

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA  
SISTEMAS DE ESTUDIOS DE POSGRADO

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA  
ESTRATEGIA DE PREVENCIÓN PRIMARIA, SECUNDARIA Y TERCIAIA EN  
HOMBRES QUE ASISTEN AL INSTITUTO WEM

Trabajo final de investigación aplicada sometido a la consideración de la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología para optar al grado y título de Maestría Profesional en Psicología Clínica y de la Salud

DENNIS FABIÁN REDONDO ALFARO

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Costa Rica

2023

## **Dedicatoria**

A mi familia, pendientes, a la expectativa de este gran proyecto sin entender a veces sus pormenores, pero comprendiendo mis razones para avanzar.

A Marta, por su acompañamiento, amor y espera. El mejor ejemplo de esperanza y confianza.

## **Agradecimientos**

Este trabajo de graduación no hubiera sido posible sin el apoyo de distintas personas que aportaron desde sus conocimientos en la temática de masculinidades y abordajes cognitivo-conductuales.

En primer lugar, al equipo asesor, que colaboraron en ideas para el proyecto, aportes, críticas y reconocimiento. Creo que no existe una labor más noble que la de apoyar al desarrollo de la ciencia sin un reconocimiento económico correspondiente.

A don Ronald Ramírez Henderson, quien con mucha dedicación facilitó su punto de vista, dándole norte a ciertas ideas. Fue un honor contar con su tutela.

A Don Pablo González y Don José Manuel Salas quienes colaboraron también de forma desinteresada, inclusive sirviendo de inspiración para algunas temáticas relacionadas con la masculinidad.

Este trabajo final de investigación aplicada fue aceptado por la Comisión del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar al grado y título de Maestría Profesional en Psicología Clínica y de la Salud.

---

Dr. Javier Tapia Balladares  
**Representante de la Decana  
Sistema de Estudios de Posgrado**

---

Dra. Ana María Jurado Solórzano  
**Profesora Guía**

---

MSc. Álvaro Campos Guadamuz  
**Lector**

---

MSc. Mario Alonso Madrigal Jiménez  
**Lector**

---

MSc. Jimena Escalante Meza  
**Directora del Programa de Posgrado en Psicología**

---

Dennis Fabián Redondo Alfaro  
**Sustentante**

## TABLA DE CONTENIDO

DEDICATORIA.....	II
AGRADECIMIENTOS .....	II
HOJA DE APROBACIÓN.....	III
RESUMEN .....	VIII
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	XVIII
ÍNDICE DE TABLAS .....	XIX
ÍNDICE DE FIGURAS.....	XX
ÍNDICE DE ILUSTRACIONES .....	XXI
<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>2</b>
1.1 JUSTIFICACIÓN.....	12
1.2 PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	17
1.3 MARCO CONTEXTUAL .....	18
<b>2. MARCO DE REFERENCIA .....</b>	<b>23</b>
2.1 ANTECEDENTES INTERNACIONALES.....	23
2.2 ANTECEDENTES NACIONALES.....	31
<b>3. MARCO CONCEPTUAL.....</b>	<b>33</b>
3.1 CAPÍTULO 1: PLURALIDAD DE ESCENARIOS EN EL IMAGINARIO SOCIAL DE LA PORNOGRAFÍA .....	33
3.1.1 <i>La Pornografía como fenómeno de producción social</i> .....	33
3.1.2 <i>Visiones histórico-culturales de lo erótico en la estética pornográfica</i> .....	40
3.1.3 <i>El Patriarcado: saber hegemónico de lo sexual</i> .....	69
3.1.4 <i>Posicionamientos sociales que abordan el fenómeno de la Pornografía</i> .....	74
3.1.5 <i>Paradigmas psicológicos y su posición con respecto al consumo</i> .....	86
3.1.6 <i>Integración de los posicionamientos históricos, sociales y psicológicos en el fenómeno de producción y consumo de pornografía</i> .....	128
3.2 CAPÍTULO 2: APUNTES EPISTEMOLÓGICOS DESDE LA SALUD PÚBLICA.....	132
3.2.1 <i>Conceptualización del Fenómeno de adicción a la Pornografía</i> .....	132
3.2.2 <i>Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud</i> .....	140
3.2.3 <i>La modalidad de Terapia Cognitivo Conductual</i> .....	143



<b>4. OBJETIVOS .....</b>	<b>166</b>
4.1 OBJETIVO GENERAL.....	166
4.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	166
4.3 ACTIVIDADES.....	166
<b>5. DISEÑO METODOLÓGICO .....</b>	<b>168</b>
5.1 POBLACIÓN .....	168
5.2 INSTRUMENTOS.....	169
5.3 ESTRATEGIA DE INTERVENCIÓN .....	170
5.3.1 Modalidad de la intervención.....	170
5.3.2 Cantidad de Sesiones por modalidad .....	172
5.4 DEFINICIÓN DE ACTIVIDADES, FUNCIONES TAREAS, PRODUCTOS SEGÚN CADA OBJETIVO.....	174
5.4.1 Taller reflexivo: “Hombres que consumen” .....	174
5.4.2 Aproximación terapéutica individual.....	179
5.5 DEFINICIÓN DEL SISTEMA DE SUPERVISIÓN LLEVADO A CABO.....	183
5.6 DEFINICIÓN DEL PROCESO DE EVALUACIÓN DE LA PRÁCTICA E INFORMES A PRESENTAR.....	184
5.7 PRECAUCIONES TOMADAS PARA PROTEGER A LAS PERSONAS QUE PARTICIPARON EN LA PRÁCTICA .....	184
<b>6. RESULTADOS.....</b>	<b>187</b>
6.1 ACCIONES LIGADAS A PREVENCIÓN PRIMARIA: CAMPAÑA HOMBRES QUE CONSUMEN .....	188
6.1.1 Diseño de Materiales audiovisuales:.....	188
6.1.2 Taller Hombres que consumen.....	190
6.2 ACCIONES LIGADAS A PREVENCIÓN SECUNDARIA.....	207
6.2.1 Instrumentos de evaluación y registro.....	207
6.2.2 Procesos de terapia individual .....	209
6.3 ACCIONES LIGADAS A PREVENCIÓN TERCIARIA .....	256
6.3.1 Procesos de terapia individual .....	256
6.4 RESULTADOS GENERALES DE LOS PROCESOS TERAPÉUTICOS EN CUANTO A INDICADORES DE CONFORMIDAD A LAS NORMAS MASCULINAS .....	295
<b>7. DISCUSIÓN.....</b>	<b>298</b>
7.1 ACERCA DEL DESARROLLO DE CONFORMIDAD A LAS NORMAS MASCULINAS Y SU RELACIÓN CON EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA .....	299
7.1.1 Esquemas de vulnerabilidad emocional como marcadores cognitivos de recurrencia al consumo.....	299

7.1.2	<i>Guiones cognitivos relacionados con el consumo de pornografía</i>	312
7.1.3	<i>Evolución de consumo de pornografía conforme a las normas masculinas</i>	327
7.2	ACERCA DEL APRENDIZAJE DEL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA Y LAS REGLAS CONDUCTUALES ASOCIADAS	332
7.2.1	<i>Variables disposicionales y su influencia en la operación de establecimiento o abolición de la conducta de consumo</i>	333
7.2.2	<i>Transformación del valor discriminativo en la función de estímulos</i>	341
7.2.3	<i>Análisis funcional integrado de la posibilidad de recurrencia al consumo de pornografía</i>	363
7.3	ACERCA DE LOS PROCESOS TÉCNICOS EN LA INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA	371
7.3.1	<i>Técnicas dirigidas a las variables disposicionales</i>	376
7.3.2	<i>Técnicas dirigidas a estímulos discriminativos ambientales</i>	400
7.3.3	<i>Técnicas dirigidas a estímulos discriminativos encubiertos</i>	402
7.3.4	<i>Técnicas dirigidas a Respuestas alternativas</i>	410
7.3.5	<i>Técnicas dirigidas a las consecuencias</i>	416
7.3.6	<i>Breve reflexión respecto al empleo de las técnicas seleccionadas</i>	419
<b>8.</b>	<b>CONCLUSIONES</b>	<b>423</b>
8.1	<i>Historia de aprendizaje del consumo</i>	424
8.2	<i>Análisis funcional del consumo de pornografía</i>	425
8.3	<i>Procesos técnicos orientados a la disminución del consumo</i>	428
8.4	<i>El patriarcado, la(s) pornografía(s) y el sujeto</i>	430
8.5	LIMITACIONES	432
8.6	RECOMENDACIONES	434
8.7	CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES	437
<b>9.</b>	<b>REFERENCIAS</b>	<b>442</b>
<b>10.</b>	<b>ANEXOS</b>	<b>462</b>
	ANEXO 1: LINEAMIENTOS PARA LA ADAPTACIÓN DE PRUEBAS SEGÚN LA INTERNATIONAL COMMISSION TEST	462
	ANEXO 2: CONSENTIMIENTO INFORMADO	463
	ANEXO 3: EL PROYECTO Y EL COVID 19	466
	ANEXO 4. COVID 19, CONFINAMIENTO Y CONSUMO DE PORNOGRAFÍA	467
	ANEXO 5: GUÍA DE EXPLORACIÓN CLÍNICA PARA CONDUCTAS ADICTIVAS A LA PORNOGRAFÍA	469
	ANEXO 6: ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA DE LA HISTORIA DE RECURRENCIA A LA PORNOGRAFÍA	475

ANEXO 7: CIRCUNSTANCIAS QUE PONEN EN MARCHA LA CONDUCTA DE CONSUMO DE PORNOGRAFÍA ..	476
ANEXO 8: AUTO REGISTRO DE CONSUMO DE PORNOGRAFÍA.....	477
ANEXO 9: FORMATO DE BITÁCORAS .....	478
ANEXO 10: CUESTIONARIO DE EVALUACIÓN DE VARIABLES DEPENDIENTES DEL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA .....	480
ANEXO 11: TRADUCCIÓN INVENTARIO DE CONFORMIDAD A LAS NORMAS MASCULINAS.....	483
ANEXO 12: FORMULARIO DE ANÁLISIS TOPOGRÁFICO SESIONES DE GRUPO .....	490
ANEXO 13: AFICHE DE INVITACIÓN A TALLER .....	496
ANEXO 14: GUION UTILIZADO EN EL VIDEO “HOMBRES QUE CONSUMEN. RECURRENCIA ADICTIVA A LA PORNOGRAFÍA” .....	498
ANEXO15: ILUSTRACIONES UTILIZADAS EN EL PROYECTO.....	505
ANEXO 16: FASCÍCULO 1. HOMBRES QUE CONSUMEN .....	519
ANEXO 17: FASCÍCULO 2. HOMBRES QUE CONSUMEN .....	529
ANEXO 18: FASCÍCULO 3. HOMBRES QUE CONSUMEN. ....	539
ANEXO 20: AFICHES DE CONCIENTIZACIÓN EN REDES SOCIALES .....	549
ANEXO 21: INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN DE TALLER: HOMBRES QUE CONSUMEN.....	554
ANEXO 22: EVALUACIÓN CUALITATIVA DEL TALLER .....	558
ANEXO 23: BITÁCORAS PROCESOS INDIVIDUALES.....	562
<i>Sesiones caso Juan</i> .....	562
<i>Sesiones caso Danny</i> .....	577
<i>Sesiones caso Miguel</i> .....	589
<i>Sesiones caso Luigi</i> .....	604
<i>Sesiones caso Luis</i> .....	617
<i>Sesiones caso Ronny</i> .....	632
<i>Sesiones caso Arturo</i> .....	653
<i>Sesiones caso Sebastián</i> .....	670
<i>Sesiones caso Johnny</i> .....	685
ANEXO 24: BITÁCORAS PROCESOS GRUPALES .....	704
<i>Grupo de Alajuela</i> .....	704
<i>Grupo de Grecia</i> .....	709
<i>Grupo de Escazú</i> .....	712
<i>Grupo de Esparza</i> .....	716
<i>Grupo de San Pedro</i> .....	719

## Resumen

El presente trabajo final de graduación realizó un abordaje de corte cognitivo conductual con respecto al consumo de pornografía en una muestra de hombres participantes del Instituto de Masculinidad, Sexualidad y Pareja Wem. Esto se buscó por medio de la implementación de estrategias orientadas desde los niveles de prevención primaria, secundaria y terciaria. El proyecto partió de un interés explícito en trabajar una relación asumida entre el consumo de material sexualmente explícito y la conformación de normas ligadas a la masculinidad tradicional entre quienes participaron. De esta manera se pretendió el fomento de un posicionamiento crítico sobre la masculinidad hegemónica y su influencia en el consumo, el cuestionamiento de creencias de corte machista, así como la valoración de nuevas formas de pensar desde las masculinidades funcionales y, la promoción de una vivencia plena y satisfactoria a través de técnicas de modificación de conducta.

Se asumió distribuir la muestra en tres grupos: hombres con un consumo episódico relativo, tratándose de aquellos donde recurrir a la pornografía se realiza de forma nula o poco frecuente sin producir afectación psicosocial evidente; hombres con un consumo excesivo habitual, donde el consumo se haría de forma constante y conscientes de algún grado de afectación en su vida cotidiana y; por último, hombres con un consumo adictivo de pornografía, donde el consumo aparte de ser cotidiano, estaría presente de forma central en muchos de sus conflictos cotidianos ya sea ocasionándolos o utilizando la recurrencia misma como estrategia de afrontamiento del malestar mismo.

Para ello, se realizaron diferentes actividades a lo largo del proyecto con el objetivo de cumplimentar satisfactoriamente lo previsto. Con respecto al eje de prevención primaria, se diseñaron materiales audiovisuales que sirvieron de apoyo a los procesos de implementación de la propuesta. Dentro de este rubro se realizaron 24

ilustraciones digitales que servirían como insumos a los materiales mismos; un video educativo de 15 minutos; material de lectura relacionada al consumo, propiamente 3 folletos o fascículos relacionados con la problemática y; afiches que se difundieron en las redes sociales del instituto Wem, 5 propiamente. Se realizó un proceso psicoeducativo de 3 sesiones con hombres participantes de 5 grupos de distintas zonas del país en la institución, siendo explícitamente 15 sesiones. La cantidad de personas que asistieron fue de 104 hombres, convocatoria que se consideró satisfactoria. La primera sesión estuvo orientada hacia reflexiones conceptuales e históricas sobre el consumo de pornografía, la segunda desde consideraciones teórico/científicas acerca de la afectación del consumo, y la tercera referida a herramientas o estrategias para abordar la recurrencia de manera funcional. Al inicio de dicho proceso educativo se registraron variables topográficas de consumo de todos los participantes, resultando significativo una mayor frecuencia de consumo en el grupo de edad entre 36 y 50 años, aunque el tiempo de dedicación sería mayor en el grupo de 26 a 35 años. La mayor probabilidad de consumo es en las noches en todos los participantes. Con respecto al reporte relacionado con reducción significativa de ingresos a razón de la pandemia se presenta un aumento significativo con respecto a los que no tuvieron afectación económica. Se evidencia también un mayor consumo tanto en frecuencia como en duración en cuanto a un mayor nivel educativo y posible capacidad adquisitiva.

Respecto a las acciones ligadas a la prevención secundaria, se diseñaron instrumentos de evaluación y registro. Entre ellos se optó por la traducción del Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas de Mahalick y colaborades, con el fin de utilizarse únicamente con participantes del proyecto y como medida de cambio interna en el mismo grupo desde el test retest. Se diseñaron también machotes de autorregistro, bitácoras e instrumentos de evaluación variados. Se realizaron cinco procesos de terapia individual dirigidos a los hombres con un reporte de consumo excesivo habitual, constatándose que este no obedecía desde una perspectiva de escape de malestar sino como búsqueda de gratificación meramente.

Y finalmente dentro de las acciones realizadas en el marco de la prevención terciaria, se trabajó con hombres que presentaban un consumo catalogado como adictivo, en el entendido de que la afectación biopsicosocial fuera significativa y topográficamente el consumo frecuente. En este caso se trató de cuatro procesos terapéuticos, evidenciándose que el consumir facilitaba la realización de diferentes actividades habituales cómo dormir, relajarse o afrontar situaciones de tensión cotidiana. También se evidenció una reducción significativa con respecto a las estrategias de afrontamiento o conductas funcionales para enfrentar el malestar emocional. En ocasiones en las que se pretendió eliminar el consumo de pornografía previa al tratamiento se conseguía que la ansiedad se incrementara aún más.

De forma general se discuten varios aspectos con lo obtenido en las historias de vida facilitadas por los participantes. En primer lugar, que el consumo de pornografía no es en absoluto estático, sino que más bien mantiene una naturaleza dinámica respecto a su evolución. En la discusión, desde una perspectiva cognitiva se analizará la influencia de la conformación de estilos de respuestas ligados a las normas de conformidad a la masculinidad tradicional como hipótesis de inicio y manutención de la recurrencia al material pornográfico. Distintos esquemas de vulnerabilidad emocional se proponen como marcadores de consumo, en tanto la activación de vivencias relacionadas al rechazo desencadenaría la búsqueda de conductas orientadas a la hipersexualidad como mecanismo de afrontamiento.

De forma general, las historias de vida derivadas de los reportes de procesos individuales reflejan estilos de crianza en su respectiva niñez, basados en el abandono o autoritarismo. Provocando que en la llegada de la adolescencia se deslegitimara la autoridad paterna y se recurriese a grupos de pares como sustitutos de guía y soporte emocional y educativo. Es en este contexto que se introducirían normas tradicionales de masculinidad y de ahí guiones cognitivos relacionados al comportamiento sexual. Los mismos perfilarían la relación que tendría el individuo al consumir pornografía consigo mismo, en tanto provee de espacios de autocuidado inválidos en otros contextos; con otros hombres en tanto permite aceptación social

y; con las mujeres al marcar un esquema de poder y dominio sobre las mismas, consonante con la normativa impuesta por los estándares patriarcales.

Se reflexiona sobre la posibilidad de que el consumir pornografía se active desde la posibilidad de estados emocionales aversivos que gatillen la respuesta de consumo, activando en que el mismo actuaría desde una función evitativa en la resolución de problemas interpersonales. Existirían algunos factores de vulnerabilidad que desarrollarían la posibilidad de un mayor consumo. En primer lugar, los relacionados a la historia de vida y situaciones traumáticas vividas en la infancia; en segundo lugar, los relacionados al estilo de afrontamiento; en tercer lugar, la incidencia del contexto y; en cuarto lugar, la influencia de las normas masculinas aprendidas en el desarrollo de vida del individuo.

Desde una perspectiva conductual, se analiza de forma funcional la presencia de las distintas variables involucradas en la contingencia. Se evidencia la presencia de tres variables disposicionales principales: un contexto constante de tensión y generador de ansiedad, la ya mencionada influencia de las normas masculinas y, el efecto de la privación y saciación en el consumo. El valor asociado al consumo como se mencionó anteriormente se encuentra en un estado dinámico volviéndose más o menos apetecible dependiendo del momento de vida del individuo. El cómo la función de estímulo se forma y transforma se analiza desde dos teorías distintas: desde el concepto de ligamiento funcional planteado por las teorías interconductuales y, desde el mecanismo de transformación de funciones procedente de la teoría de los Marcos relacionales.

Consecuentemente, desde este apartado conductual se ofrece un análisis genérico acerca de la naturaleza funcional del consumo de pornografía desde la posibilidad de refuerzo positivo o desde el refuerzo negativo entendiéndose desde la evitación o escape de algún estado emocional aversivo. Generándose en función de esto dos funciones principales ligadas al consumo, una de gratificación sexual y otra de control inhibitorio. Un aspecto fundamental de lo aprendido en los procesos es que el control del estímulo no es absoluto sí no más bien selectivo en cuanto a las circunstancias. Al contrario de otro tipo de adicciones a sustancias dónde la

sensación de craving se presenta de forma más o menos estable, en los casos vistos es variable inclusive presentándose la influencia de estímulos delta que desactivarían la sensación de craving.

Finalmente se reflexiona sobre procesos técnicos en intervención terapéutica que gozaron de eficacia en la consecución de objetivos. Sobre los mismos procesos se concluyó sobre la posibilidad de tres modelos distintos de consumo. En primer lugar, uno que funcionaría como desactivación de ansiedad constante, con una finalidad de relajación. Después un segundo modelo que compensa a repertorios conductuales deficientes ocasionando dependencia del individuo al consumir pornografía como única estrategia de gratificación. Y en tercer lugar cuando el consumo actúa como regulador de estados emocionales aversivos, en el caso de procesos cognitivos displacenteros. Sobre dichos modelos se entabla la decisión de escogencia e implementación de técnicas terapéuticas variadas según la influencia de uno u otro. Sobresalen las estrategias de control de la activación, reestructuración cognitiva, activación conductual y principalmente técnicas de exposición, como elemento central en los procesos. Se concluye que el objetivo principal de la implementación de un proceso terapéutico en la condición de consumo de pornografía más que disminuir de forma topográfica la frecuencia con la que el individuo recurre a la misma, más bien buscaría el control que se pueda obtener del estímulo previo al consumo. En este caso las diferentes técnicas deben servir como facilitadoras de la búsqueda de exposición a este estímulo previo con prevención de respuesta.

