puede generar confusiones en la sexualidad de los adolescentes, ya que el contenido sexualmente explícito puede entrar en conflicto con lo que han aprendido en la escuela o en la familia sobre este tema.

Teniendo en cuenta la revisión de esta literatura, se concluye que la sobreexposición a contenido sexual en la Internet al encontrarse en diferentes plataformas digitales que son de fácil acceso en la actualidad para los adolescentes puede afectarlos en múltiples aspectos, puesto que puede traer problemas adicionales de autoestima relacionados con la normalización de cierto tipo de cuerpos, además de iniciar conductas

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

violentas o sadoomasoquistas en las relaciones y dar por entendido el consentimiento al acto sexual sin una preparación o dialogo previo (Hedberg, 2022).

## **2.2 Adolescencia**

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2019) la adolescencia es una etapa entre los 10 y 19 años que se caracteriza por rápidos cambios físicos, cognitivos y emocionales, en donde los adolescentes adoptan nuevos hábitos y exploran su identidad, lo que puede traer riesgos para la salud, ya que esta exploración puede dar inicio al consumo sustancias psicoactivas o a tener hábitos riesgosos. Al igual que la OMS, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (s.f.) considera la adolescencia como una fase esencial en el desarrollo humano, además que, durante ese tiempo, los adolescentes experimentan cambios significativos, adquiriendo habilidades cruciales para la vida adulta y estableciendo identidades individuales y relaciones sociales fundamentales. La UNICEF reconoce tres etapas distintas dentro de la adolescencia. La primera etapa es la adolescencia temprana que comprende entre los 10 a 13 años, caracterizada por el desarrollo de la estatura y los primeros cambios físicos. La segunda etapa, conocida como adolescencia media abarca de los 14 a los 16 años, durante la cual los adolescentes buscan su identidad y sufren cambios psicológicos enfrentando situaciones de riesgo fácilmente. Finalmente, la adolescencia tardía que va de los 17 a los 19 años y que incluso se puede extender hasta los 21 años es una etapa en la que los adolescentes comienzan a preocuparse por su futuro y a proyectarse a sí mismos.

Por otro lado, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) (2012) destaca la importancia de fomentar y construir comportamientos sanos durante la adolescencia, ya que representa un momento clave para establecer patrones de comportamiento que

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

pueden influir en la salud a lo largo de la vida, puesto que a pesar de que la adolescencia se considera generalmente una etapa saludable durante este tiempo pueden surgir problemas de salud prevenibles, como enfermedades de transmisión sexual, lesiones físicas y comportamientos peligrosos, algo en lo cual concuerda la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (2022), ya que la adolescencia es una etapa formativa y especial de desarrollo humano, teniendo en cuenta que se da la transición a la adultez y se inician procesos de autonomía emergente acompañada de ciertas limitaciones que vienen ligadas con la edad, también es una etapa de mayor vulnerabilidad en cuanto a su salud física y emocional.

Acercándose un poco más a la realidad en Colombia, el código de la Infancia y la Adolescencia (El Congreso de Colombia, 2006) define la adolescencia como el período que va desde los 12 hasta los 18 años y reconoce que, durante esta etapa, los jóvenes experimentan un cambio fundamental para su desarrollo, por lo cual es indispensable que cuenten con un marco legal para proteger y promover sus derechos que deben de ser garantizados por el Estado y la sociedad. Adicionalmente el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) (2021) indica que en el paso por esta etapa se experimentan cambios físicos, emocionales, cognitivos y sociales significativos, en donde los adolescentes construyen su identidad, pero también es un período de preparación para la vida adulta, donde consolidan su autonomía y proyecto de vida.

Durante esta etapa del ciclo vital, se esperaría que se eviten conductas y comportamientos poco adaptativos, sin embargo, se ha observado que las enfermedades de transmisión sexual que afectan a los adolescentes según lo señalado por Cruz Moreno (2022), son debido a que los adolescentes no suelen utilizar métodos de planificación familiar como los preservativos con frecuencia y participan en encuentros fortuitos, lo que

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

aumenta las posibilidades de contraer ETS. Además, se ha registrado un aumento en los casos de contagio por el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y embarazos no planificados/deseados en las poblaciones más jóvenes. Paralelamente, se ha identificado que los adolescentes exhiben actitudes disruptivas relacionadas con la sexualidad, como la imposición de estereotipos y actitudes que fomentan el machismo, esto se señala en el trabajo de Medina (2022) como una consecuencia del inicio de la exploración, la búsqueda de nuevas experiencias y el desarrollo de la identidad en esta etapa de la vida.

### **3. Consecuencias**

Según Guerra et al. (2020) la exposición de los adolescentes a contenido sexual a través de internet, redes sociales y otros medios de comunicación ha traído nuevas preocupaciones para la población sin importar un contexto específico o ubicación geográfica. Por lo cual en este apartado se examinará un poco más al detalle las diversas repercusiones que esta sobreexposición puede tener en esta etapa crucial del ciclo vital, desde una mirada cognitiva, psicológica y biológica.

#### ***3.1 Consecuencias Psicológicas***

El alto consumo de material sexual puede influir negativamente en la autoestima, el autoconcepto y en la percepción que se tiene sobre la propia imagen corporal, generando inseguridad sobre el físico y el desempeño sexual, además de aumentar en la sensación de vulnerabilidad, todo esto ligado al hecho de que durante la adolescencia se produce un gran desarrollo físico, afectivo y psicológico, que puede influir fuertemente en la persona, además de que contribuye a adquirir sentimientos de soledad o incluso depresión y

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

ansiedad, puesto que puede tener consecuencias sobre la motivación y afectar la inteligencia emocional al carecer de autorregulación (Hernández & Rengifo, 2022).

De igual manera, es importante resaltar la investigación de Setyawati et al. (2020) puesto que en esta se habla sobre el impacto que tiene el alto consumo de pornografía sobre los adolescentes, que inician a tener pensamientos sexuales obsesivos fantaseando sobre ciertos actos sexuales presentando problemas incluso para dormir ya que llegan imágenes recurrentes de contenido sexual. Un segundo punto interesante dentro de esta investigación tiene que ver en cómo las mujeres se vuelven objetos de fantasía y complacencia sexual, a tal punto que pueden surgir pensamientos relacionados con la agresión sexual con la finalidad de experimentar la autoridad y recrear lo visto en videos pornográficos. Se encontró relevante destacar cómo los consumidores de este contenido presentan dificultades para socializar, ya que después de un tiempo les resulta incómodo estar en espacios con multitudes o se les dificulta sostener conversaciones con otros, por lo cual evitan mantener contacto con otras personas, ya que esto les permite aumentar su tiempo en soledad y por ende su consumo de material pornográfico, el estar solos evita que se sientan avergonzados o juzgados por su entorno.

Este planteamiento es respaldado por el estudio de Chavan y Khandagale (2021) en el cual los participantes aceptan que a partir de su consumo de contenido sexual hubo un aumento en su personalidad introvertida, puesto que se han sentido más aislados de su familia y/o amigos, su mente siempre está ocupada en pensamientos sexuales, admiten que cuando miran mujeres o niñas las relacionan con un objeto sexual, tienen una actitud negativa hacia la sexualidad, persiste un aumento de sensación de culpabilidad, manifiestan un aumento en su comportamiento agresivo e indican tener menos empatía hacia las personas de sus círculos cercanos.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>



### **3.2 Consecuencias cognitivas**

La sobreexposición a este tipo de contenido puede generar comportamientos abusivos, impulsividad, falta de control y distorsiones de la realidad, las relaciones sociales entre pares y la sexualidad en general (Hervías Ortega et al, 2020). El contenido sexual en la internet al presentar una visión tan poco realista de los cuerpos y las relaciones sexuales, ocasiona en los adolescentes que consumen este contenido la creación de una percepción errada y falsas expectativas de como deberían comportarse ellos y los demás al mantener una relación sexual y si la lectura de esta situación no corresponde a esta sobreexposición hará seguramente que esta no cumpla con sus expectativas ocasionado en ellos sentimientos de decepción e incluso evasiva a un posible futuro encuentro, por lo que en muchas ocasiones preferirían aislarse (Román-García et al, 2021) fomentando así la preferencia por el uso de la Internet.

### **3.3 Consecuencias biológicas**

Ahora bien, resulta interesante indicar que en la investigación realizada por Mayes (2022) se dice que cuando el cerebro se expone a estímulos excesivos, como el caso del consumo frecuente de pornografía o contenido sexual, puede producirse una sobrecarga de información, por lo cual, como mecanismo de defensa, el cerebro reduce la sensibilidad de las neuronas implicadas en el procesamiento de dichos estímulos, lo que lleva a una disminución del volumen de materia gris en la región afectada, generando una desensibilización al contenido sexual, es decir, que como consecuencia se presenta una mayor necesidad de estimulación para alcanzar la misma sensación de placer o recompensa, lo cual puede conducir a un aumento en la intensidad o frecuencia del consumo de pornografía creando un ciclo de adicción. La pornografía al hiperactivar el

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

sistema de recompensa cerebral y generar esta desensibilización, que generalmente se da ante estímulos sexuales ordinarios o cotidianos, podría derivar en dificultades para lograr y mantener una erección durante el acto sexual en el caso de los hombres caracterizando la disfunción eréctil, además de que tiene efectos en el alcance del orgasmo tanto femenino como masculino.

