

Paula Calvo Meruelo y Carlos Sillero García

LA INFLUENCIA DE INTERNET EN LA SALUD SEXUAL DE LOS ADOLESCENTES. UNA REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.

TRABAJO DE FINAL DE GRADO

Dirigido por: Dra. Leticia Bazo Hernández

Grado de Enfermería



UNIVERSITAT ROVIRA I VIRGILI

Facultad de enfermería

SEU BAIX PENEDÈS 2023

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, queremos agradecer a la Dra. Leticia Bazo por su apoyo e implicación en la realización de nuestro trabajo de fin de grado, animándonos e incentivando la investigación para nuestra futura etapa como profesionales.

Por supuesto, a todos nuestros amigos y compañeros que gracias a la carrera de enfermería han pasado a constituir una parte vital de nuestras vidas.

Y a nuestros familiares, por acompañarnos de principio a fin durante estos cuatro años y vivirlos con la misma ilusión que nosotros. Sin ellos hubiera sido impensable llegar a este momento.

“Lo importante no es lo que nos haga el destino sino lo que nosotros hacemos de él.”

Florence Nightingale

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS.....	3
RESUMEN.....	4
ABSTRACT	5
1.JUSTIFICACIÓN E INTRODUCCIÓN.....	6
2.MARCO TEÓRICO	8
2.1 ¿Qué dice la OMS en base a la salud sexual?	8
2.2 La sexualidad en la adolescencia.....	9
2.3 Fuentes de información sobre sexualidad en la adolescencia	10
2.4 El papel de la pornografía en la sociedad adolescente.....	11
2.5 ¿Qué se preguntan los adolescentes?	12
2.6 Hablar de sexo en familia	12
2.7 Situación territorial: recursos comunitarios	13
2.8 Las conductas de riesgo en la adolescencia	14
3.OBJETIVOS.....	17
4.METODOLOGÍA	17
4.1 Descripción del método de estudio:.....	17
4.2. Periodo de estudio:	18
4.3. Terminología utilizada:	18
4.4 Estrategia de búsqueda:.....	19
4.5 Fuentes de información	19
4.6. Elaboración de herramienta de difusión de contenido.	21
5.RESULTADOS	21
5.1. Descripción de los artículos seleccionados.	23
5.2. Herramienta de difusión de contenidos.....	28
6.DISCUSIÓN.....	29
7.CONCLUSIONES	33
8. LIMITACIONES	34
9. FUTURAS LINEAS DE ESTUDIO.....	34
10. BIBLIOGRAFÍA.....	36

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Conceptos según la OMS..	8
Tabla 2: Bases de datos utilizadas.....	20
Tabla 3: Criterios de inclusión y exclusión.	20
Tabla 4: Descriptores DeCS y MeSH utilizados.	21
Tabla 5: Procedimiento de selección y evaluación de los artículos..	22
Tabla 6: Artículos utilizados de cada base de datos.....	23
Tabla 7: Descripción de los artículos seleccionados.	27

RESUMEN

Título: La influencia de internet en la salud sexual de los adolescentes. Una revisión bibliográfica.

Introducción: La adolescencia es una etapa de despertar sexual con nuevas emociones y sensaciones. Es esencial proporcionar educación sexual de calidad para que los adolescentes puedan disfrutar de una sexualidad responsable y positiva. Actualmente los adolescentes se ven envueltos en una sociedad en la que internet y las TICs están a la orden del día, Internet es una herramienta muy válida para obtener información contrastada y adecuada, sin embargo, el mal uso de estos recursos puede desencadenar desinformación en toda una generación.

Objetivo: Conocer cómo afecta el uso de Internet en la educación sexual de los adolescentes.

Metodología: Estudio de revisión bibliográfica, realizado durante los meses comprendidos entre septiembre de 2022 a mayo de 2023. La recogida de datos de la revisión bibliográfica ha tenido lugar entre diciembre de 2022 y marzo de 2023. Se consultaron las bases de datos Pubmed, Dialnet Plus, CINAHL y Scopus.

Resultados: Se identificaron 562 artículos aplicando las diferentes estrategias de búsqueda y la aplicación de los criterios de inclusión. Tras el procedimiento de selección y evaluación de los artículos filtrados se obtuvieron un total de 11 artículos finales, los cuales están relacionados con la sexualidad de los adolescentes y las nuevas tecnologías, el visionado de pornografía por parte de los adolescentes y la creación de recursos para fomentar la salud sexual.

Conclusiones: La profesión de enfermería desempeña un papel crucial al acompañar y guiar a los adolescentes en el desarrollo saludable de su sexualidad, fomentando que esta sea segura, sana y libre de prejuicios o influencias.

Palabras clave: Educación sexual, salud sexual, sexualidad, internet, redes sociales, pornografía, adolescencia, enfermería, atención primaria, educación para la salud.

ABSTRACT

Title: Influence of Internet in teenagers' sexual health. A bibliographic review.

Introduction: Adolescence is a phase of sexual awakening in which new emotions and sensations appear. It is essential to provide quality sex education to make the teenagers able to enjoy a responsible and positive sexuality. Nowadays teenagers are involved in a society in which Internet and ICTs are commonplace. Internet is a very valid tool to obtain contrasted and adequate information. However, bad use of these sources can trigger disinformation in a whole generation.

Objective: Know how Internet use hits in teenagers' sex education.

Methods: Bibliographic review study has been done between September 2022 and May 2023. Data collection of the bibliographic review has taken place between December 2022 and March 2023. Pubmed, Dialnet Plus CINAHL and Scopus were the consulted databases.

Results: 562 articles were identified using different searching strategies and applying inclusion criteria. After the selection procedure and evaluation of the filtrated articles an amount of 11 articles were finally obtained. These articles are related to teenagers' sexuality and new technologies, the consumption of pornography in teenagers and the creation of sources to promote sexual health.

Conclusions: Nursing as a profession has a crucial paper in accompanying and guiding teenagers in the development of a healthy sexuality, promoting a safe, sane, non-discriminatory and influence-free sexuality.

Key words: Sex education, sexual health, sexuality, Internet, social media, pornography, adolescence, nursing, primary attention, health education.

1. JUSTIFICACIÓN E INTRODUCCIÓN

Durante la adolescencia, los jóvenes experimentan un gran despertar sexual y descubren nuevas sensaciones y emociones en su cuerpo. Por esta razón, es importante que cuenten con información y educación sexual adecuada, que les permita tomar decisiones informadas sobre su cuerpo y su sexualidad (1).

Los profesionales de la salud buscan comprender las diferentes trayectorias del desarrollo sexual-afectivo, detectando de esta manera prácticas negativas e insalubres para la integridad de los adolescentes observando conductas individuales, así como el contexto en el que se desarrollan. De esta manera es posible diseñar e implantar las estrategias de prevención e intervención convenientes, primando siempre el bienestar de los adolescentes en su etapa de exploración. La educación sexual no solo abarca aspectos biológicos, sino también emocionales y psicológicos. Los adolescentes deben saber cómo protegerse de enfermedades de transmisión sexual, así como de embarazos no deseados. Además, es necesario favorecer también el aprendizaje sobre el respeto a los límites y la importancia de las relaciones sexuales consensuadas y seguras. La educación sexual debe incluir la promoción de una sexualidad sana y positiva, que permita a los jóvenes disfrutar de su sexualidad de forma responsable y respetuosa. Esto implica trabajar en la destigmatización, supresión de los tabúes y desmitificación de las corrientes populares propulsadas por las TICs (2). Es importante destacar que no solo se deben abordar los riesgos asociados a la sexualidad y afectividad, como enfermedades de transmisión sexual, embarazos no deseados y comportamientos agresivos, sino también promover y valorar las experiencias positivas de bienestar y satisfacción emocional y sexual. Facilitando así un desarrollo afectivo-sexual saludable y positivo en los jóvenes.

Actualmente los adolescentes se ven envueltos en una sociedad en la que las redes sociales y las plataformas digitales están a la orden del día, Internet es una herramienta muy válida para obtener información contrastada y adecuada a cada edad, sin embargo, el mal uso de estas nuevas herramientas puede desencadenar desinformación en toda una generación (1). Para los jóvenes, la red es un espacio en el que pueden expresarse libremente sin la supervisión de los adultos, siendo el camino fácil que les impide obtener información contrastada de la mano de profesionales cualificados. A pesar de tener acceso rápido a la información, la falta de una educación sexual de calidad y adaptada a los más jóvenes sigue siendo un problema.

Se encuentran pocos programas educativos en línea evaluados para adolescentes, además podemos encontrar contenido sexual explícito disponible en línea al alcance de cualquier usuario que disponga de una conexión a internet, dicho contenido de acceso libre puede influir en la autoimagen de los jóvenes y sus expectativas en relación a la sexualidad y sus relaciones sexuales (3).

Como profesionales de la salud es importante considerar internet como una herramienta a utilizar en beneficio propio, así como en beneficio a la comunidad para fomentar una comunicación más sencilla, inmediata y cómoda evitando tiempos de espera o la frialdad y rechazo que le puede transmitir una consulta de un centro de atención primaria a un adolescente. Los jóvenes se encuentran en simbiosis con internet y las redes sociales, por lo que se puede aprovechar su familiaridad con la tecnología para llegar a ellos de una manera efectiva (4).

2. MARCO TEÓRICO

2.1 ¿Qué dice la OMS en base a la salud sexual?

