

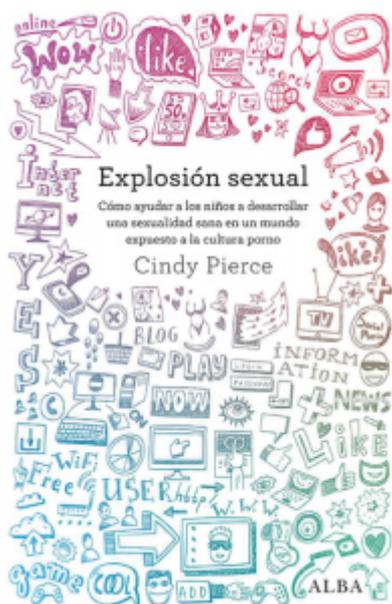


## Cindy Pierce: sexualidad en la era digital

### Descripción

¿Qué impacto tiene la compleja era digital en niños y adolescentes? Cindy Pierce, educadora social experta en sexualidad, plasma, en *Explosión sexual. Cómo ayudar a los niños a desarrollar una sexualidad sana en un mundo expuesto a la cultura porno*, el impacto de la era digital en niños y adolescentes y, consecuentemente, en sus progenitores. Con una prosa desinhibida y ágil mezcla datos científicos y estudios de investigación de relevancia con anécdotas de su vida laboral y personal.

**Cindy Pierce:** [\*Explosión sexual. Cómo ayudar a los niños a desarrollar una sexualidad sana en un mundo expuesto a la cultura porno\*](#). Alba editorial, 2016.



En *La brújula interior* (capítulo 1), la autora utiliza este término para referirse a la intuición e instinto que nos permite llevar a cabo una toma de decisiones óptima. Sin embargo, menciona que la aparición de Internet y los innumerables estímulos a los que los niños y adolescentes están expuestos han interferido en su brújula interior de distintas maneras:

-Por un lado, dificultando la distinción entre lo que los niños y adolescentes valoran y lo que

---

consideran que deberían valorar atendiendo a lo que ven, mayoritariamente, en las redes sociales. Consecuentemente, los adolescentes, al estar constantemente en contacto directo con los estilos de vida de los demás, experimentan sentimientos profundos de vacío interior, celos y resentimiento.

-Por otro lado, Pierce afirma que la interpretación de señales sociales se ha vuelto más compleja para aquellos que utilizan con frecuencia los aparatos electrónicos: "Hemos acabado aceptando, como sociedad, el uso de estos medios impersonales para hablar de temas personales y sentimientos".

-Otro aspecto mencionado que se asociaría a la era digital es la distancia y el anonimato que Internet nos aporta, junto con una clara sensación de seguridad. Tal como menciona la autora, la persona que escribe un mensaje utilizando las redes no tiene que responsabilizarse de la reacción que originará en el receptor, debido sobre todo a que al interactuar a través de Internet no presenciara la reacción en directo.

-Las habilidades de los jóvenes para gestionar el aburrimiento también se han visto influenciadas por los aparatos electrónicos, y los jóvenes ya raramente intentan abordarlo mediante el uso de estrategias creativas o la interacción cara a cara (lo hacen aumentando la frecuencia de exposición al contenido de Internet).

-Finalmente, Pierce refiere que la era digital ha fomentado también la multitarea, que promueve que los intervalos de atención de los niños y adolescentes sean cada vez más cortos. Esto ha tenido importantes consecuencias para este colectivo a la hora de establecer conexiones sociales y sexuales con otras personas.

---

### **“Para oír la brújula interior, hay que aflojar la marcha y alejarse del frenesí de las presiones” (Cindy Pierce).**

---

A través de **Desconectar** (capítulo 2), la autora realiza un análisis de los factores que están provocando que actualmente un gran número de adolescentes estén deprimidos, agobiados y estresados, y aporta posteriormente algunos consejos útiles para que sus progenitores puedan abordar tales dificultades:

-Problemas: los niños y adolescentes de hoy en día tienen cada vez más acceso a cualquier contenido *online* sin la supervisión de los adultos y el contacto con infinitos estímulos, tanto virtuales como en la vida real, puede suponer que cada vez les sea más difícil estar desconectados. Asimismo, reciben una notable presión social debido a que se espera que todos ellos tengan éxito, lo que conlleva, entre otras cosas, que se les haga participar en múltiples actividades extraescolares y cada vez se ejerza más control sobre su vida privada.

