

AI! QUINA



LA VERTADERA POR ÉS DELEGAR L'EDUCACIÓ
AFECTIVA I SEXUAL EN LA INDÚSTRIA PORNOGRÀFICA.





Crèdits

AJUNTAMENT DE XÀTIVA

Coordinació i equip de redacció:

UPCCA Xàtiva

Joventut

Dona i Igualtat

Revisió de continguts:

Dona i Igualtat

Promoció econòmica

Il·lustracions de la campanya:

Aitor Peñaranda García

Octubre 2020

Ajuntament de Xàtiva



Aquesta obra està subjecta a una llicència de Creative Commons Reconeixement-No Comercial- Sense obres derivades 4.0 Internacional.



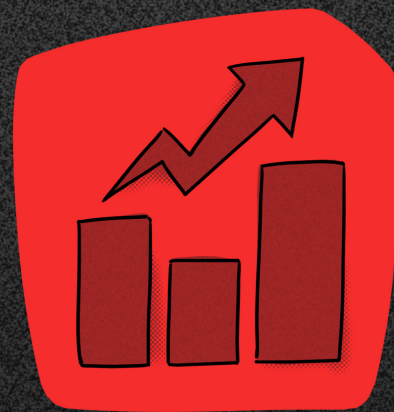
En un món completament tecnològic, on encara hi ha desigualtat i violència de gènere, on l'educació afectiva i sexual és pobra, escassa i repleta de problemes, Internet s'apropia de l'ensenyament de la sexualitat, juntament amb la pornografia.

L'adolescència és una etapa de la vida complexa, en la qual agafa especial importància la construcció de la identitat, i amb això, la manera en la qual les persones ens relacionem amb la sexualitat.

La fàcil accessibilitat per a adquirir material pornogràfic, il·limitat, anònim i interactiu, es converteix en una eina propera i gratuïta que influeix la manera de relacionar-nos i pot derivar en conductes de risc, poc saludables i desiguals.

Aquesta guia pretén ser una eina útil per a la ciutadania, i en especial per a la joventut, que permeta assenyalar i denunciar quines són les conseqüències negatives d'un abús de la pornografia convencional per a la nostra sexualitat. D'aquesta manera volem contribuir a construir, amb la teua ajuda, un món més igualitari, lliure, sa i divers.

Augment del consum de porno a Espanya des del confinament: al voltant del 30%.



L'edat més primerenca en la qual els xiquets i xiquetes s'han trobat amb pornografia a Internet és de 8 anys, i de mitjana, als 12 anys.

Percentatge de joves entre 13 i 17 anys que consumeix porno:

Xics: 87,6%

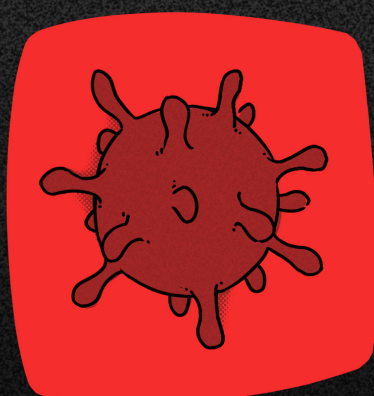
Xiques: 31,4%



Cada vegada el consum de pornografia augmenta, i de forma més ràpida a mesura que se'ns recomana/demana més distància social. Açò resulta especialment perillós per a la gent més jove, ja que consumim contingut inadequat, i ens acaba passant factura...

Raons per les quals veuen porno

	Homes (%)	Dones (%)
Masturbació	62,4	25,3
Curiositat	45,4	34,7
Aprendre sobre sexe	33,1	17,4
Amistats que ho fan	15	5



Contagis per ITS a Espanya

VIH	s'ha multiplicat per 2,15 des del 2003
Gonorrea	s'ha multiplicat per 10,3 des del 2003
Sífilis	s'ha multiplicat per 5,6 des del 2003
Clamídia	s'ha multiplicat per 1,8 des del 2003

Violència percebuda en el porno:

Xics: 72,4%

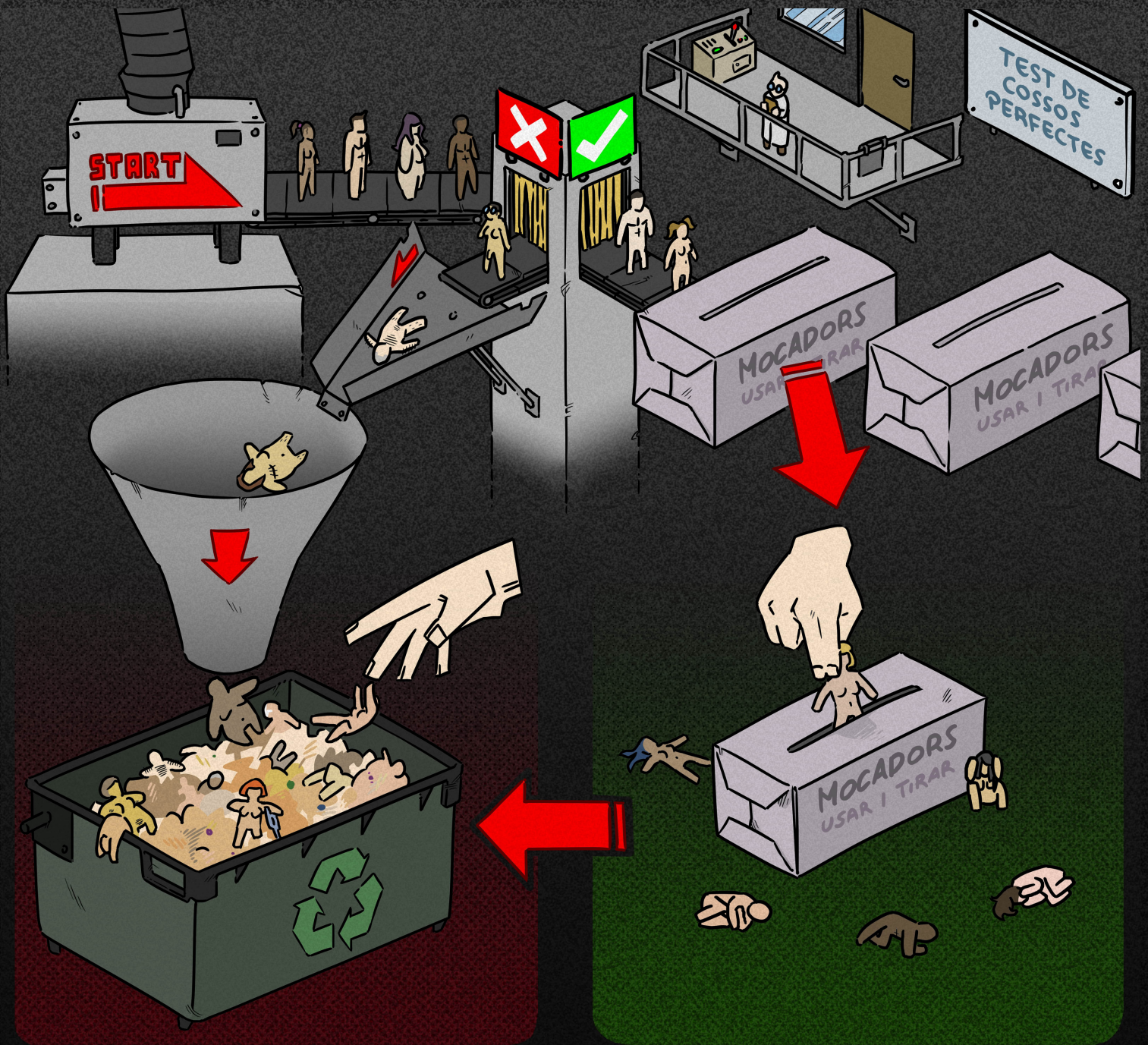
Xiques: 61,6%



Aquestes dades mostren perquè la pornografia no representa un model exemplar perquè les i els joves aprenen sobre educació i salut afectiva i sexual.

Cal invertir més recursos a millorar l'educació i la informació que rep la nostra joventut per tal de millorar la seua salut i benestar general.

COSIFICACIÓ



**PERQUÈ LA INDÚSTRIA PORNOGRÀFICA
TAMBÉ ENS MODELA I MANIPULA.**

El porno ens ofereix una visió irreal de la sexualitat, en la qual es cosifica principalment la dona -i també l'home- i es mostren pràctiques sexuals que moltes vegades són fictícies, la qual cosa altera les nostres expectatives.

Cosificar és reduir la sexualitat, el desig i el valor de la persona sols a l'atractiu físic, cosa que promou inseguretats i complexes per voler ajustar-se als estàndards femenins i masculins que ens imposa la indústria. Aquest fet promou que ens relacionem amb les persones com a objectes sexuals, sense tindre en compte aspectes com els sentiments, la personalitat o la forma de pensar.



CÀNONS DE BELLESA

La normalització de les pràctiques del porno és el risc més desconegut d'aquest habitual consum, ja que, en el camp mental, resulta molt estimulant; conté imatges directes, explícites i ràpides. Per tant, si ens acostumem a aquesta forma d'estimulació tan superficial, perdrem la capacitat d'excitar-nos davant l'atractiu natural de la bellesa femenina o masculina i estímuls sexuals reals. A més, ens pot dificultar a l'hora de relacionar-nos afectivament i sexualment amb una altra persona.

MODELATGE



MASCULINITAT HEGEMÒNICA



Joan

dóna-li ben fort
com un home!

no li donaré
ni un respir!

això això, que
veja qui mana



Si en realitat el que vull
és que m'abrace i passar
molt de temps junts...

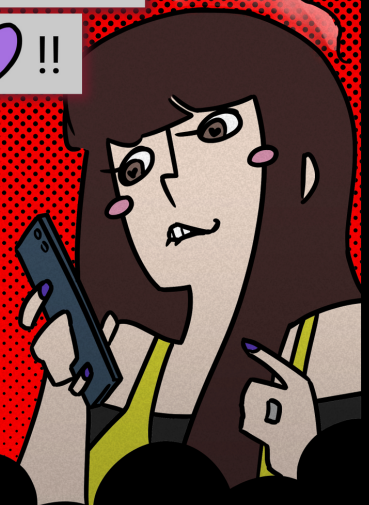
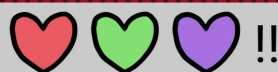


Arantxa

és superdolç
i afectuós...

es preocupa
per mi sempre

que adorable!



Però del que més ganes
tinc és d'arrancar-li la roba
i menjar-me'l a besos.

**HI HA TANTES FORMES DE SER MASCULÍ,
FEMENÍ I RELACIONAR-SE COM PERSONES
AL MÓN. ESCULL LA TEUA FORMA DE SER!**

Cal desmuntar el mite "els homes sempre en tenen ganes".

D'una banda, tenim el missatge sociocultural que diu que un home "de veritat" sempre ha d'estar disponible i amb motivació per a practicar sexe i, si no és així, no és un "home" i serà objecte de burla perquè no compleix l'estereotip de masculinitat.

ALLIBERA'T!

D'altra banda, tenim l'aspecte fisiològic. Quan l'home fa dies que té càrrega de testosterona, el seu desig hormonal el motiva a voler sexe fins que aconseguisca descarregar, per ell mateix o acompanyat.

Aquest mite està reforçat per la poca predisposició al sexe de les dones a causa de la repressió que han patit històricament i socialment, i com d'oblidat ha estat el plaer per a elles culturalment.

Però, què passa quan és la dona qui té un desig alt?