Por otra parte, Hervías Ortega et al. (2020) indican que algunas personas recurren a la pornografía argumentando que les ayuda a relajarse; sin embargo, la adicción al contenido sexual interfiere con el desarrollo y la utilización de mecanismos saludables para afrontar el estrés y las emociones debido a su componente reforzante, lo que aumenta la vulnerabilidad ante los efectos negativos del estrés, exacerbando los síntomas relacionados con las emociones y el afecto como la ansiedad o la depresión.

### **Método**

El presente trabajo es una monografía investigativa que busca realizar una búsqueda profunda de información sobre investigaciones o trabajos realizados que puedan ir de la mano con temas actuales o novedosos con el fin de documentarla y resaltar los hallazgos encontrados (Corona Lisboa, 2015). Asimismo, esta investigación permite conocer las estrategias que existen para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en la internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual, a través de la revisión de literatura científica de manera mucho más amplia (Asís López et al., 2022).

El enfoque utilizado para esta monografía es el enfoque cualitativo interpretativo ya que según Álvarez-Gayou Jurgenson et al. (2014) y Guerrero Bejarano (2016) este enfoque nos permite estudiar la realidad desde su contexto propio, analizando e

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

interpretando el sentido que una problemática o fenómeno tiene para las personas involucradas, para así conocer como perciben ellos su propia realidad y el significado subjetivo de sus experiencias. Este tipo de investigación permite recopilar información a través de distintas técnicas como la revisión de literatura científica y académica, además de captar la complejidad de los fenómenos o problemáticas estudiadas y así lograr una comprensión más detallada.

### **Criterios de inclusión**

Es importante destacar la pertinencia de los criterios de inclusión, puesto que estos permiten que los datos obtenidos sean relevantes y estén alineados con el propósito de la investigación. Por otro lado, para esta monografía investigativa, se tomó como referencia literatura científica y académica publicada de manera reciente en los últimos 5 años, 2020 a 2024, con una búsqueda de información en dos idiomas, inglés y español de la siguiente manera:

### ***Trabajos académicos y de grado***

En repositorios universitarios de instituciones colombianas como la Corporación Universitaria Minuto de Dios - UNIMINUTO, Pontificia Universidad Javeriana, Universidad ISEP (Maestría en Sexología Clínica y Terapia de Parejas), Fundación Universitaria Korand Lorenz, Universidad de Los Andes, Universidad Nacional de Colombia y Universidad de Caldas, además de páginas oficiales que hacen parte de organizaciones académicas o instituciones que centran su trabajo en investigación. A nivel internacional se revisaron trabajos de grado de países como Estados Unidos, España y México en su mayoría en universidades como la Universidad Católica de Valencia, Universidad de

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

Valladolid, Universidad de Barcelona, Universidad de Extremadura, Universidad de Cádiz, Universidad Femenina del Sagrado Corazón, Universidad Autónoma de Ciudad de Juárez. Para complementar la búsqueda se utilizó el sitio web Google Scholar.

### ***Artículos científicos***

Se hizo uso de Bases de Datos institucionales como EBSCOhost (Psicodoc), ProQuest Biological Science, ProQuest Education DataBase: Health & Medicine, ProQuest Education, ProQuest Health & Medical Collection, ProQuest Psychology, ProQuest Public Health, ProQuest Science Database, Scopus, ScienceDirect, Taylor & Francis, Sage Journals, Dialnet, DIALNET Tesis doctorales, Dehesa, Scielo, la National Library of Medicine (NCBI) en donde se encuentra Pub Med y Springer.

Asimismo, la búsqueda se llevó a cabo con cinco ecuaciones en idioma español e inglés, siendo estas las que arrojaron una búsqueda más eficiente:

Ecuación #1. Sobreexposición + Contenido sexual + Adolescencia + Internet

Ecuación #2. "Desensibilización emocional" + "Contenido sexual" + Adolescentes

Ecuación #3. "Desensibilización sexual" + "Contenido sexual" + Adolescentes

Ecuación #4. Desensibilización + "Contenido sexual" + Adolescentes

Ecuación #5. "Intervención" + sobreexposición + "contenido sexual" + adolescentes.

A estas ecuaciones se les hizo variaciones con palabras claves como sexualidad, pornografía, sexo, redes sociales y "consumo de pornografía". Para el idioma inglés se usaron las siguientes ecuaciones con combinaciones de términos:

Ecuación #1: Overexposure + "sexual content" + adolescence + internet

Ecuación # 2: "Emotional desensitization" + "sexual content" + Adolescents

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

Ecuación # 3: "Sexual desensitization" + "sexual content" + Adolescents

Ecuación # 4: Desensitization + "sexual content" + Adolescents

Ecuación #5. "Intervention" + overexposure + "sexual content" + adolescents.

Las variaciones para estas ecuaciones fueron con palabras claves como sexuality, pornography, sex, "social media" y "pornography consumption".

A su vez, estas fueron complementadas con operadores booleanos como &, Y y + en español y "AND", "OR" y "NOT" en inglés para obtener resultados más certeros. Las variaciones se realizaron con el fin de aumentar la posibilidad de encontrar artículos o trabajos, que, aunque no mencionaran de manera explícita algún término de las ecuaciones principales, si contuvieran información relevante para esta monografía de investigación.

### **Criterios de exclusión**

Estos cumplen con el propósito de eliminar datos que creen confusiones. Por otra parte, dentro de los criterios de exclusión se encuentran trabajos de grado e investigaciones con más de 5 años de antigüedad en cualquier otro idioma diferente al español y el inglés, además de literatura gris que comprende información obtenida de blogs, redes sociales, páginas web sin respaldo académico, institucional o gubernamental, abstracts, títulos o cuerpos de trabajos que no aborden de manera directa los temas de sobreexposición, desensibilización emocional, desensibilización sexual y contenido sexual en Internet o que no contengan palabras claves tales como sexualidad, pornografía, sexo, redes sociales y consumo de pornografía. De igual manera foros, grupos de discusión en línea, publicaciones en sitios web como Wikipedia, Reddit o Quora están excluidos.

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>

## Recolección y análisis de información

De la búsqueda en español, se obtuvo un total de 746 resultados, de los cuales se recopilaron 69 documentos y de estos quedaron 32 para su lectura profunda y posterior análisis, puesto que, se consideró que estos artículos cumplían con los objetivos de la investigación. Por otro lado, en la búsqueda en inglés hubo un total de 3.566 resultados, de los cuales se recopilaron 104 documentos y se conservaron 26 entre Trabajos académicos y de grado y Artículos científicos que cumplieron con los criterios de inclusión establecidos para esta monografía de investigación. Al revisar cada uno de los documentos se tuvo en cuenta además para su clasificación el título, resumen, palabras clave, que estuviera disponible el contenido y además que en el cuerpo de la publicación pudiera evidenciarse la relación con las ecuaciones utilizadas en español o en inglés dependiendo del caso. Dichas publicaciones para ser consideradas debieron estar basadas en literatura científica, explicar de manera adecuada la metodología y métodos de recolección y análisis de información.

Posteriormente a la realización de la búsqueda, se procedió a clasificar cada uno de los documentos en la nube institucional (OneDrive) por medio de carpetas en dos categorías grandes, Trabajos académicos y de grado y Artículos científicos. Para la carpeta de Trabajos académicos y de grado se crearon diferentes carpetas dependiendo la institución educativa en donde fueron hallados y en su interior el idioma. Para la carpeta de Artículos científicos en su interior se crearon carpeta por cada una de las bases de datos consultadas y de igual manera en cada una de ellas carpetas para diferenciar artículos el idioma español (Tabla 1) e inglés (Tabla 2).