En los procesos terapéuticos se evidenció cómo el consumo de pornografía es una conducta que pertenece a una clase funcional superior, relacionada con el control inhibitorio de estados emocionales aversivos, de modo que disminuir su aparición provoca la búsqueda de las otras estrategias alternativas a manera de compensación. Es en este sentido que se establece como la conducta misma tiene una morfología de una operante general de reforzamiento negativo, identificar las otras conductas de evitación y escape es fundamental a la hora de establecer el control del estímulo y la disminución pretendida.



## **Abstract**

The present final graduation project approached cognitive-behavioral therapy about pornography consumption in a sample of male participants from the Wem Institute of Masculinity, Sexuality, and Partnership. This was achieved through the implementation of strategies oriented towards primary, secondary, and tertiary prevention levels. The project started with an explicit interest in working on the assumed relationship between the consumption of sexually explicit material and the formation of norms related to traditional masculinity among the participants. The goal was to encourage a critical stance towards hegemonic masculinity and its influence on consumption, to question “macho beliefs”, and to promote new ways of thinking based on functional masculinities, as well as promoting a fulfilling experience through behavior modification techniques.

The sample was divided into three groups: men with occasional and relative consumption, where resorting to pornography was infrequent or non-existent without producing evident psychosocial effects; men with habitual excessive consumption, where consumption was constant and consciously affecting their daily lives; and finally, men with addictive pornography consumption, where consumption was not only daily but also central to many of their daily conflicts, either causing them or using recurrence as a coping strategy.

To achieve the proposed objectives, different activities were carried out throughout the project. In terms of primary prevention, audiovisual materials were designed to support the implementation of the proposal. Within this scope, 24 digital illustrations were created to serve as inputs for the materials themselves; a 15-minute educational video; 3 booklets related to the problematics of consumption, and 5 posters were disseminated on the Wem institute's social media. A psychoeducational process of 3 sessions was carried out with male participants from 5 different areas of the country in the institution, with a total of 15 sessions. The number of people who attended was 104 men, which was considered satisfactory. The first session was oriented towards conceptual and historical reflections on pornography consumption, the second focused on theoretical/scientific

considerations about the effects of consumption, and the third focused on tools or strategies to address recurrence in a functional way. At the beginning of the educational process, topographic consumption variables were recorded for all participants, showing a higher frequency of consumption in the age group between 36 and 50 years, although the time spent on consumption would be higher in the 26-35 age group. The highest likelihood of consumption occurred at night for all participants. Regarding the report of a significant reduction in income due to the pandemic, there was a significant increase in consumption in those affected economically. It was also evident that participants with higher levels of education and purchasing power had higher consumption frequency and duration.

Regarding actions related to secondary prevention, assessment and recording instruments were designed. Among them, the translation of the Inventory of Conformity to Male Norms by Mahalick and colleagues was chosen, to be used only with project participants and as an internal change measure within the same group from test-retest. Self-report templates, logs, and various assessment instruments were also designed. Five individual therapy processes were carried out with men who had a habitually excessive consumption report, and it was found that this behavior was not due to a perspective of escaping discomfort, but rather as a mere search for gratification.

Finally, within the actions carried out in the framework of tertiary prevention, work was done with men who presented consumption classified as addictive, understanding that the biopsychosocial impact was significant, and the consumption was frequent. In this case, four therapeutic processes were carried out, showing that consuming facilitated the performance of different habitual activities such as sleeping, relaxing, or facing daily stress situations. A significant reduction was also evidenced in terms of coping strategies or functional behaviors to deal with emotional distress. In cases where it was intended to eliminate previous pornography consumption before treatment, it was found that anxiety increased even more.

Several aspects are discussed in general based on the life stories provided by the participants. First, pornography consumption is not static at all, but rather maintains

a dynamic nature regarding its evolution. In the discussion, from a cognitive perspective, the influence of the formation of response styles linked to conformity to traditional masculinity norms will be analyzed as a starting hypothesis for the recurrence and maintenance of the use of pornographic material. Different emotional vulnerability schemes are proposed as consumption markers, as the activation of experiences related to rejection would trigger the search for hypersexual behaviors as a coping mechanism.

In general, the life stories derived from individual process reports reflect parenting styles in their respective childhoods based on abandonment or authoritarianism, causing the delegitimization of paternal authority in adolescence and leading to the resorting of peer groups as substitutes for emotional and educational guidance and support. It is in this context that traditional masculinity norms would be introduced, and from there, cognitive scripts related to sexual behavior would be shaped. These would profile the individual's relationship with pornography consumption, as it provides invalid self-care spaces in other contexts; with other men, as it allows for social acceptance; and with women, as it marks a scheme of power and dominance over them, consonant with the norms imposed by patriarchal standards.

It is reflected on the possibility that pornography consumption is activated by the possibility of aversive emotional states that trigger the consumption response, acting from an avoidance function in the resolution of interpersonal problems. There would be some vulnerability factors that would develop the possibility of increased consumption. First, those related to life history and traumatic situations experienced in childhood; second, those related to coping style; third, the incidence of context; and fourth, the influence of the masculine norms learned in the individual's life development.

From a behavioral perspective, the presence of the different variables involved in the contingency is functionally analyzed. The presence of three main dispositional variables is evidenced: a constant context of tension and anxiety, the influence of masculine norms, and the effect of deprivation and satiation on consumption. The value associated with consumption, as mentioned earlier, is in a dynamic state,

becoming appealing depending on the individual's life moment. The formation and transformation of the stimulus function are analyzed from two different theories: from the concept of functional binding proposed by interbehavioral theories, and from the mechanism of function transformation from the theory of relational frames.

Consequently, from this behavioral section, a generic analysis is offered about the functional nature of pornography consumption from the possibility of positive reinforcement or from negative reinforcement, understood from the avoidance or escape of some aversive emotional state. Based on this, two main functions linked to consumption are generated: sexual gratification and inhibitory control. An essential aspect of what is learned in the processes is that stimulus control is not absolute but rather selective in terms of circumstances. Unlike other types of substance addictions, where the craving sensation is stable, in the cases seen, it is variable, including the influence of delta stimuli that would deactivate the craving sensation.

Finally, technical processes in therapeutic intervention that were effective in achieving objectives are reflected upon. Three different models of consumption were concluded upon these processes. First, one that would function as constant anxiety deactivation, with a relaxation purpose. Then a second model that compensates for deficient behavioral repertoires, causing dependence on the individual to consume pornography as the only gratification strategy. And thirdly, when consumption acts as a regulator of aversive emotional states, in the case of unpleasant cognitive processes. On these models, the decision of choice and implementation of various therapeutic techniques is discussed according to the influence of one or the other. Strategies for activation control, cognitive restructuring, behavioral activation, and primarily exposure techniques stand out as the central element in the processes. It is concluded that the main objective of implementing a therapeutic process in the condition of pornography consumption is not to reduce the frequency with which the individual resorts to it topographically, but rather to seek control that can be obtained from the stimulus prior to consumption. In this case, the different techniques should

serve as facilitators of the search for exposure to this prior stimulus with response prevention.

In therapeutic processes, it was evident how pornography consumption is a behavior that belongs to a higher functional class, related to inhibitory control of aversive emotional states, so decreasing its appearance causes the search for other alternative strategies as compensation. It is in this sense that the behavior itself has the morphology of a general operant of negative reinforcement, and identifying other avoidance and escape behaviors is essential in establishing stimulus control and the intended reduction.

# Índice de Gráficos

GRÁFICO 1. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR SEDE DE INSTITUTO WEM EN CUANTO A CANTIDAD DE USUARIOS .....	191
GRÁFICO 2. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR GRUPO DE EDAD. ....	192
GRÁFICO 3. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR NIVEL EDUCATIVO. ....	193
GRÁFICO 4. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR SITUACIÓN ECONÓMICA CON RESPECTO A IMPACTO DE PANDEMIA. ....	193
GRÁFICO 5. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR ESTADO CIVIL .....	194
GRÁFICO 6. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR CANTIDAD DE SESIONES PRESENTADAS .....	194
GRÁFICO 7. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR FRECUENCIA DE CONSUMO. ....	195
GRÁFICO 8. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR TIEMPO DE CONSUMO. ....	196
GRÁFICO 9. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR HORARIO DE PROBABILIDAD DE CONSUMO. ....	196
GRÁFICO 10. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR CONSECUENCIAS POSTERIORES AL CONSUMO .....	197
GRÁFICO 11. DISTRIBUCIÓN DE ASISTENCIA A TALLERES POR VALORACIÓN DE DESEO PREVIO AL CONSUMO. ....	198
GRÁFICO 12. DISTRIBUCIÓN DE FRECUENCIAS SOBRE SATISFACCIÓN CON EL TALLER .....	206
GRÁFICO 13. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO JUAN .....	214
GRÁFICO 14. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO JUAN .....	216
GRÁFICO 15. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO JUAN .....	217
GRÁFICO 16. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO JUAN .....	217
GRÁFICO 17. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO DANNY .....	224
GRÁFICO 18. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO DANNY.....	226
GRÁFICO 19. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO DANNY .....	226
GRÁFICO 20. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO DANNY .....	227
GRÁFICO 21. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO MIGUEL.....	234
GRÁFICO 22. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO MIGUEL .....	237
GRÁFICO 23. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO MIGUEL .....	237
GRÁFICO 24. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO MIGUEL .....	238
GRÁFICO 25: RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO LUIGI.....	243
GRÁFICO 26: EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO LUIGI .....	245
GRÁFICO 27: EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO LUIGI .....	245
GRÁFICO 28. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO LUIGI .....	246
GRÁFICO 29: RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO LUIS .....	252
GRÁFICO 30. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO LUIS.....	254

GRÁFICO 31. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO LUIS .....	255
GRÁFICO 32. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO LUIS .....	255
GRÁFICO 33: RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO RONNY.....	263
GRÁFICO 34: EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO RONNY .....	265
GRÁFICO 35: EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO RONNY .....	265
GRÁFICO 36. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO RONNY .....	266
GRÁFICO 37. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO ARTURO.....	274
GRÁFICO 38. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO ARTURO .....	276
GRÁFICO 39. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO ARTURO .....	276
GRÁFICO 40. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO ARTURO .....	277
GRÁFICO 41. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO SEBASTIÁN.....	283
GRÁFICO 42. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO SEBASTIÁN .....	285
GRÁFICO 43. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO SEBASTIÁN.....	285
GRÁFICO 44. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO SEBASTIÁN.....	286
GRÁFICO 45. RESULTADOS ICNM FASE DE EVALUACIÓN, CASO JOHNNY .....	291
GRÁFICO 46. EVOLUCIÓN DE LA FRECUENCIA DE CONSUMO, CASO JOHNNY.....	293
GRÁFICO 47. EVOLUCIÓN DE LA DURACIÓN DE CONSUMO EN HORAS, CASO JOHNNY.....	294
GRÁFICO 48. EVIDENCIAS PRETEST-POSTEST, ICNM CASO JOHNNY.....	294
GRÁFICO 49. VARIACIÓN DE PUNTUACIONES DEL ICNM CON RESPECTO AL PRETEST-POSTEST. PROMEDIO PARA TODOS LOS PROCESOS DE TERAPIA INDIVIDUAL .....	296
GRÁFICO 50. TAMAÑO DE EFECTO TERAPÉUTICO EN CUANTO A DISMINUCIÓN DE ESQUEMAS DE CONFORMIDAD A NORMAS MASCULINAS.....	296

## Índice de Tablas

TABLA 1. DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO EMPLEADO EN FUNCIÓN DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS .....	173
TABLA 2. FRECUENCIA Y DURACIÓN DE CONSUMO (EN MINUTOS) POR SEMANA EN FUNCIÓN DE GRUPOS DE EDAD.....	198
TABLA 3. FRECUENCIA Y DURACIÓN DE CONSUMO (EN MINUTOS) POR SEMANA EN FUNCIÓN DE ESTADO CIVIL .....	199
TABLA 4. FRECUENCIA Y DURACIÓN DE CONSUMO (EN MINUTOS) POR SEMANA EN FUNCIÓN DE NIVEL ACADÉMICO.....	200
TABLA 5. FRECUENCIA Y DURACIÓN DE CONSUMO (EN MINUTOS) POR SEMANA EN FUNCIÓN DE AFECTACIÓN ECONÓMICA POR PANDEMIA.....	201

TABLA 6. FRECUENCIA Y DURACIÓN DE CONSUMO (EN MINUTOS) POR SEMANA EN FUNCIÓN DE CANTIDAD DE SESIONES ACUMULADAS EN INSTITUTO WEM.....	202
TABLA 7. RELACIÓN DE NIVEL ACADÉMICO CON RESPECTO A FRECUENCIA Y TIEMPO DE CONSUMO.....	203
TABLA 8 RELACIÓN DE TIEMPO DE CONSUMO CON PARÁMETROS LIGADOS AL AUTOCONTROL DEL CONSUMO .....	203
TABLA 9. RELACIÓN DE TIEMPO DE CONSUMO CON PARÁMETROS LIGADOS AL AUTOCONTROL DEL CONSUMO .....	205
TABLA 10: ESTADIOS INICIALES VERSUS AVANZADOS DE CONSUMO Y SU RELACIÓN CON LA RESPUESTA SEXUAL.....	341

## Índice de Figuras

FIGURA 1: CORRELATOS EN LAS RESPUESTAS DE ANSIEDAD EN LA ADICCIÓN A LA PORNOGRAFÍA .....	135
FIGURA 2. CONDUCTA DE CONSUMO EN UNA CONTINGENCIA DE 4 TÉRMINOS. CASO JUAN.....	213
FIGURA 3. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON SENSACIÓN DE ABURRIMIENTO POR INACTIVIDAD. CASO DANNY.....	222
FIGURA 4. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON CONFLICTOS CONYUGALES EN EL CASO MIGUEL	230
FIGURA 5. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON INSATISFACCIÓN SEXUAL .....	230
FIGURA 6. CONDUCTA DE CONSUMO SIN MASTURBACIÓN EVOCADA POR SENSACIÓN DE ABURRIMIENTO...231	
FIGURA 7: CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON AVERSIÓN A LA SOLEDAD EN EL CASO LUIGI. ....	241
FIGURA 8. CONDUCTA DE CONSUMO DERIVADA DE INACTIVIDAD LABORAL COMO ESTIMULO, CASO LUIS ...	250
FIGURA 9: CONDUCTA DE CONSUMO EN EL CASO DE RECHAZO SEXUAL DE SU PAREJA, CASO LUIS. ....	251
FIGURA 10: CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON AVERSIÓN A LA SOLEDAD EN EL CASO RONNY. OPERACIÓN DE ESCAPE.....	260
FIGURA 11: CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON AVERSIÓN A LA SOLEDAD EN EL CASO RONNY. OPERACIÓN DE EVITACIÓN.....	261
FIGURA 12. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON CONFLICTOS CONYUGALES EN EL CASO ARTURO .....	271
FIGURA 13. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON ESTIMULACIÓN AVERSIVA EN EL CASO SEBASTIÁN. OPERACIÓN DE ESCAPE.....	281
FIGURA 14. CONDUCTA DE CONSUMO RELACIONADA CON AVERSIÓN A LA SOLEDAD EN EL CASO JOHNNY.	290
FIGURA 15: EVOLUCIÓN DE LOS ESQUEMAS LIGADOS A LAS NORMAS MASCULINAS QUE PREDISPONEN EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA. ....	330
FIGURA 16: BUCLE CONDUCTUAL DE PRIVACIÓN Y SACIACIÓN EN LA CONDUCTA DE CONSUMO DE PORNOGRAFÍA .....	337



FIGURA 17: CONSUMO DE PORNOGRAFÍA COMO GRATIFICACIÓN POR REFUERZO POSITIVO.....	364
FIGURA 18: CONSUMO DE PORNOGRAFÍA COMO OPERACIÓN DE ESCAPE A ESTIMULACIÓN AVERSIVA.....	366
FIGURA 19: CONSUMO DE PORNOGRAFÍA COMO OPERACIÓN DE EVITACIÓN A ESTIMULACIÓN AVERSIVA....	367

## Índice de Ilustraciones

ILUSTRACIÓN 1. SÍMBOLO PALEOLÍTICO EN FORMA DE VULVA.....	42
ILUSTRACIÓN 2. VENUS DE WILLENDORF.....	43
ILUSTRACIÓN 3. IMÁGENES ITIFALICAS.....	44
ILUSTRACIÓN 4. PLATO ÁTICO DE FIGURAS ROSAS CON ALEGORÍA SEXUAL .....	45
ILUSTRACIÓN 5. LOS TIRANICIDAS, COPIA DE UN ORIGINAL DE BRONCE DE 480 A. C. ....	46
ILUSTRACIÓN 6. LEDA Y EL CISNE.....	47
ILUSTRACIÓN 7. FRESCO DE PRIAPO .....	48
ILUSTRACIÓN 8. FRESCO EN LAS TERMAS .....	49
ILUSTRACIÓN 9. IMAGEN DEL KAMASUTRA.....	50
ILUSTRACIÓN 10. PAPIRO DE TURIN .....	51
ILUSTRACIÓN 11. ESTATUILLA ERÓTICA DE TLATILCO.....	52
ILUSTRACIÓN 12. IGLESIA DE SANTA MARÍA DE YERMO, CANTABRIA .....	53
ILUSTRACIÓN 13. DECAMERÓN. SIGLO XVI. ESPOSA EN ADULTERIO CON UN CLÉRIGO.....	54
ILUSTRACIÓN 14. VENUS DE URBINO.....	55
ILUSTRACIÓN 15. LAS ALEGORÍAS DEL AMOR, BRONZINO .....	56
ILUSTRACIÓN 16. EL CERROJO, FRAGONARD .....	57
ILUSTRACIÓN 17. LAS DOS AMIGAS - LOUIS-JEAN-FRANÇOIS LAGRENÉE .....	58
ILUSTRACIÓN 18. ÉROTISMO EN LA ILUSTRACIÓN .....	59
ILUSTRACIÓN 19. LA RELIGIOSA", DE DIDEROT .....	60
ILUSTRACIÓN 20. MUJER DE LAS MEDIAS BLANCAS. ....	61
ILUSTRACIÓN 21. FOTOGRAFÍA DE JEAN AGÉLOU DE PRINCIPIOS DEL SIGLO XX.....	62
ILUSTRACIÓN 22. PORTADA DE REVISTA PORNOGRÁFICA "LA PERLA" .....	63
ILUSTRACIÓN 23. POSTER PROMOCIONAL PELÍCULA "LE COUCHÉ DE LA MARIEE" .....	64
ILUSTRACIÓN 24. POSTER PROMOCIONAL PELÍCULA "GARGANTA PROFUNDA" .....	65



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA

SEP Sistema de  
Estudios de Posgrado

**Autorización para digitalización y comunicación pública de Trabajos Finales de Graduación del Sistema de Estudios de Posgrado en el Repositorio Institucional de la Universidad de Costa Rica.**

Yo, Dennis Fabián Redondo Alfaro, con cédula de identidad 3 0440 0816, en mi condición de autor del TFG titulado Abordaje cognitivo conductual del consumo adictivo de pornografía. Estrategia de prevención primaria, secundaria y terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem.

Autorizo a la Universidad de Costa Rica para digitalizar y hacer divulgación pública de forma gratuita de dicho TFG a través del Repositorio Institucional u otro medio electrónico, para ser puesto a disposición del público según lo que establezca el Sistema de Estudios de Posgrado. SI  NO \*

\*En caso de la negativa favor indicar el tiempo de restricción: \_\_\_\_\_ año (s).

Este Trabajo Final de Graduación será publicado en formato PDF, o en el formato que en el momento se establezca, de tal forma que el acceso al mismo sea libre, con el fin de permitir la consulta e impresión, pero no su modificación.

Manifiesto que mi Trabajo Final de Graduación fue debidamente subido al sistema digital Kerwá y su contenido corresponde al documento original que sirvió para la obtención de mi título, y que su información no infringe ni violenta ningún derecho a terceros. El TFG además cuenta con el visto bueno de mi Director (a) de Tesis o Tutor (a) y cumplió con lo establecido en la revisión del Formato por parte del Sistema de Estudios de Posgrado.

**FIRMA ESTUDIANTE**

Nota: El presente documento constituye una declaración jurada, cuyos alcances aseguran a la Universidad, que su contenido sea tomado como cierto. Su importancia radica en que permite abreviar procedimientos administrativos, y al mismo tiempo genera una responsabilidad legal para que quien declare contrario a la verdad de lo que manifiesta, puede como consecuencia, enfrentar un proceso penal por delito de perjurio, tipificado en el artículo 318 de nuestro Código Penal. Lo anterior implica que el estudiante se vea forzado a realizar su mayor esfuerzo para que no sólo incluya información veraz en la Licencia de Publicación, sino que también realice diligentemente la gestión de subir el documento correcto en la plataforma digital Kerwá.