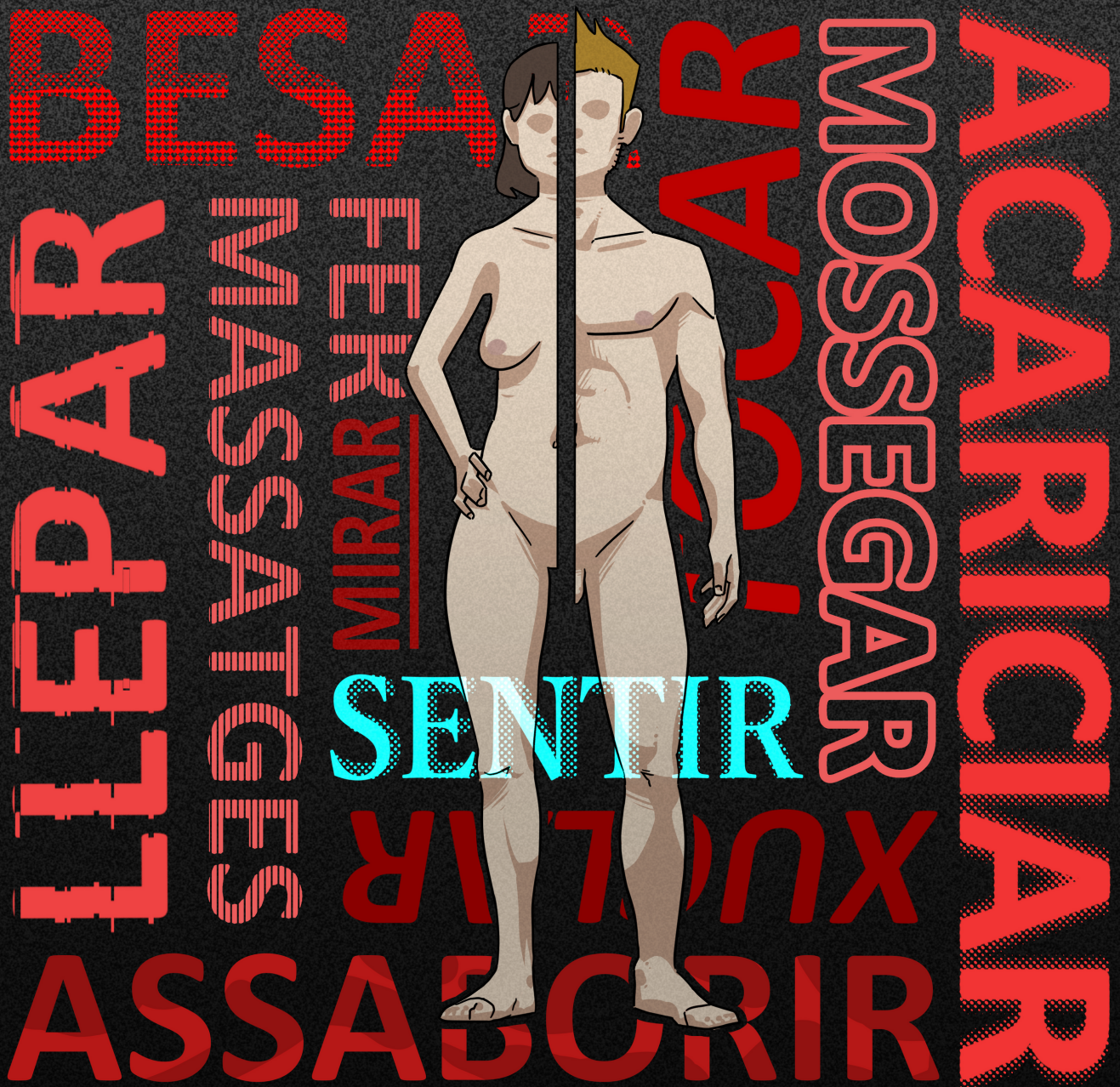
Al principi l'home encantat... però la testosterona disminueix i en uns dies o setmanes, l'impuls hormonal desapareix. És en eixos moments quan se sol jutjar les dones per voler practicar més sexe.

Per tant, dona't la llibertat que et correspon i expressa la teua sexualitat sense que res ni ningú et condicione.

EXPRESSA'T!



COITOCENTRISME



EL PLAER ES POT SENTIR DE MÚLTIPLES FORMES,
NO TOT EN EL SEXE HA DE PASSAR PELS GENITALS.
COM T'AGRADA OBTINDRE PLAER? DESCOBRIM-NOS!

Pretenem ampliar la sexualitat i no reduir-la solament a la zona genital i, concretament, al coit. Perquè el coit no és ni l'única pràctica eròtica capaç de donar plaer i satisfacció, ni la principal. És una més. Moltes persones es preocupen perquè no tenen orgasmes amb la penetració. I no estem obligats/ades a aconseguir l'orgasme així. Ni tan sols és obligatori aconseguir l'orgasme per a gaudir del sexe.

Existeix la falsa creença que ens instaura el porno que un penis entrant i eixint a una alta velocitat sense permetre un frec sensible i gradual acorde al moment, pot provocar espontàniament un orgasme.

Un altre mite és creure que l'orgasme s'ha de donar perquè sí, sense un coneixement previ del propi cos i del propi plaer, sense uns factors que faciliten i ajuden l'excitació i la relaxació, sense una educació sexual que trenque tabús, pors, repressions, culpes...

Després estem les persones que on volem que es mantinga l'excitació és en el joc eròtic general, besos, mossegades, carícies... Centrar les relacions només en la penetració, no sols pot avorrir o cansar, sinó irritar els genitals.

PLAER...

L'òrgan sensitiu més gran que tenim és la nostra pell. Explora, juga i descobreix qui i com eres tu al sexe.



HETERONORMALITAT



PER A GUSTOS

COLORS

LA SEXUALITAT ÉS TAN DIVERSA
COM DIVERSES SOM LES PERSONES.

Què és "normal"? Qui dicta què ho és i què no ho és? Ens preocupa més creure que el que ens agrada o fem és normal, que reflexionar si qualsevol d'aquestes coses ens ompli, ens satisfà i ens ajuda a desenvolupar-nos. Depenent de cada persona, país, societat, cultura..., hi haurà uns valors sexuals diferents.