-Soluciones: por un lado, Pierce sostiene que los padres deberían enseñarles a autorregularse para que sean capaces de encontrar un equilibrio sano entre el tiempo virtual y el tiempo real. Este proceso debería estar compuesto por conversaciones que incluyan directrices claras sobre cuándo deberían y no deberían usar las nuevas tecnologías, junto con un modelo claro por parte de los padres, para que perciban que estos siguen exactamente las mismas directrices estipuladas. Además, puede ser de utilidad, según la autora, que los progenitores utilicen situaciones o problemas cercanos asociados a

---

Internet para reflexionar con los adolescentes sobre su conducta *online*. Por otro lado, considera que intentar solucionar sus problemas mediante el consumo y la posesión de artículos no es la opción más adecuada, dado que les induce a entrar en un círculo que les acaba desmotivando a la hora de gestionar su propio estrés. Otra opción mencionada es la incorporación de *mindfulness* (conciencia plena o atención plena) y prácticas de relajación en su vida cotidiana, como herramienta de regulación emocional y gestión del estrés. Finalmente, la autora menciona que otra herramienta útil es promover que practiquen el inconformismo y se liberen de la presión social, por ejemplo, a través de la denuncia de cuestiones de poco impacto al inicio, para que vayan adquiriendo el hábito.

---

**“Internet ha ampliado las posibilidades de todo lo que queremos, necesitamos o creemos necesitar, pero también nos absorbe energía, tiempo y espacio en el cerebro” (Cindy Pierce).**

---

Mediante ***La cultura porno*** (capítulo 3), la autora reflexiona acerca de los actuales patrones de consumo de pornografía por parte de adolescentes y jóvenes. Partiendo de la base de que la facilidad de acceso a Internet ha supuesto **un aumento del consumo del porno**, y que la cultura del porno no se encuentra solamente *online*, sino que está presente en múltiples contextos, como publicidad o videojuegos, la autora considera que resulta casi imposible detener la exposición al porno por parte de este colectivo.

Para los jóvenes, afirma la autora, el porno se ha convertido en una de las fuentes de excitación prioritarias así como en la primera fuente de educación sexual. Los jóvenes, por tanto, recurren al porno para buscar respuestas acerca de su sexualidad. Pero la autora ha observado en los últimos años un patrón bastante recurrente, en el que los jóvenes, a pesar de tener una amplia experiencia sexual, disponen de muy pocos conocimientos sexuales. Asimismo destaca una tendencia en la cual los jóvenes buscan, en las relaciones sexuales que mantienen, una confirmación de aquello que ven en el material pornográfico, y su autopercepción de competencia sexual depende de dicha comparación con el porno. La autora considera que esta relevancia que el porno ha adquirido a lo largo de los años condiciona la actividad sexual de los jóvenes. Por ejemplo, algunas mujeres que creen que su pareja desea experiencias pornográficas priorizan el placer masculino y “se ofrecen a realizar determinadas prácticas solo porque creen que es lo que se espera de ellas”. Por ello, Pierce sugiere que la mejor manera de combatir estos sesgos en el ámbito de la pareja y la sexualidad es la comunicación efectiva entre sus miembros acerca de sus fantasías y preferencias sexuales.

---

**“La pornografía puede ser un obstáculo que impide que los jóvenes desarrollen ideas sanas sobre el sexo” (Cindy Pierce).**

**“La comunicación sincera entre las parejas sobre sus expectativas no es habitual, y la percepción de lo que es ‘sexy’ lleva muchas veces a una conducta sexual no necesariamente satisfactoria para ninguno de los miembros de la pareja” (Cindy Pierce).**

---

***La educación sexual para los niños pequeños y La educación sexual para los niños más mayores y adolescentes***

---

---

(capítulos 4 y 5) recogen las reflexiones de la autora acerca de la necesidad de que niños –ya a una edad temprana- y los adolescentes reciban conocimientos sexuales por parte de sus progenitores y otras fuentes de información. Considera que cuanto más se retrasen las conversaciones sobre sexualidad, más alarmantes serán las preguntas que los niños y los adolescentes se planteen y, consecuentemente, más dificultoso resultará para los adultos abarcar la temática en cuestión. No se trata exclusivamente de una conversación, sino de que los padres estén disponibles cada vez que sus hijos tengan dudas, y puedan hablar del tema con un enfoque natural y sin juzgar, lo que ayudará a los más pequeños a desarrollar una actitud tolerante. Otro aspecto destacado en el libro es la aceptación de la desnudez por parte de los padres para demostrar a sus hijos que se sienten cómodos con sus cuerpos. Finalmente, la autora plantea que la educación sexual contextualizada en el marco de la era digital requiere tratar temas de elevada sensibilidad de manera más directa y efectiva, por lo que propone que tanto padres como escuelas se planteen complementar su información con el uso de profesionales externos.

---

**“En esta era digital es necesario y urgente transmitir a los niños la información correcta a una edad temprana. Dar por supuesto que vuestros hijos reaccionarán con resistencia o incomodidad es una manera segura de disuadirlos de iniciar la conversación” (Cindy Pierce).**

---

En *Chicas que valen*, *Facultar a las chicas* y *Chicos que valen*, *Liberar a los niños* (capítulos 6-9), la autora analiza la influencia del entorno en los roles de género y la presencia del “mundo invisible *online*” que hace más complejo que los padres sean conscientes de todos aquellos elementos que influyen en los hijos. “Con la influencia constante de Internet, la publicidad, los medios y la pornografía, ‘la cultura envenenadora de las chicas’ se ha magnificado hasta el punto de ser tóxica.”