# Introducción

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

## 1. Introducción

El abordaje de la Masculinidad Hegemónica como constructo, comparado con otros saberes de crítica social es un tema reciente. Es hasta la llegada de los planteamientos feministas principalmente en los años 70's, que el modelo de la masculinidad tradicional comenzó a cuestionarse de forma más intensa desde lo académico<sup>1</sup>. A la vez que surgen los "women's studies", se implantan los men's studies, introduciéndose los primeros estudios sobre masculinidad, al respecto Núñez rescata que los estudios de género parten de la concepción de *hombre* como sujeto genérico, esto significa que sus identidades, prácticas y relaciones son construcciones sociales y no hechos de la naturaleza<sup>2</sup>. Construcción social, inevitablemente histórica.

En este sentido, dada la influencia de lo sociocultural, Mahalik contempla que las normas masculinas son aprendidas en particular por la exposición a los grupos más dominantes o poderosos en una sociedad, que dan forma a las expectativas y estándares del rol de género. Estas son comunicadas a manera de reglas a los individuos a través de instrucciones descriptivas, preceptivas y cohesivas<sup>3</sup>. Los encargos de la masculinidad hegemónica obedecen a un momento contextual, con mandatos temporales e históricamente que marcan la vivencia de la sexualidad.

Entonces, en seguimiento a la tesis de si la visión occidentalizada de normas masculinas tradicionales determinaría la construcción de vínculos, en la misma línea puede plantearse que la imposición de individualización heredada de la sociedad mercantil capitalista ha impuesto la digitalización de estos, siendo que la tendencia

---

<sup>1</sup> Rachel Jewkes et al., «Hegemonic masculinity: combining theory and practice in gender interventions», *Culture, Health & Sexuality* 17, n.º sup2 (16 de octubre de 2015): 96-111, <https://doi.org/10.1080/13691058.2015.1085094>.

<sup>2</sup> Guillermo Núñez Noriega y Guillermo Núñez Noriega, «Los estudios de género de los hombres y las masculinidades: ¿qué son y qué estudian?», *Culturales* 4, n.º 1 (junio de 2016): 9-31.

<sup>3</sup> James R. Mahalik et al., «Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory», *Psychology of Men & Masculinity* 4, n.º 1 (2003): 3-25, <https://doi.org/10.1037/1524-9220.4.1.3>.

a una cultura más individualizada por acción de lo tecnológico reemplazaría el contacto físico: hablar, encontrar pareja, buscar trabajo, se realiza de forma digital. La pornografía tiene una perfecta entrada en este sistema, reorganizando el concepto de encuentro sensual y dotándole de un marcado componente virtual, de modo que diversas personas han encontrado en la vivencia de la sexualidad también su asidero virtual. Detrás de esta práctica de consumo que, como una propuesta de sexualidad, epistemológicamente implica una postura de construcción de significado de la vivencia erótica; en su práctica trae implicaciones en diversas esferas de la salud sexual. En todo este andamiaje apenas descrito de momento, se parte en este escrito que existe una estructura de fondo: la del Patriarcado.

Aparte de la influencia ideológica estructural inexorable que para las personas tienen los estereotipos de género propios de la masculinidad hegemónica, el consumo de pornografía también es una acción personal con consecuencias para el sujeto mismo en su inmediatez. En este sentido la vista del material pornográfico puede evocar a nivel encubierto fantasías intrusivas de placer<sup>4</sup>, acompañadas por lo general de masturbación<sup>5</sup> y por tanto activando la respuesta sexual humana de excitación<sup>6</sup>. A nivel de consecuencias, la consecución de gratificación contingente, siendo que la autoestimulación por su efecto inmediato conlleva ya sea relajación como refuerzo positivo o alivio de ansiedad como más bien un refuerzo sensorial negativo; en cualquier vía incrementando la posibilidad de que la conducta masturbatoria acompañada de estimulación pornográfica se vuelva a producir a futuro.

---

<sup>4</sup> Norman Doidge, *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*, Edición: Reprint (London: PENGUIN GROUP, 2008); Todd Love et al., «Neuroscience of Internet Pornography Addiction: A Review and Update», *Behavioral Sciences* 5, n.º 3 (18 de septiembre de 2015): 388-433, <https://doi.org/10.3390/bs5030388>.

<sup>5</sup> A Velasco y V Gil, «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.», *Drugs and addictive behavior*, 2017, 228-37.

<sup>6</sup> S Kuhn y J Gallinat, «Brain structure and functional connectivity associated with pornography», *JAMA Psychiatry*, 2014, 827-34.

Por tanto, se parte de que el consumo adictivo de pornografía tendría dos componentes interrelacionados que orientan este proyecto de práctica de graduación entre lo individual y lo social. Primero, el peso desde arriba mencionado de la masculinidad hegemónica: que, en efecto, el consumo de pornografía tendría una influencia relevante de la más adelante mencionada conformidad a las normas masculinas, en este caso estando la conducta gobernada por reglas desde el aprendizaje social en cuanto a la conformación de esquemas y creencias sobre el género<sup>7</sup>. Segundo, el papel del consumo de pornografía como conducta gobernada por contingencias, que plantea una búsqueda activa del placer como reforzamiento positivo o evitación de la ansiedad a manera de reforzamiento negativo, componente más conductual amparado desde el condicionamiento operante. Se deslinda el eje paradigmático de la propuesta interventiva, justamente aludiendo a la relación contextual entre el individuo y su entorno, sus conductas y esquemas cognitivos y de ahí la inspiración en una propuesta cognitivo conductual.

Como se mencionará en adelante, la producción académica coincide en que los fenómenos de sexualidades compulsivas son mayoritariamente masculinos<sup>8</sup>, de modo que se enfocó la propuesta en hombres, recurriendo propiamente a quienes asisten al Instituto de Masculinidad, Sexualidad y Pareja Wem; en espacios terapéuticos impulsados desde el mismo. Futuros acercamientos podrían plantear un abordaje similar desde la óptica de la femineidad, diversidad sexual y por grupos culturales; enriqueciendo comparativamente el cuerpo teórico de las vivencias entre diferentes grupos etarios. Se propone un modelo centrado en la Prevención de la Enfermedad y la Promoción de la Salud, en el que se enfoquen las acciones discriminando al grupo en el que posiblemente se encuentre el sujeto, explicitando

---

<sup>7</sup> Mahalik et al., «Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory».

<sup>8</sup> Rubén Hernández Serrano y Iván Arango de Montis, «Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo», en *Sexualidad Humana* (México D.F.: Manual Moderno, 2008); Michael W. Ross, Sven-Axel Månsson, y Kristian Daneback, «Prevalence, Severity, and Correlates of Problematic Sexual Internet Use in Swedish Men and Women», *Archives of Sexual Behavior* 41, n.º 2 (abril de 2012): 459-66, <https://doi.org/10.1007/s10508-011-9762-0>; SASH, «The Society for the Advancement of Sexual Health», accedido 23 de junio de 2020, <https://www.sash.net/>.

que los parámetros de frecuencia e intensidad del consumo de Pornografía, tal como otras dinámicas adictivas, puede verse asociados a varios niveles de exposición. Se ofertaron, tal como se detalla en el apartado metodológico, diferentes propuestas de intervención partiendo del supuesto de necesidades de abordaje orientado a la exposición al consumo, metodológicamente planteado con tres ejes:

Primero, se abordó con técnicas de Modificación de Conducta, búsquedas activas de nuevos aprendizajes sobre como relacionarse con el cuerpo. Fiel a la tónica conductual de que las personas pueden reaprender conductas nuevas funcionalmente equivalentes en relación con su contexto, se formuló una reconstrucción de creencias de la sexualidad, no impuesta sino propuesta a través de las sesiones de trabajo. Significa plantear la posibilidad de deconstruir aquellos juicios que están inmersos e incuestionables como roles sociales.

Segundo, se pretendió facilitar por medio de la Reestructuración Cognitiva el cuestionamiento de mandatos y creencias que favorecen el consumo activo de pornografía. Se busca que las personas intenten pensar lo que se hace y saber lo que se piensa. La metacognición se basa justamente en esta premisa, visualizándose cada uno a sí mismo como un individuo socializado en un entorno de aprendizaje, con características impuestas, con códigos de conducta preestablecidos para la cultura en que se desarrolla. Trabajar en temáticas de masculinidad es imprescindible el posicionamiento crítico ante el propio comportamiento. Tal como planteaba Skinner: se busca que cada sujeto se vuelva analista de su propia conducta<sup>9</sup>.

Tercero, se buscó plantear a través de psicoeducación sobre masculinidad hegemónica, patriarcado y sexualidad permitir encontrar los puentes entre las narrativas teóricas y los dispositivos histórico-sociales que sostienen la recurrencia a la pornografía. Se buscó a través de la psicoeducación generar un planteamiento crítico, pero ya no de sí mismos, sino del entorno, de su historia, de los

---

<sup>9</sup> Burrhus Skinner, *Más allá de la libertad y la dignidad* (Barcelona: Fontanella, 1982).

determinantes de su conducta. Un análisis de la masculinidad hegemónica propicia esta reflexividad, en tanto genera revisar a la luz de la historia todos aquellos dispositivos de poder que afectan y estructuran la vida social.

Este trabajo de graduación más que impartir técnicas, se planteó desde la reflexividad crítica. El repensarse como individuos presa de una socialización que plantea la sexualidad de corte patriarcal como hegemónica, desde un discurso institucionalizado y adoctrinante. Y a la vez, pensar como modificar en la estructura social un nuevo patrón de concebir el afecto, el vínculo, la relación con el cuerpo. Un individuo que se asuma como normalizado por mecanismos de estructuración subjetivos y que resignifique nuevas formas de abordarse en relación con su erotismo.

Con el objetivo de definir la posición ética del planteamiento, como primer punto de partida se analizaron los posicionamientos provenientes de la revisión bibliográfica efectuada, en 5 categorías. Las mismas se describen a continuación, iniciando por las más fuertes posturas detractoras hasta las más permisivas:

1. Posiciones decididamente abolicionistas. Estos movimientos se caracterizan por una constante acusación a la pornografía por sus efectos nocivos, planteados desde distintos parámetros. Como ejemplo de estas posiciones se encuentra el Movimiento feminista abolicionista con representantes como Andrea Dworkin<sup>10</sup>.
2. Posicionamientos crítico/detractores. Estas posiciones mantienen una continua sospecha sobre la pornografía, no obstante, no se declara abolicionista sino más bien receptiva de análisis. Se caracteriza por una tendencia a considerar estudios basados en evidencia. En este lugar se encuentran principalmente los enfoques de Salud Pública.

---

<sup>10</sup> Rengifo Streeter, «La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin: mujer y desconexión moral», *Revista humanidades* 8, n.º 2 (27 de junio de 2018): 1-34, <https://doi.org/10.15517/h.v8i2.33674>.



3. Posiciones neutrales y/o ambivalentes. En este caso no hay una posición política clara. Resaltan la poca determinación a la hora de tomar algún criterio. Sobresalen el lugar de distintas legislaciones sin claridad en sus políticas públicas.
4. Posicionamientos selectivamente permisivos. Abogan por una defensa de la pornografía como fenómeno de producción social, pero considerando ciertos límites. Sobresalen en este caso los movimientos feministas postporno y prosexo, que buscan una reforma de la pornografía<sup>11</sup>.
5. Posiciones de defensa y difusión activa. Se trata de posiciones desde un consumo o producción ya sea anónima o públicamente despreocupada. En este caso sobresalen los discursos de defensa de la misma industria pornográfica mainstream a nivel público.

De estas 5 posiciones, surgió un dilema ético: La propuesta no puede situarse en el centro. Partiendo de un modelo de promoción de la salud, el promover el consumo de pornografía conlleva riesgos psicosociales sistemáticamente ya documentados y evidenciados como los ofrecidos en las citas de abajo a manera de referencia<sup>12</sup>. De modo que se orienta hacia la reducción reflexiva del consumo, para llegar a uno controlado y decidido por la persona con control de riesgos. Es una postura que intenta incorporar las estrategias básicas de la Salud Pública: los niveles de prevención primaria, secundaria y terciaria.

---

<sup>11</sup> Nancy Prada Prada, «¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate», *La manzana de la discordia* 5, n.º 1 (2010): 7-26.

<sup>12</sup> Megan S. C. Lim, Elise R. Carrotte, y Margaret E. Hellard, «The Impact of Pornography on Gender-Based Violence, Sexual Health and Well-Being: What Do We Know?», *Journal of Epidemiology and Community Health* 70, n.º 1 (enero de 2016): 3-5, <https://doi.org/10.1136/jech-2015-205453>; Velasco y Gil, «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.»; Nora Patricia Sánchez Chávez et al., «Entorno de la consulta de pornografía y su repercusión en relación a la Sexualidad en un grupo de adolescentes masculinos.», *Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora* 24, n.º 1 (2007): 3-8; Lim, Carrotte, y Hellard, «The Impact of Pornography on Gender-Based Violence, Sexual Health and Well-Being»; Elisabeth Taylor, «Pornography as a Public Health Issue: Promoting Violence and Exploitation of Children, Youth, and Adults», *Dignity: A Journal on Sexual Exploitation and Violence* 3, n.º 2 (1 de mayo de 2018), <https://doi.org/10.23860/dignity.2018.03.02.08>.

¿Porque no ser del todo abolicionista? Diversas discusiones principalmente feministas plantean que tal vez no sea el consumo de pornografía como tal lo que acelera las dinámicas de recurrencia sino más bien la propuesta de erotismo conforme a las normas masculinas<sup>13</sup>. ¿Y porque no, permisiva? Pareciera que la óptica asumida en esta propuesta debería ser la más neutral de todas, la de posicionarle como un fenómeno producido socialmente, plural como lo es la sexualidad, con libertad de decidir que mirar y que no. No obstante, la pornografía diversa como lo es plantea disyuntivas que impedirían el ejercer un posicionamiento meramente neutral. Ciertas expresiones de la pornografía sí que dañan. Aquellas en las cuales existe degradación de los cuerpos, vistos como objetos de consumo. Y porque existe documentación, como se acaba de introducir, que evidencia afectación en un consumo de tipo adictivo. De esta forma, la propuesta se ubica como un posicionamiento crítico detractor, mostrando su clara intencionalidad de abordaje proveniente del enfoque de Salud Pública.

Lo anterior se complejiza al considerar que existen diferentes formas de producción pornográfica. Es meritorio exponer a la pornografía como un fenómeno complejo en el que existen planteamientos alternativos a los tradicionales o mainstream que es necesario visibilizar, y por tanto de no tomarse en cuenta, corriendo el riesgo de parcializarse al ejercer un juicio sobre generalizador que califique ya sea de obscena o erótica a la Pornografía como conjunto, siendo que en realidad es sumamente compleja y diversa.

Otra cuestión que se desprende del análisis es sobre la supuesta inocuidad de las distintas pornografías. En el caso de producciones alternativas como el caso de pornografía feminista, aunque su intención sea meramente la de exhibir cuerpos de forma libre, ¿estaría exenta de incentivar dinámicas adictivas en su público meta? ¿Qué pasa en el caso del deseo de consumir, basado en el imperativo del ejercicio

---

<sup>13</sup> Laura Favaro y Ana De Miguel, «¿Pornografía Feminista, Pornografía Antirracista y Pornografía Antiglobalización? Para Una Crítica Del Proceso de Pornificación Cultural», *Labrys, Études Féministes/Estudios Feministas*, n.º 29 (2016), <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/23948/>; Prada, «¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate».

de una sexualidad libre, pero desde una lógica adictiva? ¿Es realmente libre el sujeto?

Todo lo anterior se resumiría en las siguientes decisiones tomadas en un inicio de la propuesta. Primero, que estaría posicionada contra la pornografía de corte machista mainstream, con una posición crítica decididamente orientada a la eliminación del consumo. Y hacia otras posturas de producción pornográfica desde una cautela caso por caso, en función de un análisis funcional con cada sujeto que explicita cómo se comporta su propia dinámica de consumo. Por eso abarca el tema de la masculinidad y el significado para cada consultante.

Segundo, corresponde indicar el cómo se está operacionalizando la variable “consumo”. Diversos autores han manifestado críticas al uso de “adicción” como categoría de análisis. Minarcik por ejemplo expone que el constructo como tal no define de forma clara la manifestación fenomenológica del acto de consumir, existe cierta controversia científica si el consumir pornografía cumple con todas las pautas y criterios de un fenómeno adictivo<sup>14</sup>. Algunas propuestas como la de Minarcik, abogan por utilizar el término “consumo problemático”.

Para Marshall, Miller y Bouffard, es necesario distinguir entre el uso no problemático y el que si lo es. Para ello plantean como predictores de dicha diferencia las variables de frecuencia y modalidad<sup>15</sup>. En el estudio, cuando se incluyeron en el modelo tanto la frecuencia de uso como el número de modalidades, lo de modalidad fue significativa y la frecuencia no. Estos resultados implican que otros factores además de la frecuencia de uso, como el número de modalidades, pueden ser más importantes para la predicción de conductas sexuales coercitivas. Se indica que, si

---

<sup>14</sup> Jennifer Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use: A Cognitive-Behavioral Approach» (Arkansas, University of Arkansas, 2016), <http://rgdoi.net/10.13140/RG.2.2.19375.84649>.

<sup>15</sup> Ethan A. Marshall, Holly A. Miller, y Jeff A. Bouffard, «Crossing the Threshold from Porn Use to Porn Problem: Frequency and Modality of Porn Use as Predictors of Sexually Coercive Behaviors», *Journal of Interpersonal Violence*, 22 de noviembre de 2017, 088626051774354, <https://doi.org/10.1177/0886260517743549>.

el individuo usaba dos o más modalidades en su visualización de pornografía, este podría representar el mayor predictor para la coerción verbal y física.

Ahora bien, resumir a la conducta meramente por lo topográfico: la frecuencia, intensidad y duración; disminuye la profundización. Hay aspectos de función aún más relevantes que el concepto de “problemático” no ofrece al menos desde la literatura y no es el afán de este abordaje desarrollar teoría al respecto, sino que necesitaba un punto de vista sólido de donde partir. Plantearse qué consigue el sujeto funcionalmente con su comportamiento sería más valioso para comprender si algo es riesgoso o no. Y esa definición funcional la otorgaría con mayor certeza el constructo de *adicción*. Asunto, por cierto, otra vez complejo, de modo que al menos como inicio de la revisión de diversos artículos, para fines del proyecto y de comprensión de la dinámica adictiva se parte de la siguiente categorización del consumo:

- Consumo episódico relativo. Este grupo si bien es cierto consume, no lo hace desde la afectación psicosocial. En cuanto a frecuencia, podría tener un consumo al menos una vez semanal, con una única modalidad de consumo. En este caso, se consideraría un abordaje desde la prevención primaria.
- Consumo excesivo habitual. Este grupo ya presenta al menos de forma consciente para cada individuo algún grado de afectación y, por tanto, la persona podría sentirse en desacuerdo con su conducta. En cuanto a la frecuencia, podría tener un consumo de al menos una vez diaria, con dos modalidades de consumo. Desde esta línea, se abordaría desde una estrategia de prevención secundaria.
- Consumo adictivo dependiente. Este grupo consume no desde el placer sino desde la evitación de la ansiedad. Dicho consumo sería adictivo, es decir su respuesta sexual se encuentra condicionada a la pornografía y podría presentar síndrome de abstinencia. En cuanto a frecuencia, se cuenta con más de una sesión de estimulación diaria, con dos o más modalidades de consumo. En este caso la prevención terciaria sería más pertinente.

Esta propuesta por tanto aborda el consumo de tipo adictivo como categoría de análisis, enfocándose en el mismo y planteándole como conducta problema y objeto de estudio de este proyecto de práctica de graduación. Usando a esta condición como punto de partida, de posicionarse algún consultante dentro de un modelo de consumo episódico, se abordaría desde la lógica de prevención primaria; y de ubicarse en un consumo excesivo habitual, desde un enfoque de prevención secundaria, con la intencionalidad de evitar llegar a este punto adictivo. Desde un enfoque de prevención de la salud desde los tres niveles de atención primaria, dota de mayor coherencia metodológica el uso del consumo de pornografía desde el constructo de “adicción comportamental”, que meramente el uso del “consumo problemático”, pues ofrece mayor versatilidad en cuanto a la operacionalización y propuesta metodológica.

Esperando una debida introducción al constructo y operacionalización del fenómeno en estudio en este documento, se ofrece a continuación la justificación del abordaje.

## 1.1 Justificación

Si bien la práctica de conductas sexuales compulsivas podría ser reportada por muchas mujeres, variadas investigaciones y acercamientos teóricos estiman, que este comportamiento predomina en los hombres. Hernández y Arango<sup>16</sup> por ejemplo plantean, que las adicciones sexuales se dan en una proporción 5 veces mayor en estos, coincidente con otros acercamientos teóricos al estudio de las compulsiones sexuales<sup>17</sup>. Es relevante el planteamiento de si existen componentes en la socialización masculinizante que incita a hombres al ejercicio de compulsión en la sexualidad. A su vez, como es desarrollado desde el centro del saber feminista, la vivencia de dicha sexualidad acompañada de misoginia y de androcentrismo, ha planteado en especial a la mujer como sexuada, pero sin derecho a esa sexualidad y a los hombres en contraparte como amos del placer erótico y del conjunto de vivencias asociadas<sup>18</sup>. En este sentido, Campos y Salas retomando diversos planteamientos acerca de la visión patriarcal de la sexualidad, resaltan que la misma propone al hombre como dueño de lo femenino, administrando lo que se puede practicar y lo que no. Y a la mujer: como alumna dócil, dispuesta a aprender de su amo<sup>19</sup>.