És més sa seguir aquesta premissa: Si em fa feliç, em dona plaer i ningú ix danyat, és correcte.

Per una altra banda, cal acceptar que cada persona és única i diferent, amb tot el dret d'identificar-se i expressar-se a la seua manera com a persona lliure i sexual que és. La sexualitat és infinitament diversa i múltiple!

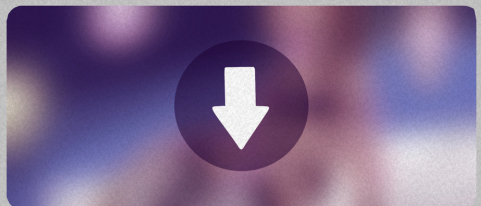


D'aquesta manera, tota sexualitat que no siga la normativa o més habitual, queda mal vista. Aquestes sexualitats no binàries desconstrueixen el discurs dominant i hegemònic del cisheteropatriarcat, i representen una amenaça per al sistema, que no vol qüestionar-se qui és i si podria ser diferent i també vàlid. En resposta, la societat amb dificultats per a entendre la diversitat sexual, no vol reconèixer aquestes identitats.

El perill ve quan apartem a aquests col·lectius i vulnerem els drets humans inherents a les persones, amb la qual cosa les posem en risc d'exclusió social.

SÈXTING, SEXTORSIÓ I REVENGE PORN

SÈXTING



el vídeo que vàrem fer l'altre dia, guarda'l bé, és privat ♥

tranquil·la, serà el nostre secret



DESPRÉS EM MOSTRES EL VÍDEO, NO?

SEXTORSIÓ

HE ESTAT PENSANT I PREFERISC QUE DEIXEM DE QUEDAR. M'AGRADARIA QUE ESBORRARES EL VIDEO QUE VAREM FER.

COM? JO VULL SEGUIR QUEDANT AMB TU. SI EM DEIXES EL FARÉ PÚBLIC!!

QUÈ? PENSAVA QUE ÉREM AMICS...

JO PENSAVA QUE ÉREM MÉS QUE AMICS.



HAS D'ACCEPTAR QUE JO NO VULGA SEGUIR. NO VAIG A PASSAR-TE RES MÉS. NO HO FACES, PER FAVOR!

REVENGE PORN

FET! HE PASSAT EL VIDEO ALS GRUPS I PUJAT A UNA WEB PORNO.

OSTRES MIQUEL, SÍ QUE ESTÀS DOLGUT. NO CREUS QUE TE N'HAS PASSAT?

QUE FORT EL QUE ACABA DE PUJAR MIQUEL.

HAS VIST QUINES COSES FAN? QUINA VERGONYA.

COM FA PÚBLICA LA SEUA INTIMITAT? AIXÒ NO ÉS ESTIMAR-LA.



QUE ES FOTA. DE MI NO PASSA NINGÚ!



NO TE'N PASSES, NO EL PASSES.

El sèxting consisteix en l'enviament de continguts de tipus sexual (principalment fotografies o vídeos) a altres persones per mitjà de telèfons mòbils o ordinadors.

Sexe + extorsió?

La sextorsió és una forma d'explotació sexual en la qual es fa xantatge a una persona per mitjà d'una imatge de si mateixa amb connotacions sexuals que ha compartit a través d'Internet mitjançant sèxting. La víctima és posteriorment coaccionada per a tindre relacions sexuals amb el/la xantatgista, per a produir pornografia o altres accions. La publicació d'imatges pornogràfiques pot tindre diferents finalitats.