<sup>a</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218948](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218948)  
<https://orcid.org/0009-0007-6543-5565>

<sup>b</sup> [https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod\\_rh=0002218947](https://scienti.minciencias.gov.co/cvlac/visualizador/generarCurriculoCv.do?cod_rh=0002218947)  
<https://orcid.org/0009-0003-0904-208X>



ProQuest Science Database	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2
ProQuest Biological Science	5	3	0	0	0	0	0	0	0	3	1	8
ProQuest Education	13	2	0	0	9	0	0	0	0	82	2	104
Scielo	5	3	0	0	0	0	0	0	0	2	0	7
Dehesa	11	1	0	0	0	0	3	1	0	0	0	14
Dialnet Tesis Doctorales	6	1	4	1	0	0	0	0	0	0	0	10
Teseo	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ProQuest Arts & Humanities	7	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	10
ProQuest Education	23	1	34	2	0	0	0	0	0	0	0	57
ProQuest Health&Medical Collection	8	1	0	0	0	0	0	0	0	33	1	41
ProQuest Health Management	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	0	3
ProQuest Psychology	12	3	0	0	0	0	0	0	0	2	0	14
ProQuest Public Health	0	0	0	0	0	0	0	0	0	22	0	22
Taylor & Francis	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
Sage Journals	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7	0	7
RECOLECTA	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
NCBI	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
										Total		746

*Nota:* La descarga de cada uno de los documentos mostrados en la tabla da cuenta del cumplimiento del análisis de información encontrada para ser considerado parte de los resultados y como respuesta a la pregunta de investigación.



**Tabla 2.**

*Búsqueda inicial por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma inglés.*

Ubicación	Ecuaciones / Clasificación	Total #1	Descarga # 1	Total #2	Descarga # 2	Total #3	Descarga # 3	Total # 4	Descarga # 4	Total #5	Descarga #5	Total Búsqueda
Google Scholar	Thesis	104	5	14	0	9	0	407	2	2	0	534
Trabajos de grado	DART Europe	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	OATD	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1
	EBSCO Open dissertations	10	0	2	0	1*	0	1*	0	0	0	13
	Dialnet TESIS DOCTORALES	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Bases de datos	Scopus	42	4	0	0	0	0	5	0	7	3	54
	ScienceDirect	48	2	3	0	3	0	42	0	1	0	97
	EbscoHost	15	0	2	0	0	0	0	0	0	0	17
	Dialnet	21	0	0	0	0	0	0	0	1	0	22
	Nature	3	0	0	0	1	0	1	0	4	1	9
	ProQuest Science Database	57	2	2	0	1*	0	8	0	14	2	81
	ProQuest Biological Science	21	1	0	0	1*	0	5	0	11	1	37
	ProQuest Education	86	1	0	0	0	0	33	1	0	0	119
	ProQuest Arts & Humanities	54	0	1	0	1	0	2	0	3	0	61
	ProQuest Education	147	12	53	3	1	1	6	0	0	0	207
	ProQuest Health&Medical	81	2	50	1	56	0	3	0	136	5	326

ProQuest Health Management	141	0	12	0	15	0	15	0	1	0	184
ProQuest Psychology	130	5	1	0	1	0	18	2	2	0	152
ProQuest Public Health	60	3	0	0	1	0	3	0	72	4	136
Taylor & Francis	153	7	1	0	1	0	26	1	1	0	182
Sage Journals	12	2	136	2	164*	2	164*	0	10	1	322
Springer Link	74	5	0	0	1	0	12	0	2	0	89
APA PsycArticles	9	1	0	0	0	0	0	0	0	0	9
Google Scholar	104	6	14	0	9	0	407	7	4	0	538
PubPsych	23	0	0	0	0	0	1	0	0	0	24
Web of Science	36	0	0	0	0	0	2	0	0	0	38
ACM Digital Library	6	0	1	0	0	0	1	0	3	0	11
NCBI	259	10	1	0	3	0	21	0	19	0	303
Total											3566

*Nota:* La descarga de cada uno de los documentos mostrados en la tabla da cuenta del cumplimiento del análisis de información encontrada para ser considerado parte de los resultados y como respuesta a la pregunta de investigación. \* Documentos duplicados en otra ecuación.

Se realiza a su vez un tamizaje de cada uno de los documentos organizándolos en un archivo de Excel para poder condensar la búsqueda teniendo en cuenta los criterios de inclusión previamente descritos. Esta matriz en Excel permitió organizar los documentos adicionalmente por título y país para poder empezar a tener una idea de la interpretación que se le podía dar a la información recolectada.

En ese caso la interpretación de la información es de manera descriptiva teniendo en cuenta los objetivos del trabajo en donde se busca en cada uno de los documentos estrategias que existan para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual. El enfoque cualitativo interpretativo también permite a agrupación de información en categorías de análisis que pueden ser utilizadas para comprender mejor el fenómeno estudiado.

### **Resultados**

A continuación, se muestran los hallazgos de la búsqueda de información que corresponde a Trabajos académicos y de grado y Artículos científicos organizados por ecuaciones en idioma español (Tabla 3; artículos 7, 9,13, 16,18) e inglés (Tabla 4; artículos 51 y 57) que dan respuesta a la pregunta problema de esta monografía investigativa y que se organizarán acorde con estrategias psicológicas, cognitivas y biológicas. A excepción de estos, los demás documentos presentados en las Tablas 3 y 4, corresponden a los implementados para la sustentación teórica y comprensión del fenómeno en toda la monografía.

Dado el rastreo de información y la lectura de los documentos hallados, se evidenció otro tipo de estrategias (Tabla 3; Artículos 4 y 8) que podrían ayudar a contrarrestar las consecuencias de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia por lo que de igual manera se mencionarán y discutirán posteriormente.

**Tabla 3.**

*Literatura utilizada por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma español.*

Origen de la Búsqueda	Literatura utilizada	País	Título		
Trabajos de grado Google Scholar	Universidad Católica de Colombia	Colombia	1. ¿Pornografía como educador sexual?		
	Universidad Externado de Colombia.		2. Sexualidad y pornografía: apreciaciones y creencias en los adolescentes.		
	Universidad de Antioquia		3. El proceso adolescente en tiempos de la era tecnológica.		
	Fundación Universitaria Los Libertadores	1	España	4. Diseño de Una Estrategia Lúdica Para Prevenir el Consumo de Material Pornográfico Online en Estudiantes de Grado 11° de la IE José de la Vega de la Ciudad de Cartagena, Bolívar	
	Universidad Distrital Francisco José de Caldas	1		5. Tensiones en la educación sexual: pornografía y transformación de la sexualidad en la era digital.	
	Universidad Católica de Valencia	2		6. Pornografía e incapacitas assumendi onera coniugalia. Perfil médico, psicológico y canónico de esta adicción y su incidencia en la asunción de las obligaciones esenciales del matrimonio, según el canon 1095, 3º.	
				7. Revisión sistemática sobre intervenciones eficaces en el uso problemático de la pornografía.	
	Universidad de Valladolid	1		8. Estudio psicopedagógico sobre la Educación Afectivo-sexual de los adolescentes y la implicación del contexto familiar en este proceso.	
	Universidad de Barcelona	1		9. Regulación emocional e impulsividad en las adicciones comportamentales: implicaciones y eficacia de la gamificación como estrategia terapéutica	
	Universidad de Extremadura	1		10. Interiorización de la doble moral sexual en población universitaria. Influencia del uso de redes sociales y material de contenido sexual.	
	Universidad de Cádiz	1		Chile	11. La influencia del consumo de pornografía en la conducta sexual de la juventud: una revisión sistemática.
	Universidad Femenina del Sagrado Corazón	1		Perú	12. Construcción de la identidad en la adolescencia a través del uso de redes sociales.
	Universidad Autónoma de Ciudad de Juárez	1		México	13. Intervención cognitivo-conductual como tratamiento para el uso problemático de pornografía.

Repositorios Educación superior en Colombia	Pontificia Universidad Javeriana	1	Colombia	14. Percepción de los efectos de la pornografía sobre variables psicológicas en universitarios.
	Fundación Universitaria Korand Lorenz	2		15. Uso problemático de pornografía y su relación con el autoestima sexual, corporal y funcionamiento sexual en una muestra de colombianos.
	Universidad Nacional de Colombia	1		16. Eficacia de las terapias de tercera generación en el tratamiento de adicciones conductuales: una revisión sistemática
Bases de datos	Scopus	3	España	17. Factores asociados a la práctica de conductas sexuales de riesgo en línea en adolescentes escolarizados.
				18. Adicción a la pornografía en Internet: análisis de un caso clínico.
	ScienceDirect	1		19. Relación de la pornografía mainstream con la salud sexual y reproductiva de los/las adolescentes.
				20. Acceso, consumo y consecuencias del consumo de pornografía entre adolescentes: Nuevos retos para la educación afectivo-sexual.
	Dialnet	3		21. Sobre la pornografía y la educación sexual: ¿puede «el sexo» legitimar la humillación y la violencia?
				22. Nueva pornografía y desconexión empática.
	EbscoHost	3		23. Pantallas y educación sexual en adolescentes.
				24. Pornografía y salud sexual en adolescentes.
	SciELO	2		25. Consecuencias del consumo de pornografía en la adolescencia: una revisión bibliográfica.
				26. La pornografía en los tiempos del coronavirus.
ProQuest Education DataBase: Health & Medicine	2	Chile	27. Impacto biopsicosocial de la pornografía en internet: Una revisión narrativa de la literatura.	
		México	28. Incertidumbre sexual en adolescentes de Una escuela preparatoria pública en el sureste de México.	
ProQuest Health & Medical Collection	1	España	29. Sexting, grooming y acoso sexual en adolescentes: una revisión sistemática.	
Total:		32		30. Invarianza factorial de una escala breve para evaluar abuso sexual online en adolescentes de España y Chile.
				31. Las cuatro P en internet: Pornografía, plagio, piratería y permisos.
				32. Educación afectivo-sexual en adolescentes, una tarea de todos.