El ejercicio performativo de la sexualidad de consumo objetivizante del cuerpo principalmente de la mujer, encuentra en la recurrencia al material pornográfico un asidero, ya que la construcción y exhibición de una mujer sumisa, al tanto de deseos y fantasías masculinas, objetivizada desde lo sexual como ideal patriarcal, está presente en la exposición de la mayoría del material pornográfico disponible,

---

<sup>16</sup> Hernández Serrano y Arango de Montis, «Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo».

<sup>17</sup> SASH, «The Society for the Advancement of Sexual Health»; Ross, Månsson, y Daneback, «Prevalence, Severity, and Correlates of Problematic Sexual Internet Use in Swedish Men and Women».

<sup>18</sup> Judith Butler, *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad* (Grupo Planeta Spain, 2016).

<sup>19</sup> Álvaro Campos, *Explotación Sexual Comercial y Masculinidad: Un estudio regional cualitativo con hombres de la población general* (San José, Costa Rica: Organización Internacional de Trabajo, 2004), [http://www.ilo.org/ipec/Informationresources/WCMS\\_IPEC\\_PUB\\_6701/lang--es/index.htm](http://www.ilo.org/ipec/Informationresources/WCMS_IPEC_PUB_6701/lang--es/index.htm).

también denominado *mainstream*<sup>20</sup>, que incluye componentes degradantes hacia ellas, siendo la gran mayoría del material de fácil acceso por parte de la población general<sup>21</sup>. Para Gimeno, el tipo de masculinidad que se aborda en el consumo de pornografía convierte la violencia de género en algo permitido<sup>22</sup>.

En seguimiento a esta posición de que la sexualidad masculina ha sido culturalmente planteada para vivirse desde el control del cuerpo femenino, Butler argumenta que se puede realizar desde cualquier dispositivo de poder, siempre y cuando evoque sumisión y pertenencia al goce masculino<sup>23</sup>, tal como lo plantea Preciado desde un contrato social heterocentrado<sup>24</sup>, donde el ejercicio de la sexualidad tiene una lógica binaria con orientación misógina, androcéntrica, es decir que los dispositivos de poder desde dicho contrato provienen de la estructura patriarcal, para satisfacer una lógica de consumo impuesta también desde dicho sistema. Siendo así, la pornografía convencional como objeto de estudio, es un dispositivo de poder asociado a diversos argumentos patriarcales, a su vez guardando una estrecha relación con diversas formas de violencia de género, las cuales suponen un fuerte impacto sociocultural tal como se documenta año con año<sup>25</sup>.

---

<sup>20</sup> Edith Yesenia Peña Sánchez, «La pornografía y la globalización del sexo», *El Cotidiano*, n.º 174 (2012): 47-57; Streeter, «La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin».

<sup>21</sup> Elena del Barrio Álvarez y Eva Garrosa Hernández, «¿Educar en igualdad? Análisis de la triada pornografía-discriminación-violencia: Feminidad y masculinidad en la pornografía convencional», *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, n.º 1 (2015): 29-40.

<sup>22</sup> Beatriz Gimeno, *La prostitución: aportaciones para un debate abierto* (Bellaterra, 2012).

<sup>23</sup> Butler, *El género en disputa*.

<sup>24</sup> B. Preciado, *Manifiesto contrasexual*, trad. J. Díaz y C. Meloni (Anagrama, 2011), <https://books.google.co.cr/books?id=DiFpzgAACAAJ>.

<sup>25</sup> Instituto Nacional de las Mujeres, «Política Nacional para la Atención y la Prevención de la Violencia contra las Mujeres de todas las Edades Costa Rica 2017-2032» (San José, Costa Rica: Instituto Nacional de las Mujeres, 2017); Instituto Nacional de las Mujeres, «Política Nacional para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres. 2018-2030» (San José, Costa Rica: Instituto Nacional de las Mujeres, 2018); María Luisa Ávila Agüero, «Violencia basada en género: un problema de Salud Pública», *Acta Médica Costarricense* 49 (octubre de 2007): 178-79.

Para Taylor, la adicción a la Pornografía es un problema de salud pública<sup>26</sup>, en tanto correlaciona con diversas manifestaciones de explotación sexual comercial pues legitima y normaliza la utilización de mujeres, menores de edad y otros grupos en riesgo para la producción de material por lo general degradante y misógino, actitudes que se proyectan posteriormente en la práctica y relación con dichos grupos poblacionales. Conceptualizar la exposición a material pornográfico como un precedente de violencia sexual es complejo, no obstante, en fases avanzadas de un consumo recurrente, si es posible plantear una preocupación plausible<sup>27</sup>.

Con los avances de la tecnología, la pornografía ha alcanzado gran difusión y facilidad de alcance de cualquier smartphone<sup>28</sup> y en medio de la pandemia por Covid 19, la facilidad con que la misma puede ser accedida aumenta la posibilidad de un consumo compulsivo<sup>29</sup>. Pese a que diversas estimaciones no son serias al carecer de rigurosidad metodológica, algunas páginas de pornografía en internet reportan aumentos en cuanto al consumo en el contexto del confinamiento (Por ejemplo, el Anexo 4).

Para Estados Unidos, la Society for the Advancement of Sexual Health<sup>30</sup> (2012), estima que entre el 3% y el 5% de las personas pueden ser consideradas como sexo adictas. Langstrom y Hanson<sup>31</sup> (2006), en un estudio epidemiológico con población general sueca, revelaron que un 12,1 % de hombres y un 6,8 % de mujeres presentan rasgos en lo que denominan hipersexualidad. También señalan

---

<sup>26</sup> Taylor, «Pornography as a Public Health Issue».

<sup>27</sup> Kathryn C. Seigfried-Spellar y Marcus K. Rogers, «Does Deviant Pornography Use Follow a Guttman-like Progression?», *Computers in Human Behavior* 29, n.º 5 (1 de septiembre de 2013): 1997-2003, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.018>.

<sup>28</sup> Lucía Fernanda Peña Rivera, «El consumo de la pornografía en los adolescentes de 16 a 18 años del Colegio Juan de Salinas ubicado en Sangolquí cantón Rumiñahui en el periodo 2016-2017» (Quito, UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR, 2018); Taylor, «Pornography as a Public Health Issue».

<sup>29</sup> Gemma Mestre-Bach, Gretchen R. Blycker, y Marc N. Potenza, «Pornography Use in the Setting of the COVID-19 Pandemic», *Journal of Behavioral Addictions* 1 (27 de abril de 2020), <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00015>.

<sup>30</sup> (Society for the Advanced Sexual Health 2012)

<sup>31</sup> (Langstrom y Hanson 2006)



que, en la práctica clínica, entre el 85-90% de pacientes que demandan atención por este trastorno son hombres.

Chiclana, Contreras, Carriles y Rama (2015)<sup>32</sup>, señalan que la prevalencia de comportamientos hipersexuales se encuentra entre un 1,4 % y un 19,3 % de la población general, aunque en estos estudios existe mucha variación en cuanto al muestreo y al método. Si es de resaltar que, en todos, la presencia es mayoritaria de los hombres, siendo más del doble.

Chiclana, Contreras, Carriles y Rama (2015)<sup>33</sup>, concluyen en un estudio realizado con 80 participantes que consumían pornografía que el 71,3% presentaba comorbilidad en el Eje I, principalmente Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (44 %), Trastorno Obsesivo Compulsivo (TOC) (23 %), Trastorno Depresivo (12 %) y Trastornos de Ansiedad (9 %). En otro estudio, Ross, Mansson y Daneback (2011)<sup>34</sup> encontraron que entre el 1.7%-7.6% de usuarios de Internet mostraba problemas en el control de su conducta sexual online.

Por todo lo anterior, se evidencia según los datos disponibles a nivel mundial que la prevalencia del consumo afecta a un importante sector poblacional. No obstante, fuera de estimaciones internas de diversas páginas en internet que ofrecen contenido pornográfico que si sitúan a Costa Rica como un país de alto consumo<sup>35</sup>, a nivel nacional no existe ninguna estimación válida que dé cuenta de la prevalencia del fenómeno.

Entonces, desde la esfera social, al ser una problemática invisibilizada corre el riesgo de ser entonces, naturalizada y legitimada conduciendo al reforzamiento de

---

<sup>32</sup> (Chiclana, y otros 2015)

<sup>33</sup> (Chiclana, y otros 2015)

<sup>34</sup> (Ross, Mansson y Daneback 2011)

<sup>35</sup> TribunaMag, «Costa Rica's Porn Viewing Habits», TribunaMag.com, accedido 21 de junio de 2020, <https://tribunamag.com/tribuna/2018/1/12/costa-rican-porn-viewing-habits>.

encargos machistas en la sociedad<sup>36</sup>. En el plano individual, ciertos autores coinciden en que el consumo adictivo de pornografía se encuentra asociado a consecuencias al individuo mismo que comprometen su crecimiento personal y funcionamiento biopsicosocial<sup>37</sup>. Según Velasco y Gil la afectación psicológica es resaltable, teniendo un papel de evitación en la solución de diversos problemas<sup>38</sup>. El proceso de fondo inserto en el consumo de pornografía radica en el efecto habituador y por ende adictivo, el individuo buscará cada vez mayores inputs de estimulación con el fin de conseguir el efecto deseado<sup>39</sup>.

La construcción de la sexualidad que se plantea en la pornografía conlleva la aceptación de mandatos y roles sociales misóginos<sup>40</sup>, por tanto, el individuo incorporará a los mismos en su sistema de creencias<sup>41</sup>. A pesar de que no existen datos serios que contribuyan a plantear la ocurrencia del problema a nivel nacional, existen fenómenos de violencia como el acoso y hostigamiento sexual presentes en la cotidianidad de nuestro país, que de forma indirecta supondrían como posible factor referencial un impacto de la influencia de la pornografía en dicho sistema de creencias, concebir a la mujer como objeto sexual. Para que un acto de violencia se efectúe, debe haber un antecedente que posibilite predisposición a efectuarla.

---

<sup>36</sup> del Barrio Álvarez y Garrosa Hernández, «¿Educando en igualdad?»

<sup>37</sup> Doidge, *The Brain That Changes Itself*; Love et al., «Neuroscience of Internet Pornography Addiction»; Peña Rivera, «El consumo de la pornografía en los adolescentes de 16 a 18 años del Colegio Juan de Salinas ubicado en Sangolquí cantón Rumiñahui en el periodo 2016-2017»; Zahrah Nabila Putri, Fadullah Iqsan, y Syarifah Nurul Ain, «Porn Addiction and Cognitive Behavior Therapy in Young Generation», 2017.

<sup>38</sup> A Velasco y V Gil, «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.», *Drugs and addictive behavior*, 2017, 228-37.

<sup>39</sup> Love et al., «Neuroscience of Internet Pornography Addiction».

<sup>40</sup> Dennis Redondo, «Recursos de legitimación en torno a prácticas encubiertas de dominación masculina en la sociedad costarricense. Subterfugios de una hegemonía en declive», *Revista Costarricense de Psicología* 38, n.º 2 (30 de diciembre de 2019): 125-48, <https://doi.org/10.22544/rcps.v38i02.02>; del Barrio Álvarez y Garrosa Hernández, «¿Educando en igualdad?»; Prada, «¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate».

<sup>41</sup> Sánchez Chávez et al., «Entorno de la consulta de pornografía y su repercusión en relación a la Sexualidad en un grupo de adolescentes masculinos.»

En resumen, la mayor implicación en Salud que la pornografía puede derivar en la sociedad es la de reforzar la limitación histórica de la sexualidad a la objetivación femenina, asunto que implica en algún momento el pasaje a la violencia sexual. La influencia de la masculinidad hegemónica y de los encargos que la misma plantea en los hombres, supone un problema de salud pública en cuanto a la vivencia de la sexualidad de estos, exigencia de cumplimiento de marcadores de virilidad que deriva por ende en compulsión de prácticas sexuales por lo general riesgosas. Trabajar en sexualidad masculina no es posible, sin una revisión de dichos mandatos propios del patriarcado.

## **1.2 Pregunta de Investigación**

Por todo lo esbozado en párrafos anteriores, asumiendo que el consumo recurrente a la Pornografía es una consecuencia de la conformación de esquemas de pensamiento con lógica patriarcal que limitan el disfrute pleno de su corporalidad y genitalidad, limitándola a la reproducción de estándares de sexualidad conformes a normas masculinas; es que surgió entonces como pregunta de investigación en la presente práctica: ¿Qué beneficios aportará a hombres que asisten al Instituto Wem la participación en una propuesta cognitivo conductual dirigida al abordaje del consumo de Pornografía?

Por tanto, se plantea en el presente escrito que la modificación de la vivencia de la masculinidad hegemónica, en conjunto con el aprendizaje de técnicas de autocontrol, permitiría una disminución clínicamente significativa en cuanto a la compulsión de la conducta sexual, propiamente el consumo de pornografía. El proceso reflexivo a través de la reestructuración cognitiva, modificación de conducta y revisión personal permitirá sensibilizar sobre la influencia de dispositivos patriarcales misóginos en el manejo de la sexualidad, aportando nuevas herramientas para un manejo asertivo de la misma y disfrute libre de su erotismo.

### 1.3 Marco Contextual

Este proyecto se realizó tomando como población a usuarios que asisten al Instituto Costarricense de Masculinidad, Sexualidad y Pareja (en adelante Instituto WEM). El nombre de la institución proviene del vocablo bribri *Wém* que significa *Hombre*<sup>42</sup>. En el mismo, se abordan temáticas ligadas a la masculinidad a través de grupos psicoterapéuticos, línea de apoyo en situaciones de crisis y procesos de trabajo psicosocial en diferentes partes del país. La sede central está situada en San Pedro de Montes de Oca. Surge a finales de 1999, como una organización no gubernamental, con el objetivo de abordar temas de género, masculinidades, sexualidad y pareja<sup>43</sup>.

Como se comentó anteriormente se organizan y conducen grupos psicoterapéuticos para hombres adultos y adolescentes; con el propósito de deconstruir masculinidades hegemónicas y promover una cultura de paz. Además, se asesora a instituciones gubernamentales, municipios, grupos comunales y empresas para la construcción de políticas públicas y procesos institucionales de equidad de género<sup>44</sup>. Se realizan con frecuencia talleres psicoeducativos que incorporan la comprensión y manejo del enojo, celos, paternidades positivas, comunicación asertiva y vínculos afectivos.

No existe un filtro en cuanto a nivel socioeconómico, edad, zona de procedencia, nivel educativo, grupo étnico u ocupación<sup>45</sup>. Sin embargo, se enfoca en población con problemas de vínculos afectivos principalmente. No trabaja de forma directa con ofensores sexuales, su metodología tampoco está orientada para trastornos del espectro esquizofrénico. De momento tampoco trabaja con niños. El trabajo que se

---

<sup>42</sup> Carla Victoria Jara Murillo y Alí García Segura, *Se' é' yawö bribri wa. Aprendemos la lengua bribri*. (San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica – UNICEF, 2009).

<sup>43</sup> Instituto Wem, «Historia - Instituto Wem (Masculinidad, sexualidad y pareja), Costa Rica», accedido 23 de junio de 2020, <https://institutowemcr.org/index.php/nosotros/historia.html>.

<sup>44</sup> Instituto Wem.

<sup>45</sup> Instituto Wem.

realiza desde el Instituto WEM, incorpora un enfoque de derechos humanos, género, intergeneracional, de diversidad, respeto al medio ambiente. Y tiene como ejes temáticos la violencia, paternidad, sexualidad, machismo y pareja.

El Instituto WEM tiene como misión favorecer espacios de reflexión, educación, organización e incidencia social para que los hombres vivan la masculinidad y sexualidad con equidad de género, respeto a la diversidad y los derechos humanos, protección del ambiente y con cultura de paz; consigo mismos, familias, el trabajo y la sociedad en general<sup>46</sup>. La visión de la organización se define como: *ser una organización líder y eficiente en Costa Rica y la Región Centroamericana en las áreas de la promoción, prevención, investigación, capacitación y atención en la temática de equidad de género con hombres, sexualidad integral y construcción de masculinidades respetuosas de los derechos humanos y la naturaleza, en pro de una cultura de paz*<sup>47</sup>.

La pertinencia del proyecto se instauró desde una perspectiva exploratoria, no se encontraron trabajos anteriores que revelaran el impacto de intervenciones en materia de consumo a la pornografía a nivel nacional, según Hernández, Fernández y Batista en este caso el fin consistiría en explorar fenómenos, hechos y conceptos variables<sup>48</sup>, que para fines del presente abordaje únicamente se parte de la premisa de que la conducta de consumo está regulada por reglas, específicamente las relacionadas a las normas de conformidad masculina o por contingencias, desarrolladas por condicionamiento operante. Las consecuencias en salud derivadas de dicho consumo, como se describieron en la justificación, son incontrovertibles, existiendo comorbilidad con fenómenos de violencia y disminución de calidad de vida<sup>49</sup>.

---

<sup>46</sup> Instituto Wem.

<sup>47</sup> Instituto Wem.

<sup>48</sup> Roberto Hernández Sampieri, Carlos Fernández Collado, y María del Pilar Baptista Lucio, *Metodología de la Investigación* (México D.F: Mc Graw Hill, 2014).

<sup>49</sup> Taylor, «Pornography as a Public Health Issue».

El proyecto tal cual estuvo planteado, poseyó condiciones técnicas y operativas que aseguraron el cumplimiento de los objetivos. El investigador labora actualmente en el Instituto Wem, facilitando la disposición y acciones de tipo logístico necesarias para este propósito. Justamente es en los grupos de crecimiento para hombres que maneja el Instituto Wem, que el tema de recurrencia a la pornografía ha suscitado en ocasiones desde la experiencia del tesista un lugar importante en las sesiones, inspirando la necesidad de plantear este proyecto. La viabilidad operativa ofreció un buen pronóstico del impacto de este, esto por varias razones.

Primero alianza con el Instituto Wem como institución donde se enmarcaría el proyecto. Como se comentó, el facilitador que trabajó en este abordaje pertenece al cuerpo de funcionarios de la institución, facilitando para ventaja del proyecto aspectos logísticos. Desde el Instituto Wem existió incondicional colaboración con la propuesta, debido a que la temática planteada es de interés institucional para sus objetivos con la población meta. A cambio facilitó tanto el espacio físico de un consultorio terapéutico, así como recursos audiovisuales como proyector o computadora, aunque no fueron necesarios ya que por la dinámica de la pandemia los talleres se realizaron de forma virtual.

Segundo, la población que asiste al Instituto Wem además del proceso de sesiones grupales de terapia, recibe de forma constante talleres en temas relacionados con masculinidad. Ambas intervenciones psicológicas son pagadas por ellos mismos de forma regular, de modo que, al ofrecerse un proceso gratuito, el mismo resultó atractivo para la población.

Tercero, el tema del proyecto tal cual nunca había sido trabajado con la población del Instituto Wem, a pesar de que el tema de la sexualidad compulsiva y propiamente el consumo de material pornográfico podría ser un asunto recurrente en los usuarios de los grupos por lo que resultó pertinente la propuesta para la población asistente.

Cuarto, en momentos anteriores en alianza con la Escuela de Psicología de la Universidad de Costa Rica y la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud de

donde parte este proyecto, se han realizado procesos de terapia individual y grupal con dicha población para fines de práctica universitaria o proyectos de graduación, con buena respuesta y adherencia al tratamiento.

A pesar de las ventajas anteriores, no fue posible contar con un estimado de la cantidad de usuarios que presentan el problema desde el Instituto aparte del confeccionado en este abordaje, resultando difícil en un inicio asegurar el interés real en la propuesta y el impacto que vaya a generar. La dinámica que plantearon las medidas de seguridad a raíz de la pandemia por Covid 19 también involucraron un reto, en el cual trascendió la necesidad de incorporar y de migrar buena cantidad de los contenidos a las plataformas virtuales. En cuanto a la propuesta de abordaje grupal, por lo general los hombres que asisten al Instituto Wem en cuanto a talleres, están acostumbrados a procesos de varias sesiones, los procesos tanto grupales como individuales no generaron al final de cuentas ningún rechazo metodológico. El Instituto Wem de manera recurrente ofrece talleres a los usuarios, no obstante, se coordinó de modo que, en las fechas del proyecto, no compitieran ambas ofertas.