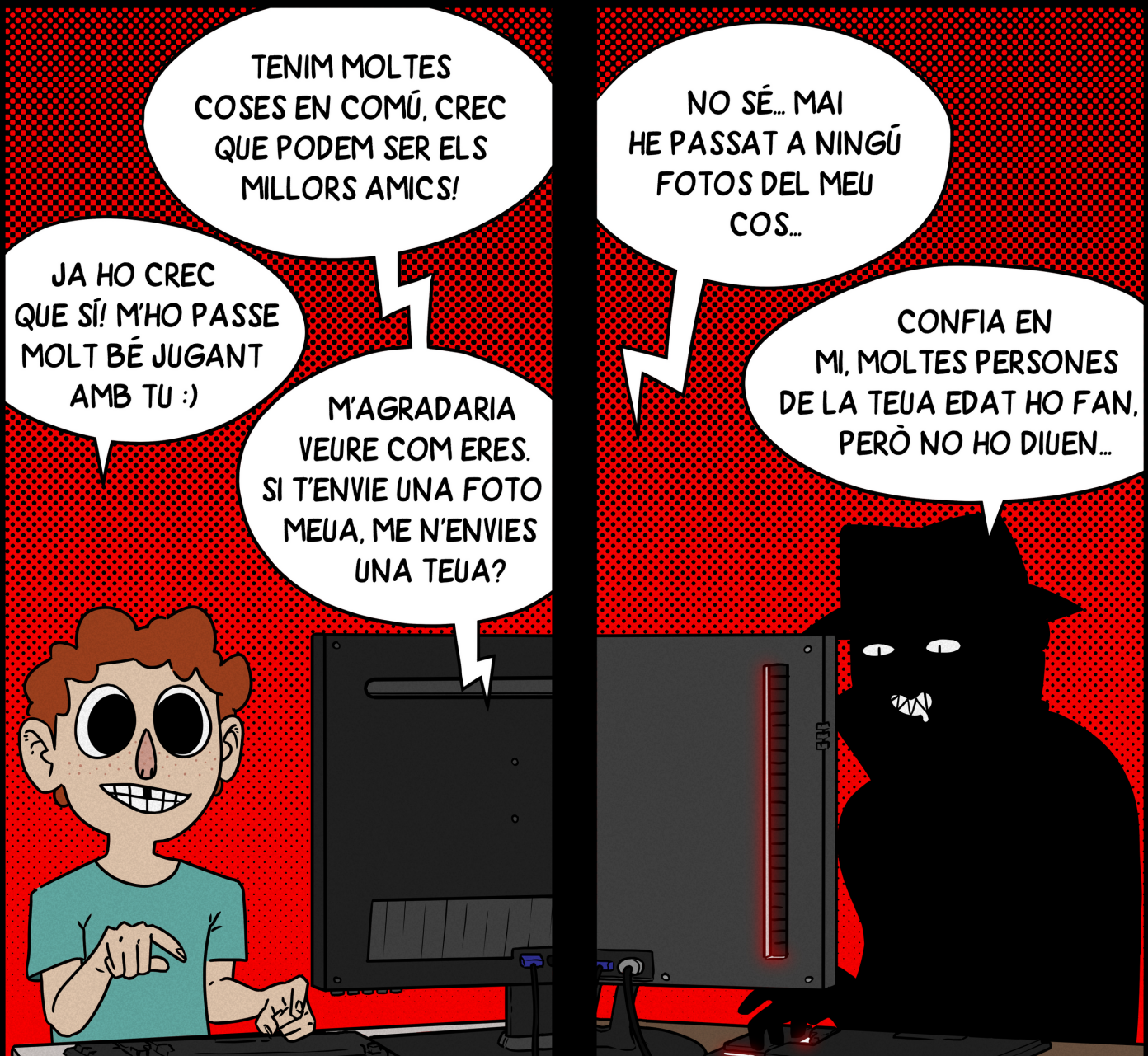


Venjança

La pornovenjança té com a objectiu últim causar un mal a una altra persona que no ha consentit l'ús en públic de les seues imatges íntimes.

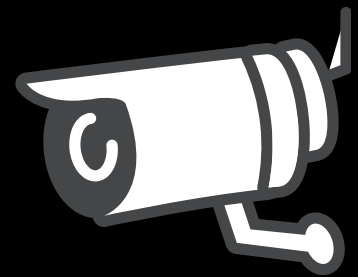
Una cultura masclista on l'exercici de la sexualitat femenina es percep socialment de manera molt diferent a l'equivalent per part dels homes i la normalització de la gravació i intercanvi d'imatges íntimes entre parelles són el caldo de cultiu perquè la pornovenjança estiga cobrant-se cada vegada més víctimes i constituint una forma creixent de violència de gènere sexual digital.

GROOMING



**QUE NO ET PRENGUEN EL PÈL!
PROTEGEIX LA TEUA INTIMITAT.**

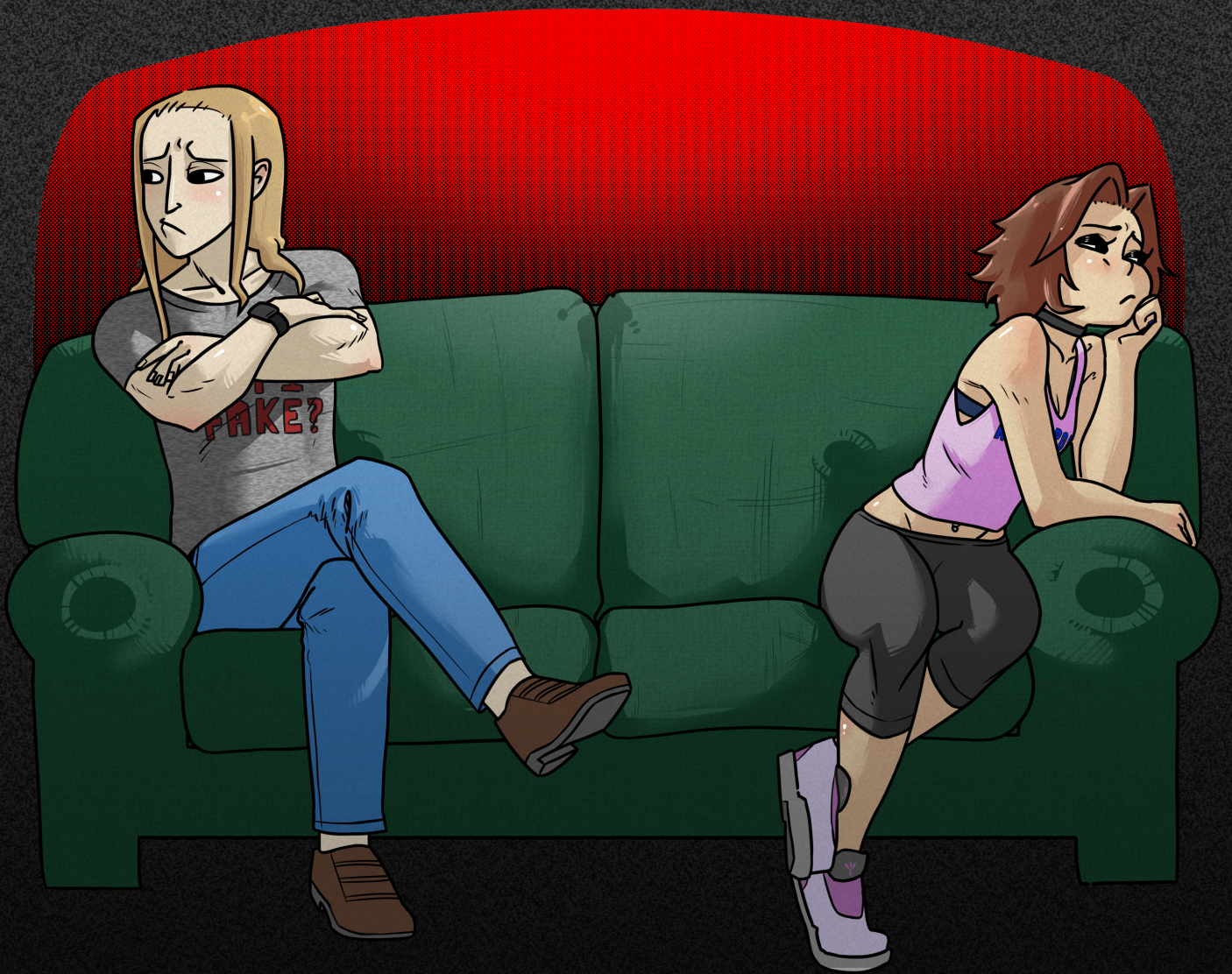
El grooming de menors en Internet és un fenomen que s'utilitza per a descriure les pràctiques en línia de certs adults per a guanyar-se la confiança d'un (o una) menor fingint empatia, afecte, etc. amb finalitats de satisfacció sexual (com a mínim, obtindre imatges nues del/a menor o realitzant actes sexuals). Per tant, està molt relacionat amb la pederàstia i la pornografia infantil en Internet. De fet el grooming és en moltes ocasions el pas previ d'un abús sexual.



