

*Ilustre Colegio Oficial de Médicos de la provincia de Málaga*

## **Comparecencia en el Parlamento de Andalucía**

### **Comisión sobre la Infancia y Adolescencia**

Grupo de Trabajo para garantizar la protección de menores

ante el acceso a la pornografía en Internet

Sevilla, 24 de junio de 2024

Ilustrísimos parlamentarios y parlamentarias del Parlamento de Andalucía. Desde el Colegio de Médicos de Málaga estamos muy agradecidos por esta invitación y, como médico pediatra, aprovecho para poner en valor que en este Parlamento exista una Comisión sobre la Infancia y Adolescencia y que, a su vez, exista un Grupo de Trabajo para garantizar la protección de menores ante el acceso a la pornografía en Internet.

Me acompaña la Dra. María Vidal Denis, médica malagueña especialista en Neurroradiología, vicepresidenta de la Asociación Educación Digital Responsable y miembro del equipo de trabajo del Colegio de Médicos destinado a analizar los efectos de la salud en los niños por el consumo excesivo de pantallas.

Quiero agradecer la oportunidad de comparecer hoy ante ustedes para abordar un tema crucial para la salud y el bienestar de nuestros niños y adolescentes.

### **Consumo de pornografía en adolescentes**

El consumo de pornografía en adolescentes puede tener múltiples consecuencias negativas tanto a nivel psicológico como social. Entre las principales repercusiones se encuentra el desarrollo de actitudes sexistas y estereotipadas, ya que la pornografía a menudo perpetúa roles de género desiguales y la violencia contra las mujeres. Además, los adolescentes que consumen pornografía regularmente pueden experimentar problemas de salud mental, como ansiedad, depresión y baja autoestima, e incluso desarrollar una adicción que interfiera con sus actividades diarias y relaciones interpersonales.

Las expectativas sexuales irrealistas son otro efecto significativo, pues la pornografía presenta una visión distorsionada de las relaciones sexuales que puede afectar negativamente las futuras interacciones sexuales y emocionales de los jóvenes. La desensibilización y la necesidad de contenidos más extremos también son preocupantes, ya que los adolescentes pueden requerir estímulos cada vez más intensos para obtener el mismo nivel de excitación, lo cual puede influir en sus

comportamientos y actitudes sexuales. Este consumo excesivo también puede dificultar el desarrollo de relaciones saludables y satisfactorias, llevando a los jóvenes a tener problemas para establecer conexiones emocionales genuinas. Además, el tiempo dedicado al consumo de pornografía puede afectar negativamente el rendimiento académico y la participación en otras actividades importantes, como deportes, hobbies y relaciones familiares. También se observan comportamientos sexuales de riesgo, como la promiscuidad y el sexo sin protección, que incrementan el riesgo de infecciones de transmisión sexual (ITS) y embarazos no deseados.

Por último, el acceso y la distribución de pornografía pueden implicar riesgos legales y éticos, y la exposición a estos contenidos puede distorsionar la percepción del consentimiento, llevando a malentendidos y comportamientos inapropiados en las relaciones sexuales reales.

### **Relación entre el uso problemático de Internet y consumo pornografía**

Desde el Colegio de Médicos de Málaga se considera formar un grupo de trabajo para fomentar el uso responsable de pantallas entre otras cosas porque somos conscientes de que la relación entre el uso problemático de Internet y el consumo de pornografía es estrecha y multifacética, abarcando diversas dimensiones y consecuencias negativas.

El grupo de trabajo del Colegio de Médicos que presido se creó en noviembre de 2023 y está formado por la **Dra. María Vidal**; el profesor de Psiquiatría en el Departamento Salud Pública y Psiquiatría de la Universidad de Málaga e investigador, **Dr. Andrés Fontalba**; el secretario general del Colegio de Médicos y especialista en Psiquiatría, **Dr. José Miguel Pena**, y la gerente de la corporación, **Cristina Gutiérrez**. Una de las conclusiones a las que se llegó fue la necesidad de hacer llegar a las familias que una labor preventiva es fundamental para evitar que los niños tengan secuelas físicas o psicológicas como consecuencia de un uso abusivo de las pantallas.