# Marco de Referencia

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA



## 2. Marco de Referencia

### 2.1 Antecedentes Internacionales

Con respecto a experiencias internacionales se dividió, de la revisión bibliográfica efectuada para el presente proyecto, a los diversos planteamientos desde las Ciencias Sociales, inclusive desde la Psicología, en cuatro grupos:

En primer lugar, los referidos a análisis de discurso semióticos sobre la significación de la Pornografía en la subjetividad de quien consume. En este grupo de investigaciones revisadas, se intenta brindar una aproximación al fenómeno de consumo principalmente desde una posición psicoanalista, siendo relevante por tanto la construcción ontológica del sujeto que consume, teorización que obedece a este paradigma de la ciencia. Basch, por ejemplo, en su tesis doctoral defendida en el 2016, realiza una indagación sobre la construcción de cuerpo valiéndose de la obra de Sade en el periodo de la Ilustración, donde este, usualmente juega con la exposición del cuerpo como uno desprovisto de subjetividad, dividido, estilo literario a manera de crítica social donde busca expresar las condiciones entre clases sociales previo a la revolución francesa. La autora de la tesis propone una homologación entre esta crítica y el cuerpo propuesto en la pornografía, con una clara intencionalidad de fragmentación, focalizando el erotismo meramente en la genitalidad. Para ello utiliza algunos conceptos psicoanalíticos, como el de pulsión escópica de Lacan<sup>50</sup>.

Por su parte, Galiani y Salas, en una tesis apelando al grado de Licenciatura, problematizan en función de la lógica lacaniana del fantasma y el consumo de pornografía. A través del desarrollo teórico, se posiciona al consumo de pornografía como uno en el cual el sujeto busca acceder a la sexualidad, pero a la vez no del todo, siendo que pueden exponerse a la misma como saber, es decir entenderla,

---

<sup>50</sup> Veronika Basch, «El cuerpo mirado: entre psicoanálisis y pornografía» (Universidad Complutense de Madrid, 2016).

pero sin su real vivencia. Los autores proponen al deseo del Otro como un enigma, situación que el consumo de pornografía buscaría dar respuesta sin la angustia de exponerse a la Sexualidad como tal.<sup>51</sup>

Se revisaron también algunas propuestas de autores como Zizek. En *Pornografía, montaje, nostalgia: una tríada de la mirada*; este autor propone la confluencia de tres miradas: el espectador, la de profesionales que actúan y la de la cámara que actúa como narración de lo acontecido<sup>52</sup>. Zizek insiste en la relevancia que tiene para la producción pornográfica el mostrar cuerpos, pero en consonancia con lo planteado por Basch, fragmentados, a la mirada de poder no le interesa el cuerpo como un sujeto sino a una parte de este, castrándole de subjetividad.<sup>53</sup>

Se revisaron distintas propuestas de diferentes autores en esta línea, que por cuestiones de extensión y pertinencia no se describirán a profundidad en este escrito. Si es pertinente eso sí, describir que fue valioso de la revisión de antecedentes en teoría psicoanalítica en una propuesta que más bien es cognitivo conductual. Los distintos textos revisados coinciden con el tema de que el consumo de pornografía es prioritariamente masculino y la variable de género goza de especial atención. Se coincide en que podría ser que en la masculinidad hegemónica existe algo que se busca en la pornografía *mainstream*, algo que la feminidad no tiende a buscar. Para Linda Williams, el deseo fantasmático del espectador masculino es percibir el momento en que el deseo femenino se delata, momento en que la subjetividad femenina cede y a la vez aprueba la intencionalidad masculina con respecto a su sexualidad<sup>54</sup>.

---

<sup>51</sup> José Antonio Galiani Llach y Diego Isaac Salas Osorio, «Consideraciones psicoanalíticas acerca del fantasma y la pornografía» (Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, 2014).

<sup>52</sup> Slavoj Zizek, *Pornografía, nostalgia, montaje: una tríada de la mirada* (Buenos Aires: Paidós, 2004).

<sup>53</sup> Zizek; Slavoj Zizek, *El acoso de las fantasías*. (México D. F.: Siglo XXI, 1999).

<sup>54</sup> Linda Williams, *Porn Studies* (Durham: Duke University Press, 2004).

Otro aporte que va en consonancia con la visión del presente escrito es la propuesta de poder inmersa en la pornografía. Baudrillard, por ejemplo, es enfático en que, es constante el temor a la simulación femenina del deseo, pues cuestiona la reafirmación masculina de poder y control<sup>55</sup>. La pornografía juega con esto, construye una mujer deseante en los videos, reafirmando la posibilidad del hombre con poder de dominar, seducir, excitar.

De modo que, textos provenientes del psicoanálisis fueron tomados en cuenta a manera de comprensión del fenómeno de poder y masculinidad en esta propuesta de trabajo. Pero no a nivel metodológico, pues se partió de una aproximación epistemológica diferente.

Un segundo grupo fueron los dirigidos hacia análisis sociológicos del fenómeno e implicaciones culturales, políticas y económicas en la macroestructura social. En este sentido sobresalen aquellos abordajes provenientes de la sociología y la salud pública. Este tipo de planteamientos, por lo general con evidencia estadística, son usualmente escritos bajo una posición de denuncia. Muchos de estos ya expuestos en el apartado de justificación. García, Bacigalupe y García realizan un metaanálisis con un compendio de varias producciones académicas con el objeto de dilucidar el impacto a nivel de salud sexual y reproductiva en adolescentes. Se revisaron 14 estudios donde se subraya la afectación significativa en torno a diversas áreas como prácticas sexuales inseguras, aumento en la cantidad de parejas activas simultáneas o inicio temprano de debut sexual, disminución de la satisfacción sexual y afectiva y alguna manifestación de violencia en función de la cosificación de la mujer<sup>56</sup>. Los autores plantean la necesidad de protocolos acerca de educación sexual en centros educativos.

---

<sup>55</sup> Jean Baudrillard, *De la seducción* (Madrid: Cátedra, 2000).

<sup>56</sup> Óscar Román García, Amaia Bacigalupe, y Cristina Vaamonde García, «[Sexual and reproductive health effects of mainstream pornography use in adolescents.]», *Revista española de salud pública* 95 (4 de agosto de 2021), <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=mdc&AN=34267175&lang=es&site=ehost-live>.

Taylor por su parte, realiza una exposición sobre diversas conexiones en cuanto a la visualización de pornografía de forma extendida en la población y la prevalencia de diferentes formas de violencia y practicas a nivel sexual de riesgo. Subraya la posibilidad de promoción en cuanto a la cultura de violación como asunto normalizado, agresiones hacia mujeres, incremento en cuanto a infecciones de transmisión sexual y aumento en cuanto a la promoción de abuso sexual infantil<sup>57</sup>.

En un estudio de Fritz, Malic, Paul y Zhou en el que se analizaron 4009 escenas heterosexuales de dos importantes sitios pornográficos gratuitos en línea (Pornhub y Xvideos) se encontró que el 45% de las escenas de Pornhub incluyeron al menos un acto de agresión física, mientras que el 35% de las escenas de Xvideos contenían agresión. Las conductas más comunes de agresión física fueron azotes, náuseas, bofetadas, tirones de pelo y asfixia. Las mujeres fueron el objetivo de la agresión en el 97% de las escenas, y según los autores la respuesta a la agresión fue neutral o positiva y rara vez negativa; mientras que los hombres fueron los autores de agresiones contra las mujeres en el 76% de las escenas<sup>58</sup>. En este sentido la pornografía de corte mainstream tendría una clara propuesta de construcción de sexualidad, siendo imperante como distintos autores plantean que esto puede generar alguna influencia en quienes consumen.

En un metaanálisis de Wright, Tokunaga y Kraus, en el que correlacionan 22 estudios de varios países diferentes, donde se identifica que podría correlacionar la agresión sexual por parte de quienes consumen, los autores identifican que existen factores que no son estadísticamente significativos para estimar un aumento en la incidencia de agresión sexual como lo son el sexo biológico, edad, nacionalidad; pero si habían diferencias significativas en cuanto a la naturaleza del consumo, si el mismo era violento o no, entablado correlaciones positivas en cuanto a la frecuencia de agresión sexual, además de los estudios obtenidos después de 1996

---

<sup>57</sup> Taylor, «Pornography as a Public Health Issue».

<sup>58</sup> Niki Fritz et al., «A Descriptive Analysis of the Types, Targets, and Relative Frequency of Aggression in Mainstream Pornography», *Archives of sexual behavior* 49, n.º 8 (noviembre de 2020): 3041-53, <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01773-0>.

(auge del internet) se mostraron con mayores índices respecto a la variable en estudio<sup>59</sup>.

A pesar de que la incidencia no sea significativa entre hombres y mujeres, es sabido como se ha expuesto anteriormente que son los hombres quienes están más expuestos, siendo por ende la posibilidad entre estos de perpetuar actos de violencia. Algo que es común en este tipo de estudios es la presencia de argumentos que proponen la necesidad de contar con educación sexual en centros educativos. A propósito, Dawson, Gabhainn y MacNeela en un estudio con 54 adultos jóvenes de entre 18 y 29 años donde se consultaron sobre necesidades curriculares con respecto a educación sexual y repercusiones en torno a la pornografía, se visualizaron como temas relevantes los de abordar más en detalle los relacionados a impactos en cuanto a insatisfacción de la imagen corporal; violencia sexual y de género; fetichización de las comunidades gay y transgénero; y establecimiento de estándares poco realistas para el sexo<sup>60</sup>.

Como tercer grupo, en cuanto a investigaciones de caracterización en determinadas poblaciones a razón de epidemiología. En un estudio realizado por Wright y Tokunaga, con hombres universitarios atraídos sexualmente por mujeres (N = 187), se les pidió completar distintos cuestionarios relacionados con exposición a la pornografía, exposición a revistas de estilo de vida de hombres, exposición a *programas de telerrealidad*, nociones de mujeres como objetos sexuales y actitudes de apoyo de violencia contra la mujer. De acuerdo con las expectativas, las asociaciones entre la exposición de los hombres a los medios de comunicación objetivantes y las actitudes que apoyan la violencia contra las mujeres fueron mediadas por sus nociones de las mujeres como objetos sexuales.

---

<sup>59</sup> Paul J. Wright, Robert S. Tokunaga, y Ashley Kraus, «A Meta-Analysis of Pornography Consumption and Actual Acts of Sexual Aggression in General Population Studies: Pornography and Sexual Aggression», *Journal of Communication* 66, n.º 1 (febrero de 2016): 183-205, <https://doi.org/10.1111/jcom.12201>.

<sup>60</sup> Kate Dawson, Saoirse Nic Gabhainn, y Pádraig MacNeela, «Toward a Model of Porn Literacy: Core Concepts, Rationales, and Approaches», *Journal of sex research* 57, n.º 1 (enero de 2020): 1-15, <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1556238>.

Específicamente, la frecuencia de exposición a revistas de estilo de vida de hombres que objetivan a las mujeres, los programas de televisión de realidad que objetivan a las mujeres y la pornografía predijeron cogniciones más objetivadas sobre las mujeres, lo que, a su vez, predijo actitudes más fuertes de apoyo a la violencia contra las mujeres <sup>61</sup>.

Seigfried y Rogers, en un estudio con 630 personas encuestadas a través de un formulario en línea, constataron que la evolución del consumo de pornografía puede ser progresiva, en la medida que cuando el consumo tiene una edad de inicio menor, podría evolucionar más rápido y llegar a géneros que los autores describen parte de un *consumo desviado de pornografía*, que incluye bestialismo y pornografía infantil<sup>62</sup>.

En un estudio llevado a cabo por Kuhn y colaboradores, que tenía por objetivo determinar si el consumo frecuente de pornografía está asociado con la red frontoestriatal, participaron 64 varones adultos sanos que informaron presentar horas de consumo de pornografía por semana. Se encontró una asociación negativa significativa entre las horas de pornografía reportadas por semana y el volumen de materia gris en el caudado derecho, la activación del estriado izquierdo (putamen) durante la reactividad de la señal y menor conectividad funcional del caudado derecho a la corteza prefrontal dorsolateral izquierda. Reflejando un cambio en plasticidad neuronal como consecuencia de la continua estimulación del sistema de recompensa<sup>63</sup>. Esta investigación apoyaría la posibilidad del fenómeno de habituación en la dinámica y evolución del consumo.

A nivel de consecuencias en cuanto a los vínculos de pareja, diversos autores proponen relaciones entre el consumo en parejas y dificultades maritales. Perry y

---

<sup>61</sup> Paul J Wright y Robert S Tokunaga, «Men's Objectifying Media Consumption, Objectification of Women, and Attitudes Supportive of Violence Against Women», *Archives of sexual behavior* 45, n.º 4 (mayo de 2016): 955-64, <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0644-8>.

<sup>62</sup> Seigfried-Spellar y Rogers, «Does Deviant Pornography Use Follow a Guttman-like Progression?»

<sup>63</sup> Kuhn y Gallinat, «Brain structure and functional connectivity associated with pornography».

Schleifer examinaron la relación entre el uso de pornografía y la posibilidad de divorcio, basándose en estudios longitudinales provenientes de la Encuesta Social General de 2006 a 2014 en el país de Estados Unidos, para determinar si el uso de pornografía en personas casadas predijo su probabilidad de divorcio a lo largo del tiempo y en qué condiciones sociales. La probabilidad de divorcio se duplicó aproximadamente para los estadounidenses casados que comenzaron a usar pornografía entre las ondas de la encuesta y que esta relación se mantuvo tanto para mujeres como para hombres. Por el contrario, suspender el uso de pornografía se asoció con una menor probabilidad de divorcio, pero solo para las mujeres<sup>64</sup>.

Todas las tres grandes categorías anteriores tomándose en cuenta a manera de referencia y justificación del proyecto. Como cuarto grupo, en cuanto a las propuestas de corte terapéuticas e interventivas, de la que también se parte como propósito en la actual propuesta, se encontró mayor difusión académica en posiciones cognitivo-conductuales, principalmente las vinculadas al control estimular de impulsos, aspecto que incide en que se proponga el presente abordaje desde este paradigma.

Minarcik<sup>65</sup> en su tesis de doctorado en la Universidad de Arkansas, realiza una intervención con aproximación cognitivo conductual para lo que describe el concepto de consumo de pornografía problemática. Evaluó un protocolo de tratamiento cognitivo-conductual de 12 sesiones para la reducción del uso de pornografía problemática y las deficiencias relacionadas en hombres que se presentan con *adicción a la pornografía*. Hubo consistentes reducciones en el uso semanal de pornografía, medido por los formularios de monitoreo diario de autoinforme. Reducciones auto informadas en cogniciones sexuales, la compulsividad sexual y el deseo de pornografía desde antes del postratamiento tendieron a ser fiables y clínicamente significativas. La autora demuestra que la

---

<sup>64</sup> Samuel L Perry y Cyrus Schleifer, «Till Porn Do Us Part? A Longitudinal Examination of Pornography Use and Divorce», *Journal of sex research* 55, n.º 3 (marzo de 2018): 284-96, <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1317709>.

<sup>65</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

aplicación del protocolo fue igualmente efectiva para usuarios de pornografía de baja y alta frecuencia.

La terapia de Aceptación y Compromiso ha estado ganando terreno como modelo terapéutico válido en diversas condiciones psicológicas. Twohik y Crosby<sup>66</sup> realizan un estudio basado en este modelo terapéutico. Se trató de una investigación con 6 hombres adultos con presencia de criterios de pornografía compulsiva siendo que la misma estaba afectando su calidad de vida. Los mismos fueron tratados en ocho sesiones. Los efectos de la intervención se evaluaron en una línea de base múltiple. El tratamiento resultó en una reducción del 85% en el consumo pornográfico en el postratamiento y los resultados se mantuvieron a los 3 meses de seguimiento.

Un problema en cuanto a los estudios descritos anteriormente radica en cuanto al limitado abanico de instrumentos que permiten sondear la presencia del comportamiento sexual. En este sentido Castro, Ballester, Salmerón, Dolores y Morrell<sup>67</sup>; realizaron una validación de un inventario para jóvenes: Cuestionario de Adicción al Sexo (SAST). Fueron 600 jóvenes que participaron. Se encontró que el SAST comprendía 4 factores que explicaban el 38.38% de la varianza del cuestionario y que además resultaban ser fiables y válidos en la evaluación de este cuadro clínico. El Alpha de Cronbach superaría en todas las escalas el .60.

Con respecto a cuestionarios relacionados al consumo de pornografía, Bõthe, Vaillancourt-Morel, Dion, Štulhofer y Bergeron construyen un cuestionario cuyo objetivo pretendía examinar las propiedades psicométricas de la versión corta de seis ítems de la Escala de consumo de pornografía problemática para adolescentes (PPCS-6-A). Para ello utilizaron una muestra de 802 adolescentes, entre hombres y mujeres, con una media de 15 años. Los autores reportan una fiabilidad adecuada

---

<sup>66</sup> Michael P. Twohig y Jesse M. Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing», *Behavior Therapy* 41, n.º 3 (1 de septiembre de 2010): 285-95, <https://doi.org/10.1016/j.beth.2009.06.002>.

<sup>67</sup> Jesús Castro-Calvo et al., «Traducción y validación preliminar del Cuestionario de Adicción al Sexo en jóvenes», *International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología* 2, n.º 1 (2016): 319-28.



con un alpha de Cronbach de .80. Dichos cuestionarios son construidos para adolescentes, combinando inclusive géneros.

## **2.2 Antecedentes Nacionales**

A nivel nacional no se documenta ningún estudio o propuesta de intervención relacionada al tema. En el terreno de las adicciones en general sí hay estudios, pero ninguno relacionado con el consumo de pornografía en hombres. Siendo así, esta propuesta de intervención al ejecutarse se posicionaría como pionera a nivel nacional.

# Marco Conceptual

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

### **3. Marco Conceptual**

Este apartado pretende introducir la temática de forma teórica en dos capítulos: uno relacionado a la producción social de pornografía en la cultura, intentando abordar diferentes formas de manifestación en el imaginario social desde diferentes puntos de vista socio históricos. El segundo, enfocándose no a la producción sino al consumo desde la perspectiva ampliada de la Salud Pública y la Psicología Cognitivo Conductual, se señalarán algunos componentes básicos en cuanto al abordaje de dos distintos constructos: los relacionados a fenómenos adictivos y los correspondientes a temáticas de masculinidad.

#### **3.1 Capítulo 1: Pluralidad de escenarios en el imaginario social de la pornografía**

Este escrito parte de la conceptualización de la Pornografía como un fenómeno donde históricamente se han organizado persecuciones ideológicas hacia la misma, pero a pesar de ello nunca en detrimento de sus espacios de comercialización. Vale apuntar, como se mencionó en la introducción de este trabajo final de graduación que el posicionamiento político e ideológico de las sociedades en cuanto a conveniencia e impacto biopsicosocial, ha presentado segmentación: por un lado, lleno de acusaciones que la imputan de nociva según el área de interés de la fuente detractora, pasando por quienes defienden su difusión considerando ciertos límites y condiciones, hasta finalizando con quienes ya sea desde el anonimato o la revelación pública despreocupada, consumen y producen.

##### **3.1.1 La Pornografía como fenómeno de producción social**

Actualmente, un componente importante es que la aceptación del comportamiento sexual compulsivo se encuentra relacionado de forma directa con el alcance,

difusión, uso y evolución de diferentes tecnologías de comunicación. El sitio web Pornhub<sup>68</sup> detalla en sus estadísticas del año 2019 los siguientes datos con respecto al consumo de pornografía entre sus usuarios:

- El porcentaje de mujeres que visitan el sitio es 29% mientras que el de hombres es de 71%.
- El dispositivo utilizado es prioritariamente smartphone con un 71.6%, luego sigue la computadora ya sea portátil o de escritorio con un 19,7% y un 8,7% de tabletas.
- Se registraron un total de 42 billones de visitas, con 115 millones como promedio diario.
- Se registran 6 830 799 videos subidos. Equivale a 1.36 millón de horas de video, es decir 169 años de video.
- Se cuenta con 6597 petabits de información. Dividiéndola entre la población mundial correspondería a 574 megas por persona.
- Se consumen 12550 gigas por minuto.

Si bien es cierto los recuentos anteriores de esta página no deben tomarse con seriedad académica ni estadística, se exponen pues arrojan cifras de relevancia. En ellos se destaca una prevalencia mayor en hombres que, en mujeres, concordante con lo planteado por otros autores<sup>69</sup>.

A nivel nacional no existe ninguna estimación válida que dé cuenta de la prevalencia del fenómeno. De modo que es una problemática invisibilizada y por tanto naturalizada. No obstante, el sitio web antes mencionado PornHub para sus estadísticas internas relacionadas con el 2017<sup>70</sup> plantea que ocupa el lugar 69 a

---

<sup>68</sup> Pornhub, «The 2019 Year in Review – Pornhub Insights», 2020, <https://www.pornhub.com/insights/2019-year-in-review>.

<sup>69</sup> Hernández Serrano y Arango de Montis, «Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo».

<sup>70</sup> Pornhub, «2017 Year in Review – Pornhub Insights», 2018, <https://www.pornhub.com/insights/2017-year-in-review>.

nivel mundial en cuanto a consumo. Según el sitio web TribunaMag<sup>71</sup>, Costa Rica ubica al sitio Pornhub en el puesto 39 de búsquedas más populares. La actriz estadounidense Dillion Harper fue la persona más buscada, seguida por Mia Khalifa, Esperanza Gómez y Alexis Texas. La distribución por género sería de 37% mujeres y 63% hombres, superando la media mundial en cuanto a espectadoras femeninas. Las tres categorías principales fueron "Lesbianas", "Hentai" y "Trío".<sup>72</sup>

A su vez llama la atención el uso del smartphone, la facilidad con que los mismos pueden ser accedidos aumentan la posibilidad de un consumo que si bien podría ser compulsivo, no está claro si patológico debido a que, como se analizará a lo largo del presente escrito, diferentes discursos externan puntos de vista diferentes con respecto al impacto de la pornografía como fenómeno social.