*Nota:* En total se obtuvieron 32 documentos que cumplieron con los criterios de inclusión y que ayudaron a responder la pregunta problema.

**Tabla 4.**

*Literatura utilizada por ecuaciones y total de documentos descargados para su análisis en idioma inglés.*

Origen de la búsqueda		Literatura Utilizada	País	Título
Trabajos de grado	Google Scholar	2	Suecia	33. Digital natives' experience of early and continuous exposure to pornography.
			Estados Unidos	34. How Pornography Consumption Affects the Consumer and a Biblical Response to the Temptations of Modern Sexuality.
	Scopus	1	Indonesia	35. social media and pornography access behavior among adolescents.
	ProQuest Education DataBase: Health & Medicine	2	Bélgica	36. Adolescents' use of sexually explicit internet material over the course of 2019–2020 in the context of the COVID-19 pandemic: A three-wave panel study.
			Pakistán	37. Physiological, psychosocial and substance abuse effects of pornography addiction: A narrative review.
	ProQuest Health & Medical Collection	1	Turquía	38. Developing the online pornography addiction scale and examining its associations with psychosocial factors.
	ProQuest Public Health	1	Malasia	39. Problematic Internet Pornography Use and Psychological Distress among Emerging Adults in Malaysia: Gender as a Moderator.
Bases de datos	ProQuest Psychology	1	India	40. Sexually Explicit Materials among Adolescents: Its Prevalence and Impact.
			Reino Unido	41. A lack of association between online pornography exposure, sexual functioning, and mental well-being.
	Taylor & Francis	2	Estados Unidos	42. Adolescent condom use, parent-adolescent sexual health communication, and pornography: Findings from a U.S. probability sample.
			Estados Unidos	43. Young people's views on pornography and their sexual development, attitudes, and behaviors: A systematic review and synthesis of qualitative research.
	Sage Journals	1	Estados Unidos	44. Pornography use and sexual coercion: Examining the mediation effect of sexual arousal.
			India	45. Pornography: an alarming psycho-social effects among post graduate students.
			India	46. Neurobiology of Sex and Pornography Addictions: A Primer

Google Scholar	8	Indonesia	47. Easy access of internet pornography and its impact on youth: A review of the research.
		Reino Unido	48. The psychological impacts of internet pornography addiction on adolescents.
		Australia	49. Sexual violence as a sexual script in mainstream online pornography.
		Alemania	50. Sexually explicit video games and online pornography – The promotion of sexual violence: A critical commentary
		Europa	51. Treatments and interventions for compulsive sexual behavior disorder with a focus on problematic pornography use: A preregistered systematic review
Springer Link	3	Estados Unidos	52. Critical Digital Literacies framework for educators - DETECT project report 1.
		Estados Unidos	53. Changes in penile-vaginal intercourse frequency and sexual repertoire from 2009 to 2018: Findings from the national survey of sexual health and behavior.
		Estados Unidos	54. Porn sex versus real sex: Sexual behaviors reported by a U.S. probability survey compared to depictions of sex in mainstream internet-based male–female pornography.
APA PsycArticles	1	Canadá	55. Claiming public health crisis to regulate sexual outlets: A critique of the state of Utah’s declaration on pornography.
NCBI	1	Irán	56. Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use.
		Vietnam	57. The effectiveness of intervention with cognitive behavioral therapy on pornography: A systematic review protocol of randomized clinical trial studies
Total:			58. Exposure to sexually explicit internet material among adolescents: A study in Vietnam.
Total:		26	

*Nota:* En total se obtuvieron 26 documentos que cumplieron con los criterios de inclusión y que ayudaron a responder la pregunta problema.

### **Estrategias psicológicas**

A nivel psicológico y emocional se encontraron estrategias tales como la terapia de aceptación y compromiso (TAC) (Tabla 3, artículo 7 y 16), la terapia a través de la experiencia y la intervención basada en la arteterapia (Tabla 3, Artículo 7). El propósito de la TAC es abordar aspectos como la reducción de la inflexibilidad psicológica, la cual se considera un factor clave en el sostenimiento de las conductas sexuales disfuncionales, además centrándose en mejorar la calidad de vida de la persona a largo plazo disminuyendo la evitación experiencial, aceptando estas experiencias internas no deseadas y centrándose en la reinterpretación de estímulos internos y externos. La terapia a través de la experiencia pretende que las personas reduzcan la vergüenza interiorizada en cuanto a patrones disfuncionales de pensamiento relacionados a los comportamientos sexualmente dañinos y que resuelvan traumas o dificultades en cuanto a su sexualidad.

Finalmente, en este apartado, se menciona la intervención basada en la arteterapia, cuyo fundamento es la idea de que tanto el proceso creativo como la expresión artística pueden contribuir significativamente al bienestar de las personas. En el caso del consumo problemático de contenido sexual, esta intervención pretende abordar la vergüenza internalizada, la cual es una emoción que suele estar presente en este tipo de consumo y que puede aumentar el riesgo de recaídas.

### **Estrategias cognitivas**

Dentro de las estrategias cognitivas identificadas, se encuentran la terapia cognitivo-conductual (Tabla 3, Artículos 13 y 18; Tabla 4, Artículo 51 y 57) que tiene como enfoque la modificación de comportamientos disfuncionales y patrones de pensamiento, utilizando evidencia de la vida de la persona para reformular estos pensamientos, además



de integrar componentes como la motivación, el manejo de impulsos y la identificación de valores o compromisos.

### **Estrategias biológicas**

En cuanto a las estrategias que involucran el área biológica (Tabla 3, Artículo 7 y 9) se propone que las conductas sexuales disfuncionales tienen una base fisiológica y pueden ser tratadas con medicamentos, como los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina, los antagonistas no selectivos de opioides y los antiandrógenos que tienen como propósito mejorar la sintomatología, como la libido sexual, la masturbación y el uso de pornografía.

### **Estrategias psicoeducativas**

Dentro de la revisión de los diferentes documentos, se encontró que la psicoeducación por medio de espacios de diálogo y reflexión proporciona información, conocimientos y habilidades específicas sobre el consumo de contenido sexual, por medio de comunidades virtuales o foros donde las personas pueden compartir sus experiencias y avances evidenciando los posibles síntomas de la adicción a la pornografía (Tabla 3, Artículo 8). Por otro lado, (Tabla 3, Artículo 4) evidencia el uso de nuevos aplicativos móviles como una estrategia que confronta el consumo problemático de pornografía, con el propósito de resignificar la sexualidad.

## Discusión

En español, los artículos revisados que brindaron estrategias de intervención son en su mayoría de España (Hervías Ortega et al., 2020; López, 2022; Mora Roda, 2022; Mena Moreno, 2022) lo que muestra coherencia con lo evidenciado en los antecedentes de esta monografía, ya que, este país parece ser uno de los más interesados en este tema, además de que, el aplicar estas intervenciones en sus diferentes contextos brindan resultados más específicos, lo que permite entender de mejor manera la problemática. El otro artículo que menciona estrategias es de México, este lo hace a través de la revisión sistemática, donde se incluyen distintos países, por lo que los resultados que se muestran son de manera general y nos permiten darnos una idea de que podría suceder si se aplicaran en la población de origen del artículo u otra población, aunque con variaciones ya que, los contextos son distintos (Olvera Mendoza, 2023).

En el caso de Colombia, hubo dos artículos que mencionaron estrategias relacionadas con el consumo problemático de pornografía; uno de ellos desde el enfoque psicoeducativo (Bonfante & Arguello, 2023), lo que se relaciona con lo mencionado en el apartado de antecedentes, ya que, como se mencionaba ahí, las investigaciones sobre el consumo de este contenido en Colombia parecen estar direccionadas a una educación sexual integral, que permitiría a los adolescentes tener un acercamiento crítico con este contenido e identificar cuando la conducta se está convirtiendo en problemática. El otro artículo (Salgar Cubillos, 2022) realiza una revisión sistemática de las terapias de tercera generación, donde se encuentra la terapia de aceptación y compromiso, que es la que se menciona en esta monografía, aunque el origen del artículo es Colombia, en la revisión sistemática se tienen en cuenta distintos países, por lo que sucede lo mismo que con el artículo de México, brinda una idea general de este tipo de terapias y su eficacia sin hacer énfasis en un solo país.