El año 1974 es el punto de inflexión en qué la Organización Mundial de la Salud (OMS) se reúne para poner sobre la mesa el tema de la sexualidad humana. No será hasta el año 2002, veintiocho años después de dar con la definición de la palabra salud, que la OMS empezará a proponer definiciones sobre la salud sexual, aunque estas serán dadas a conocer en el 2006, y actualizadas en el 2010. Finalmente, para completar este ciclo, será el año 2015 en el que se publique el Informe de la OMS sobre la salud sexual, los derechos humanos y la legislación. En base a las mencionadas definiciones propuestas entre el 2006 y el 2010, en la tabla 1 se pueden encontrar las definiciones que propone la OMS hoy en día (5):

Salud sexual	Para definir la salud sexual, la OMS traslada la definición de salud al mismo, aplicando el "estado de bienestar físico, mental y social" y "y no solamente la ausencia de enfermedad" al concepto de sexualidad. Dentro de la salud sexual también se incluye la libertad sexual, el placer y la seguridad en las relaciones y la satisfacción de los derechos sexuales.
Sexo	Aquellos rasgos o características que encasillan a una persona como mujer u hombre, o hembra y macho. Cabe incluir en esta definición a aquellas personas que poseen rasgos sexuales masculinos y femeninos al mismo tiempo.
Sexualidad	La sexualidad acompaña a la persona durante toda su vida y cambia a medida que esta persona también lo hace, puesto que es un concepto que engloba muchos otros subconceptos en sí mismo, así como la orientación, los roles de género y las identidades. También se vive de forma diferente a medida que el ser humano se desarrolla, puesto que sus actitudes, pensamientos, prácticas y otras formas de expresar la sexualidad también son fluctuantes. Además, el contexto sociocultural en el que se mueva la persona también influye en el desarrollo de su sexualidad.
Derechos sexuales	Se entienden los derechos sexuales como derechos globales de la persona con relación con la expresión y práctica de su sexualidad tanto consigo misma como con otras personas. La satisfacción de estos derechos influye en la salud sexual de la persona.

Tabla 1: Conceptos según la OMS. Elaboración Ad. Hoc.

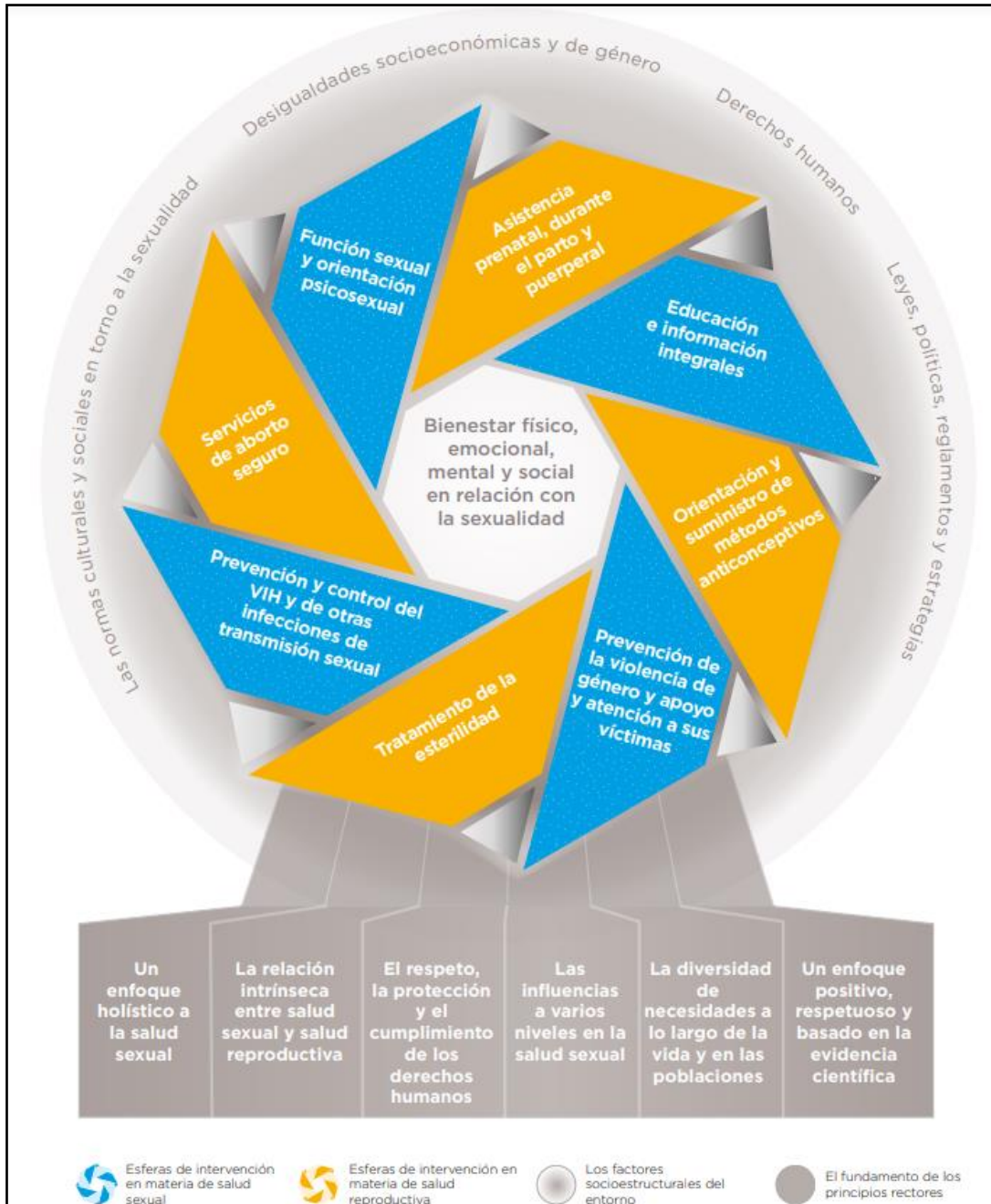


Ilustración 1: Marco operativo de la salud sexual y sus vínculos con la salud reproductiva. Elaboración Ad Hoc.

2.2 La sexualidad en la adolescencia

Según sugiere la Dra. Francisca Corona la sexualidad es un aspecto que acompaña a la persona en todas las etapas de su vida siendo una faceta más de su identidad (6). No se sugiere un 'inicio' de la sexualidad ya que esta empieza desde que la persona nace. Si bien es cierto, las actitudes y manifestaciones de la persona con respecto a su sexualidad empiezan alrededor de los 2 o 3 años con la autoexploración de los genitales

y con todo el conjunto de sensaciones y sentimientos que esta conlleva, así como la propia erección o las secreciones de la vulva o la construcción de la identidad. A lo largo de todas las etapas del desarrollo de la persona la sexualidad se va transformando, construyendo e instaurando a medida que todos los factores que pueden influir en esta, mencionados ya anteriormente en este mismo marco teórico, se presentan e interaccionan entre ellos. Es así como, por ejemplo, la masturbación se inicia en una edad u otra y se vive como positiva o negativa, de entre otros aspectos (2).

Preguntas, juegos, afecto, atracción, exploración, identidad, dudas, curiosidades, preocupaciones, miedos, ganas, tentaciones, descubrimientos, de entre muchas otras manifestaciones. Todas ellas aparecen, desaparecen y vuelven a hacerse cabida en la persona a medida que su sexualidad se va desarrollando (6). Sin embargo, este punto del trabajo se va a centrar en describir qué sucede en la adolescencia en relación a esta necesidad humana.

Según el estudio HBSC de 2018 en España sobre la conducta sexual, los adolescentes españoles de entre los 13 y los 18 años ya se han iniciado en la vivencia de su sexualidad. Como se ha comentado, esta empieza desde una edad muy temprana. Los adolescentes se masturban, experimentan y empiezan a tener relaciones sexuales, sean estas con penetración o sin penetración (7).

2.3 Fuentes de información sobre sexualidad en la adolescencia

A fin de que contrastar y analizar las diferentes fuentes de información existentes en cuanto a la sexualidad, se debe plantear desde un buen inicio cuales son las demandas que la población adolescente hace. Al mismo tiempo, cabe plantear si realmente se concibe el hecho de recibir información sobre sexualidad como educación sexual o no.

La etapa adolescente se caracteriza por la tentativa a llevar a cabo prácticas que pueden ser riesgosas. Dejarse llevar por la curiosidad, sin haber recibido antes una información útil e importante respecto a diversos aspectos de la sexualidad, conlleva a la adopción de conductas de riesgo. Asimismo, el acceso a una buena información se ve limitado por la vergüenza que han originado los tabúes que a lo largo de la historia se han ido construyendo alrededor de la sexualidad. En el Octavo congreso de la Federación Europea de Sexología en Praga se puso esto en perspectiva, argumentando que la educación sexual ayuda a deconstruir los mitos y mensajes negativos respecto a la sexualidad, que al mismo tiempo contribuyen a que los adolescentes puedan tomarse una cierta libertad a la hora de buscar y encontrar la información que buscan.

Las fuentes de información sobre sexualidad son actualmente muchas y muy variadas. La escuela y el entorno familiar, a priori, deberían o podrían ser la fuente principal, la primera con la que el adolescente se da. Sin embargo, la cultura y las características sociales inciden en cómo se percibe la sexualidad en el núcleo familiar. No todas las familias hablan de sexo porque no todos los adolescentes se atreven a preguntar (pero si a hacerse preguntas) y no siempre existe la misma disposición por parte de los progenitores (6). En cuanto a la escuela se refiere, poco a poco se está pasando del paradigma de únicamente hablar de biología a no excluir en la educación todo lo referente al placer, la diversidad sexual, la perspectiva de género, la identidad y, en definitiva, todas las dimensiones de la sexualidad (6).

La respuesta al por qué se necesita una mejor educación sexual, con acceso a fuentes de información fiables y seguras, la dan las cifras relativas a los adolescentes que llevan a cabo prácticas sexuales no saludables que a posteriori se ven relacionadas al número de infecciones de transmisión sexual (ITS), embarazos no deseados y otras conductas de riesgo (1).

