



Lorena Boquete Vila
Psicóloga y sexóloga en AGASEX

Informar y no demonizar: El sexting y sus potenciales beneficios

El término sexting es un neologismo que proviene de las palabras *sex* (sexo) y *texting* (acción de mandar mensajes) en inglés, haciendo referencia a la conducta libre y voluntaria de enviar mensajes, imágenes o vídeos con contenido sexual o erótico de una o uno mismo a través de diversos dispositivos electrónicos, siendo el principal canal de envío el móvil; esta conducta también es comúnmente denominada entre la población joven y adolescente con el término de enviar nudes. Con frecuencia se confunden o se toman por análogos los conceptos de sexting, sextorsión y grooming; si bien es cierto que la práctica de sexting puede facilitar fenómenos como la sextorsión o el revenge porn, esto no implica que inherentemente la práctica de sexting tenga que derivar en estos, como frecuentemente se nos pretende hacer creer desde un enfoque de la sexualidad basada en el modelo de riesgos.

La sextorsión se refiere al chantaje o amenaza de difundir material de contenido sexual o erótico de una persona. Un fenómeno similar es el del revenge porn, que hace alusión a la difusión de imágenes o grabaciones audiovisuales como una forma de vengarse de la persona que ha compartido dichos materiales. Estos fenómenos tienen la potencialidad de generar profundos daños a la víctima a nivel psicológico, social y sexual; un ejemplo reciente lo podemos encontrar en el caso de la trabajadora de Iveco que terminó por suicidarse tras la difusión entre sus compañeros y compañeras de trabajo de un video de carácter sexual que ella misma protagonizaba. El artículo 197 del Código Penal contempla este tipo de conductas como delitos e impone penas de prisión de tres meses a un año o multas de seis a doce meses a la persona que “sin autorización de la persona afectada, difunda, revele o ceda a terceros imágenes o grabaciones audiovisuales de aquella que hubiera obtenido con su anuencia en un domicilio o en cualquier otro lugar fuera del alcance de la mirada de terceros, cuando la

divulgación menoscabe gravemente la intimidad personal de esa persona”.

Por su parte el grooming hace referencia al fenómeno en el que una persona adulta pone en práctica diversas estrategias online con las que pretende engañar y ganarse la confianza de un o una menor con la finalidad de obtener concesiones de índole sexual; es un fenómeno fuertemente relacionado con otros como la pederastia y la pornografía infantil. Teniendo en cuenta lo anterior resulta sencillo vislumbrar que la diferencia fundamental entre el sexting y el resto de fenómenos radica en la intencionalidad de las conductas: en el caso del sexting los contenidos son producidos y compartidos con fines privados y de disfrute sexual, sin pretender que estos sean ampliamente difundidos.

Frecuentemente se concibe el sexting como un fenómeno propio de adolescentes, y aunque es verdad que un reciente metaanálisis ha estimado que entre un 7 y un 30% de las y los adolescentes lo practican, lo cierto es que diversos estudios han puesto de manifiesto que la prevalencia es mayor entre la población adulta. El sexting puede ser concebido por tanto como una forma habitual de interacción romántica o sexual.

La práctica de sexting no debe asociarse exclusivamente con consecuencias nocivas. De hecho, se puede relacionar con diversos beneficios ya que posibilita la exploración y la expresión de la propia sexualidad, promueve la agencia sexual, amplía el repertorio de conductas eróticas y la vivencia de una sexualidad plural y positiva y facilita el control situacional de tal modo que las personas se impliquen exclusivamente en aquello que desean hacer gracias a una mayor disponibilidad de tiempo para la reflexión, lo que en último término favorece el respeto a los límites individuales. Asimismo las posibilidades de sufrir violencia física, de contraer un embarazo o de adquirir una infección de transmisión genital

son nulas. De hecho la práctica de sexting también se podría relacionar con aumentos en la autoestima corporal y/o sexual en el caso de que las personas implicadas reciban refuerzo positivo sobre su aspecto corporal por parte de sus compañeros/as.

Teniendo en cuenta los potenciales beneficios de la práctica de sexting sobre la salud sexual de los individuos, resulta necesario que sus practicantes adopten ciertas pautas a la hora de llevar a cabo esta actividad, de tal modo que se puedan impulsar las consecuencias positivas y disminuir los posibles efectos negativos. Algunas de estas recomendaciones tienen que ver con el contenido de los materiales que se comparten: se aconseja que las fotos o vídeos contengan poca información que ayude a reconocer a las personas que aparecen en los mismos, de tal modo que si mostramos la cara no incorporemos imágenes de nuestro cuerpo desnudo y viceversa; también suele ser aconsejable no mostrar tatuajes, cicatrices o escenarios que ayuden a

identificar fácilmente a la persona que protagoniza el material.

Asimismo es importante tener en consideración el tipo de aplicaciones que se emplean para llevar a cabo esta conducta y los niveles de seguridad y privacidad que ofrecen. Se ha encontrado que las aplicaciones que se usan con mayor frecuencia para tal fin son WhatsApp, Instagram y Snapchat; sin embargo, existen otras aplicaciones que nos ofrecen mayores niveles de seguridad para la práctica de sexting. Un ejemplo serían los chats secretos de Telegram, ya que no permiten que la persona receptora realice capturas de pantalla o guarde las fotos y vídeos, y además se pueden programar los mensajes de tal modo que desaparezcan de manera automática pasado un tiempo. Snapchat muestra unos niveles de seguridad relativamente altos, aunque en los últimos meses su uso con fines de interacción ha caído en picado.

	 WhatsApp	 Instagram	 Facebook Messenger	 Telegram	 Snapchat
Cifrado de extremo a extremo				 En chats secretos	
Mensajes que desaparecen					
Alertas de capturas de pantalla		 Realizadas a fotos/videos enviadas en modo "Ver una sola vez" o "Permitir ver de nuevo"		 No permite realizar capturas en chats secretos	
Permite guardar fotos/videos		 Las enviadas en modo "conservar en chat"		 En chats no secretos	

Por supuesto, también es importante fomentar el desarrollo de relaciones basadas en el respeto, el buen trato y el deseo mutuo, de tal modo que la práctica de sexting, al igual que otras prácticas sexuales, resulte enriquecedora y satisfactoria, alejada de coerciones, miedos y consecuencias negativas que atenten contra la integridad de las

personas implicadas. Puesto que el sexting está relacionado con la salud sexual de las y los individuos es necesario integrar información sobre esta y otras actividades sexuales online en los programas de educación sexual. Además, el enfoque con el que se aborden estas cuestiones en los programas y talleres no debe ser desde una

perspectiva negativa, centrada en la prevención y en los riesgos, sino desde un modelo biográfico de la sexualidad centrado en ayudar y empoderar a las personas a tomar decisiones libres e informadas respecto a su sexualidad para, en último término, favorecer la consecución de un estado de bienestar sexual.■