Para fines del presente escrito, se planteará a la pornografía, como la distribución grafica de lo sexual, por lo general en masa o pretendiendo llegar a masas, con el objetivo de la estimulación sexual y retomando para dicha definición la acotación de Figari, en que en lo pornográfico existe una intencionalidad de comercialización del sexo como tal.<sup>73</sup>

Lo explícitamente sexual no suele catalogarse como pornográfico. Pero lo pornográfico involucra lo explícitamente sexual. Tal como plantea Ogien, lo pornográfico no involucraría la representación biológica de órganos, sino más bien una intencionalidad.<sup>74</sup> Zizek comentará que el interés radica en la representación explícita de lo sexual con la intención de excitar a través de la revelación, no oculta nada, lo ofrece todo a la vista. En el erotismo se puede excitar sin mostrar<sup>75</sup>. Tal es el grado de lo explícito que, según Baudrillard, se amplifica a la vez que

---

<sup>71</sup> TribunaMag, «Costa Rica's Porn Viewing Habits».

<sup>72</sup> Pornhub, «2017 Year in Review – Pornhub Insights».

<sup>73</sup> Carlos Eduardo Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros», *La Ventana*, 2008, 170-204.

<sup>74</sup> Ruwen Ogien, *Pensar la pornografía* (Barcelona: Paidós, 2005).

<sup>75</sup> Zizek, *Pornografía, nostalgia, montaje: una tríada de la mirada*.

fragmentando, evacuando toda potencialidad simbólica del signo o la imagen representada obscenamente<sup>76</sup>. Al fragmentar, lo erótico pierde, lo obsceno gana.

Para complementar la definición de pornografía, Ogien plantea criterios que formula como necesarios, tres de ellos subjetivos y otros dos objetivos. Los primeros son: la intención del autor de estimular sexualmente al consumidor, las reacciones afectivas o cognitivas del consumidor y las reacciones afectivas o cognitivas del no-consumidor. Los criterios objetivos son: los rasgos estilísticos (escenas de penetración, primeros planos de órganos genitales, etc.) y los rasgos narrativos (deshumanización de los personajes, degradación, etc.)<sup>77</sup>. Al respecto el efecto que la pornografía tiene sobre la persona que consume, Ogien plantea dos teorías: La de la catarsis que propone que mientras más pornografía se consuma, menos se pasa a la acción sexual. La segunda es la de la imitación, supone lo opuesto, mientras más se consume, más se pasa a la acción. En este supuesto, es difícil clarificar el impacto de la pornografía como fenómeno y al parecer dependerá de algunas variables disposicionales añadidas y el valor del estímulo como tal.

Para Octavio Paz, el erotismo “es sexualidad socializada y transfigurada por la imaginación (...) Tiene una infinita variedad de formas de manifestación, es invención, variación incesante, el sexo es siempre el mismo.”<sup>78</sup> Es precisamente que, la evocación de un desbalance de poder lesiona directamente el erotismo. De referirse a lo erótico como toda aquella producción que con respecto a la sexualidad su intencionalidad sea de sublimarla y a lo obsceno como todo aquello que más bien la degrade, sería muy sencillo terminar el presente escrito apenas iniciado planteando que lo pornográfico podría ser obsceno como también erótico y argumentar que aspectos volverían a la pornografía como obscena y que la convertiría en erótica. No obstante, en ambos conceptos, existe un agente que

---

<sup>76</sup> Baudrillard, *De la seducción*.

<sup>77</sup> Ruwen Ogien, *Pensar la pornografía*

<sup>78</sup> Octavio Paz, *La llama doble* (Barcelona: Seix Barral, 1993). p.14 y 15

dificulta la sencillez de aquella división: lo erótico y lo obsceno, no son conceptos estables, sino manoseados por el interés político a lo largo de la historia.

En el año de 1929 el escritor inglés David Lawrence es acusado públicamente de que su obra literaria era pornográfica, siendo la misma censurada y el autor mismo con una orden de persecución oficial. En sus últimos meses de vida escribe un ensayo: *Pornografía y Obscenidad*, planteando una contundente defensa de su obra y de cómo el término obscenidad más que subjetivo, obedecía al interés de clases de poder que demarcaban a conveniencia que significa y que no<sup>79</sup>. La historia otorga evidencia de que en Lawrence no se inicia esta persecución, sino que ya existían antecedentes, entre muchas figuras históricas, es menester tal vez recordar al Marqués de Sade, quien aún encarcelado continuaba escribiendo sus “obscenidades”.

Para efectos del presente escrito en concordancia con Lawrence, es de relevancia anticipar a lo que se desarrollará en las siguientes páginas, que el término obscenidad alude a lo político, un constructo histórico amparado desde los avatares moralistas que posiciona lo erótico como fenómeno degradante, con una implicación de la sexualidad como algo pecaminoso y prohibido. La apertura a la sexualidad ha gozado de persecución, de acuerdo con Michel Foucault, la vigilancia sobre lo erótico deriva del discurso sobre el cuerpo, que se ejerce de forma invisible<sup>80</sup>. Hay que recordar que el poder para Foucault es ejercido desde la figura de un panóptico, esa estructura diseñada para ejercer la vigilancia, induciendo en el individuo un estado consciente y permanente de invisibilidad. Dicho estado garantiza el funcionamiento del poder sin que éste tenga que ejercerse de forma efectiva a cada momento, ya que el prisionero no podría saber cuándo se le vigila y cuando no.

El constructo de *obscenidad* es ese panóptico, desde la cual el moralismo histórico vigila y censura. Foucault dirá al respecto que la vigilancia debe ser una mirada que

---

<sup>79</sup> David Lawrence, *Pornografía y obscenidad* (Buenos Aires: Libros del Zorzal, 2018).

<sup>80</sup> Michel Foucault, *La Historia de la Sexualidad*, vol. 1 (New York: Vintage Books, 1980).

vea sin ser vista, de modo que facilite un control interior. Es interesante como el concepto de control (en este caso obscenidad) suele ser internalizado, al punto que quien ejerza el propio control sobre su sexualidad es el propio sujeto<sup>81</sup>. Es decir que el poder se inscribe en esquemas cognitivos de pensamiento, afectando el comportamiento de los sujetos.

Recordando a Bourdieu, principalmente en su libro *La dominación masculina*, las formas de dominio más eficaces son aquellas en las cuales el individuo está de acuerdo con las mismas, puesto que las percibe como necesarias, en el sentido que la violencia simbólica es la ejercida con la complicidad tácita entre las víctimas y sus representantes. De modo que la violencia simbólica es toda relación social donde el "dominador" ejerce un modo de violencia indirecta y no físicamente directa en contra de los "dominados", los cuales no la evidencian o son inconscientes de dichas prácticas en su contra, de tal manera que resultan ser cómplices de la dominación a la que están sometidos<sup>82</sup>. La obscenidad como acción política, se ha convertido en violencia simbólica, al restringir lo erótico y plantearlo como indigno.

No obstante, plantear que todo tiene permiso de ser considerado erótico como desafío a la norma social de obscenidad a manera de reclamo contracultural se toparía con el argumento de cuando la sexualidad sobrepasa su función re-creativa y asume tintes de violencia. Si bien es cierto, la pornografía como industria se implanta bajo el precepto de la libertad en la expresión sexual como derecho, las principales formas de producción de material pornográfico se adecuan más a visiones sobre la sexualidad patriarcales.

Figari comenta que la palabra pornografía, etimológicamente deriva de grafía, es decir una representación gráfica de una fantasía ligada a lo porno. A su vez, porno deriva del griego *pornai* (prostituta) y *pornoí* (prostituto), aludiendo entonces a la prostitución, siendo practicada por hombres o mujeres, pero a la usanza de la Grecia

---

<sup>81</sup> Michel Foucault, *Vigilar y Castigar* (New York: Vintage Books, 1980).

<sup>82</sup> Pierre Bourdieu, *La dominación masculina* (Barcelona: Anagrama, 2000).



Clásica, con una clientela mayoritariamente masculina. De modo que, siguiendo a Figari:

Si lo analizamos con detenimiento aquí tenemos casi todos los trazos característicos de lo pornográfico: representación textual (grafía), mediada por un vínculo no-íntimo y erótico (prostitución), para la satisfacción esencialmente masculina, no exenta de dominación (esclavitud)<sup>83</sup>

Para Gimeno (2012), el sexismo pretendido en la construcción de pornografía posiciona a la violencia de género como algo permitido<sup>84</sup>. La puesta en escena de una mujer sumisa y objetivizada, al tanto del deseo masculino, ideal patriarcal, por cierto, está presente en el material pornográfico de mayor difusión, el mainstream<sup>85</sup>. De modo que, la visión y práctica de una sexualidad de naturaleza falocéntrica, objetivizante del cuerpo en especial del femenino, halla la creación, difusión y consumo como oportuna en la gran mayoría del material pornográfico de acceso por parte de la población general, ya que la exposición de la mujer mostrada en lo común de dicho material propuesto como mainstream, incluye características de misoginia hacia la misma.

La trama argumental de dicho estilo pornográfico mainstream es sencilla: una reducción de la sexualidad a un seguimiento lineal de erección-penetración-eyaculación sin variaciones, utilizando criterios de dominio masculino absoluto, subyugación femenina, invasión y posesión no consensuada del cuerpo y por ende permisividad de violencia. Esto va en contra de la propuesta de encuentro libre y constructivo del erotismo como se vería anteriormente<sup>86</sup>. Y en tanto, dichas formas de producir pornografía se envisten del slogan de que en realidad se trata de “erotismo”, justificando la puesta en escena de esquemas androcéntricos y

---

<sup>83</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros».

<sup>84</sup> Gimeno, *La prostitución*.

<sup>85</sup> Streeter, «La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin».

<sup>86</sup> Paz, *La llama doble*.

misóginos hegemonizando supuestas normalidades, legitimando violencias y posibilitando construcciones utópicas sobre los estándares de belleza personal.

Este continuo sutil, indistinguible y manoseado entre lo erótico y lo obsceno, ha sido toscamente retomado por el cine porno ideando la clasificación del contenido en una X, mostrando contenido ligero y frecuentemente denominado erótico. El XX incluyendo desnudos completos, más difundido en revistas. Y finalmente el XXX, conteniendo sexo explícito y en ocasiones rayando en la degradación por lo general misógina y androcéntrica de lo femenino<sup>87</sup>. El fenómeno será más complejo que dicha clasificación si tomamos en cuenta la gran complejidad con que lo pornográfico se presenta cada vez más. Se pretende a continuación, exponer como el concepto de lo erótico y lo obsceno se transforma, en función del contexto histórico de quien califique, de la cultura, de los intereses políticos del grupo al que se pertenezca y de las ganancias secundarias que se asocian a la en apariencia simple expresión gráfica de lo sexual. Con dicha reflexión, se sostendrá que la pornografía no deja de ser un acto político, vinculada a un ejercicio de expresión ideológica por parte de un grupo emisor sobre quien la recibe y consume.

### **3.1.2 Visiones histórico-culturales de lo erótico en la estética pornográfica**

“La leyenda cuenta que cada nueva tecnología se utilizó por primera vez con algo relacionado con el sexo o la pornografía. Ese parece ser el camino de la humanidad.”

Tim Berners-Lee

---

<sup>87</sup> Publimetro, «Dónde surgió y que significa la triple X del cine para adultos», Metro Ecuador, accedido 27 de agosto de 2021, <https://www.metroecuador.com.ec/ec/entretenimiento/2016/03/18/surgio-que-significa-triple-x-cine-adultos.html>.

La expresión de la desnudez como arte existe desde las primeras formas rudimentarias en las que los cuerpos eran representados de forma gráfica en la prehistoria, existiendo antes de la misma escritura. La construcción teórica que psicoanalistas realizan en cuanto a expresión simbólica pulsional encuentra una relación más antigua con lo artístico, siendo más relevante de analizar desde la misma vía. En algún momento, a través de un proceso largo de varios siglos e incluso milenios, la representación de la sexualidad en el arte dejó de ser meramente contemplativa, para pasar a un fenómeno basado en el consumo patriarcal de cuerpos.

El consumo de pornografía es de fácil acceso hoy día. Existen muchas tecnologías para abordarlo, desde el uso de smartphones, WhatsApp, video juegos, realidad virtual. El fenómeno de la pornografía es creciente, debido a las facilidades que ofrece para su uso. A través del recorrido siguiente, aunque sea de forma superficial por las grandes cantidades de lapsos históricos comprendidos, acerca de dicha evolución. Se pretende la reflexión de que la pornografía no es una invención reciente sino más bien surgida de un desarrollo que tiene lo que la humanidad en cuanto a antigüedad.

### **Arte erótico y la Prehistoria. De 2 millones a 4000 A. C.**

En las sociedades paleolíticas, el arte erótico pretendía más la contemplación que la excitación sexual, estableciéndose el culto a las figuras de la procreación, principalmente al Útero<sup>88</sup>. Para Martínez-Salanova no se tenía como finalidad la belleza sino su potencia mágica, su influencia en el mundo y en la vida<sup>89</sup>. Según Gerda Lerner, el cuerpo femenino era ensalzado por el “milagro” de la maternidad. De modo que que enaltecer su desnudez buscaba evocar un disfrute sublime de lo

---

<sup>88</sup> Emilio Comas Paret, «Breve historia de la pornografía», UNEAC, 18 de julio de 2017, <http://www.uneac.org.cu/columnas/emilio-comas-paret/breve-historia-de-la-pornografia>.

<sup>89</sup> Enrique Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte», 2020, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/index\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/index_arte_erotico.htm).

considerado divino<sup>90</sup>. Esto se muestra en pinturas rupestres como las halladas en la cueva de La Marche, o el Camarín de las vulvas en la Cueva de Tito Bustillo en Asturias<sup>91</sup>.

**Ilustración 1. Símbolo paleolítico en forma de vulva.**<sup>92</sup>



La representación de lo genital se encuentra en esculturas como las llamadas *Venus Paleolíticas* como la *Venus de Willendorf*, de *Lespugue* o de *Laussel*; las cuales sugieren con su corpulencia y abultamiento en zonas genitales que representarían signos de elevado estatus en sociedades matriarcales, además de un obvio enaltecimiento del embarazo y la fecundidad.

---

<sup>90</sup> Gerda Lerner, *La creación del patriarcado*, trad. Mònica Tusell, Edición: 1 (Pamplona: Katakarak, 2017).

<sup>91</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

<sup>92</sup> *Símbolo paleolítico en forma de Vulva*, Pintura rupestre, Museo de Saint-Germain-en Laye, París., accedido 27 de agosto de 2021, [https://es.m.wikipedia.org/wiki/Archivo:Vulve\\_stylis%C3%A9e.JPG](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Archivo:Vulve_stylis%C3%A9e.JPG).

Ilustración 2. Venus de Willendorf<sup>93</sup>



Al instaurarse el sedentarismo y posteriormente con la llegada de las sociedades patriarcales, donde lo bélico comienza a aparecer con mayor relevancia, se sustituye a la fecundidad en cuanto interés humano<sup>94</sup>, a la vez que la asociación en cuanto a símbolos meramente masculinos comienzan a ser centrales en el arte. De modo que lo fálico tendrá mayor relevancia en cuanto a lo erótico. Lo fálico también sería venerado en diferentes culturas, no obstante, dicha veneración sería un poco más tardía que la veneración a la vulva.

---

<sup>93</sup> *Venus de Willendorf*, s. f., Escultura, s. f., Museo de Viena, <https://diariosol.com/aparicion-primeras-obras-arte/>.

<sup>94</sup> Lerner, *La creación del patriarcado*.

Ilustración 3. Imágenes Itifálicas<sup>95</sup>



### **Edad Antigua. 4000 AC. Hasta el V D.C.**

En la Edad Antigua habría permisividad y frecuencia en cuanto a la presencia de lo sexual como un tema normalizado y hasta divinizado en las diferentes culturas. Es una norma plantear la sexualidad desde una óptica de disfrute y encuentro

En cuanto a la Grecia Clásica, el arte sería falocéntrico con escenas sexuales frecuentes en formas cerámicas (vasos, jarrones, platos) relacionadas con ambientes lúdicos y festivos. Según Martínez-Salanova las imágenes de los vasos tendrían un rol como estímulo para la libido, de forma similar a la pornografía actual<sup>96</sup>.

---

<sup>95</sup> *Figuras Itifálicas*, Escultura, Museo Arqueológico nacional de España, accedido 29 de agosto de 2021, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/prehistoria\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/prehistoria_arte_erotico.htm).

<sup>96</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

Ilustración 4. Plato ático de figuras rosas con alegoría sexual<sup>97</sup>



La figura de la mujer no es central como en lo paleolítico, sino que asumen un papel pasivo y en ocasiones degradado, en relación con una figura masculina activa. En cuanto a esculturas, los desnudos masculinos son mucho más cotidianos en la cultura griega, mientras que, en el caso de lo femenino, se conserva la fuerza de lo oculto y lo prohibido<sup>98</sup>.

El cuerpo de la mujer, en las representaciones de la Grecia clásica es representado como el de un hombre, pero incompleto. Coincidente con el planteamiento platónico sobre el tema de que la mujer como tal no era más que un hombre incompleto. Es en la antigua Grecia que se le dota de mayor relevancia al cuerpo masculino, en oposición a las sociedades paleolíticas, debido a su asociación con lo noble y heroico. Incluso son comunes las representaciones homosexuales en diversas esculturas y cerámicas, siempre desde el principio de enaltecer lo masculino.<sup>99</sup>

---

<sup>97</sup> *Plato ático de figuras rosas*, Cerámica Griega, Museo de Nápoles, accedido 29 de agosto de 2021, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/grecia\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/grecia_antigua_arte_erotico.htm).

<sup>98</sup> Carmen Sánchez Fernández, *La invención del cuerpo: Arte y erotismo en el mundo clásico*, Edición: 1 (Madrid: Siruela, 2015).

<sup>99</sup> Sánchez Fernández.

**Ilustración 5. Los Tiranidas, copia de un original de bronce de 480 a. C.<sup>100</sup>**



De modo que lo misógino y patriarcal ya aparece en la Grecia clásica, con toda una filosofía, cosmovisión y hasta política detrás de la estética, en este caso la supremacía del cuerpo masculino sobre el femenino, disminuyendo lo central que figuraba lo femenino en el arte como asociado a la divinidad. Un componente importante es la legitimación de fenómenos de violencia hacia la mujer. Eran frecuentes las representaciones artísticas de dioses violando mortales, en medio de un trasfondo de permisividad y exponiéndolo como algo sublime. Según la mitología griega, Zeus tomaba la forma de algún elemento de la naturaleza y viola a diferentes doncellas. Estas escenas eran muy representadas.

---

<sup>100</sup> *Tiranidas*, a.c de 480d. C., Escultura, a.c de 480d. C., Museo de Nápoles, <https://www.historiadelaarte.us/arte-y-erotismo/el-hombre/>.



Ilustración 6. Leda y el Cisne<sup>101</sup>



En Roma, debido a los nexos políticos, económicos y militares acontecidos a lo largo de la historia con Grecia, existirá una concepción similar al erotismo en esta<sup>102</sup>. La sociedad romana, promiscua y liberal, con permisividad a la poligamia, verá esta expresión en lo artístico también. En Roma, lo central es el culto al falo, dentro de la estética ocuparía un lugar primordial en mosaicos, cerámicas y esculturas. Resalta la figura de Príapo, divinidad grecorromana representada con un pene grande<sup>103</sup>.

---

<sup>101</sup> *Leda y el Cisne*, a.c de 350d. C., Cerámica Griega, a.c de 350d. C., Museo Paul Getty, [https://www.historia-del-arte-erotico.com/jupiter\\_leda/](https://www.historia-del-arte-erotico.com/jupiter_leda/).

<sup>102</sup> Paret, «Breve historia de la pornografía».

<sup>103</sup> Sánchez Fernández, *La invención del cuerpo*.

Ilustración 7. Fresco de Priapo<sup>104</sup>



La gran mayoría de representaciones eróticas romanas se han encontrado en las excavaciones de Pompeya, con más de 300 piezas que pertenecen al Museo Arqueológico de Nápoles que representan prácticas sexuales de los romanos de la época en que el Vesubio hiciese erupción y sepultara Pompeya. Las representaciones eróticas estarían orientadas más hacia las practicas mismas<sup>105</sup>.

---

<sup>104</sup> *Fresco de Príapo*, s. f., Fresco, s. f., Pompeya, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/roma\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/roma_antigua_arte_erotico.htm).

<sup>105</sup> Juan Francisco Martos Montiel, «Arte y erotismo en Pompeya: las pinturas eróticas de las Termas Suburbanas», en *Formas de Eros. Ensayos sobre arte y erotismo II* (Málaga: Fundación Pablo Ruiz Picasso y Universidad de Málaga, 2011), 59-82.