Por otro lado, en inglés los artículos revisados son de Alemania e Irán (Antons et al., 2022; Lotfi et al., 2021) estos al ser revisiones sistemáticas, donde se tienen en cuenta distintos países y no únicamente el país de origen, brindan un panorama general de estas estrategias o intervenciones, como han sido aplicadas a lo largo de varios años y si han sido eficaces reduciendo las consecuencias o efectos del consumo de pornografía.

Ante la sobreexposición a contenido sexual en la internet en la adolescencia que se ha venido mencionando, este trabajo plantea responder a la pregunta ¿Cuáles son las estrategias que existen para disminuir las consecuencias negativas de la sobreexposición a contenido sexual en internet durante la adolescencia como lo son la desensibilización emocional y sexual, a través de la revisión de literatura científica? Lo cual a través de los resultados encontrados nos permite brindar un acercamiento a las intervenciones y sus características.

Dentro de las estrategias psicológicas mencionadas, la terapia de aceptación y compromiso propuestas por Mora Roda (2022) y Salgar Cubillos (2022) indica que el éxito de esta estrategia no solo se mide en cuanto a la ausencia de la conducta dañina, sino también por la reducción del malestar psicológico, lo cual se considera pertinente puesto que parece tener un enfoque a largo plazo sobre todo con el consumo de pornografía y secuelas a nivel biológico. Además, en estos estudios se emplearon diseños cuasiexperimentales y experimentales, incluyendo ensayos no controlados y ensayos clínicos aleatorizados, lo que mejora la generalización de los hallazgos y da una validez combinada que permite que pueda utilizarse esta estrategia en el contexto colombiano.

En cuanto a la terapia a través de la experiencia, Mora Roda (2022) indica que la persona es percibida como un ser consciente, intencional y en constante desarrollo, haciendo énfasis en que las representaciones mentales y estados subjetivos son fuentes válidas de conocimiento sobre sí mismo, además de que los comportamientos observables son causados por procesos mentales subjetivos. Para esto combina

herramientas y técnicas de diversas corrientes, como la psicología humanista y existencial, la teoría del desarrollo psicosocial de Erickson (De Carvalho & Veiga, 2022), la terapia sistémica y la terapia cognitivo-conductual, brindando así una intervención multimodal y autorreflexiva.

En cuanto a estrategias cognitivas, Olvera Mendoza (2023) considera que la terapia cognitivo-conductual es la estrategia principal para contrarrestar los efectos del consumo problemático de contenido sexual. Además describe la metodología de implementación de la siguiente forma; en un primer momento se realiza una evaluación inicial, la cual permite comprender la naturaleza y la gravedad de la problemática, en este caso del consumo de contenido sexual; en segundo lugar, se establecen una serie de objetivos terapéuticos junto con el paciente; como tercer paso se encuentra la modificación de pensamientos y comportamientos, donde se trabaja en identificar los desencadenantes de la conducta y en modificar las creencias o pensamientos distorsionados relacionados al comportamiento problemático; en cuarto lugar, se trabajan en el desarrollo de habilidades de afrontamiento, estas pueden incluir técnicas de regulación emocional, manejo del estrés y resolución de problemas; en quinto lugar se encuentra la prevención de recaídas, donde se identifican situaciones de riesgo y se desarrollan planes de acción para afrontarlas y así poder mantener los cambios positivos a largo plazo; finalmente, en sexto lugar se realiza un seguimiento continuo del proceso del paciente y se evalúan los resultados obtenidos para ajustar las estrategias terapéuticas según sea el caso y así garantizar la efectividad de la intervención.

Cuando una estrategia se encuentra claramente definida o utiliza una serie de pasos es mucho más fácil lograr replicarla o adaptarla al contexto colombiano para el trabajo con adolescentes. Una metodología similar se utilizó para la intervención cognitivo-conductual de un caso clínico que realizó Hervías Ortega et al. (2020), donde, en un plan de tratamiento conformado por 5 fases con un total de 13 sesiones de una

hora cada una, se logró en el participante, la disminución de síntomas de ansiedad y depresión, además de un mejoramiento en su funcionamiento social. Antons et al. (2022) a través de una revisión sistemática, de estudios provenientes de distintos países, encontraron evidencia que sugiere que la terapia cognitivo-conductual es efectiva en el tratamiento del consumo problemático de contenido sexual, con los participantes notando una mejoría en síntomas depresivos y en su calidad de vida en general. Lo cual tiene relación con el estudio realizado por Lotfi et al. (2021) que, además de la mejoría en los síntomas mencionados anteriormente, también se evidenció disminución en la ansiedad y en el comportamiento sexual compulsivo.

Para las estrategias de tipo biológico, retomando nuevamente el aporte de Mora Roda (2022) y lo mencionado por Mena Moreno (2022) en cuanto a la idea de que las conductas sexuales disfuncionales tienen una base biológica, ellos refieren que estas son causadas por desequilibrios químicos en el cerebro, como la falta de serotonina o la sobreproducción de opioides, por lo que se ha venido comprobando a lo largo de este trabajo monográfico que si existe una alteración neurobiológica, ya que, haciendo mención de la investigación realizada por Mayes (2022) y la realizada por Villena Moya et al. (2020) el consumo de pornografía está relacionado con el deterioro de conexiones cerebrales y cambios en el sistema de recompensa debido a la estimulación que causa, y es importante el tratamiento farmacológico. Sin embargo, consideramos crucial integrar esta intervención con estrategias psicológicas sobre todo de orden psicoterapéutico para un tratamiento más eficaz y completo.

Para sintetizar, algunos de los estudios e intervenciones realizadas no se menciona explícitamente la población objetivo a pesar de la rigurosidad de los criterios de inclusión y exclusión que se implementaron para la búsqueda, por lo que puede tratarse de personas que se encuentran entre la adolescencia y la adultez, sin embargo, al evidenciar que las consecuencias de la sobreexposición a contenido sexual son similares

en estas etapas, consideramos que podría ser posible aplicar estas estrategias y obtener los resultados positivos que se mencionan en las investigaciones.

Desde el ámbito académico, la realización de este tipo de trabajos permite no sólo la recopilación de información acerca de temáticas relacionadas con necesidades actuales si no que pese a hacer énfasis en consecuencias o aspectos negativos, también recopila estrategias concretas de diversos campos para mitigar esos efectos y dar a conocer propuestas de intervención que de pronto no todo conoce o tiene acceso desde la literatura científica.

La monografía de investigación sugiere la importancia de no sólo dar a conocer un fenómeno, sino también en proponer la creación o divulgación en este caso particular de estrategias o programas gubernamentales dirigidos a adolescentes para promover el uso responsable de los medios digitales, puesto que, desde lo que se encontró a nivel nacional, aun no hay medidas que aborden esta problemática y desde la profesión se tiene la responsabilidad de poder atender o dirigir procesos de resolución para estas temáticas.

Lo anterior también se relaciona dentro del aporte que este tipo de opción de grado hace a la formación de futuros profesionales en Psicología, la experiencia de llevar a cabo este trabajo de investigación va orientada principalmente a conocer, divulgar y abogar por una educación sexual diversa basada en conductas saludables, procesos de psicoeducación basados en evidencia y la contribución en campos de la psicología como la clínica familiar y el educativo en donde el trabajo sea interdisciplinar, puesto que dentro de las apuestas como profesionales a futuro está la calidad de vida, la promoción de la salud sexual y el bienestar emocional de los adolescentes, mientras se incentiva a sostener una cultura digital responsable. Ahora bien, teniendo en cuenta las estrategias de abordaje encontradas en la literatura aquí expuestas y el conocimiento adquirido, en un campo como el educativo se puede llevar a los adolescentes a cuestionar y reflexionar

sobre la información que reciben, fomentando una actitud más crítica frente al contenido sexual al que se exponen, además de poder trabajar también de manera integral capacitando a docentes, padres y/o cuidadores sobre la importancia de afrontar estos temas en la adolescencia que de igual forma impactan diferentes entornos y comunidades.

Desde el programa de Psicología Presencial de la Corporación Universitaria Minuto de Dios – UNIMINUTO, se reafirma el compromiso y la responsabilidad social por trabajar en el bienestar comunitario desde la formación y puesta en escena de las habilidades investigativas adquiridas en el proceso de formación y consolidando la importancia del desarrollo sostenible en comunidades. Dicho lo anterior, no está de más indicar que este trabajo puede contribuir a fomentar una educación de alta calidad en el campo de la psicología con una formación de profesionales éticos comprometidos con la transformación social.