El uso excesivo y compulsivo de Internet a menudo lleva a un mayor consumo de pornografía, ya que ambos comportamientos se refuerzan mutuamente. Las personas que experimentan altos niveles de ansiedad o estrés pueden recurrir al uso de Internet y a la pornografía como una forma de escape y alivio temporal, lo que inicialmente puede mitigar su malestar, pero a largo plazo, aumenta la ansiedad y el estrés, perpetuando un ciclo de refuerzo negativo.

Los datos que aporta la Fundación de Ayuda contra la Drogadicción (FAD) en 2021 son contundentes:

- El 30% de los menores de entre 8 y 12 años que acceden por primera vez a la pornografía reconocen que ese contenido es la única fuente de información sobre educación afectivo - sexual.
- Casi 7 de cada 10 adolescentes españoles de entre 13 y 17 años consume pornografía de manera frecuente.
- 9 de cada 10 padres y madres ignoran que sus hijos e hijas consumen pornografía.

Y no han mejorado desde entonces como queda reflejado en su investigación y posterior informe “Juventud y pornografía en la era digital. Consumo, percepción y efectos” (Noviembre 2023):

- El 45% de adolescentes y jóvenes declara que tuvo contacto por primera vez con la pornografía alrededor de los 13 años. 8 de cada 10 dicen que fue fácil acceder a contenidos pornográficos por primera vez.
- 2 de cada 10 creen que es un recurso útil para su educación sexual; el 56,1% afirma que el porno le ayuda a conocer y comprender mejor el sexo o lo utiliza como fuente de inspiración (49,5%).
- La oferta de pornografía es infinita en el ámbito digital así como las posibilidades de acceso a este tipo de contenidos por parte de las y los menores. Es importante poner en marcha los controles necesarios para que los

menores no encuentren y puedan consumir pornografía sin ni siquiera buscarla.

Este uso compulsivo tiene serias implicaciones para la salud mental. Los individuos que se encuentran atrapados en este ciclo son más propensos a desarrollar trastornos como la depresión, la baja autoestima y el aislamiento social, ya que pasan más tiempo en línea y menos tiempo interactuando con amigos y familiares. Además, la constante exposición a contenido pornográfico puede llevar a la desensibilización, donde los usuarios requieren consumir material cada vez más explícito o extremo para obtener la misma gratificación, afectando su capacidad para disfrutar de experiencias sexuales y emocionales en la vida real.

El impacto en las relaciones interpersonales es significativo. El consumo excesivo de pornografía puede afectar negativamente las relaciones románticas y sexuales, creando expectativas poco realistas y disminuyendo la satisfacción en las relaciones reales. Esto, a su vez, puede causar conflictos y problemas de comunicación, exacerbando el aislamiento social y la desconexión emocional.

Además, tanto el uso problemático de Internet como el consumo de pornografía pueden distraer a las personas de sus responsabilidades académicas y laborales, llevando a un rendimiento inferior y a la procrastinación. Los jóvenes, en particular, son vulnerables a estos efectos debido a su etapa de desarrollo y curiosidad sexual, lo que aumenta el riesgo de desarrollar patrones de comportamiento adictivos.

La fácil accesibilidad y el anonimato que ofrece Internet también juegan un papel crucial en esta dinámica, facilitando el acceso a contenido pornográfico y aumentando la probabilidad de que las personas desarrollen un uso problemático de Internet.

En conjunto, estas interrelaciones crean una espiral descendente de consecuencias adversas que requieren una atención integral y estrategias de intervención para fomentar un uso saludable y equilibrado de la tecnología.

Por lo tanto, si nos lo permiten, en esta comparecencia vamos a ahondar en el abuso de las pantallas por parte de los niños porque es la base de todo ya que acceden a la pornografía por la falta de control.

Por lo tanto, la clave aquí es comenzar la casa desde los cimientos.

### **Estrategia de prevención del uso problemático de Internet**

Resultante del equipo de trabajo del Colegio de Médicos es la campaña de concienciación ciudadana que presentamos el pasado martes bajo el lema 'Mejor educar que curar'. Les animo a que, tras esta comparecencia, miren detenidamente la página web creada para tal efecto [www.mejoreducarquecurar.com](http://www.mejoreducarquecurar.com) en la que podrán ver que se basa en las contradicciones a las que se enfrentan padres y madres continuamente, reflejando una realidad común con la que muchos pueden identificarse.