2.4 El papel de la pornografía en la sociedad adolescente

La pornografía es un tema cada vez más presente en la vida de los adolescentes. El fácil acceso a internet y la falta de supervisión de los padres pueden llevar a los jóvenes a consumir este tipo de material de forma frecuente.

Aunque algunos adolescentes pueden pensar que la pornografía es inofensiva y una forma normal de explorar su sexualidad, existen varios riesgos asociados a su consumo. Uno de los principales riesgos es que puede crear expectativas poco realistas sobre las relaciones sexuales y el cuerpo humano, lo que puede llevar a una insatisfacción sexual en el futuro. Además, tal y como explica la sexóloga y doctora en Género y Diversidad María Rodríguez Suárez, la pornografía puede fomentar la violencia y la objetivación de la mujer, normalizando comportamientos sexistas y promoviendo una imagen distorsionada de lo que es el sexo sano y consensuado (3,8).

Según Save the Children en su análisis sobre el consumo de pornografía en adolescentes y su impacto, otro de los problemas que pueden surgir es la adicción a la pornografía, lo que puede afectar negativamente la vida social, escolar y emocional del adolescente. En algunos casos, puede afectar el desarrollo normal de la personalidad y generar problemas en las relaciones interpersonales y en la autoestima (9).

Es importante que los padres y educadores hablen con los adolescentes sobre la pornografía y los riesgos asociados a su consumo. También es importante fomentar una educación sexual adecuada, basada en la responsabilidad, el respeto y la comunicación efectiva. Los adolescentes deben aprender a tomar decisiones informadas y conscientes sobre su sexualidad, lo que incluye la elección de si desean o no consumir pornografía. Además, es esencial promover el acceso a información confiable y veraz sobre el sexo y la sexualidad, y fomentar la comunicación abierta y honesta en el hogar y en la escuela para que los adolescentes puedan discutir sus inquietudes y preocupaciones sin sentirse juzgados o avergonzados (6).

2.5 ¿Qué se preguntan los adolescentes?

Las preocupaciones o inquietudes respecto a la sexualidad entre los adolescentes son referentes, en gran medida, a la práctica de relaciones sexuales. Existe preocupación por el dolor durante las relaciones, también por el papel del grupo en estas. La presión grupal sigue siendo una preocupación en los adolescentes. De este modo, los adolescentes refieren que la educación sexual que reciben se basa demasiado en la teoría y en la biología. Al mismo tiempo desean informaciones más prácticas y útiles, que exploren otros ámbitos de la sexualidad, como la afectividad, el placer o la diversidad (10).

Esto es la demanda actual, y es una realidad a tener en cuenta a la hora de ofrecer información. Es coherente que en una sociedad en avance se explore la sexualidad (como todo lo demás) de una forma holística, desde todas sus perspectivas y dando importancia a aquellas que generan más inquietud a los receptores de información.

2.6 Hablar de sexo en familia

La comunicación abierta y efectiva entre padres y adolescentes es crucial para abordar temas relacionados con la salud sexual y prevenir conductas sexuales de riesgo. Hablar sobre sexo puede ser incómodo para muchas familias, pero es importante que los padres se sientan cómodos discutiendo estos temas con sus hijos (4).

En primer lugar, es importante establecer un diálogo abierto y respetuoso sobre el sexo y la sexualidad. Los padres deben estar dispuestos a escuchar y responder a las preguntas y preocupaciones de sus hijos, sin juzgarlos ni avergonzarlos, así como facilitar y fomentar conversación (11). Es fundamental que los adolescentes se sientan cómodos hablando con sus padres sobre temas sexuales, para que puedan tomar decisiones informadas y saludables.

Es importante que los padres hablen con sus hijos sobre la importancia del uso de anticonceptivos para prevenir embarazos no deseados y reducir el riesgo de ETS ya que es fundamental que los padres proporcionen información precisa y útil para que los adolescentes puedan tomar decisiones informadas sobre su salud sexual (4).

Además, los padres pueden hablar con sus hijos sobre la importancia de las relaciones sexuales saludables y consensuadas. Es fundamental también que los adolescentes entiendan la importancia del respeto mutuo y el consentimiento en las relaciones sexuales. Los padres pueden proporcionar información sobre cómo identificar y prevenir situaciones de riesgo, y cómo comunicar de manera efectiva sus límites y necesidades en las relaciones sexuales (4, 11).

Otro aspecto importante es la educación sobre el uso responsable de las redes sociales y la tecnología en general. Los padres pueden educar a sus hijos sobre el uso seguro de la tecnología, incluyendo el intercambio de fotos y mensajes sexuales, y cómo proteger su privacidad en línea (12).

2.7 Situación territorial: recursos comunitarios

El sistema sanitario español contempla algunos programas de salud comunitarios que, aunque no están únicamente enfocados a la educación sexual, son programas en los que sí se habla sobre sexualidad.

A nivel de Cataluña, el año 2004 nace el programa 'Salut i Escola' en el que centros públicos y concertados de educación secundaria en coordinación con los centros de atención primaria del territorio catalán. En este programa, mediante actividades de educación sanitaria, se tiene como objetivo la mejora de la salud de la población adolescente. Asimismo, cada centro inscrito en el programa cuenta con una enfermera de referencia que lleva a cabo dichas actividades. Además de concretar intervenciones grupales, se pone a disposición de los alumnos del centro el servicio de Consulta Abierta, en el que la intervención se hace a nivel individual, la enfermera con el adolescente. El programa en cuestión abarca todos los cursos de las ESO y enseñanzas postobligatorias. No obstante, la población diana es la de tercero y cuarto de la ESO (13).

2.8 Las conductas de riesgo en la adolescencia

Anticonceptivos

Los métodos anticonceptivos son herramientas esenciales para prevenir embarazos no deseados y reducir el riesgo de enfermedades de transmisión sexual (ETS). Para los adolescentes, es importante conocer los diferentes métodos anticonceptivos disponibles y elegir el que mejor se adapte a sus necesidades y estilo de vida (1).

Según el estudio HBSC-2018 el preservativo es el método anticonceptivo más utilizado entre los adolescentes (solo o en combinación con otro método) ya que es de los métodos más eficaces para proteger contra ETS y evitar embarazos no deseados (5). Sin embargo, a medida que las relaciones se estabilizan el uso de este método anticonceptivo cae en picado, siendo sustituido por métodos hormonales, en concreto por las pastillas anticonceptivas, ya que los jóvenes declaran su preferencia hacia los métodos hormonales con su pareja habitual, mientras que encontramos un auge del uso del preservativo en relaciones sexuales esporádicas. Es común que los adolescentes que poseen un mayor entendimiento sobre las infecciones de transmisión sexual (ITS) y sus modos de contagio muestren una postura más positiva hacia la utilización del preservativo y tengan una percepción más clara de los riesgos. Aunque la falta de información puede aumentar la vulnerabilidad de los jóvenes ante el riesgo sexual, proporcionarles información precisa es una parte fundamental de la educación sexual para prevenir conductas de riesgo, aunque no sea suficiente por sí sola para evitar dichos comportamientos (12). Además, es fundamental que los adolescentes tengan acceso a anticonceptivos para prevenir embarazos no deseados y reducir el riesgo de ETS. Las investigaciones en este campo demuestran que promover la abstinencia sexual no tiene ningún efecto sobre la edad en que los adolescentes comienzan a tener relaciones sexuales, ni sobre el número de parejas sexuales o el uso del preservativo. Por otro lado, cuando los adolescentes tienen la intención de usar preservativo durante las relaciones sexuales y no encuentran obstáculos para hacerlo, se relacionan directamente con su uso efectivo, según indican estudios recientes (14).

Embarazo adolescente

El embarazo adolescente no deseado es una problemática global que afecta a millones de jóvenes cada año; se refiere a aquellos casos en los que una persona menor de 20 años queda embarazada. Las causas de este fenómeno son múltiples y complejas, pero

suelen estar relacionadas con la falta de educación sexual, la desigualdad de género, la pobreza y la falta de acceso a anticonceptivos (8).

El embarazo en la adolescencia puede tener graves consecuencias tanto para la salud física como para la salud mental de la joven y su bebé. Las adolescentes embarazadas tienen un mayor riesgo de sufrir complicaciones durante el embarazo y el parto, como la preeclampsia y el parto prematuro. Además, los bebés nacidos de madres adolescentes tienen mayor probabilidad de tener bajo peso al nacer y problemas de salud a largo plazo.

La prevención del embarazo adolescente es crucial para evitar estos riesgos. Es importante que los jóvenes reciban una educación sexual completa y basada en la evidencia, que incluya información sobre anticoncepción y prevención de enfermedades de transmisión sexual. También es importante que tengan acceso a servicios de salud sexual y reproductiva de calidad, además de anticonceptivos, pruebas de detección de enfermedades de transmisión sexual y asesoramiento (14).

La prevención del embarazo adolescente también requiere abordar las causas subyacentes del problema, como la desigualdad de género y la pobreza. Esto puede incluir la promoción de la igualdad de género, el empoderamiento de las mujeres y la mejora del acceso a la educación y al empleo. Muchos adolescentes no están preparados para afrontar los retos que conlleva ser padres, y esto puede afectar tanto a su propia vida como a la del bebé. Por ello, es importante llevar a cabo estrategias efectivas de prevención para evitar este tipo de situaciones. La prevención del embarazo adolescente es un esfuerzo conjunto de padres, educadores y profesionales de la salud. Es fundamental que los adolescentes reciban información clara y completa sobre la sexualidad y la anticoncepción. Los padres deben tener una comunicación abierta con sus hijos, permitir un diálogo sincero sobre el tema, con el fin de reducir la desinformación y evitar los mitos y tabúes que existen en torno a la sexualidad (15).