Com previndre possibles situacions de Grooming?

- 1 - No proporcionem imatges o informacions comprometedores ni que siguin accessibles.
- 2 - Preservem la seguretat de l'equip informàtic davant virus i la confidencialitat de les contrasenyes.
- 3 - Demanem a les altres persones que es faça un bon ús de les imatges i informacions pròpies, per a preservar la privacitat.

PROBLEMES AFECTIUS I SEXUALS



**SI BASES LES RELACIONS EN EL PORNO,
DEIXES DE COSTAT LES TEUES EMOCIONS,
CREATIVITAT, COMUNICACIÓ, PLAER...**

Moltes parelles tenen problemes d'insatisfacció sexual i es culpen mútuament. La falta de carícies, besos, tendresa..., dificulta el despertar del desig i l'apropament, patint falta d'iniciativa, predisposició sexual i espontaneïtat.

Totes i tots ens podem veure afectats per rols, creences, càrregues culturals, mites, però sobretot, falta de comunicació i pors.

Les persones hem de conèixer i dialogar respecte a la nostra sexualitat, els nostres gustos i les nostres preferències per a entendre'ns un poc més. Cal asseure's i parlar de com em fa sentir això o allò, què m'ha portat a perdre el desig, quines coses necessite i llevar-me de damunt rols que no van amb mi.

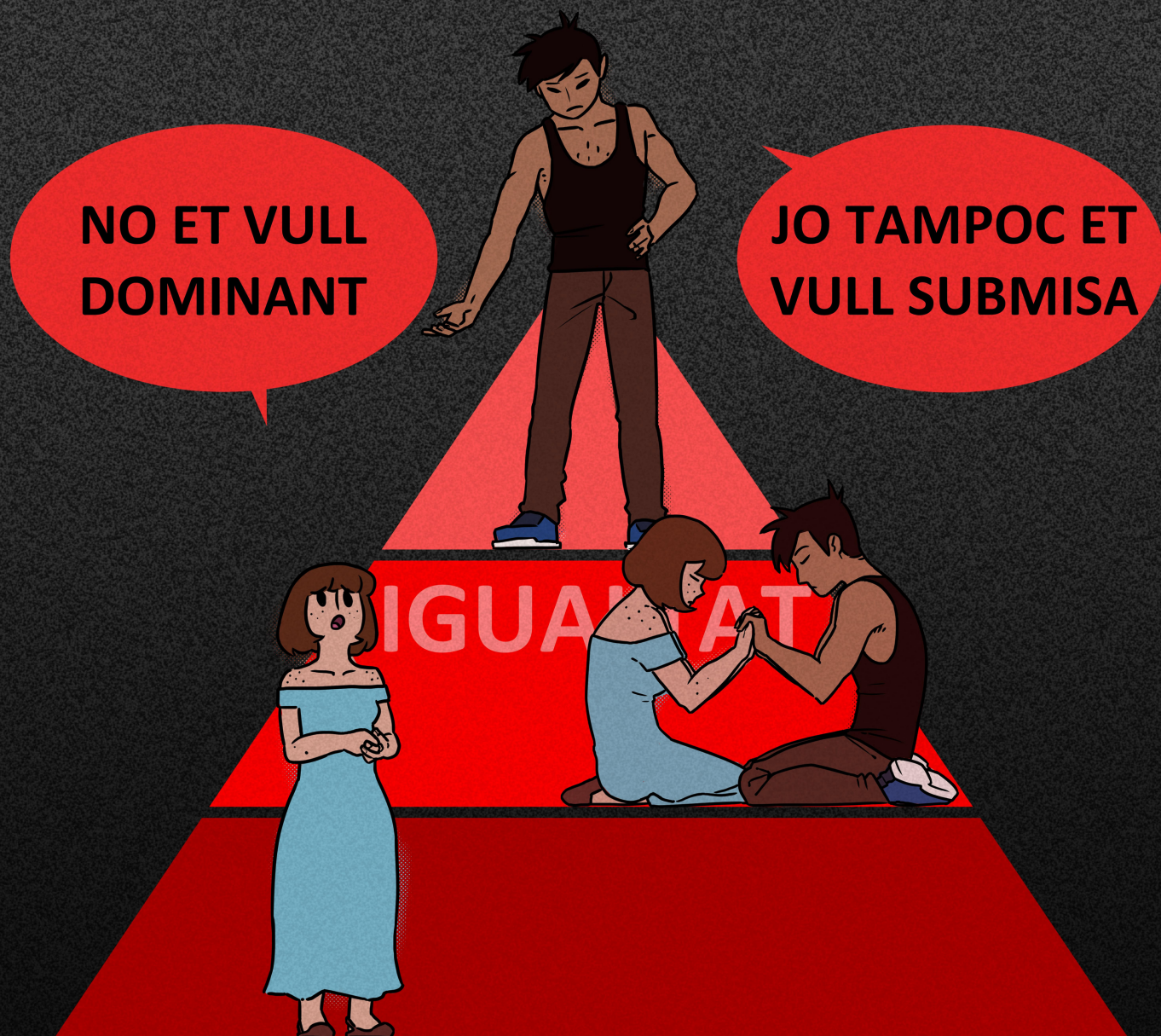
Altruisme afectiu

Si ens convertim en aportadors i receptors d'afecte i erotisme, el bon sexe emergeix, el desig flueix i obri portes en la sexualitat de la parella.