Para las futuras generaciones del programa de Psicología Presencial, esta monografía investigativa ofrece una base sólida para seguir investigando sobre las consecuencias que la sobreexposición a contenido sexual, pero también para la formulación propia de abordajes desde la formación en Uniminuto, ya que al ser un tema novedoso y poco explorado tanto en el ámbito académico como en el profesional a nivel nacional en los últimos años, la información hallada presenta distintas limitaciones que otros estudiantes podrían resolver y avanzar para la generación de nuevo conocimiento, por lo que se recomienda por ejemplo, el diseño de programas de educación integral donde se hable de todos los componentes que tiene la sexualidad ya que, en el estudio realizado por Roldán-Restrepo y et al. (2021) se encontró un desconocimiento general acerca de estos temas, además de percepciones negativas sobre la misma educación sexual, la sexualidad y los derechos sexuales y reproductivos y fuertes estereotipos de género. Se sugiere integrar dentro de los programas de educación sexual a padres de

familia, debido a que según Delgado et al. (2024) el 57% de los padres no hablan de sexualidad con sus hijos, lo que lleva a que alrededor de un 50% de los adolescentes obtengan información sobre este tema por medio de sus amigos o la Internet.

### **Conclusiones**

Persisten muchos vacíos en torno a las investigaciones sobre el consumo y la sobreexposición a contenido sexual, así como en las estrategias de afrontamiento existentes, aunque cabe resaltar que en cuanto a las estrategias de intervención que están orientadas a la prevención, si hay mayor cantidad de investigación. Así mismo, se mencionan en su mayoría comprensiones del fenómeno y sus consecuencias, para un abordaje que pudiera ser replicado para contrarrestar la problemática.

Las estrategias encontradas abarcan aspectos que pretenden mejorar la calidad de vida a largo plazo de personas con conflictos relacionados con la sexualidad, modificar comportamientos y pensamientos disfuncionales en pro del bienestar de los adolescentes. La mayoría de los estudios se centra en población masculina como sujetos de prueba, entendiéndose como los mayores consumidores de contenido sexual, por lo que se considera un sesgo poblacional y debería ampliarse las investigaciones en población femenina.

A futuro, estas estrategias e intervenciones recopiladas podrían ser aplicadas a adolescentes en distintos contextos sociodemográficos ya que, el fundamento teórico a nivel psicológico, cognitivo y biológico podría brindar un abordaje mucho más objetivo y a futuro poder generalizar mejor los resultados, de esta manera tener una perspectiva crítica frente al contenido.

La psicología como profesión desde el ámbito académico, educativo y terapéutico, debería trabajar en la divulgación de más estrategias para el trabajo de la



desensibilización emocional y sexual en jóvenes sobre todo desde el contexto colombiano.

### Referencias

- Abril Cutiva, J., Fonseca Urango, M., Medina Neira, L., Moreno Gordillo, A., & Nuñez Cabrales, A. (2022). *¿Pornografía como educador sexual?* [Tesis de pregrado, Universidad Católica de Colombia]. Repositorio institucional Universidad Católica de Colombia. <https://hdl.handle.net/10983/27507>
- Álvarez-Gayou Jurgenson, J. L., Camacho y López, S. M., Maldonado Muñiz, G., Trejo García, C. Á., Olguín López, A., & Pérez Jiménez, M. (2014). La investigación cualitativa. *Boletín Científico de la Escuela Superior de Tlahuilpan*, 2(3). <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n3/e2.html#nota01>
- Antons, S., Engel, J., Briken, P., Krüger, T. H., Brand, M., & Stark, R. (2022). Treatments and interventions for compulsive sexual behavior disorder with a focus on problematic pornography use: A preregistered systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 11(3), 643-666. <https://doi.org/10.1556/2006.2022.00061>
- Asís López, M. Monzón Briceño, E. & Hernández Medina, E. (2022). Investigación formativa para la enseñanza y aprendizaje en las universidades. *Mendive. Revista de Educación*, 20(2), 675-691. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1815-76962022000200675&lng=es&tlng=](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1815-76962022000200675&lng=es&tlng=)
- Bastidas, J. (2017). *Sexualidad y pornografía: apreciaciones y creencias en los adolescentes*. [Tesis pregrado, Universidad Externado de Colombia]. Repositorio institucional Universidad Externado de Colombia. <https://doi.org/10.57998/bdigital.handle.001.330>

- Ballester Brage, L., Rosón Varela, C., Facal Fondo, T., & Gómez Juncal, R. (2021). *Nueva pornografía y desconexión empática*. Atlánticas. Revista Internacional de Estudios Feministas, 6(1), 67-105. <https://doi.org/10.17979/arief.2021.6.1.7075>
- Bonfante, A. & Arguello, O. (2023). *Diseño de una estrategia lúdica para prevenir el consumo de material pornográfico online en estudiantes de grado 11° de la IE José de la Vega de la ciudad de Cartagena-Bolívar*. [Tesis de especialización, Fundación Universitaria los Libertadores] Repositorio institucional Fundación Universitaria los Libertadores <http://hdl.handle.net/11371/6537>
- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Bella, N., Potenza, M. N., Demetrovics, Z., & Orosz, G. (2020). Why do people watch pornography? The motivational basis of pornography use. *Psychology of Addictive Behaviors*, 35(2), 172-186. <https://doi.org/10.1037/adb0000603>
- Cáceres Lembcke, E. & Otoyá Puccio, K. (2021). *Construcción de la identidad en la adolescencia a través del uso de redes sociales* [Tesis de maestría, Universidad Femenina del Sagrado Corazón]. Repositorio institucional Universidad Femenina del Sagrado Corazón. <https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/753>
- Cardenas, J. Prado, G, (2024). *El papel mediador del consumo de pornografía en las conductas sexuales de riesgo y violencia en parejas jóvenes de universidades trujillanas*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio institucional Universidad César Vallejo. <https://hdl.handle.net/20.500.12692/136571>
- Castillo, L. Kantún, M. Maas, L. (2020). Incertidumbre sexual en adolescentes de Una escuela preparatoria pública en el sureste de México. *Horizonte Sanitario*, 19(3), 325-332. <https://doi.org/10.19136/hs.a19n3.3678>
- Castro Larraín, C. & Lara Castro, L. (2021). Influencia de la comunicación en línea en el desarrollo sexual adolescente [Tesis de pregrado, Universidad Academia de

- Humanismo Cristiano]. Biblioteca Digital Universidad Academia de Humanismo Cristiano <https://bibliotecadigital.academia.cl/server/api/core/bitstreams/c12a12a2-d4dd-4acf-b67a-0a0c640032b1/content>
- Charig, R., Moghaddam, N. G., Dawson, D. L., Merdian, H. L., & Das Nair, R. (2020). A lack of association between online pornography exposure, sexual functioning, and mental well-being. *Sexual and Relationship Therapy*, 35(2), 258-281. <https://doi.org/10.1080/14681994.2020.1727874>
- Chavan, R. L., & Khandagale, V. S. (2021). Pornography: an alarming psycho-social effects among post graduate students. *Scholarly Research Journal for Interdisciplinary Studies*. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED619540.pdf>
- Conde García, A. (2021). *Programa de prevención de adicción a la pornografía en la adolescencia temprana*. [Tesis de maestría]. Repositorio institucional Universidad de Alcalá. <http://hdl.handle.net/10017/47714>
- Consejo de Fundadores. (2020, Junio 5). *Acuerdo No 308 por el cual se expide el código de ética y buen gobierno de la Corporación Universitaria Minuto de Dios - Uniminuto*. Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://www.uniminuto.edu/documentos-juridicos-uniminuto>
- Corona Lisboa, J. (2015). Uso e importancia de las monografías. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 34(1), 64-68. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03002015000100007&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002015000100007&lng=es&tlng=es).
- Cruz Moreno, A. (2022). *Factores asociados a la práctica de conductas sexuales de riesgo en línea en adolescentes escolarizados*. [Tesis de maestría]. Repositorio institucional Universidad Nacional De Colombia. <https://repositorio.unal.edu.co/handle/unal/81229>

- Cuervo-Sánchez, S. L., & Etxague, I. (2023). Las cuatro P en internet: Pornografía, plagio, piratería y permisos. *Comunicar*, 31(76). <https://doi.org/10.3916/c76-2023-07>
- Curo, R. Chancha, C. (2021). *El consumo de la pornografía con el rendimiento académico en los estudiantes de cuarto grado de educación secundaria del Colegio Emblemático "San Francisco de Asís" de Acobamba*. [Tesis de pregrado, Universidad Nacional de Huancavelica]. Repositorio institucional Universidad Nacional de Huancavelica. <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/3892>
- Delgado Molina, J. B., López Malacatus, V. V., Marcillo Plua, M. J., Menéndez Mero, D. Y., Merchán Chicaiza, M. S., & Narváez Manchay, S. A. (2024). Percepción de Adolescentes de 9 Y 19 Años sobre la Comunicación Efectiva en Embarazo Adolescente Quimis Adentro. *Ciencia Latina*. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i1.9910](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i1.9910)
- Departamento Administrativo Nacional de Estadística [DANE]. (2020). Nota estadística: Juventud en Colombia. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/notas-estadisticas/dic-2021-nota-estadistica-juventud-en-colombia.pdf>
- De Carvalho, N. A., & Veiga, F. H. (2022). Psychosocial development research in adolescence: A scoping review. *Trends in Psychology*, 30(4), 640-669. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00143-0>
- De Hoyos López, M. (2020). Educación afectivo-sexual en adolescentes, una tarea de todos. *Acta Pediátrica Española*, 78(1-2), 47-53. <https://www.actapediatrica.com/index.php/secciones/revision/1651-educacion-afectivo-sexual-en-adolescentes-una-tarea-de-todos>
- De Miguel Álvarez, A. (2021). Sobre la pornografía y la educación sexual: ¿puede «el sexo» legitimar la humillación y la violencia? *Gaceta Sanitaria*, 35(4), 379-382. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.01.001>