La educación sexual es esencial para prevenir el embarazo adolescente. Los adolescentes deben estar informados sobre las diferentes opciones de anticoncepción, cómo utilizarlas correctamente y cómo evitar enfermedades de transmisión sexual. La educación sexual también debe incluir el desarrollo de habilidades para tomar decisiones responsables, establecer límites y negociar relaciones sexuales saludables.

Además, es importante que los adolescentes tengan acceso a servicios de salud reproductiva. En servicios, pueden recibir asesoramiento sobre estos métodos anticonceptivos, recibir pruebas de enfermedades de transmisión sexual y recibir atención médica en caso de ser necesario.

También es fundamental promover un entorno en el que los adolescentes se sientan seguros y protegidos. Esto significa que deben tener acceso a espacios seguros y protegidos, alejados de situaciones de violencia o abuso sexual (8).

La prevención del embarazo adolescente es una tarea compleja, que requiere un esfuerzo conjunto de la sociedad en su conjunto. Es necesario proporcionar a los adolescentes información clara y completa, acceder a servicios de salud reproductiva y crear un entorno seguro y saludable para ellos. Con estas estrategias, se puede reducir significativamente la incidencia de embarazo adolescente y mejorar la salud sexual y reproductiva de los jóvenes (1, 15).

Enfermedades de transmisión sexual (ETS)

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS) son un problema de salud importante para la población adolescente. Los jóvenes sexualmente activos son particularmente vulnerables a contraer ETS debido a la falta de experiencia y la ausencia de medidas de prevención adecuadas. Además, algunos jóvenes pueden sentirse avergonzados o incómodos al hablar sobre el tema con sus padres, amigos o profesionales de la salud.

Es importante que los adolescentes comprendan que las ETS son una realidad y que pueden prevenir su transmisión. La educación sexual es clave para la prevención, y debe incluir información sobre las diferentes ETS, sus síntomas, cómo se transmiten y cómo se pueden prevenir. La abstinencia es la forma más efectiva de prevenir las ETS, pero si los adolescentes deciden tener relaciones sexuales, deben utilizar métodos de protección, como el uso de condones (1).

Es fundamental que los adolescentes tengan acceso a servicios de salud sexual y reproductiva confidenciales y de calidad. Los profesionales de la salud pueden proporcionar información, asesoramiento y pruebas de detección de ETS, y pueden ayudar a los adolescentes a elegir el método anticonceptivo que mejor se adapte a sus necesidades.

Es importante que los padres hablen con sus hijos sobre las ETS y les proporcionen información precisa y actualizada. Los padres pueden abordar el tema de manera abierta y comprensiva, y deben enfatizar la importancia de la prevención y el uso de métodos de protección.

En resumen, la prevención de las ETS en adolescentes requiere educación, acceso a servicios de salud sexual y reproductiva, y una comunicación abierta entre padres e hijos. Es importante que los adolescentes sepan que pueden tomar medidas para proteger su salud sexual, y que sepan dónde acudir en caso de necesitar información o atención médica. La prevención de las ETS es fundamental para garantizar la salud sexual y reproductiva de los adolescentes y para prevenir complicaciones a largo plazo (14).

3. OBJETIVOS

Objetivo principal:

- Conocer cómo afecta el uso de Internet en la educación sexual de los adolescentes.

Objetivos específicos:

- Saber cómo afecta el visionado de pornografía en las relaciones sexuales de los adolescentes
- Diferenciar las ventajas y riesgos del uso de internet para la búsqueda de información sobre sexualidad.
- Exponer programas y alternativas online para fomentar la salud sexual de los adolescentes.

4. METODOLOGÍA

4.1 Descripción del método de estudio:

Para esclarecer los objetivos propuestos en esta revisión bibliográfica siguiendo las recomendaciones del grupo de trabajo PRISMA, se ha realizado una búsqueda que consiste en una recopilación de la bibliografía disponible basada en evidencia científica. Seleccionando artículos pertinentes, recientes y evidenciados. Reuniendo así artículos publicados en los últimos 5 años. Escogiendo además aquellos escritos en castellano e inglés de las diferentes bases de datos Pubmed, CINHALL, Scopus y Dialnet Plus. Además, en la base de datos Scopus también se ha filtrado por país/territorio, seleccionando España para obtener artículos del país.

En la tabla 2 se puede encontrar un pequeño resumen de las diferentes bases de datos utilizadas en la presente revisión bibliográfica.

Pubmed	Pubmed es una base de datos desarrollada y mantenida por el Centro Nacional de Información Biotecnológica (NCBI) en la Biblioteca Nacional de Medicina (NLM). Pubmed es un recurso de carácter gratuito especializado en ciencias de la salud que cuenta con más de 19 millones de referencias (16).
CINAHL	CINAHL (Cumulative Index of Nursing and Allied Literature Complete) es una base de datos que fue diseñada para resolver las necesidades de los profesionales de enfermería, fisioterapia y terapia ocupacional. Contiene más de 5.000 títulos indexados, 4.1 millones de registros bibliográficos y 1350 revistas con opción a visualizar texto completo. (17)
Scopus	Scopus es una base de datos de referencias bibliográficas, resúmenes y citas de publicaciones científicas vinculada a una amplia variedad de disciplinas (ciencia y tecnología, medicina, ciencias sociales, artes y humanidades). Ofrece información bibliográfica de más de 25100 revistas científicas (18).
Dialnet plus	Dialnet Plus es la versión avanzada de Dialnet, se caracteriza por su opción de búsqueda avanzada y los numerosos filtros a escoger para poder optimizar las búsquedas en comparación con Dialnet. Dialnet Plus contiene más de 12.000 revistas científicas indexadas (19).

Tabla 2: Bases de datos. Elaboración Ad Hoc.

4.2. Periodo de estudio:

El estudio se ha realizado de septiembre de 2022 a mayo de 2023. La recogida de datos de la revisión bibliográfica ha tenido lugar entre diciembre de 2022 y marzo de 2023.

4.3. Terminología utilizada:

Para obtener resultados de búsqueda precisos y relevantes para la investigación, ha sido imprescindible delimitar la terminología utilizada. Se ha empleado tanto el lenguaje controlado, seleccionando las palabras clave de los thesaurus descriptores de ciencias de la salud (DeCS) y Medical Subjects Headings (MeSH), como el lenguaje libre para obtener resultados específicos que no han sido localizados mediante el lenguaje controlado.

4.4 Estrategia de búsqueda:

Para llevar a cabo la búsqueda bibliográfica, se han tenido en cuenta los términos relevantes en la revisión bibliográfica y se han considerado como palabras clave.

El operador booleano "AND" ha sido el más utilizado para hacer las búsquedas más eficientes. Así como el uso de comillas para encontrar oraciones concretas tanto en los términos del lenguaje controlado como en los del lenguaje libre.

Después de obtener los resultados deseados, se ha hecho uso de los filtros específicos ofrecidos por las diferentes bases de datos, como texto completo, accesibilidad gratuita, idioma y el filtro de año de publicación del artículo para lograr información reciente y actualizada ajustando la búsqueda según las necesidades del estudio.

4.5 Fuentes de información

En la tabla 2 se pueden observar las distintas bases de datos utilizadas para la realización de este Trabajo de Fin de Grado, siendo así: Pubmed, Dialnet Plus, CINAHL y Scopus. Además, se pueden observar los distintos resultados obtenidos según las diferentes estrategias de búsqueda y la aplicación de filtros.

De igual manera, en la Tabla 3 se incluyen los criterios de inclusión y exclusión fijados para cribar los resultados de las diferentes bases de datos.

TABLA 3: Bases de datos utilizadas.				
Base de datos	Estrategia de búsqueda	Resultados sin filtros aplicados	Resultados con filtros aplicados	Artículos seleccionados
Pubmed	(Internet) AND (sex education) AND (adolescent)	509	179	12
	(Pornography) AND (adolescent)	280	121	12
	(Primary Health Care) AND (sexual health) AND	193	87	1

	(adolescent)			
Dialnet Plus	(Internet) AND (sex education) AND (adolescent)	32	18	5
	(Pornography) AND (adolescent)	49	25	4
CINAHL	(Internet) AND (sex education) AND (adolescent)	4900 (aprox.)	21	1
	(Pornography) AND (adolescent)	4900 (aprox.)	53	2
Scopus	(Internet) AND (sex education) AND (adolescent)	902	41	2
	(Primary Health Care) AND (sexual health) AND (adolescent)	1562	17	1

Tabla 3: Bases de datos utilizadas. Elaboración Ad Hoc.

TABLA 4: Criterios de elegibilidad.	
Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Artículos publicados en los últimos 5 años. 2019 a 2023.	Artículos publicados en años fuera del rango especificado.
Artículos en castellano, catalán o inglés.	Artículos en idiomas diferentes al inglés, catalán y español.
Artículos completos y de acceso libre.	Artículos de pago o sin opción de "ver texto completo"

Tabla 4: Criterios de inclusión y exclusión. Elaboración Ad Hoc.