**Ilustración 8. Fresco en las Termas<sup>106</sup>**

La cultura hindú antigua compartiría la apertura sexual de las grecorromanas, pero dotando a la misma de un carácter incluso espiritual y no meramente de disfrute corporal. El Kama Sutra sostiene al Kama (deseo sexual) como una de las formas de alcanzar la salvación del espíritu. El Kama Sutra no debe confundirse con un tratado pornográfico, en función del carácter pedagógico del primero, su interés central es dar instrucciones eficaces sobre el coito placentero, priorizando sobre el carácter erótico de la sexualidad, más que en el consumo estético. La sexualidad sería planteada como algo integral, divino, donde se esboza que practicar el sexo de forma frívola era pecaminoso<sup>107</sup>.

---

<sup>106</sup> *Fresco en las termas*, Fresco, Pompeya, accedido 29 de agosto de 2021, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/roma\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/roma_antigua_arte_erotico.htm).

<sup>107</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

**Ilustración 9. Imagen del Kamasutra<sup>108</sup>**



Al tener un componente de divinidad lo sexual, el arte erótico en correspondencia se desarrollaría con mucha frecuencia en templos, como por ejemplo en Khajuraho donde se sitúan muchos templos hinduistas con esculturas eróticas<sup>109</sup>. De modo que, la representación de lo erótico en la India antigua tenía una asociación más hacia lo religioso y de liberación espiritual, normalizando lo sexual y enaltecéndolo a lo sublime.

Las representativas imágenes de perfil o de tres cuartos presentes en dibujos y pinturas egipcias, plantearían lo sexual como algo natural. Estas representaciones gráficas por lo general se encontraban orientadas hacia una función histórica, es decir, los dibujos daban fe de algún relato, en su conjunto hablaban de la reconstrucción de alguna escena que deseaba inmortalizarse. De modo que, en su mayoría, el arte egipcio erótico más que estimular sexualmente al estilo pornográfico, deseaba relatar historias. Como ejemplo se encuentra el papiro de

---

<sup>108</sup> *Ilustración del Kama Sutra*, Ilustración, accedido 29 de agosto de 2021, <http://santosgzapata.blogspot.com/2021/02/arte-erotismo-y-representaciones-en-la.html>.

<sup>109</sup> Charukesi Ramadurai, «Los imponentes templos dedicados al sexo en India», BBC News Mundo, accedido 21 de junio de 2020, [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/10/151019\\_vert\\_tou\\_templossexo\\_india\\_yv](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/10/151019_vert_tou_templossexo_india_yv).

Turín, el cual se compone de una gran cantidad de escenas sexuales explícitas, las cuales en su conjunto narran las aventuras de alguien a los burdeles de Tebas<sup>110</sup>.

**Ilustración 10. Papiro de Turín<sup>111</sup>**



En sociedades mesoamericanas, el erotismo era un principio organizador del mundo, de modo que el disfrute sexual era normalizado. El culto al falo estuvo presente de forma frecuente en la cultura maya en representaciones escultóricas que se han encontrado en Uxmal, Tulum, Xcaret, Oxkintok y Chichen Itza. Lo masculino y femenino pese a estar delimitado, existía flexibilidad en cuanto a preferencias sexuales. Además, ambos roles son complementarios, de modo que la sexualidad también tendría un carácter sagrado. En Tlatilco se pueden encontrar estatuillas que representan posturas sexuales diversas, con una visión de la sexualidad llena de simbolismos asociados a la naturaleza, lo espiritual y lo sublime<sup>112</sup>.

---

<sup>110</sup> José Miguel Parra Ortiz, *La vida amorosa en el Antiguo Egipto* (Madrid: Editorial Aldebarán, 2001).

<sup>111</sup> *Papiro de Turín*, Papiro, Museo Egipcio, accedido 29 de agosto de 2021, [https://www.educomunicacion.es/arte\\_erotico/egipto\\_antiguo\\_arte\\_erotico.htm](https://www.educomunicacion.es/arte_erotico/egipto_antiguo_arte_erotico.htm).

<sup>112</sup> Gezabel Guzmán Ramírez, «Vista de Tlatilco: retorno al elogio del cuerpo femenino», *Diálogos. Revista electrónica de Historia* 9 (2008): 2943-2961., <https://doi.org/10.15517/dre.v9i0.31637>.



Ilustración 11. Estatuilla erótica de Tlatilco<sup>113</sup>



### Edad Media. Siglo V D.C al 1492

La misoginia presente en el erotismo es una invención de lo grecorromano y no apreciándose de forma tan clara en otras anteriormente descritas, siendo la misma cultura que influiría en las demás a futuro por expansión imperialista, es esperable que lo artístico en la Edad Media conservara dicho componente. Hasta la invención de la imprenta, la temática erótica no sería de distribución masiva, de modo que construcciones arquitectónicas públicas, como los templos, asumirían esta cualidad de exposición del arte erótico.

---

<sup>113</sup> *Estatuilla erótica*, Tlatilco, accedido 29 de agosto de 2021, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/mexico\\_antiguo\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/mexico_antiguo_arte_erotico.htm).

Ilustración 12. Iglesia de Santa María de Yermo, Cantabria<sup>114</sup>



El estilo románico surge en el feudalismo temprano, dominado por el puritanismo religioso. Aun así, surgirían ejemplos de iconografía erótica, incluso en lugares como templos. Martínez Salanova, expone algunas teorías sobre tan paradójico asunto, entre ellas el hecho de que las imágenes mismas son una incitación para procrear, en medio de la necesidad permanente de repoblación; de que en realidad se trataba de una exposición con intencionalidad condenatoria ya que suelen ubicarse al exterior de los templos, ausentes en el interior, donde se simboliza lo divino. Otras teorías se plantearían en función de que se trata de una continuidad de la visión de la sexualidad en el mundo antiguo donde era más permitido sin escrúpulos morales. Martínez Salanova señala:

---

<sup>114</sup> *Escultura en Cantabria*, Escultura, Iglesia de Santa María de Yermo, Cantabria, accedido 29 de agosto de 2021, [https://www.educomunicacion.es/arte\\_erotico/romanico\\_medieval\\_arte\\_erotico.htm](https://www.educomunicacion.es/arte_erotico/romanico_medieval_arte_erotico.htm).

*"El hombre medieval mezclaba fácilmente lujuria y fe, sobre todo en una sociedad bastante paganizada, en donde el cristianismo tenía más de imposición que de convicción"*<sup>115</sup>.

Ya avanzada la Edad Media, se da una mayor divulgación de la Literatura erótica, no bien recibida por algunos sectores. Con la difusión de la imprenta, se distribuye de forma clandestina material pornográfico en masa<sup>116</sup>. En el siglo XIV se publica "El Decamerón", de Giovanni Bocaccio, en el que se narran 100 historias de adulterio y actos sexuales clandestinos, mezclando lo erótico con lo trágico. El Decamerón, adelantándose a lo que plantearía lo renacentista, demostraría el interés del autor por la usanza erótica griega. La Iglesia Católica censuraría el texto, por medio del movimiento inquisidor de la época.

**Ilustración 13. Decamerón. Siglo XVI. Esposa en adulterio con un Clérigo**<sup>117</sup>



<sup>115</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

<sup>116</sup> Paret, «Breve historia de la pornografía».

<sup>117</sup> *Adulterio con un clérigo. El Decamerón*, dibujo, accedido 29 de agosto de 2021, <https://algunparaisoenalgunlugar.blogspot.com/2016/11/erotismo-en-la-edad-media.html>.



## Edad Moderna. 1492 a la Revolución Francesa

En la Edad Moderna, denominada edad del comercio, la difusión de lo erótico encontró un mercado prometedor, con la facilidad que dotaba la imprenta. En el Renacimiento lo divino pierde poder en lo artístico, ya no es Dios el centro del universo sino lo Humano. De modo que lo artístico se volvería más “concupiscente” lo erótico más carnal y terrenal<sup>118</sup>.

Ilustración 14. Venus de Urbino.<sup>119</sup>



En Francia surge el arte Rococó, un movimiento artístico que se caracteriza en lo estético por el uso de colores luminosos, suaves; en lo temático por la inspiración de la naturaleza, lo mitológico, lo cortesano y lo pasional. Dicha combinación de intereses y perspectivas sería una amalgama perfecta para la convocatoria de lo erótico en las diversas representaciones<sup>120</sup>. Siguiendo el paradigma renacentista, predomina lo mundano sin influencia religiosa.

<sup>118</sup> John T. Paoletti y Gary M. Radke, *El arte en la Italia del Renacimiento* (Ediciones AKAL, 2003).

<sup>119</sup> Titian, *Venus de Urbino*, 1538, Pintura, 1538, Titian and Sebastiano del Piombo, <https://www.tuttartpitturasculturapoesiamusica.com/2016/05/Titian-Tiziano.html>.

<sup>120</sup> Paret, «Breve historia de la pornografía».

Ilustración 15. Las alegorías del Amor, Bronzino<sup>121</sup>



Salvo algunas excepciones como en todo periodo histórico y por lo complejo que suele ser la expresión artística, la figura de la mujer comienza a tomar fuerza erótica, utilizándose como centro de grandes obras. La pasión por los desnudos, alegorías a escenas míticas que involucran la libido serían comunes en este periodo. A pesar de que se eleve la figura de la mujer, esto sería desde el estilo cortesano, es decir la mujer como agente pasivo y sumiso ante un hombre heroico y conquistador

---

<sup>121</sup> Agnolo Bronzino, *Alegoría del amor*, 1545, Oleo, 1545, National Gallery, Londres (Reino Unido), <https://historia-arte.com/obras/alegoria-del-amor-bronzino>.

Ilustración 16. El cerrojo, Fragonard<sup>122</sup>



En función de la amplia difusión de lo erótico, lo moral plantearía un contrapeso al tachar de obscenidad<sup>123</sup>. De modo que muchos autores publicarían en la clandestinidad, bajo nombres falsos y con limitaciones en la distribución. La distribución de lo erótico comienza a tener un interés mercadotécnico, resultando rentable como negocio, posicionándose como antecedentes de la industria pornográfica. Según Martínez-Salanova, comienzan a circular ejemplares de literatura pornográfica, impresos en Ámsterdam, pasándose de contrabando a los demás países europeos<sup>124</sup>.

---

<sup>122</sup> Jean Fragonard, *La cerradura*, 1777, Oleo, 1777, Museo de Louvre, <https://historia-arte.com/obras/la-cerradura>.

<sup>123</sup> Paret, «Breve historia de la pornografía».

<sup>124</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

Ilustración 17. Las dos amigas - Louis-Jean-François Lagrenée<sup>125</sup>



En Japón, cobran relevancia los grabados Shunga, los cuales se trataban de ilustraciones que se utilizaban a manera de guías sexuales para recién casados, guardándose junto a los muebles nupciales. Según Martínez Salanova, el interés no estaba en la degradación de la sexualidad sino más bien la celebración de lo sexual como una actividad humana. En el siglo XVIII los shunga serían declarados como obscenos, prohibiéndose su publicación, pero vendiéndose en secreto por grandes cantidades de dinero<sup>126</sup>.

En el periodo de la Ilustración, muchos librepensadores utilizan la pornografía como medio de crítica y sátira social contra la represión moralista de la sexualidad. Las historias e ilustraciones a menudo estaban llenas de sacerdotes, monjas, miembros de la monarquía y familias nobles. Sobresale el género novelístico, con obras como *Memoirs of a Woman of Pleasure* por John Cleland, *Teresa filósofa* atribuida al Marqués d'Argens, y las famosas obras del Marqués de Sade, acompañadas de ilustraciones y que, a la vez, según el calor de la época, sirvieron como incentivo

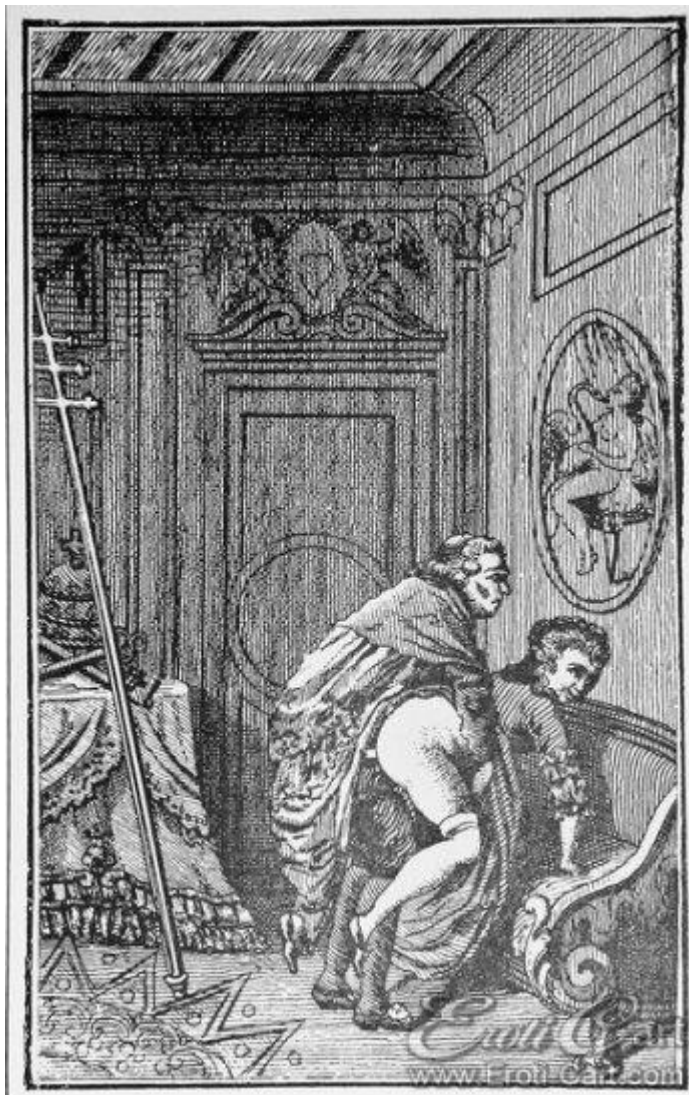
---

<sup>125</sup> Louis Jean Francois Lagrenée, *Las dos amigas*, 1749, Oleo, 1749, <https://historia-arte.com/obras/las-dos-amigas>.

<sup>126</sup> Tomas Hare, «La condición del sujeto en el arte erótico de Japón», en *Formas de Eros. Ensayos sobre arte y erotismo II* (Málaga: Fundación Pablo Ruiz Picasso y Universidad de Málaga, 2011), 39-58.

político o filosófico. En la obra de Sade, según Figari (2008), se eleva la pornografía como programa político<sup>127</sup>.

**Ilustración 18. Erotismo en la ilustración<sup>128</sup>**



---

<sup>127</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros».

<sup>128</sup> *Dibujo en obra de Sade*, Dibujo, accedido 29 de agosto de 2021, <https://sottoosservazione.wordpress.com/tag/marquis-de-sade/>.

## Edad Contemporánea

Tras la Revolución Francesa y con la llegada de la edad contemporánea, incursiona lo industrial que permite expandir la producción en masa de bienes de consumo. Si bien es cierto ya lo erótico se difundía, empresarios capitalistas empiezan a interesarse en la distribución gráfica del sexo como negocio. En las décadas de 1820 y 1830 se difunde material pornográfico, como *La Religiosa* de Diderot, *Adela prostituta y buena esposa*, *Álbum de Venus*, entre otras más<sup>129</sup>. La doble moral victoriana también obstaculizaba la libre difusión de lo erótico, pero lo clandestino sobrevive.

Ilustración 19. *La Religiosa*", de Diderot<sup>130</sup>



La pintura a inicios del siglo XIX comienza a tener tintes más pornográficos, mostrando abiertamente lo sexual como centro de la obra, sin ningún otro tema de fondo como ocurría en el arte Rococó, donde como eje temático sobresalía alguna

<sup>129</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».

<sup>130</sup> Diderot Dennis, *La Religiosa*, 1796, Novela, 1796, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).



historia de fondo. Sobresalen las obras de Dominique Ingres, Goya, Eugene Delacroix, Rodin. Por tanto, es en el cuándo la pornografía se define con mayor claridad. El fin de la distribución de lo sexual ya es abiertamente el de provocar excitación.

**Ilustración 20. Mujer de las medias blancas.<sup>131</sup>**



La invención y popularidad de la fotografía sustituiría rápidamente el interés por trabajos de literatura y artes plásticas en cuanto a representación sexual. Según Figari (2008), el perfeccionamiento del procedimiento de revelación de negativos disminuyó el costo e inició la producción masiva de fotografías y postales eróticas<sup>132</sup>. Moulin y Alfred Stieglitz, entre muchos distribuidores más, se dedican a la comercialización clandestina de fotografía erótica<sup>133</sup>.

---

<sup>131</sup> Eugene Delacroix, *Mujer de las medias blancas*, 1825, Oleo, 1825, Museo de Louvre, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).

<sup>132</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros».

<sup>133</sup> Diana Garrido, «¿Cómo fueron las primeras fotografías eróticas de la historia?», Cultura Colectiva, 2018, <https://culturacolectiva.com/fotografia/primeras-fotografias-eroticas-de-la-historia>.

Ilustración 21. Fotografía de Jean Agérou de principios del siglo XX.<sup>134</sup>



No obstante, algunas editoriales de ilustraciones pornográficas, con el afán de competir con la fotografía, encuentran formas de distribución mayores, llegando al alcance de clases populares. En esta época la más conocida fue la revista *La Perla*, publicada de forma clandestina en Londres en 1879, la cual se componía de novelas completas ilustradas, imágenes independientes o historias cortas<sup>135</sup>.

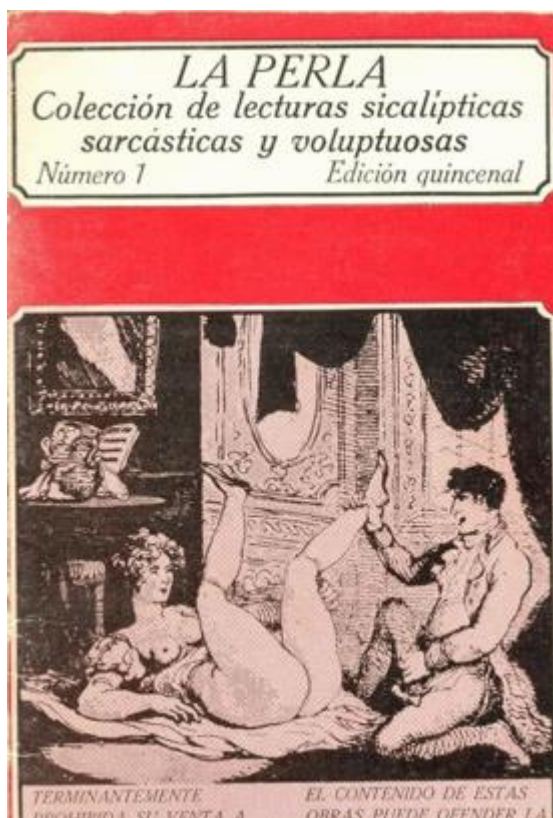
---

<sup>134</sup> Jean Agérou, Fotografía, accedido 29 de agosto de 2021, [https://www.wikiwand.com/es/Fotograf%C3%ADa\\_er%C3%B3tica](https://www.wikiwand.com/es/Fotograf%C3%ADa_er%C3%B3tica).

<sup>135</sup> Martínez-Salanova, «Erotismo en el arte».



Ilustración 22. Portada de revista pornográfica “La Perla”<sup>136</sup>



Posteriormente aparecería la cinematografía, rápida en incorporar lo sexual entre sus producciones. La primera película pornográfica aparecería en 1896, *Le Coucher de la Mariée*, dirigida por Léar y producida por Eugène Pirou, en la cual una actriz de cabaré realiza un striptease y mantiene relaciones sexuales con un hombre<sup>137</sup>.

<sup>136</sup> Portada de revista *La Perla*, *Novela ilustrada*, accedido 29 de agosto de 2021, [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).

<sup>137</sup> Paret, «Breve historia de la pornografía».

Ilustración 23. Poster promocional película "Le Couché de la Mariee"



En la mayoría de las latitudes, la pornografía estuvo prohibida por las leyes de cada país, es en los años sesenta que comienza su despenalización, incentivado por el movimiento de Revolución Sexual que enfatizaba libertad de expresión. Con esto se populariza la venta comercial de pornografía bajo el concepto de artística. Ya en los setenta se inicia con la producción masiva de películas con material pornográfico, tales como *Deep Throat* (Garganta profunda), con Linda Lovelace<sup>139</sup>.

<sup>138</sup> Portada de película *Le couche de la mariee*, 1933, Ilustración, 1933, [https://www.cinema-francais.fr/les\\_films/films\\_l/films\\_lion\\_roger/le\\_couche\\_de\\_la\\_mariee.htm](https://www.cinema-francais.fr/les_films/films_l/films_lion_roger/le_couche_de_la_mariee.htm).

<sup>139</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros».