Esta conexión es fundamental para promover un uso responsable de las pantallas y, específicamente, para prevenir el consumo de pornografía en menores. El objetivo no es culpabilizar a los padres, sino mostrar de manera empática e incluso humorística situaciones donde no somos coherentes. Esto fomenta la reflexión y la autoconciencia sobre nuestras acciones y decisiones diarias en la crianza.

La reflexión, el diálogo abierto y el establecimiento de normas coherentes son estrategias clave que emergen de esta campaña, contribuyendo significativamente a la protección y bienestar de los menores en el entorno digital. La campaña motiva a los padres a ser más conscientes y consistentes en la supervisión del uso de pantallas por parte de sus hijos, incluyendo el control de acceso a contenido inapropiado como la pornografía.

Se trata de una iniciativa importante en la prevención del consumo de pornografía en menores por varias razones clave:

### **1. Educación y Concienciación**

La campaña tiene como objetivo educar a padres sobre los riesgos asociados al uso indiscriminado de pantallas. Al informar sobre los peligros específicos de la exposición a contenidos inapropiados como la pornografía, se crea una mayor conciencia sobre la necesidad de supervisar y regular el tiempo de pantalla de los niños y adolescentes.

### **2. Modelo de Comportamiento Consistente:**

Al mostrar la importancia de la coherencia en la crianza, se alienta a los padres a ser modelos de comportamiento responsable y consciente en el uso de pantallas, influenciando positivamente a sus hijos.

### **3. Empoderamiento de los Padres:**

Al reconocer que todos cometemos errores y tenemos contradicciones, la campaña empodera a los padres para tomar medidas proactivas sin sentirse culpables.

Esto incluye aprender y aplicar herramientas y estrategias para proteger a sus hijos en el entorno digital.

### **4. Promoción del Diálogo Abierto**

La iniciativa fomenta el diálogo abierto entre padres y niños sobre el uso de la tecnología y los riesgos del uso problemático de internet. La empatía y el humor fomentan un ambiente donde los padres se sienten más cómodos para hablar abiertamente con sus hijos sobre los riesgos de la pornografía y otros contenidos inapropiados en Internet.

Estos diálogos son cruciales para educar a los menores sobre el uso responsable de la tecnología.

Esta campaña ha contado con la colaboración del Ayuntamiento de Málaga. El objetivo principal de esta campaña es concienciar a las familias sobre la importancia de un uso responsable de las tecnologías digitales.

Gracias a esta alianza, los mensajes de 'Mejor educar que curar' se pueden ver desde hoy lunes 24 de junio en los mupis y relojes digitales repartidos por la ciudad de Málaga, así como en la pantalla de El Corte Inglés de la capital malagueña. A esto hay que añadirle que se ha contratado publicidad en redes sociales y búsquedas de Internet.

El objetivo, como decía, concienciar a las familias, hacerles pensar para que cambien hábitos y dotarlas de herramientas, como la página web y la guía creada para tal fin. De la guía nos hablará la Dra. Vidal más adelante.

Además, la hemos puesto en marcha coincidiendo con el fin del curso escolar y el comienzo de la temporada estival, cuando los niños disponen de más tiempo libre y, en consecuencia, recurren a los dispositivos electrónicos durante más horas.

Si me permiten, les voy a explicar en qué consiste

Los padres y madres con niños pequeños y adolescente son la primera generación que está educando a lo digital. No es fácil para ellos. No tienen referentes ni modelos a seguir: se guían de la buena voluntad, intuición, experiencia, circunstancias familiares y, no olvidemos, del entorno. Un entorno repleto de pantallas.

Es normal que las familias caigan en contradicciones. Se preocupan profundamente de muchos ámbitos de la educación y salud de sus hijos e hijas pero, por el contrario, han abrazado la tecnología sin conocer que eso traería graves consecuencias para los menores. También es cierto que ahora ya hay investigaciones y se están conociendo dichas consecuencias.

Nuestra labor, como Colegio de Médicos, es advertirlas para hacer una labor preventiva.