TABLA 5: Descriptores DeCS y MeSH utilizados		
Palabras clave	Descriptor DeCS	Descriptor MeSH
Salud Sexual	Salud sexual	Sexual Health
Adolescente	Adolescente	Adolescent
Atención Primaria	Atención Primaria de Salud	Primary Health Care
Sexualidad	Sexualidad	Sexuality

Tabla 5: Descriptores DeCS y MeSH utilizados. Elaboración Ad. Hoc

4.6. Elaboración de herramienta de difusión de contenido.

Como fruto de lectura y análisis de las fuentes seleccionadas para la realización de la presente revisión bibliográfica se ha realizado una infografía de carácter divulgativo sobre los diferentes recursos destinados a adolescentes para poder adquirir información contrastada con el fin de proyectar una sexualidad saludable y alejada de riesgos. Para la realización de dicha infografía se ha utilizado la aplicación web de diseño gráfico Canva (20) así como parte de la bibliografía utilizada en esta revisión bibliográfica. También ha sido necesario crear una licencia *Creative Commons* según nuestros intereses de difusión. La infografía está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional, cualquier individuo será libre de compartir y adaptar el material del documento otorgando el crédito correspondiente e indicando la realización de cambios, mas no podrá utilizar el material con fines comerciales (21).

5. RESULTADOS

Inicialmente, al realizar la búsqueda en las diferentes bases de datos mencionadas anteriormente y aplicar los filtros de selección expuestos en la tabla 3 se encontraron un total de 562 referencias bibliográficas. Posteriormente y tras realizar un análisis general por relevancia de títulos obtenemos un total de 40 referencias bibliográficas, de las cuales mediante la lectura del resumen de los artículos se han obtenido 21 referencias potencialmente relevantes. Tras la posterior lectura del texto completo finalmente se han seleccionado un total de 17 artículos potencialmente relevantes.

Tras la lectura completa, evaluación crítica y selección de la información respondiendo a los objetivos fijados en este trabajo de investigación, se han utilizado un total de 11 referencias bibliográficas de gran relevancia para la realización de este trabajo.

En la tabla 5 queda reflejado el procedimiento de selección y evaluación de los artículos obtenidos. En la tabla 6 se pueden observar el título, autores y base de datos de los artículos escogidos tras el proceso de selección.

TABLA 6: Procedimiento de selección y evaluación de los artículos					
Bases de datos utilizadas	Artículos con filtros aplicados	Artículos seleccionados por título	Artículos seleccionados por resumen	Artículos seleccionados por texto completo	Artículos utilizados
Pubmed	387	25	11	9	5
Dialnet Plus	43	9	6	5	4
CINAHL	74	3	2	2	1
Scopus	58	3	2	1	1
				TOTAL:	11

Tabla 6: Procedimiento de selección y evaluación de los artículos. Elaboración Ad Hoc.

TABLA 7: Artículos utilizados de cada base de datos	
Pubmed: 5 artículos	<ul style="list-style-type: none"> • Feasibility, Acceptability, and Preliminary Efficacy of a Brief Online Sexual Health Program for Adolescents. Widman L. Kamke K. Evans R. • Exposure to Pornography and Adolescent Sexual Behavior: Systematic Review. Pathmendra P. Raggatt M. Lim M. • Pornography Use Profiles and the Emergence of Sexual Behaviors in Adolescence. Pirrone D, Zondervan-Zwijnenburg M. • Pornography use among adolescents and the role of primary care. Jhe G. Addison J. Lin J. Pluhar E.

	<ul style="list-style-type: none"> • Intimate partner cyberstalking, sexism, pornography and sexting in adolescents: New challenges for sex education. Rodriguez-Castro Y. Martinez Román R.
Dialnet Plus: 4 artículos	<ul style="list-style-type: none"> • ¿Pornografía al alcance de un clic? Una revisión de la literatura reciente sobre adolescentes españoles. Alonso Ruido P. Sande Muñiz M. Regueiro B. • Pantallas y educación sexual en adolescentes. Egido Moreno A. • La influencia de la pornografía en las relaciones sexuales en jóvenes y adolescentes: un análisis del consumo de pornografía en Cantabria. Vélez Barquilla M. • Evolución de las fuentes de información y las ideas sobre sexualidad en adolescentes. García Vazquez J, Agulló Tomás E.
CINAHL: 1 artículo	<ul style="list-style-type: none"> • Adolescents and Young Adults Evaluating a Website for Affective-Sexual Information and Education: A Mixed-Methods Study Protocol. Montero Pons L, Falguera Puig G, García Sierra R. et al.
Scopus: 1 artículo	<ul style="list-style-type: none"> • An asynchronous, mobile text-based platform (XatJove Anoa) for providing health services to Teenagers: Protocol for a quasiexperimental study. Valmaña G, Vidal-Alaball J. Furió V. et al.

Tabla 7: Artículos utilizados de cada base de datos. Elaboración Ad Hoc.

5.1. Descripción de los artículos seleccionados.

Una vez seleccionados los artículos relevantes para realizar la revisión bibliográfica se procede a disponer dichos artículos según fecha de publicación, indicando además el título, autor/es, idioma, metodología, objetivos y conclusiones.

Año de publicación, título y autores	Metodología y objetivos	Datos relevantes
<p>Fecha de publicación: Febrero 2020.</p> <p>Título: Feasibility, acceptability, and preliminary efficacy of a brief online sexual health program for adolescents (22)</p> <p>Autores: Widman L. Kamke K. Evans R.</p>	<p>Evaluación de la viabilidad, la aceptabilidad y la eficacia de un programa interactivo de salud sexual en línea de 45 minutos para adolescentes, llamado Health Education and Relationship Training (HEART).</p>	<p>El programa HEART se enfoca en 5 áreas de ámbito sexual: 1) motivación sexual más segura; 2) conocimientos sobre VIH/ETS; 3) normas/actitudes sexuales; 4) autoeficacia en relaciones sexuales más seguras; y 5) habilidades de comunicación sexual. Haciendo énfasis en la longitudinalidad del programa en la importancia de las habilidades interpersonales, los valores y los aspectos positivos de la sexualidad.</p>
<p>Fecha de publicación: Mayo 2020.</p> <p>Título: Evolución de las fuentes de información y las ideas sobre sexualidad en adolescentes (23)</p> <p>Autores: García Vazquez J, Agulló Tomás E.</p>	<p>Estudio cuasiexperimental de enfoque descriptivo longitudinal que investiga el impacto de la educación sexual en estudiantes de ESO en la comunidad autónoma de Asturias. Bajo el presente objetivo de conocer las fuentes de información sexual más utilizadas por los adolescentes.</p>	<p>La fuente de información considerada más útil por los adolescentes de 2º de Bachillerato fue Internet, valorada por encima de la escuela o progenitores, incidiendo de esta manera en sus conocimientos, actitudes y conductas, propiciando el visionado de contenido pornográfico machista y heteronormativo, el aumento de sexo sin protección o el sexting.</p>
<p>Fecha de publicación: Febrero 2021.</p>	<p>Estudio cuantitativo mediante cuestionario a 993 estudiantes españoles de 13 a 19 años. Bajo este estudio se buscó identificar las conductas que</p>	<p>En el estudio se expone que son los chicos quienes realizan más conductas de sexting y quienes consumen más contenido pornográfico, encontrando una relación y</p>

<p>Título: Intimate Partner Cyberstalking, Sexism, Pornography, and Sexting in Adolescents: New Challenges for Sex Education (24)</p> <p>Autores: Rodriguez-Castro Y. Martinez Román R.</p>	<p>perpetuan el acoso cibernético de pareja íntima (IPCS), analizando la relación entre IPCS y género, edad, sexting y pornografía, así como investigar dichas variables como predictoras de IPCS.</p>	<p>fuerte vínculo entre ambas conductas. Además, la visualización de pornografía y el sexting están altamente relacionados con actitudes sexistas, es interesante señalar que tanto chicos como chicas enmascaran conductas machistas bajo actitudes afectivas, siendo así incapaces de identificarlas.</p>
<p>Fecha de publicación: Marzo 2021.</p> <p>Título: Pantallas y educación sexual en adolescentes (25)</p> <p>Autor: Egido Moreno A.</p>	<p>Artículo divulgativo con objetivo de dar a conocer riesgos y situaciones propiciados por el uso de Internet de los adolescentes para satisfacer su curiosidad sexual. El artículo se basa en el informe <i>(Des) Información sexual: pornografía y adolescencia</i> de Save the Children España, contextualizado Andalucía 2020</p>	<p>En el informe de Save the Children podemos observar que un 43,3% de los adolescentes de la muestra aprecia diferencias entre sus prácticas sexuales y aquellas que plasma la pornografía. De igual manera, el 58,4% opina que la pornografía influye en sus relaciones sexuales, tomando la pornografía como fuente de aprendizaje.</p>
<p>Fecha de publicación: Junio 2021.</p> <p>Título: An Asynchronous, Mobile Text-Based Platform (XatJove Anoa) for Providing Health Services to Teenagers: Protocol for a Quasiexperimental Study (26)</p> <p>Autor: Valmaña G, Vidal-Alaball J. Furió V. et al.</p>	<p>Estudio cuasiexperimental que busca implantar el uso de la plataforma XatJove Anoa que pone en contacto online a adolescentes y profesionales de la salud. El estudio busca comparar el número de consultas presenciales con el número de consultas realizadas a través de la aplicación.</p>	<p>Las consultas en la web con profesionales de la salud ofrecen información actualizada y de calidad evitan el autodiagnóstico basado en búsqueda en páginas web de información no contrastada.</p>
<p>Fecha de publicación: Noviembre 2021.</p>	<p>Estudio cuantitativo que obtiene los datos del programa STARS (<i>Studies on Trajectories of Adolescent</i></p>	<p>El estudio identificó la relación entre el consumo de la pornografía y la temprana realización de prácticas</p>