En referencia a las niñas, Pierce considera que muchos factores de nuestra cultura minan la autovalía de las chicas. Por ejemplo, tanto el uso de determinados juguetes, que perpetúan un rol de género muy marcado, como el consumo de ciertas prendas de ropa, podrían considerarse factores que pretenden sexualizarlas. Específicamente, la preadolescencia es el momento evolutivo en que elementos como el aspecto físico se pueden llegar a convertir en una clara muestra de estatus y popularidad, lo que dificulta el abordaje de la temática en cuestión para los padres. Por ello, Pierce sugiere que dejen claro a sus hijas qué prendas de ropa aprueban y estarían dispuestas a comprar y cuáles no, siendo las propias adolescentes las que, si lo desean, las obtengan con sus medios económicos. En relación a la moda, la autora también aboga por una publicidad y consumo responsables a fin de evitar que se siga cosificando a las mujeres.

---

**“Vivimos en una cultura hipermasculina alimentada por la publicidad y los medios. Las conversaciones con los niños sobre cómo la cultura define la masculinidad les ayudan a desarrollar la alfabetización emocional” (Cindy Pierce).**

---

En cuanto a los chicos, la autora considera que la idea que posee la sociedad acerca de que los niños tienen vidas emocionales poco complejas les limita a la hora de expresar y regular sus propias emociones. El bloqueo emocional se asocia a la necesidad social de negar su lado más vulnerable y

---

---

de evitar reconocer que necesitan ayuda. Esto les puede llevar a una gran necesidad de buscar apoyo social especialmente en grupos de pares, lo que puede conllevar que acaben cediendo en sus valores con el fin de encajar socialmente. Para evitar estas consecuencias negativas derivadas de los marcados roles de género, Pierce sugiere, por un lado, potenciar una red de apoyo que no esté influenciada por dichos roles y, por otro, que los progenitores les ayuden, mediante distintos materiales o situaciones, a identificar a aquellos personajes que cumplen los estereotipos sociales y a aquellos “bien desarrollados y emocionalmente sanos”.

---

**“Los límites en torno a las expectativas de género siguen siendo todavía más absolutos de lo que es sano para niños en desarrollo” (Cindy Pierce).**

---

Finalmente, *Una cultura del ligoteo alimentada por el alcohol e Ir más allá del ligoteo: encontrar comunicación y placer* (capítulos 10 y 11) abordan los patrones de interacción de los jóvenes en la actualidad. La autora afirma que la cultura “del ligoteo” ha incrementado en los últimos años, lo que ha influenciado las experiencias sexuales de los jóvenes. Considera que el pensamiento sesgado que muchos jóvenes tienen de que todo el mundo liga, ejerce una gran presión sobre ellos, llevándolos a buscar experiencias sexuales rápidas con nuevas parejas sexuales. Muchas veces, además, el ligoteo se inicia mediante mensajes, lo que se asocia a la falsa sensación de que ya se conoce a la otra persona. Pierce menciona, además, que los encuentros sexuales siempre implican una vulnerabilidad tanto física como emocional para la mayoría de las personas, y el hecho de no conocer a tu pareja sexual y que no haya una comunicación abierta, dificulta aún más la experiencia sexual. Para ello, muchos jóvenes hacen uso del alcohol y otras drogas que les aportan comodidad en este tipo de situaciones. Ante estas limitaciones del ligoteo, y otros aspectos mencionados por la autora, como el uso de los preservativos o las agresiones sexuales, resulta imprescindible que los padres desarrollen un fuerte vínculo con sus hijos y se encuentren disponibles para cuando tengan dudas.

---

**“Incluso los propios estudiantes reconocen que el alcohol y el sexo no son una mezcla sana, pero la aceptación generalizada de una cultura del ligoteo en la que se incluye el alcohol perpetúa el problema.” (Cindy Pierce).**

**“Nuestras conversaciones deben incluir información precisa sobre lo que se encontrarán los chicos, sin sermones ni tácticas de miedo para disuadirlos de actuar de determinada manera” (Cindy Pierce).**

---

La autora concluye que los padres y educadores deberían estar presentes a lo largo del desarrollo de los chicos, dándoles cada vez más espacio, pero sin dejar de ofrecerles en todo momento un espacio para resolver sus dudas acerca de la sexualidad y otros factores, lo que potenciará su vínculo. Asimismo, los padres no deben olvidar que son un modelo, especialmente en la actual y compleja era digital, y sus conductas condicionarán las conductas y percepciones de sus hijos.

**Fecha de creación**

03/02/2020

**Autor**

---

Gemma Mestre-Bach

*Nuevarevista.net*