Estamos aquí, ante el Parlamento Andaluz, para que Ustedes tomen conciencia y puedan legislar y tomar medidas desde el conocimiento.

La campaña, como pueden ver a continuación, ilustra alguna de esas contradicciones en la que los padres y madres incurren continuamente. Estas imágenes, con una estética retro para captar más la atención. Curiosamente, las creatividades se han generado con Inteligencia Artificial porque precisamente queremos poner en valor que la tecnología es útil y hay que emplearla pero hay que saber cómo. El Colegio de Médicos de Málaga, y el Consejo Andaluz de Colegios de Médicos al que vengo a representar hoy, defendemos el buen uso de la tecnología así como la necesidad de aprendizaje y acompañamiento para tener unos niños y niñas sanos.

### **¿Cuáles son los efectos en la salud de los menores del uso abusivo de las pantallas?**

El uso excesivo de dispositivos electrónicos puede provocar en los menores diversos trastornos tanto físicos como mentales.

Entre las patologías físicas encontramos:

- Trastornos del sueño: La luz azul de las pantallas puede interferir con el ciclo natural del sueño.
- Obesidad: La inactividad física asociada al tiempo excesivo frente a pantallas contribuye al aumento de peso.
- Miopía /o cansancio visual: La fijación prolongada en pantallas pequeñas afecta la visión.
- Dificultad para mantener la atención y menor capacidad cognitiva:

El uso excesivo de dispositivos puede afectar la concentración y el rendimiento académico.

En cuanto a los trastornos mentales, el uso abusivo de dispositivos está relacionado con:

- Complicaciones en las relaciones sociales: El aislamiento y la interacción limitada con otros niños afectan las habilidades sociales.

- Irritabilidad, depresión y ansiedad: El uso excesivo puede contribuir a problemas emocionales.
- Normalización de conductas sexuales de riesgo: La exposición a contenidos inapropiados sin supervisión puede ser perjudicial.

### **Guía para familias responsables que quieren educar en lo digital**

La campaña del Colegio de Médicos incluye, como gran novedad y sobre todo como herramienta útil, una guía con recomendaciones, muy detallada, con consejos prácticos para padres y madres, disponible en la página web que anteriormente les mencionaba [www.mejoreducarquecurar.com](http://www.mejoreducarquecurar.com)

La Guía para familias responsables que quieren educar en lo digital ofrece recomendaciones sobre el tipo de dispositivos adecuados para los más jóvenes, el contenido apropiado, el tiempo de uso según la edad y, lo más importante, subraya la necesidad de acompañar a los niños en sus primeros contactos con la tecnología, evitando dejarlos solos ante las pantallas.

Para hablar de este tema doy paso a la Dra. María Vidal.

#### Dra. María Vidal:

Buenos días. Mi nombre es María Vidal, soy médico neurorradióloga del hospital regional de Málaga desde hace 15 años, pero mi inquietud por la salud digital de la sociedad en general y de los niños, niñas y adolescentes en particular, viene más por mi faceta de madre, por supuesto, apoyada en mi competencia profesional. Eso hizo que en diciembre pasado fuera una de las socias fundadoras de la asociación educación digital responsable que intenta despertar esa conciencia, en los padres y madres y de los propios menores, de que tenemos que educarnos digitalmente. Esto es como la alimentación: todos comemos todos los días pero no todo vale, es importante la calidad y la cantidad de contenidos digitales que ingerimos.

Entre otras acciones, comenzamos a trabajar, con el Colegio de Médicos de Málaga formando parte de un grupo de trabajo, por el que estamos aquí hoy, que lo que pretende es ayudar a las familias a que sean sanas digitalmente. Los médicos somos figuras de autoridad en salud y tenemos un papel crucial en el cuidado de las personas, sean pacientes nuestros o no, porque confían en nuestro criterio y en la información en salud que les damos para serles una guía.

Por eso es tan importante este grupo de trabajo estamos llevando a cabo la campaña de concienciación a familias.