<p>Título: Pornography Use Profiles and the Emergence of Sexual Behaviors in Adolescence (27)</p> <p>Autor: Pirrone D, Zondervan-Zwijenburg M.</p>	<p><i>Relationships and Sexuality</i>), busca investigar qué trayectorias se pueden distinguir en los adolescentes según el consumo de pornografía. Además, busca la relación entre el uso de pornografía y la realización de distintas prácticas sexuales.</p>	<p>sexuales tales como: masturbación, beso francés, caricias, masturbación en pareja, sexo oral, sexo vaginal y sexo anal.</p>
<p>Fecha de publicación: Enero 2022.</p> <p>Título: La influencia de la pornografía en las relaciones sexuales en jóvenes y adolescentes: un análisis del consumo de pornografía en Cantabria. (28)</p> <p>Autor: Vélez Barquilla M.</p>	<p>Estudio cuantitativo, que mediante una muestra de 561 jóvenes de entre 14 y 21 años busca analizar la influencia de la pornografía en las relaciones sexuales entre adolescentes.</p>	<p>Según el estudio, el 47,2% de los adolescentes de la muestra consume pornografía para aprender e implementar prácticas en sus relaciones sexuales. Además, quienes consumen más pornografía considera que esta es útil y les cuesta diferenciar entre mito y realidad, además tienen dificultad en identificar desigualdad y violencia en la pornografía.</p>
<p>Fecha de publicación: Septiembre 2022.</p> <p>Título: ¿Pornografía al alcance de un clic? Una revisión de la literatura reciente sobre adolescentes españoles (29)</p> <p>Autor: Alonso Ruido P. Sande Muñiz M. Regueiro B.</p>	<p>Revisión bibliográfica que busca indagar en el consumo actual de pornografía en adolescentes españoles, valorando las variables que propician dicho consumo desde una perspectiva de género.</p>	<p>La primera exposición de los adolescentes a la pornografía se sitúa en torno a los 12 años, siendo los hombres los más consumidores, además, se ha señalado que la pornografía está diseñada para varones heterosexuales que siguen una masculinidad autoritaria, reduciendo a las mujeres a simples objetos sexuales, víctimas de violencia y sumisas.</p>
<p>Fecha de publicación: Diciembre 2022.</p>	<p>Estudio cuantitativo y cualitativo observacional que mediante un cuestionario y una muestra de estudio de</p>	<p>El estudio expone la utilidad de la página web Sexe Joves, haciendo hincapié en la capacitación de los profesionales</p>

<p>Título: Adolescents and Young Adults Evaluating a Website for Affective-Sexual Information and Education: A Mixed-Methods Study Protocol (30)</p> <p>Autor: Montero Pons L, Falguera Puig G, García Sierra R. et al.</p>	<p>adolescentes catalanes de entre 14 y 25 años busca evaluar la web Sexe Joves como fuente de información, educación y comunicación en salud afectivosexual para jóvenes</p>	<p>de salud que responden a los correos de los adolescentes, proporcionando respuestas de calidad gracias a información relevante, contrastada y actualizada.</p>
<p>Fecha de publicación: Diciembre 2022.</p> <p>Título: Pornography use among adolescents and the role of primary care (31)</p> <p>Autor: Jhe G. Addison J. Lin J. Pluhar E.</p>	<p>Artículo de carácter divulgativo, que busca poner en valor el papel de los proveedores de atención primaria en relación con la salud sexual de los adolescentes.</p>	<p>Ante la comunicación entre adolescentes y profesionales de salud la conversación ha de estar marcada por la comprensión imparcial, brindando herramientas para el pensamiento crítico sobre el consumo de la pornografía. “Cuanto más estigmatizamos la pornografía, más la empujamos a la clandestinidad y menos seremos capaces de comprender su impacto en la salud sexual entre los adolescentes.”</p>
<p>Fecha de publicación: Enero 2022.</p> <p>Título: Exposure to Pornography and Adolescent Sexual Behavior: Systematic Review (32)</p> <p>Autor: Pathmendra P. Raggatt M. Lim M.</p>	<p>Revisión bibliográfica que busca mediante la bibliografía de los 10 últimos años saber la relación entre la exposición a la pornografía y el comportamiento sexual (uso de preservativos, debut sexual, parejas múltiples, sexo grupal, sexo forzado, sexo pagado, embarazo adolescente y ETS).</p>	<p>En relación con el uso de preservativo (u otros métodos anticonceptivos) en las relaciones sexuales de los adolescentes, sabemos que aquellos que consumían pornografía en la que no aparecen métodos anticonceptivos tenían más posibilidades de practicar sexo sin métodos anticonceptivos.</p>

Tabla 8: Descripción de los artículos seleccionados. Elaboración Ad Hoc..

5.2. Herramienta de difusión de contenidos.

Se expone la herramienta de difusión de contenido comentada en el apartado 4.6.



Ilustración 2: Infografía. Elaboración Ad.Hoc

6. DISCUSIÓN

La discusión que se expone en la presente revisión bibliográfica trata de responder a los objetivos planteados en el apartado 3 de este trabajo de fin de grado. En el siguiente texto se aúnan las resoluciones de los objetivos:

- Conocer cómo afecta Internet en la educación sexual de los adolescentes.
 - Saber cómo afecta el visionado de pornografía en las relaciones sexuales de los adolescentes
 - Diferenciar las ventajas y riesgos del uso de internet para la búsqueda de información sobre sexualidad.
 - Exponer programas y alternativas online para fomentar la salud sexual de los adolescentes.

La bibliografía se refiere a la educación sexual como la rama de la educación que acompaña y dota al ser humano de recursos para entender puntos clave de la sexología. Alberto del Egado Moreno, en el artículo “Pantallas y educación sexual en adolescentes” (25) habla del consumo de internet en el sector adolescente y de cómo este uso de un recurso tan al alcance de la población supone algo a lo que enfrentarse a la hora de recibir educación sexual. Pues si bien esta amplia fuente de información es una oportunidad para recibir conocimientos e informaciones con una base científica y enfocadas a la educación, basta con abrir el cajón de la pornografía para que se vulnere sumamente la educación sexual como tal. Si bien el autor de dicho artículo establece una relación entre la pornografía y el concepto de la fantasía sexual, considerado uno de los conceptos básicos de la sexualidad, la pornografía no responde a la definición de la fantasía sexual puesto que su elaboración no tiene lugar dentro de la persona propia, sino que es elaborada por entidades y grupos de personas ajenos al consumidor. Así que, si bien la existencia de la pornografía es una realidad y es tan accesible como cualquier otro recurso de internet, Alberto del Egado expresa en su artículo la necesidad de una educación sexual de calidad llevada a cabo por personas formadas que opten por transmitir una serie de conocimientos de forma planificada y con la utilización de recursos transversales que pretendan dar resultado a lo largo de las etapas del desarrollo humano. Se sabe, por el informe “(Des) Información sexual: pornografía y adolescencia” (9), que a fecha de junio del 2020 que un 60,9% de la población adolescente ha visto pornografía en alguna ocasión y que la edad media en que se empieza a acceder a esta es a los 12 años. Otros dos aspectos que son importantes de comentar son el hecho de que un 43,3% de la población adolescente sabe diferir entre

lo que hace y lo que ve y que la mayoría de las personas a las que se refiere el informe aceptan que ver porno ha conllevado un impacto en su práctica sexual. También es sabido que un 13,2% ha usado las redes sociales para hablar con alguien con un fin erótico. No queda muy fuera de lugar en este caso afirmar o por lo menos preguntarse si la pornografía puede traspasar el límite entre dos conceptos diferentes: la fantasía y el deseo sexual. Pues si bien el primer concepto hace referencia a algo que no sucede en la realidad, el deseo sexual es lo que lleva a la persona a acudir a otras personas para cumplir su fantasía. Teniendo en cuenta esta diferencia, es riesgoso que la fantasía se convierta en deseo cuando se está hablando de un recurso que se centra en el consumismo y en lo carnal. Sin ánimos de incluir en el mismo saco a toda la pornografía, la mayoría de contenido pornográfico que se consume promueve un sexo en el que siempre se sigue una misma historia que tiende a centrar la atención en los genitales, en la que se suele anteponer el placer masculino al femenino (en el caso de la pornografía heterosexual), en el que no siempre se usa protección, y en el que en definitiva se capitalizan las relaciones sexuales. Aunque el catálogo de contenido es amplio y variado, las similitudes de las que se ha hablado anteriormente hacen caer en la cuenta fácilmente de que el consumo de dicho contenido puede conllevar un riesgo a la hora de disfrutar de la sexualidad, pues se crean expectativas, complejos, sensaciones y deseos alrededor de un aspecto humano que ya de por sí se ve influenciado por otros factores como son la cultura y la sociedad. Retomando el dato de que un 13,2% de adolescentes españoles en el 2020 contactase con desconocidos por redes con fines sexuales, Alberto del Egido habla del "sexting" y el "grooming", dos conceptos ponen en vulnerabilidad los derechos de cualquier persona menor de edad con acceso a redes. Se conoce el "sexting" como el intercambio de mensajes y material gráfico explícitos con la intencionalidad de sexualizar una conversación por redes entre dos o más personas. En cambio, el "grooming" se refiere a cuando una persona adulta busca obtener imágenes desnudas de un menor poniéndose en contacto por redes con dicho menor (25). Sin necesidad de profundizar más en este aspecto es más que claro que es importante ofrecer una educación sexual que se ajuste a las necesidades de cada etapa vital. Como concluye Rodríguez Castro et al., en artículo "Intimate Partner Cyberstalking, Sexism, Pornography and Sexting in Adolescents: New Challenges for Sex Education", los modelos de educación sexual más extendidos al fin y al cabo tratan de criminalizar la sexualidad, basándose en un modelo educativo que busca eminentemente prevenir riesgos (24). Se tiende además a retomar una sexualidad

clásica, heteronormativa, cisgénero y blanca, sin tener en cuenta la vulneración de derechos que esto supone para toda la población.