El consum excessiu de porno pot derivar en mals hàbits al voltant de l'orgasme ràpid i sense compromís, propi de l'automasturbació, en lloc de gaudir de l'intercanvi de plaer quan es mantenen relacions sexuals amb altres persones. Açò dona problemes d'erecció, dolors, anorgàsmia, pèrdua del desig i excitació...

RELACIONS DE PODER

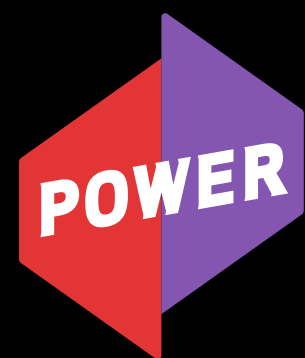
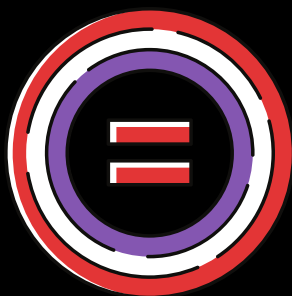


SOLS QUAN HI HA UNA VERTADERA IGUALTAT, LES PERSONES PODEM TROBAR-NOS I ESTIMAR-NOS.

El continu visionat del porno convencional acaba determinant-nos les creences que tenim sobre el sexe i quins rols hem de seguir les persones, i acaba per diferenciar-nos per gènere.

Aquestes pel·lícules estan fetes per i per als homes. Redueixen la dona a objecte de plaer, i contribueixen a la creació i perpetuació d'estereotips de patrons de poder i violència al voltant de la funció sexual i relacional amb la dona.

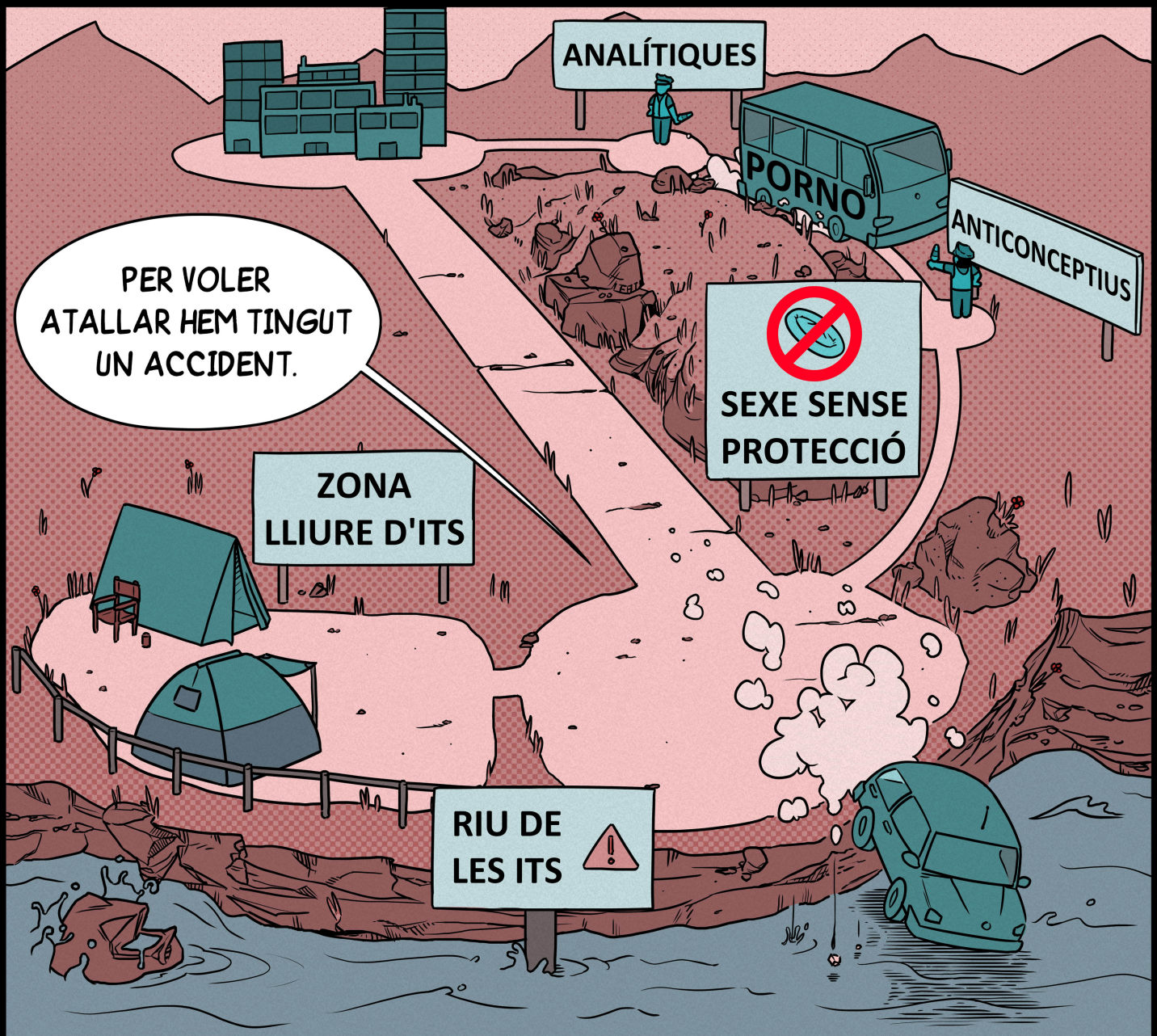
Açò acaba influint negativament en la nostra identitat i expressió de gènere, tant en l'àmbit sexual com social i relacional. Aprenem què l'home ha de ser el mascle dominant, actiu i insensible, i la dona la femella submissa, passiva i sense voluntat, que sols serveix i té valor a través de l'atractiu i hipersexualització del seu cos, com si fora tan sols un objecte a la disposició de l'home.