Por otro lado, hemos publicado la guía, muy práctica “Guía para familias responsables que quieren educar en lo digital”. Está hecha desde la profunda reflexión de una madre, que soy yo, que piensa qué ha hecho con sus hijos y con ella misma, en su conexión digital, desde que sus hijos son bebés hasta que ya son adolescentes. Esta reflexión está, muy completada, con las dudas, preguntas, pensamientos e ideas de otros padres y madres además de adolescentes con los que contacto a través de las charlas que damos fundamentalmente en centros educativos.

En la guía damos visibilidad a la importancia de que también hay que educar en lo digital, que nuestros hijos son nativos digitales porque saben hacer un uso instrumental de los aparatos, pero no porque sepan manejar la tecnología de una manera racional, eso se lo tenemos que enseñar nosotros. Damos un primer paso, destacando la importancia del ejemplo que somos los padres, diagnosticarnos como persona hiperconectada.

Desde el índice, la guía está estructurada por pasos, para dar énfasis a la importancia de ir poco a poco, acompañando a tu hijo a que adquiera competencias digitales. Gracias a Dios no estamos en la dicotomía *smartphone sí/smartphone no*, tenemos pasos intermedios: móviles sin conexión a internet o relojes con llamada, usar el WhatsApp o Instagram del padre o de la madre para mandarse mensajes con sus amigos que sí tienen redes sociales (aunque me gustaría recordar que la ley de protección de datos y garantía de derechos digitales fija, actualmente, en 14 los años

para ser usuario de una red social y esto se quiere subir a 16 años). Es algo que muchas, la inmensa mayoría de las familias desconoce.

También se dan consejos para padres que ya les han dado un *smartphone* a sus hijos sin ningún control y quieren dar unos pasos atrás.

En cualquiera de los momentos es importante ofrecer, desde pequeños, alternativas de vida fuera de las pantallas, de ocio fuera de las pantallas, y explicarles en qué les beneficia la tecnología y en que les perjudica.

Asimismo, damos unas pinceladas muy entendibles de cómo cambiará tu hijo cuando tenga el *smartphone*: más aislamiento en la familia, cambio en sus rutinas y en sus aficiones, cambios en sus relaciones sociales y en su forma de comunicarse... en definitiva, el coste de oportunidad que suponen las pantallas: qué dejan de hacer porque están en una pantalla.

Terminamos la guía con la recomendación de que cada familia se haga su propio plan digital familiar, llegar a acuerdos y cumplirlos.

Dr. Pedro Navarro:

Muchas gracias, Dra. Vidal.

### **Próximas acciones**

Nuestro objetivo no termina con esta acción. El equipo de trabajo creado en el Colegio de Médicos de Málaga tiene como objetivo seguir trabajando. Se trata de un proyecto a medio/largo plazo porque sabemos que estamos ante un problema serio de salud y porque somos conscientes de que los malos hábitos digitales de las familias no se cambian de la noche a la mañana.

Me complace anunciar que el próximo otoño el Colegio de Médicos de Málaga pondrá en marcha un curso dirigido a médicos para formar a los facultativos de Atención Primaria en salud mental.

La Primaria es la puerta de entrada a la salud de la ciudadanía y consideramos fundamental que los profesionales tengan formación específica y actualizada.

Por eso, el I Curso Formación Continuada en Salud Mental para Médicos de Atención Primaria está diseñado para proporcionar a los médicos de Atención Primaria una comprensión integral y actualizada sobre diversos aspectos de la salud mental.

A través de 11 módulos los médicos participantes explorarán temas críticos y desarrollarán habilidades para manejar eficazmente las condiciones de salud mental en sus prácticas diarias.

Será un curso gratuito, acreditado por la [Agencia de Calidad Sanitaria de Andalucía](#) y que se desarrollará de octubre de 2024 a marzo de 2025.

Para el año que viene lanzaremos una segunda campaña de concienciación ciudadana, esta vez dirigida a los niños y jóvenes. Para ello utilizaremos plataformas diferentes y nos dirigiremos a ellos a través de las redes sociales que más emplean: Instagram, TikTok y YouTube Shorts.

### **Petición final**

No me puedo marchar de aquí sin pedirles su colaboración.

Como ustedes sabrán, este mismo mes, concretamente el pasado martes 4 de junio, el Consejo de Ministros aprobó el Anteproyecto de Ley Orgánica para la protección de las personas menores de edad en los entornos digitales con el fin de salvaguardar la salud, el bienestar y la seguridad de los niños, niñas y adolescentes de nuestro país.