Los autores buscan ya hoy en día una educación sexual que asuma la existencia del internet y de las redes sociales, la perspectiva de género, las orientaciones sexuales y en definitiva todas las opciones que giren entorno a una sexualidad libre de prejuicios y normas morales arraigadas en la sociedad. La sociedad ha cambiado como también lo ha hecho el contexto en el que vive el ser humano y sus necesidades. De hecho, toda la bibliografía que se ha revisado que habla en relación a la salud sexual pone de manifiesto que no es útil contemplar una sexualidad de antaño a la hora de educar, sino que la educación debe seguir el mismo ritmo de avance de la sociedad. Es un buen ejemplo el programa Health Education and Relationship Training (HEART) explicado en el artículo "Feasibility, acceptability and preliminary efficacy of a brief online sexual health program for adolescents", en el que se apuesta por un programa de salud en línea enfocado a adolescentes que trata de educar en materia de sexualidad desde las relaciones seguras, los conocimientos en relación a las enfermedades de transmisión sexual, las actitudes y normas adoptadas en la práctica sexual y en las habilidades sociales en términos de sexualidad (22). A su vez, a nivel de Catalunya, un estudio cuasiexperimental pone de manifiesto la efectividad de una web que pone en contacto a adolescentes y profesionales de enfermería. XatJove Anoia es una iniciativa que se desarrolla por parte de los sistemas de salud a raíz de antecedentes como el programa Salut i Escola, que establece una conexión entre el Departamento de Salud y el Departamento de Educación de Catalunya. Habiendo nacido XatJove Anoia como parte de un estudio, se ha buscado realizar una comparativa entre cuantos adolescentes manifiestan sus inquietudes y dudas sobre sexualidad en la consulta y cuantos se sienten más cómodos realizando esta consulta a través de esta plataforma. En estudios similares realizados con anterioridad se ha observado que la disponibilidad de plataformas de estas características reduce sustancialmente las visitas presenciales a las consultas de atención primaria (26). Sexe Joves es la plataforma que ofrece la Generalitat de Catalunya al adolescente. Montero-Pons et al., en un estudio observacional, busca poner en perspectiva la eficacia de este proyecto orientado a ofrecer educación sexual a los adolescentes del territorio catalán (30). Se encuentran similitudes con XatAnoia ya que esta plataforma también está dotada de un servicio de mensajería que ofrece conexión entre el adolescente y el profesional sanitario. Además, la plataforma, en formato de página web, cuenta con contenido divulgativo acerca de la sexualidad en los adolescentes. Contenido contrastado científicamente, fiable y

actualizado, en el que además de informar sobre sexualidad en todos los aspectos, también acerca al adolescente a recursos como el ASSIR (Atención a la salud sexual y reproductiva) o el Casal Lambda (entidad enfocada a la atención a la sexualidad para el colectivo LGBTIQ+) (30).

Entrando más en materia en el tema de los pros y los contras de internet a la hora de servir como fuente de información sobre sexualidad para los adolescentes, cabe hacer hincapié en que, si bien el recurso ofrece una cantidad de información que en caso de ser pasada por ciertos filtros puede resultar útil, supone un riesgo en relación con la exposición a contenido que puede influir o incidir en el desarrollo sexual de un adolescente. Grace B Jhe et al. comentan en su artículo que no es tan importante la banalización y estigmatización de este contenido, sino que más bien lo que cobra importancia es brindar a la persona herramientas para fomentar su pensamiento crítico a la hora de consumirlo (31). Para afrontar las consultas de los adolescentes sobre su sexualidad y como el consumo de contenido explícito puede incidir en su educación sexual, se necesita saber qué se preguntan los adolescentes en cuanto a su sexualidad. En el estudio cuantitativo de M^a Teresa Vélez Barquilla se concluye que las dos razones principales por las cuales los adolescentes consumen pornografía es para la autoestimulación, en el caso del 62,6% de personas incluidas en el estudio, y para aprender, en el caso del 47,2%. Un dato relevante de este estudio, a tener en cuenta puesto a algunas de las preguntas que se han planteado en esta revisión, es que el 35,9% de adolescentes no consideran que la pornografía sea útil a la hora de mejorar sus experiencias en la práctica sexual. Sin embargo, sí que usan este contenido para aprender (28). En cuanto a la percepción del riesgo, hay opiniones muy diversas al respecto, puesto que los porcentajes están prácticamente igualados en cuanto a los adolescentes que consideran que la pornografía es o no es dañina, o a las opiniones en relación a si el consumo de pornografía es algo normal o no. Aun así, son tres cuartas partes de la muestra de personas incluidas en el estudio las que dicen que la pornografía crea falsas expectativas según el estudio "La influencia de la pornografía en las relaciones sexuales en jóvenes y adolescentes: un análisis del consumo de pornografía en Cantabria" (28). En cuanto a la percepción del riesgo, retomando el tema, cabe también comentar la aportación de la revisión "Exposure to Pornography and Adolescent Sexual Behavior: Systematic Review" (32). Pues una de las conclusiones a las que se llega es que existe más riesgo de practicar relaciones sexuales sin protección entre aquellos adolescentes que consumen contenido pornográfico dónde no se llevan a cabo prácticas seguras. Es así como, en cierto modo, aunque se es consciente de que la

pornografía es ficción, los adolescentes experimentan en base a lo que han visto, cruzando líneas como los métodos anticonceptivos o preventivos de infecciones de transmisión sexual. Es también extrapolable a otras prácticas no seguras o en las que se involucre la violencia o la vulneración de la toma de decisiones a la hora de tener relaciones (32). Coinciden en esta conclusión David Pirrone et al., aportando también que el inicio temprano de las prácticas sexuales se ve también motivado por el consumo de pornografía (27). Ambos estudios sugieren a su vez que los hombres tienden a darle más importancia a lo que ven en las pantallas, dejándose influenciar más a la hora de llevar a cabo su práctica de la sexualidad.

Como se comenta en la introducción, los sistemas sanitarios no constituyen ni de lejos una de las fuentes potentes de educación sexual para adolescentes debido a que estos no contemplan el acudir a su enfermera o enfermero para preguntarle algo que ya puede encontrar en redes. Un estudio descriptivo sobre la evolución de las fuentes de información y las ideas sobre sexualidad en adolescentes concluyó que es Internet la fuente más potente de información sobre sexualidad y que ante todo lo que conlleva esta realidad es urgente mejorar la educación sexual, transmitiendo a las personas información científica y contrastada que se acerque a la persona adaptándose a su contexto social y cultural (23). La mayoría de los autores incluidos en esta revisión abogan por los profesionales de la salud como herramienta clave a la hora de educar a la población adolescente sobre su sexualidad, denotando así la necesidad de crear programas de salud prácticos y solventes para poder acercarse al adolescente y ofrecer información fiable y útil que fomente su razonamiento y pensamiento crítico.

7. CONCLUSIONES

La poca implementación de programas de educación para la salud afectivo-sexual para adolescentes denota la necesidad de crear programas prácticos que eduquen de forma coherente con la situación actual de la sociedad. Es importante dejar atrás la sexualidad como aspecto arraigado a la tradición y ver esta como algo inherente al ser humano, cambiante a medida que este evoluciona, dinámico.

El adolescente usa principalmente el internet como fuente casi única de información para acceder a lo que puede considerar algo educativo o con lo que aprender. Sin embargo, los riesgos en ocasiones superan a los posibles beneficios de aprender algo útil en relación a la sexualidad misma.

El consumo de pornografía entre el colectivo adolescente es una realidad de la que no

es tan importante ni tan sencillo escapar sino idear y ofrecer otras formas de educación que puedan resultar prácticas. A nivel territorial, en Cataluña, podemos encontrar dos recursos que resultan interesantes: Sexe Joves y Xat Jove Anoià, ambos permiten a los adolescentes la posibilidad de contactar con profesionales de la salud y exponer dudas y problemas sobre salud sexual de una manera segura y confidencial, recibiendo información personalizada contrastada y veraz con un carácter cercano y veloz.

La enfermería como profesión tiene un papel crucial, sobre todo desde el nivel de la atención primaria de salud, a la hora de acompañar y orientar al adolescente (o a la persona en cualquier otra de sus etapas del desarrollo) en el desarrollo pleno de su sexualidad, fomentando que esta sea segura, sana y libre de prejuicios o influencias.

8. LIMITACIONES

Las limitaciones que se han encontrado a la hora de realizar la revisión bibliográfica son referentes a la búsqueda de artículos, ya que, al ajustar los criterios de inclusión a los últimos 5 años, probablemente se han perdido varios resultados relevantes e interesantes de años anteriores. Asimismo, otro de los criterios de inclusión fue los artículos de acceso libre, perdiendo así distintos artículos de carácter privado a los cuales no se ha podido acceder al texto completo.

9. FUTURAS LINEAS DE ESTUDIO

Como resultado de la revisión bibliográfica se ha creado una infografía de carácter divulgativo destinada a adolescentes que busca difundir los recursos y fuentes de información obtenidos en este documento para poder afianzar una educación sexual saludable y segura. De esta manera, se difundirá dicha infografía por diferentes redes sociales para hacer llegar esta información al mayor número de adolescentes posible. De igual manera, se contempla en un futuro contactar con la sociedad española de enfermería pediátrica para difundir la infografía y con la sociedad catalana de enfermería pediátrica para colaborar con el programa Salut i Escola.

Una vez alcanzados los objetivos de nuestra revisión bibliográfica se contempla como futuro trabajo de investigación la creación de un programa informático o aplicación web capaz de dar respuesta veraz y contrastada a las dudas de los adolescentes frente al ámbito de la salud sexual. Evitando de esta manera la desinformación de los adolescentes por parte de páginas webs genéricas, pornografía o medios de comunicación.