- Del Egido Moreno, A. (2021). Pantallas y educación sexual en adolescentes. *eCO Revista Digital de Educación y Formación del profesorado* (18), 1-13.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7875539&orden=0&info=link>
- Domínguez Vásquez, B., & López Rosales, F. (2024). Sexting, grooming y acoso sexual en adolescentes: una revisión sistemática. *Revista De Psicología De La Universidad Autónoma del Estado de México*, 12(35), 61-88.  
<https://revistapsicologia.uaemex.mx/article/view/22924>
- El Congreso de Colombia. (2006). *Ley 1098 de 2006 por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia* (Diario Oficial No. 46.446).  
[https://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1098\\_2006.html](https://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1098_2006.html)
- Ergün, N. (2023). Developing the online pornography addiction scale and examining its associations with psychosocial factors. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 31(2), 269-299. <https://doi.org/10.51668/bp.8323203n>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (s.f.). *¿Qué es la adolescencia?*  
<https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/que-es-la-adolescencia>
- Fritz, N., Malic, V., Fu, T., Paul, B., Zhou, Y., Dodge, B., Fortenberry, J. D., & Herbenick, D. (2022). Porn sex versus real sex: Sexual behaviors reported by a U.S. probability survey compared to depictions of sex in mainstream internet-based male–female pornography. *Archives of Sexual Behavior*, 51(2), 1187-1200.  
<https://doi.org/10.1007/s10508-021-02175-6>
- González, E. (2022). Interiorización de la doble moral sexual en población universitaria. Influencia del uso de redes sociales y material de contenido sexual. [Tesis de doctorado, Universidad de Extremadura]. Repositorio institucional Universidad de Extremadura. <http://hdl.handle.net/10662/14631>
- Gouseti, A. Bruni, I. Ilomäki, L. Lakkala, M. Mundy, D. Raffaghelli, J. Ranieri, M. Roffi, A. Romero, M. and Romeu, T. (2021) Critical Digital Literacies framework for

educators - DETECT project Report 1. Accessed at:

<https://doi.org/10.5281/zenodo.5070329>

Guerra, C. Montiel, I. Pereda, N. Pinto-Cortez, C. (2020). Invarianza factorial de una escala breve para evaluar abuso sexual online en adolescentes de España y Chile. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 28(1) 95-113.

<https://www.behavioralpsycho.com/producto/invarianza-factorial-de-una-escala-breve-para-evaluar-abuso-sexual-online-en-adolescentes-de-espana-y-chile/>

Guerrero Bejarano, M. A. (2016). La investigación cualitativa. *INNOVA Research Journal*, 1(2), 1–9. <https://doi.org/10.33890/innova.v1.n2.2016.7>

Guggisberg, M. (2020). Sexually explicit video games and online pornography – The promotion of sexual violence: A critical commentary. *Aggression and Violent Behavior*, 53, 101432. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2020.101432>

Gutiérrez García, A. & Ortuño Sierra, J. (2021). Consecuencias del consumo de pornografía en la adolescencia: una revisión bibliográfica. *V Congreso Nacional de Psicología*. 21-25. <https://www.cop.es/pdf/LIBRO-CAPITULOS-VCONGRESO.pdf>

Herbenick, D., Rosenberg, M., Golzarri-Arroyo, L., Fortenberry, J. D., & Fu, T. (2021). Changes in penile-vaginal intercourse frequency and sexual repertoire from 2009 to 2018: Findings from the national survey of sexual health and behavior. *Archives of Sexual Behavior*, 51(3), 1419-1433. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-02125-2>

Hervías Ortega, F. Romero López-Alberca, C. & Marchena Consejero, E. (2020). Adicción a la pornografía en Internet: análisis de un caso clínico. *Behavioral Psychology/Psicología Conductual*, 28(1) 161-180.

<https://www.behavioralpsycho.com/producto/adiccion-a-la-pornografia-en-internet-analisis-de-un-caso-clinico/>

- Hedberg, F. (2022). *Digital natives' experience of early and continuous exposure to pornography*. [Tesis de maestría, Lund University]. Repositorio institucional Lund University. <https://lup.lub.lu.se/student-papers/search/publication/9092102>
- Hernández, C. & Rengifo, K. (2022). *Percepción de los efectos de la pornografía sobre variables psicológicas en universitarios*. [Tesis de pregrado, Pontificia Universidad Javeriana]. Repositorio institucional Pontificia Universidad Javeriana. <http://hdl.handle.net/10554/61035>
- Hidalgo de la Rosa, M. (2023). Pornografía y salud sexual en adolescentes. *Nursing Research Journal*. 20 (123), 1 -19. <https://doi.org/10.58722/nure.v20i123.2215>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. [ICBF]. (2021). *De la adolescencia a la juventud: «aprender las lecciones para ser»*. <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-enseñan/de-la-adolescencia-la-juventud-aprender-las-lecciones-para-ser>
- Jha, A., & Banerjee, D. (2022). Neurobiology of sex and pornography addictions: A primer. *Journal of Psychosexual Health*, 4(4), 227-236. <https://doi.org/10.1177/26318318221116042>
- Lotfi, A., Babakhanin, M., & Ghazanfarpour, M. (2021). The effectiveness of intervention with cognitive behavioral therapy on pornography: A systematic review protocol of randomized clinical trial studies. *Health Science Reports*, 4(3). <https://doi.org/10.1002/hsr2.341>
- López, C. (2022). Estudio psicopedagógico sobre la Educación Afectivo-sexual de los adolescentes y la implicación del contexto familiar en este proceso. [Tesis de maestría, Universidad de Valladolid]. Repositorio institucional Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/57173>
- López, G. (2021). Pornografía e incapacitas assumendi onera coniugalia. Perfil médico, psicológico y canónico de esta adicción y su incidencia en la asunción de las obligaciones esenciales del matrimonio, según el canon 1095, 3º. [Tesis de

- posgrado]. Repositorio institucional Universidad Católica de Valencia.  
<http://hdl.handle.net/20.500.12466/1746>
- Maes, C., & Vandebosch, L. (2022). Adolescents' use of sexually explicit internet material over the course of 2019–2020 in the context of the COVID-19 pandemic: A three-wave panel study. *Archives of Sexual Behavior*, 51(1), 105-121.  
<https://doi.org/10.1007/s10508-021-02122-5>
- Marshall, E., Bouffard, J. A., & Miller, H. (2020). Pornography use and sexual coercion: Examining the mediation effect of sexual arousal. *Sexual Abuse*, 33(5), 552-578.  
<https://doi.org/10.1177/1079063220931823>
- Mayes, P. (2022). How Pornography Consumption Affects the Consumer and a Biblical Response to the Temptations of Modern Sexuality. [Tesis de maestría]. Repositorio institucional Liberty University. <https://digitalcommons.liberty.edu/honors/1207/>
- McKay, K., Poulin, C., & Muñoz-Laboy, M. (2020). Claiming public health crisis to regulate sexual outlets: A critique of the state of Utah's declaration on pornography. *Archives of Sexual Behavior*, 50(2), 401-405. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01884-8>
- Meilani, N., Hariadi, S. S., & Haryadi, F. T. (2023). Social media and pornography access behavior among adolescents. *International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 12(2), 536. <https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i2.22513>
- Medina, L. (2022). Uso problemático de pornografía y su relación con el autoestima sexual, corporal y funcionamiento sexual en una muestra de colombianos. [Tesis de maestría]. Repositorio institucional Fundación Universitaria Konrad Lorenz. <https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/5188>
- Mehmood Qadri, H., Waheed, A., Munawar, A., Saeed, H., Abdullah, S., Munawar, T., Luqman, S., Saffi, J., Ahmad, A., & Babar, M. S. (2023). Physiological, psychosocial and substance abuse effects of pornography addiction: A narrative review. *Cureus*.  
<https://doi.org/10.7759/cureus.33703>