El objetivo de esta norma, según el propio ministro de Justicia es garantizar los derechos de los menores en el ámbito digital, especialmente el derecho a la intimidad, al honor y a la propia imagen, así como el derecho a la protección de sus datos personales y al acceso a contenidos adecuados para su edad.

La norma obliga a los poderes públicos a elaborar una Estrategia Nacional sobre la protección a la infancia y la adolescencia en el entorno digital y, de manera más específica, a impulsar campañas de sensibilización sobre los derechos de los menores en la esfera digital y los riesgos que esta entraña, con especial atención al consumo de material pornográfico, e investigar sobre los efectos de la tecnología en el desarrollo cognitivo de niños, niñas y adolescentes.

Si me lo permiten, todos los grupos parlamentarios que conforman este Parlamento deberían unirse a esta estrategia nacional y que sumen esfuerzos y se unan, dejando a un lado las diferencias políticas. Está en juego la salud de los más pequeños.

El anteproyecto de Ley incluye medidas dentro del ámbito sanitario. En concreto, están encaminadas al fomento de la detección precoz, la prevención y la atención especializadas a menores con patologías asociadas al uso inadecuado de dispositivos. En este punto me detengo pues desde el Colegio de Médicos de Málaga creemos que son buenas medidas pero improbables de llevar a cabo en la actualidad teniendo en cuenta la falta de médicos no sólo en Atención Primaria sino principalmente en salud mental. Es necesario dotar de más medios a la salud mental y está en su mano pues las competencias sanitarias están transferidas a la Junta de Andalucía.

Les agradezco su atención y quedo a su disposición para cualquier pregunta o aclaración que deseen plantear.

Muchas gracias por su tiempo y atención.

*En esta comparecencia ha intervenido el presidente del Colegio de Médicos de Málaga y vicepresidente 1º del Consejo Andaluz de Colegios de Médicos, Dr. Pedro J. Navarro Merino, y ha contado con la participación de la Dra. María Vidal Denis, médica especialista en Neurroradiología, vicepresidenta de la Asociación Educación Digital Responsable y miembro del equipo de trabajo del Colegio de Médicos destinado a analizar los efectos de la salud en los niños por el consumo excesivo de pantallas.*

### **Bibliografía:**

- Fontalba-Navas A, Marin-Ollala M, Gil-Aguilar V, Rodriguez-Hurtado J, Rios-Garcia G, Pena-Andreu JM. (2015) Mental Health Promotion: Prevention of Problematic Internet Use among adolescents. J Psychiatry 18: 218. doi:10.4172/1994-8220.1000218
- Fontalba-Navas A, V Gil-Aguilar V, Pena-Andreu JM. Towards an epidemiological model of Internet addiction. Internet addiction: Prevalence, risk factors and health effects,2017:11-23
- Gjoneska B, Jones J, Vella AM, Bonanno P, Flora K, Fontalba-Navas A, Hall N, Ignjatova L, Kirtava Z, Moreno Sanjuán D, Vaz-Rebelo MP, Sales CMD. Citizen Consultation on Problematic Usage of the Internet: Ethical Considerations and Empirical Insights From Six Countries. Front Public Health. 2021 Apr 1;9:587459
- Farré JM, Montejo AL, Agulló M, Granero R, Chiclana Actis C, Villena A, Maideu E, Sánchez M, Fernández-Aranda F, Jiménez-Murcia S, Mestre-Bach G. Pornography Use in Adolescents and Its Clinical Implications. J Clin Med. 2020 Nov 11;9(11):3625
- Sanz-Barbero B, Estévez-García JF, Madrona-Bonastre R, Vicens GR, Serra L, Vives-Cases C. Pornography, sexual orientation and ambivalent sexism in young adults in Spain. BMC Public Health. 2024 Feb 5;24(1):374.
- Gesser-Edelsburg A, Abed Elhadi Arabia M. Discourse on Exposure to Pornography Content Online Between Arab Adolescents and Parents: Qualitative Study on its Impact on Sexual Education and Behavior. J Med Internet Res. 2018 Oct 9;20(10):e11667