Se propone una aplicación web sencilla, atractiva, visual y funcional; para su confección, sería necesaria la realización de un trabajo de investigación cuantitativa con una muestra de adolescentes de Cataluña para poder estudiar la prevalencia y características de la desinformación y las necesidades educativas sobre sexualidad de los adolescentes catalanes.

10. BIBLIOGRAFÍA

- 1) Fuertes A, González E. La salud afectivo-sexual de la juventud en España. Instituto de la juventud. [Internet]. 2019 [Consultado 21 Dic 2022]; 123(260) Disponible en: <https://injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-123-la-salud-afectivo-sexual-de-la-juventud-en-espana>
- 2) Martínez C, Juventeny T. De infundir miedo a difundir placeres. Claves reflexivas para la Educación Sexual. SIDA studi [Internet]. 2019 [Consultado 21 Dic 2022]. Disponible en: <https://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD59546.pdf>
- 3) Rodríguez M. Construcción del Imaginario sexual en las personas jóvenes: La Pornografía Como Escuela. Consejo de juventud del Principado de Asturias [Internet]. 2020 [Consultado 7 Feb 2023]. Disponible en: <http://www.fundacioncives.org/rec/recursos/construccion-del-imaginario-sexual-en-las-personas-jovenes-la-pornografia-como-escuela-.html>
- 4) Domínguez-Mejías M, Bordes A. Sexualidad entre los jóvenes y sus progenitores. Intervención conjunta de la matrona y la enfermera. SANUM [Internet]. 2022 [Consultado 7 Feb 2023]; 6(2) 38-44. Disponible en: https://revistacientificasanum.com/pdf/sanum_v6_n2_a5.pdf
- 5) La Salud sexual y su relación con la salud reproductiva: Un Enfoque Operativo. World Health Organization [Internet]. 2018 [Consultado 21 Dic 2022]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/978924151288>
- 6) Corona HF, Funes DF. Abordaje de la sexualidad en la adolescencia [Internet]. 2015 [Consultado 29 Dic 2022]. Disponible en: <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-abordaje-sexualidad-adolescencia-S0716864015000127>
- 7) Moreno C, Ramos P, Ribera F, Jimenez A, García I, Sánchez I, et al. Estudio Health behaviour in school-aged children (HBSC). Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social [Internet]. 2020. [Consultado 6 Feb 2023]. Disponible en: <https://cpage.mpr.gob.es/producto/estudio-health-behaviour-in-school-aged-children-hbhc/>
- 8) Rivas A, Carreras A, González A, Celá X, Sales M. Desaprenent. Una mirada feminista a l'etapa secundaria. Ajuntament de Barcelona [Internet]. 2019 [Consultado 7 Feb 2023]. Disponible en: <https://www.alzina.cat/desaprenent-una-mirada-feminista-a-letapa-secundaria/>

- 9) Sanjuán C. (DES)INFORMACIÓNSEXUAL: PORNOGRAFÍA Y ADOLESCENCIA. Save the Children [Internet]. 2020 [Consultado 7 Feb 2023]. Disponible en: <https://www.savethechildren.es/desinformacionsexual>
- 10) Mitjans LM, Zafra T, Martínez Y. Programa de intervención en educación sexual para 2º y 3º de secundaria. Generalitat Valenciana. Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública [Internet]. 2017 [Consultado 13 Feb 2023]. Disponible en: https://ceice.gva.es/documents/162783553/162784556/programa_PIES_cas.pdf/4b753928-d59f-4fa9-96a2-1c821efd1597
- 11) Federación de Planificación Familiar Estatal. ¿Hablas de sexualidad con tus hijas e hijos?. Ministerio de Igualdad [Internet]. 2018 [Consultado 13 Feb 2022]. Disponible en: <https://sedra-fpfe.org/wp-content/uploads/2021/02/GU%C3%8DA-FAMILIAS.pdf>
- 12) El desafío. Hablemos en familia sobre sexualidad. Fundación Huesped [Internet]. 2022 [Consultado 13 Feb 2023]. Disponible en: http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/guia-sexualidad-familia-v2_0.pdf
- 13) Corominas P, Prats R, Coll M. Programa Salut I Escola. Guia d'implantació. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya [Internet]. 2008 [Consultado 19 Abr 2023]. Disponible en: https://salutpublica.gencat.cat/web/.content/minisite/aspcat/promocio_salut/salut-escola/guia_PSIE/guia-implementacio-salutescola.pdf
- 14) Fuertes A, González E. La salud afectivo-sexual de la juventud en España. Instituto de la juventud [Internet]. 2019 [Consultado 21 Dic 2022]. Disponible en: <https://injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-123-la-salud-afectivo-sexual-de-la-juventud-en-espana>
- 15) Macías CA, Remón L, Miranda JM, Defaz S. Resumen de conocimientos sobre sexualidad y su influencia en el embarazo en adolescentes. Enfermería Investiga: Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión [Internet]. 2017 [Consultado 4 Mar 2023]; 2(2): 54-58. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6194275&info=resumen&idioma=ENG>
- 16) PubMed [Internet]. U.S. National Library of Medicine [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>
- 17) CINAHL. Biblioteca de la Facultad de Enfermería. UCM [Internet]. [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: <https://biblioteca.ucm.es/enf/cinahl>

- 18) Elsevier. Scopus [Internet]. [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: <https://www.elsevier.com/es-es/solutions/scopus>
- 19) Dialnet plus [Internet]. 2018 [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: <https://fundaciondialnet.unirioja.es/servicios/dialnet-plus/>
- 20) Acerca de Canva. Canva [Internet]. [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: https://www.canva.com/es_es/about/
- 21) Creative Commons License Deed [Internet]. [Consultado 24 May 2023]. Disponible en: <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>
- 22) Widman L, Kamke K, Evans R, Stewart JL, Choukas-Bradley S, Golin CE. Feasibility, acceptability, and preliminary efficacy of A brief online sexual health program for adolescents. U.S. National Library of Medicine [Internet]. 2019 [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31287336/>
- 23) Ginal O, José R, Vázquez G, Iraizoz E, Tomás EA. Evolución de las fuentes de información y las ideas sobre sexualidad en adolescentes [Internet]. 2020 [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/articulo?codigo=7892326>
- 24) Rodríguez-Castro Y, Martínez-Román R, Alonso-Ruido P, Adá-Lameiras A, Carrera-Fernández MV. Intimate partner cyberstalking, sexism, pornography, and sexting in adolescents: New challenges for sex education. U.S. National Library of Medicine [Internet]. 2021 [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33672240/>
- 25) Del Egado A. Pantallas y educación sexual en adolescentes. Revista digital de educación y formación del profesorado [Internet]. 2021 [Consultado 4 Mar 2023]; 18(12). Disponible en: <https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/articulo?codigo=7875539>
- 26) Valmaña GS, Vidal-Alaball J, Furió VG, Testoni G, Espelt A, Exposito K, et al. An asynchronous, mobile text-based platform (XatJove Anoa) for providing health services to Teenagers: Protocol for a quasiexperimental study. JMIR Res Protoc [Internet]. 2021 [Consultado 12 Mar 2023]. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85100458020&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&st1=XatJove%2BAnoa&sid=1b9d9c337731ab4110a2a12e156485be&sot=b&sdt=b&sl=28&s=TITLE-ABS-KEY%28XatJove%2BAnoa%29&relpos=0&citeCnt=0&searchTerm=>

- 27) Pirrone D, Zondervan-Zwijnenburg M, Reitz E, van den Eijnden RJJM, Ter Bogt TFM. Pornography use profiles and the emergence of sexual behaviors in adolescence. U.S. National Library of Medicine [Internet]. 2022 [Consultado 4 Mar 2023]; 1;51(2):1141–56. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34811657/>
- 28) Vélez MT. The influence of pornography on the sexual relations of Young people and teenagers: an analysis of the consumption of pornography in Cantabria. *Ehquidad Revista Internacional de Políticas de Bienestar y Trabajo Social* [Internet]. 2022. [Consultado 4 Mar 2023]; (17):153–78. Disponible en: <https://revistas.proeditio.com/ehquidad/article/view/4393>
- 29) Alonso Ruido P, Sande Muñiz M, Regueiro B. ¿Pornografía al alcance de un clic? Una revisión de la literatura reciente sobre adolescentes españoles. *Revista de Estudios e Investigación en Psicología y Educación* [Internet]. 2022. [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://dialnet-unirioja-es.sabidi.urv.cat/servlet/articulo?codigo=8504931>
- 30) Montero-Pons L, Falguera-Puig G, García-Sierra R, Manresa-Domínguez JM, Reyes-Lacalle A, Cabedo-Ferreiro R, et al. Adolescents and Young Adults Evaluating a Website for Affective-Sexual Information and Education: A Mixed-Methods Study Protocol. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 [Consultado 12 Mar 2023]. Disponible en: <https://ucm.on.worldcat.org/search/detail/9729394189?queryString=Adolescents%20and%20Young%20Adults%20Evaluating%20a%20Website&clusterResults=false&groupVariantRecords=true>
- 31) Jhe GB, Addison J, Lin J, Pluhar E. Pornography use among adolescents and the role of primary care. Vol. 11, *Family Medicine and Community Health*. BMJ Publishing Group [Internet]. 2023 [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36650009/>
- 32) Pathmendra P, Raggatt M, Lim MS, Marino JL, Skinner SR. Exposure to Pornography and Adolescent Sexual Behavior: Systematic Review. Vol. 25 *Journal of medical Internet research*. NLM (Medline) [Internet]. 2023 [Consultado 4 Mar 2023]. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36853749/>