Actualment podem trobar material pornogràfic de qualitat en el qual es tracta el sexe de manera més natural i realista, que busca alliberar-se dels vells estereotips i promou una actitud més positiva i sana de la sexualitat.

PRÀCTIQUES DE RISC

EL QUE HI HA DARRERE DEL PORNO I EL
QUE HI HA DARRERE DEL QUE TU FAS



HI HA COSES QUE NO ES MOSTREN
I HI HA COSES QUE PASSEN

“És que amb el condó no sent res...”



Quantes vegades hem escoltat aquesta frase?

Ara per ara, la majoria d'homes han genitalitzat la seua excitació. El seu plaer i capacitat d'excitació per a tindre una erecció l'han focalitzada en el mateix penis. El problema ha esdevingut en la necessitat per tant d'un estímul directe i continu per a mantindre l'erecció.

Si l'excitació fora mental i emocional, si fora de cos sencer i no fal·locèntrica, tindríem una erecció duradora sense necessitat d'estímul directe. I podríem posar-nos un condó sense problema i gaudir.

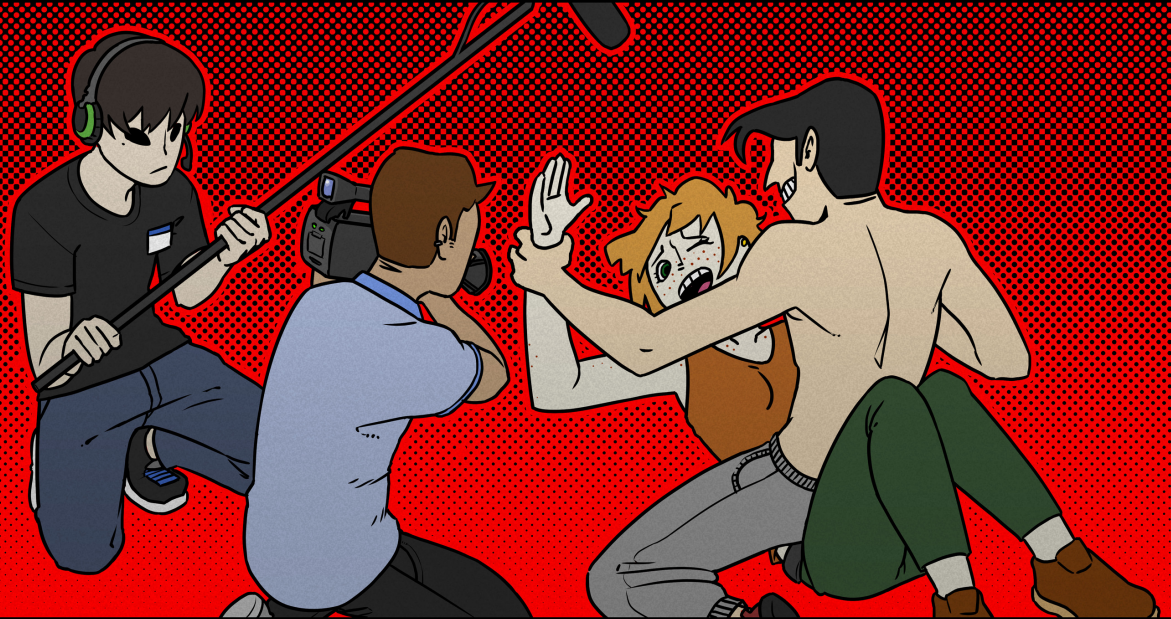
Les ITS (Infeccions de Transmissió Sexual) es transmeten per mitjà de les relacions sexuals genitals, anals o orals. En la majoria dels casos d'infecció no apareixen símptomes o no són molt cridaners, la qual cosa facilita la transmissió abans de la seua detecció.

Davant la sospita que puguem tindre una ITS, o després d'haver mantingut sexe sense protecció, hem d'acudir a un centre de salut per a una revisió.

I si tenim una ITS, responsabilitat, hem de dir-ho perquè l'altra persona pugua decidir. Amb la informació i acció adequada, no ha de suposar un problema, però estem en l'obligació d'avisar i no callar.

AGRESSIONS I VIOLÈNCIA

PORNO



AGRESSIÓ



EL PORNO NORMALITZA AGRESSIONS
I VIOLÈNCIES. DE VERES VOLS VIURE
EN UN MÓN AIXÍ?

Per què moltes persones creiem que el que es fa en el porno és el que cal fer en la vida real?

La realitat no és que ho creiem, sinó que ho prenem com un espill. Demonitzem i rebutgem tant l'educació sexual a les aules, que quan comencen a sorgir les curiositats i dubtes sobre el sexe, acudim a l'única font d'informació que tenim accés: el porno. Perquè l'accés lliure a l'educació afectiva i sexual escasseja.

Quan la joventut volem saber com es mantenen relacions sexuals, ningú ens ho explica (perquè molts pares i mares tampoc volen parlar-ne), i les amistats ens poden recomanar veure porno; el veiem i acabem aprenent i normalitzant que el sexe consisteix a pegar dues galtades, agarrar del coll fins a asfixiar, colpejar amb la palma i penetrar amb força i sense pietat...

Potser no creguem que siga veritat, però és la nostra única referència; ningú ens ha ensenyat una altra cosa. I ho reforcem veient-ne més, compartint-ne en grup i pressionats per la cultura hipersexualitzada, fins que ho integrem com a pràctiques habituals.

L'altre factor és la fantasia de reproduir el que es veu en el porno, que sumat a la falta d'educació sexual i el masclisme actual, provoca que aquestes siguen les úniques pràctiques, egoistes i unilaterals, en les quals no ens permetem gaudir amb el plaer de les altres persones.