- Mena Moreno, T. (2022). *Regulación emocional e impulsividad en las adicciones comportamentales: implicaciones y eficacia de la gamificación como estrategia terapéutica*. [Tesis doctoral] Repositorio institucional Universidad de Barcelona. <http://hdl.handle.net/2445/208447>
- Mestre-Bach, G., Blycker, G. R., & Potenza, M. N. (2020). Pornography use in the setting of the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 181-183. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00015>
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2008). *Módulo 1. Dimensión de la sexualidad en la educación de nuestros niños, niñas, adolescentes y jóvenes*. [https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-171578\\_doc\\_modulo1.doc](https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-171578_doc_modulo1.doc)
- Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2010). *Política Nacional de Sexualidad, Derechos Sexuales y Derechos Reproductivos*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/LIBRO%20POLITICA%20SEXUAL%20SEPT%202010.pdf>
- Mora Roda, C. (2022). *Revisión sistemática sobre intervenciones eficaces en el uso problemático de la pornografía*. [Tesis de maestría]. Repositorio institucional Universidad Católica de Valencia. <https://riucv.ucv.es/handle/20.500.12466/3175>
- Nguyen, L., Tran, T., Nguyen, T., Nguyen, D., Beazley, H., & Giang, M. (2020). Exposure to sexually explicit internet material among adolescents: A study in Vietnam. *Health Psychology Report*, 9(3), 227-239. <https://doi.org/10.5114/hpr.2020.99394>
- Olvera Mendoza, L, E. (2023). *Intervención cognitivo-conductual como tratamiento para el uso problemático de pornografía*. [Tesis de maestría]. Biblioteca Digital Universidad Autónoma de Ciudad de Juárez <http://hdl.handle.net/20.500.11961/67177>
- Organización de las Naciones Unidas. (2012). *Report of the United Nations Expert Group Meeting on Adolescents, Youth and Development, New York, 21-22 July 2011*. [Microsoft Word - EGM Report Completed 26092012.doc \(un.org\)](https://www.un.org/development/desa/secretariat/youth/youth-report-2012/microsoft-word-egm-report-completed-26092012.doc)

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2022).

*Adolescent and youth education, learning and skills development: policy brief.*

[Adolescent and youth education, learning and skills development: policy brief -](#)

[UNESCO Biblioteca Digital](#)

Organización Mundial de la Salud. (2019). *Salud del adolescente.*

[https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1)

Pascual, N. (2021). La pornografía en los tiempos del coronavirus. *Moderna Språk*, 115(3),

169–177. <https://doi.org/10.58221/mosp.v115i3.6847>

Peterson, A. J., Silver, G. K., Bell, H. A., Guinasso, S. A., & Coyle, K. K. (2022). Young

people's views on pornography and their sexual development, attitudes, and

behaviors: A systematic review and synthesis of qualitative research. *American*

*Journal of Sexuality Education*, 18(2), 171-209.

<https://doi.org/10.1080/15546128.2022.2096163>

Rendón Martínez, L. Herrera Vázquez, J. De la Cruz Gallardo, A. Peña López, M. Cabrera

Martínez, M. Cervantes Gómez, S. Cantellán Pérez, A. & Arcos Cruz, J. (2022).

Comportamiento sexual relacionado con redes sociales en los adolescentes.

*Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(5), 2894-2910.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v6i5.3291](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3291)

Restrepo Ceballos, D., D. (2022). *El proceso adolescente en tiempos de la era*

*tecnológica*. [Trabajo de grado especialización, Universidad de Antioquia].

Repositorio institucional Universidad de Antioquia.

<https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/32134>

Román-García, Óscar, Bacigalupe, Amaia, & Vaamonde-García, Cristina. (2021). Relación

de la pornografía mainstream con la salud sexual y reproductiva de los/las

adolescentes. Una revisión de alcance. *Revista Española de Salud Pública*, 95.

[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1135-57272021000100182&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1135-57272021000100182&lng=es&tlng=es)

Roldán-Restrepo, Daniela, Arenas-Duque, Andrea, Forero- Martínez, Luz Janeth, Rivera, Danny, & Rivillas, Juan Carlos. (2021). Conocimientos y percepciones de niñas, niños y adolescentes sobre la sexualidad. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 39(2), e339044. Epub November 01, 2021.

<https://doi.org/10.17533/udea.rfnsp.e339044>

Salgar Cubillos, C. (2022). *Eficacia de las terapias de tercera generación en el tratamiento de adicciones conductuales: una revisión sistemática*. [Tesis de pregrado].

Repositorio institucional Fundación Universitaria Konrad Lorenz.

<https://repositorio.konradlorenz.edu.co/handle/001/4949>

Sánchez Pazo, E. (2020). *La influencia del consumo de pornografía en la conducta sexual de la juventud: una revisión sistemática* [Tesis de pregrado]. Repositorio

institucional Universidad de Cádiz. <http://hdl.handle.net/10498/23518>

Sedano Colom, S., Lorente De Sanz, J., Ballester Brage, L., & Aznar Martínez, B. (2024).

Acceso, consumo y consecuencias del consumo de pornografía entre adolescentes: Nuevos retos para la educación afectivo-sexual. *Pedagogía Social Revista Interuniversitaria*, (44), 161-175. [https://doi.org/10.7179/psri\\_2024.44.09](https://doi.org/10.7179/psri_2024.44.09)

Setyawati, R., Hartini, N., & Suryanto, S. (2020). The psychological impacts of internet pornography addiction on adolescents. *Humaniora*, 11(3), 235-244.

<https://doi.org/10.21512/humaniora.v11i3.6682>

Tan, S., Goh, Y. S., Mohd Zaharim, N., Gan, S. W., Yap, C. C., Nainee, S., & Lee, L. K. (2022). Problematic internet pornography use and psychological distress among emerging adults in Malaysia: Gender as a moderator. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6), 3682.

<https://doi.org/10.3390/ijerph19063682>

- Too, L. S., Leach, L., & Butterworth, P. (2020). Mental health problems and internet access: Results from an Australian national household survey. *JMIR Mental Health*, 7(5), e14825. <https://doi.org/10.2196/14825>
- Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. (2014). La investigación cualitativa. <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tlahuelilpan/n3/e2.html>
- Valencia Valencia, J. C. (2022). Tensiones en la educación sexual: pornografía y transformación de la sexualidad en la era digital. [Tesis de pregrado]. Repositorio Institucional Universidad Distrital Francisco José de Caldas <http://hdl.handle.net/11349/30359>.
- Valencia, J. C., & Marin, Y. A. (2022). Reflexiones desde las CLASES de BIOLOGÍA en TORNO al CONSUMO de la PORNOGRAFÍA Como UN PRESUNTO EDUCADOR sexual. *Revista Interdisciplinar em Ensino de Ciências e Matemática*, 2(2), 112-127. <https://doi.org/10.20873/riecim.v2i2.14801>
- Varghese, A. (2021). Sexually Explicit Materials among Adolescents: Its Prevalence and Impact. *Publishingindia*. 10 (1), 01-24. <http://publishingindia.com/swc/42/sexually-explicit-materials-among-adolescents-its-prevalence-and-impact/31962/76468/>
- Varnet Pérez, T., & Cartes-Velásquez, R. (2021). Impacto biopsicosocial de la pornografía en internet: Una revision narrativa de la literatura. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 13(3), 34-48. <https://doi.org/10.32348/1852.4206.v13.n3.28571>
- Vera-Gray, F., McGlynn, C., Kureshi, I., & Butterby, K. (2021). Sexual violence as a sexual script in mainstream online pornography. *The British Journal of Criminology*, 61(5), 1243-1260. <https://doi.org/10.1093/bjc/azab035>
- Villena Moya, A., Mestre-Bach, G. y Chiclana, C. (2020). Uso y uso problemático de pornografía en adolescentes: un debate no resuelto. *Adolescere* 8 (2), 32-41.

<https://www.adolescere.es/uso-y-uso-problematico-de-pornografia-en-adolescentes-un-debate-no-resuelto/>

Wright, P. J., Herbenick, D., & Paul, B. (2019). Adolescent condom use, parent-adolescent sexual health communication, and pornography: Findings from a U.S. probability sample. *Health Communication, 35*(13), 1576-1582.

<https://doi.org/10.1080/10410236.2019.1652392>

Yances Padilla, Y., Gamboa Suárez, A. A., & Prada Núñez, R. (2021). Proyectos educativos institucionales, políticas públicas Y sentidos de actores educativos: UN análisis desde la educación sexual en Colombia. *Revista Boletín Redipe, 10*(8), 72-83. <https://doi.org/10.36260/rbr.v10i8.1385>

Zoie, T. A., & Rashid, S. (2021). Easy access of internet pornography and its impact on youth: A review of the research. *International Journal of Social Science and Economic Research, 6*(5), 1385-1393.

<https://doi.org/10.46609/ijsser.2021.v06i05.001>