Ilustración 24. Poster promocional película "Garganta profunda"<sup>140</sup>



En los años ochenta, la difusión se vuelve aún más asequible con la aparición del formato VHS y posteriormente DVD en los noventa. Según Figari, a principios de siglo quienes participarían en las películas serían prostitutas, ahora se profesionalizarían surgiendo inclusive estrellas de cine porno<sup>141</sup>. Con la llegada del nuevo milenio, la incursión del internet dota de mayor practicidad en la distribución de material, siendo asequible descargar contenido pornográfico con la comodidad que proporcionan los smartphones<sup>142</sup>.

Actualmente, el contenido pornográfico se puede presentar a través de gran variedad de formas mediadas por la tecnología, ya sea a través de imágenes en

---

<sup>140</sup> Portada de película *Garganta profunda*, Ilustración, accedido 29 de agosto de 2021, <http://www.womensviewsonnews.org/2012/01/does-the-world-need-a-linda-lovelace-biopic-how-about-two/>.

<sup>141</sup> Héctor Barnés, «Una historia desconocida de la pornografía y lo que revela de nuestras preferencias», *El Confidencial*, 10 de mayo de 2014, [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-05-10/una-historia-desconocida-de-la-pornografia-y-lo-que-revela-de-nuestras-preferencias-sexuales\\_127279/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-05-10/una-historia-desconocida-de-la-pornografia-y-lo-que-revela-de-nuestras-preferencias-sexuales_127279/).

<sup>142</sup> Peña Sánchez, «La pornografía y la globalización del sexo».

movimiento o gifs, videos, audios, material escrito, pinturas y demás. La pornografía actualmente presenta niveles de intensidad:

- Softcore o pornografía blanda. Las escenas de sexo no se muestran de forma explícita. En el cine y la televisión, en particular, no incluye primeros planos de genitales (masculinos ni femeninos) y tampoco muestra en detalle penetraciones y felaciones.
- Mediumcore o pornografía convencional. Los cuerpos se enseñan en la totalidad en posturas más o menos provocativas. Puede haber actos sexuales como penetraciones, pero los mismos no se muestran de forma explícita. Muchas escenas suelen tener un alto contenido artístico.
- Hardcore o pornografía dura. Incluye penetración explícita, prácticas y actos sexuales gráficos y directos. Es posible ver todo tipo de prácticas sexuales dentro de este género. La pornografía dura es la más comúnmente conocida y notablemente la más consumida del mercado. Incluye violencia y degradación de la mujer, fomenta patrones machistas.<sup>143</sup>

Actualmente, el contenido pornográfico se puede presentar a través de gran variedad de formas mediadas por la tecnología, ya sea a través de imágenes en movimiento o gifs, videos, audios, material escrito, pinturas y demás. La pornografía se distribuye de forma virtual con el uso de internet y redes sociales o medios electrónicos dedicados a ello. En cuanto a los videos, la diversidad ha llegado a ser inmensa, desde producciones profesionales en grandes estudios, caricaturas, comics, anime y manga a través de gran variedad de subgéneros propios; hasta por las producciones aficionadas hechas de forma casera con algún smartphone personal.

El género de anime, muy difundido en América Latina cuenta con subgéneros. Es conocido el anime como un propulsor de la imagen misógina de la mujer en muchos

---

<sup>143</sup> Peña Sánchez.

de los títulos<sup>144</sup>, el subgénero de anime hentai cuenta desde hace años con series dedicadas a la pornografía. La industria de los videojuegos también se abre paso con la incursión de la pornografía. Algunos títulos ofrecen una visión misógina de la mujer, sin embargo, otros van más allá. Algunos videojuegos no nacen con este fin, pero son alterados por fans para incluir “mods” que incorporen lo sexual. Si bien es cierto no es con personas reales, sería relevante por tanto en futuras reflexiones, plantear el peso de fenómenos de modelado simbólico y su influencia en fenómenos de sexualidad compulsiva.

Es menester la consideración de la pornografía feminista. La misma se sustenta como una alternativa actual que pretende que la sexualidad y la emotividad se entrelacen; creando escenas pornográficas igualitarias y producción de imágenes fuera de los roles y cánones machistas<sup>145</sup>. Los cuerpos son mucho más realistas, siendo que participan desde la libertad sin coerción.

Para la fecha del presente escrito, desde hace unos años se ha popularizado el uso de gafas virtuales, con las cuales se obtiene una mayor inmersión del material erótico. La realidad virtual es una tecnología que se empieza a marcar un lugar importante en el consumo de la pornografía. Las posibilidades que ofrece la misma dotan al usuario de gran inmersión, de modo que las búsquedas se catapultan a ser número uno.

Por último, las plataformas de mensajería instantánea han incrementado la presencia de contenido pornográfico<sup>146</sup>. El mismo se puede difundir por medio de videos, imágenes o gifs. El contenido que se difunde por las mismas tiene varias

---

<sup>144</sup> «¿Es machista la comunidad del manga y el anime?», *Rebelión Feminista* (blog), 30 de agosto de 2019, <https://rebelionfeminista.org/2019/08/30/es-machista-la-comunidad-del-manga-y-el-anime/>.

<sup>145</sup> Gabriela Santos Alves y Liliana Rocha Fernández, «Producción audiovisual de pornografía feminista: reflexiones a partir de la película *Skin* (2009)», *TOMA UNO* 8 (1 de noviembre de 2020), <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/toma1/article/view/30760>.

<sup>146</sup> «Nuevas tecnologías: aliadas de la pornografía infantil», Universidad de Costa Rica, accedido 18 de septiembre de 2021, <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2017/07/07/nuevas-tecnologias-aliadas-de-la-pornografia-infantil.html>.

particularidades. Primero que las personas no son simples observadores, sino que pueden fabricar contenido casero, difundiéndolo con sus contactos. Segundo el contenido difundido es difícil de calcular, extremadamente alto. Tercero, por las políticas de cifrado de las diversas plataformas, es imposible rastrear el origen de algún determinado video.

De todo el despliegue histórico con respecto al surgimiento de lo pornográfico, es posible plantear algunas premisas. Primero que la represión política, ideológica y religiosa de la sexualidad no ha sido un obstáculo que detenga del todo la difusión de lo erótico, sino que más bien un incentivo para ciertos sectores en cuanto a su uso, conservación y divulgación. De hecho, es en épocas de prohibición cuando lo erótico se posiciona como negocio rentable ya que lo clandestino incrementa el costo, pero también las ganancias para quien distribuye.

Segundo, que diversos inventos históricos y su aplicación correlacionan con aumentos de distribución y consumo: invención de la imprenta, fotografía, cine, internet. Lo erótico precedía ya estos inventos, mentes creativas esperaban tan solo el surgimiento de avances científicos para adaptarse a determinadas tecnologías.

Tercero, la pornografía guarda relación con alguna alianza entre el capitalismo y el patriarcado, interesándose en la generación de material pornográfico como agente generador de ganancias económicas y como fenómeno perpetuador de misoginia. Por tanto, la pornografía es una invención moderna, que la posiciona como un bien de consumo.

De modo que, si la historia ofrece argumentos clave sobre la influencia del patriarcado y el capitalismo en las dinámicas de consumo y distribución de la pornografía, se vuelve pertinente a continuación profundizar en la repercusión que dichas hegemonías han creado con lo sexual.

### 3.1.3 El Patriarcado: saber hegemónico de lo sexual

Como se mencionaba anteriormente, la construcción de identidad está relacionada con el contexto histórico que predispone y a la vez varía, se modifica; ocasionando que los encargos de la masculinidad hegemónica obedezcan a momentos temporales, con mandatos temporales. Es la propuesta patriarcal de la sexualidad, occidentalizada, por cierto, que, ligada a la construcción del cuerpo, determina la construcción de vínculos<sup>147</sup>. Si la identidad de género es la relación de cada uno consigo mismo, en cuanto a percepción y posicionamiento sociocultural, la sexualidad permite a los hombres establecer esta relación con las personas<sup>148</sup>.

Moscovici plantea el concepto de representaciones sociales, con el objeto de definir una actitud cognitiva ante el mundo, se tratarían de sistemas de creencias que ayudan a las personas a orientarse en medio de un contexto social. Las mismas pueden ser de tres tipos: hegemónicas, si buscan preservar el statu quo, emancipadas si se oponen al mismo, o polémicas si se cuestiona desde un lugar epistémico y desde una construcción distinta<sup>149</sup>. En medio de todo esto, para Moscovici los individuos tendrían una percepción común o compartida de la realidad. Similar a la construcción teórica de imaginario social de Castoriadis, según el cual, las significaciones imaginarias que se realizan de un fenómeno se mantienen más o menos estables dentro de una institucionalidad<sup>150</sup>.

Para Mahalick, las normas masculinas son aprendidas a través de la influencia sociocultural, en particular la de los grupos más dominantes o poderosos en una

---

<sup>147</sup> Alda Facio y Lorena Fries, «Feminismo, género y patriarcado», *Academia. Revista sobre Enseñanza del Derecho de Buenos Aires* 6 (2005): 259-94; Esperanza Bosch Fiol, Aina Alzamora, y Victoria Aurora Ferrer Pérez, «Algunas claves para una psicoterapia de orientación feminista en mujeres que han padecido violencia de género», *Feminismo/s*, n.º 6 (2005): 121-36.

<sup>148</sup> Vivian Romeu, Cynthia Cerón Hernández, y Maybel Piñón Lora, «¿Qué hacen los hombres con su cuerpo? Una exploración de los sistemas de significación y cognición en torno al cuerpo masculino en jóvenes universitarios en el DF.», *Razón y palabra*, n.º 92 (2016): 37-37.

<sup>149</sup> Serge Moscovici, *Representaciones sociales: Exploraciones en psicología social* (New York: Polity Press, 2000).

<sup>150</sup> Cornelius Castoriadis, *La institución imaginaria de la sociedad* (Barcelona: Tusquets, 1975).

sociedad, dan forma a las expectativas y estándares del rol de género. Estas son comunicadas a los individuos a través de instrucciones descriptivas, preceptivas y cohesivas<sup>151</sup>. De modo que, en el proceso de socialización, la conformidad a las normas masculinas quedaría alojada cómo reglas, suposiciones y atribuciones desde estas tres instancias mencionadas.

Para Romeu, Cerón y Piñon, las representaciones sociales juegan un rol relevante en la construcción y vivencia de la masculinidad. Muy precisamente en la percepción del cuerpo propio y ajeno, donde se presenta encargos de abandono de este desde el autocuido<sup>152</sup>, esto sostenido como una idea hegemónica, sosteniendo un ideal de masculinidad basado en la fuerza y vigor. De modo que, la masculinidad hegemónica obliga, empuja a un abandono del cuerpo mismo. No obstante, en la pornografía y en el consecuente ejercicio de masturbación, los hombres podrían posibilitarse de un reencuentro con su corporalidad, permitida por el Patriarcado.

La sexualidad impuesta por la lógica patriarcal conlleva la aceptación del cuerpo del otro como ser sexuado. No obstante, acompañado de misoginia y de androcentrismo, ha planteado al otro, en especial a la mujer, como sexuada, pero sin derecho a esa sexualidad<sup>153</sup>. Es así como la visión patriarcal de la sexualidad propone al hombre como dueño de esta, amo y señor de lo que se puede practicar y lo que no<sup>154</sup>. Y la mujer: como alumna dócil, dispuesta a aprender de su amo<sup>155</sup>. La industria pornográfica mainstream, enterada de esto y explotando este

---

<sup>151</sup> Mahalik et al., "Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory."

<sup>152</sup> Romeu, Hernández, y Lora, «¿Qué hacen los hombres con su cuerpo?»

<sup>153</sup> José Manuel Salas Calvo, *Hombres que rompen mandatos. La prevención de la violencia*. (San José, Costa Rica: Lara Segura & Asociados, 2005).

<sup>154</sup> Redondo, «Recursos de legitimación en torno a prácticas encubiertas de dominación masculina en la sociedad costarricense. Subterfugios de una hegemonía en declive».

<sup>155</sup> Campos, *Explotación Sexual Comercial y Masculinidad*.



mandamiento patriarcal, ha elevado por millones sus arcas, siendo una de los mercados más rentables y difundidos<sup>156</sup>.

No existe sexualidad sin historia, es el contexto quien determina que hacer, prohíbe, censura, ordena, instaura. A su vez, recordando a Foucault, hablar de sexualidad es hablar de dispositivos de poder<sup>157</sup>. La sexualidad, es fundamentalmente cultura, y además forma parte de la cultura de unas sociedades y un momento histórico muy preciso. Es decir que, existen diversas vivencias de la sexualidad, porque la misma es recreada por la cultura, por cada cultura. En función de lo anterior, es posible plantear una sexualidad hegemónica, la cual toma elementos del patriarcado.

Como comentan Campos y Salas, esta construcción de masculinidad ha obedecido a esquemas propios del Patriarcado<sup>158</sup>. Los autores plantean que, a nivel social, se configuran instituciones, que delimitan el comportamiento de hombres y mujeres. Esas instituciones son:

- Misoginia
- Androcentrismo
- Falocentrismo
- Homofobia
- Virginidad para la mujer
- Monogamia y fidelidad obligatorias
- Procreación obligatoria<sup>159</sup>

---

<sup>156</sup> Córdoba Buenas Noticias, «La industria pornográfica: la máquina de hacer dinero, pero con consecuencias graves», Córdoba Buenas Noticias, accedido 30 de agosto de 2021, <https://www.cordobabn.com/articulo/internacional/industria-pornografica-maquina-hacer-dinero-consecuencias-graves/20210525121929093743.html>.

<sup>157</sup> Foucault, *La Historia de la Sexualidad*.

<sup>158</sup> Álvaro Campos, José Manuel Salas, *Masculinidades en Centroamérica* (Lara Segura editores, 2002)

<sup>159</sup> Álvaro Campos y José Manuel Salas, *Explotación sexual comercial y masculinidad. Un estudio regional cualitativo con hombres de la población general*. (San José: Organización Internacional del Trabajo, 2004)

Las 4 primeras acatan encargos principalmente hacia hombres, siendo que las 3 últimas a encargos hacia la femineidad tradicional. Para fines de este escrito, interesa plantear el tema del Falocentrismo como motor del comportamiento sexual compulsivo. El Falocentrismo implanta un imperativo cultural, que propone la vivencia de la sexualidad desde una óptica hegemónica, esto es, el dominio del cuerpo femenino para placer sexual. El comportamiento sexual compulsivo en hombres es falocéntrico, creándose según fantasías masculinas y desde la mirada del hombre.

A propósito, Raewyn Connell plantea el concepto de Masculinidad Hegemónica, derivado a su vez de la filosofía marxista del término de Hegemonía Cultural acuñado por Antonio Gramsci. Para la autora, la Masculinidad atraviesa un influjo de socialización, se aprende a ser hombre, según códigos y normativas sociales. Imposibilitando y deslegitimando a su vez formas alternativas de vivir la Masculinidad<sup>160</sup>. Tradicionalmente se ha planteado la existencia de una esencia masculina congénita al cuerpo de los hombres, ya sea que el “ser masculino” establezca acciones (como ser más agresivos que las mujeres y más lujuriosos) o que restrinja otras (aversión al cuidado infantil, no asociación con lo homosexual o lo femenino). En concordancia, Elizabeth Badinter plantea que la masculinidad no constituye una esencia o caracterización naturalista, sino una ideología social que busca justificar la dominación masculina<sup>161</sup>. A pesar de que las convenciones sociales sobre la construcción de masculinidad cambien, sí que persiste la necesidad de poder de hombres hacia mujeres.

La característica esencial de la masculinidad hegemónica es el demostrar a través del uso de la fuerza y violencia el rendimiento masculino. El ejercicio desde este modelo imperante sigue el patrón patriarcal de dominación hacia el otro: mujeres,

---

<sup>160</sup> Raewyn Connell, *Masculinidades* (Sídney: Polity Press, 1995)

<sup>161</sup> Elizabeth Badinter, *XY la identidad masculina* (Alianza Editorial, 1992)

animales y naturaleza. Para Kauffmann, esto tiene como fin supremo el conservar los privilegios masculinos contraídos durante la historia<sup>162</sup>.

La permisividad social asociada al consumo de pornografía es frecuente, validando el mismo. Tal como plantea Rita Segato a lo largo de su obra, es común la asociación y respaldo a través de cofradías, quien perpetua violencia lo hace también por mandato de otros hombres, con tal de conseguir estatus y aprobación, ante el grupo inmediato de pares que, a pesar de ausentes, integran lo que la autora propone como el *paisaje mental*. Es decir, la distribución de material pornográfico a través de redes sociales podría responder a una necesidad de validación y reconocimiento intragrupo<sup>163</sup>. La exposición al material pornográfico está presente en edades tempranas, dada la facilidad en cuanto al acceso y distribución<sup>164</sup>, pero fundamentalmente por la búsqueda de este componente de aceptación social.

Para David Gilmore, la masculinidad debe demostrarse a través de pruebas, en las cuales los hombres legitimen su posición ante los otros<sup>165</sup>. El autor propone que el cuerpo mismo se convierte en escenario de batallas, en las cuales los hombres pueden probar a los demás su valor. Este es el concepto de marcadores de virilidad, conductas de riesgo donde los hombres obtienen como ganancia la aprobación social del otro. Para Gilmore, en materia de sexualidad, muchas de las conductas atraviesan este paradigma, el de la demostración.

Kimmel introduce el concepto de validación homosocial para referirse al fenómeno de búsqueda de legitimación masculina dirigida a los otros hombres, que actúan como público o jurado que valida o castiga el rendimiento<sup>166</sup>. Demetriu, concibe que el ejercicio de la masculinidad hegemónica tiene dos funciones en la estructuración

---

<sup>162</sup> Michael Kauffmann, *Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres* (Bogotá: Tercer Mundo, 1995)

<sup>163</sup> Rita Laura Segato, *La guerra contra las mujeres* (Traficantes de Sueños, 2016).

<sup>164</sup> Peña Sánchez, «La pornografía y la globalización del sexo».

<sup>165</sup> David Gilmore, *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad*. (Barcelona: Editorial Paidós, 1994)

<sup>166</sup> Michael Kimmel, 1997

de poder y control: Hegemonía externa, referida al control de las mujeres; y la Hegemonía interna, vinculada al control de otros hombres<sup>167</sup>.

De modo que el comportamiento sexual compulsivo podría tener un asidero de aceptación social claro: el de demostrar valía, es decir que se configura no como disfrute erótico sino como marcador de virilidad. El Falocentrismo también se manifiesta en los ritos protocolarios de seducción de hombres hacia mujeres, el objetivo del cortejo es la erección-penetración-eyaculación, cosificando la figura de la mujer en dicho proceso.

De ser la masculinidad hegemónica un sistema social con representaciones sociales insertas, la vivencia que muchos hombres realizan sobre su sexualidad debe orientarse en torno a las normas que dicho sistema implante. Aparte de otras que usualmente presentan componentes de violencia, el consumo de pornografía sería una forma más de las permitidas por el Patriarcado de disfrutar el placer sexual.

### **3.1.4 Posicionamientos sociales que abordan el fenómeno de la Pornografía**

A continuación, se planteará el fenómeno de la Pornografía desde la mirada socio simbólica de argumentaciones académicas y políticas de diferentes comunidades e instituciones culturales, donde según sea, influye en la producción social de la sexualidad, normalizando, exponiendo y modelando performatividades en la población. Las miradas se centrarán en cuatro discusiones: los feminismos, la consideración epidemiológica, posturas fundamentalistas y la mirada psicoanalítica.

---

<sup>167</sup> D. Demetriou, «Connell's concept of hegemonic masculinity: A critique», *Theory and Society*, 2001, 337-61.

## **Diversidad en las posiciones feministas**

Diversos movimientos feministas presentan diversidad y heterogeneidad en cuanto a su posición con respecto al tema de Pornografía como fenómeno. Para Nancy Prada, las principales posiciones se sustentan en el debate en torno al criterio placer/peligro. La sexualidad para las mujeres es vivida desde esta tensión, debido al carácter voraz de los hombres con respecto a la vivencia de su sexualidad, utilizada históricamente como instrumento de dominación y represión para las mujeres. La Pornografía sería parte de este esquema, en palabras de Ariel Martínez:

La pornografía reproduce, despliega y propaga significaciones que constituyen una expresión directa que recapitula la estructura del patriarcado de un modo crudo y desenmascarado, a modo de un monumento recordatorio de la subordinación de las mujeres que se alza en medio de nuevos sexismos, sutiles y sofisticados, que entretejen una igualdad ilusoria entre los sexos<sup>168</sup>

Otro sector aboga por la necesidad de la reivindicación de espacios dominados por hombres, en cuanto la liberación de la sexualidad femenina es necesaria, reclamando la pornografía como forma de disidencia sexual. Laura García Cavaro y Ana de Miguel Álvarez comentan como la evolución de los planteamientos va de la mano con el desarrollo de diversos movimientos feministas y posiciones respecto a la Revolución Sexual<sup>169</sup>

## **Movimiento abolicionista/ anti-pornografía**

Según Nancy Prada este punto de vista se fundamenta en que existe un contrato sexual previo al contrato social de Rousseau, que instaura la ley del derecho sexual de hombres sobre mujeres<sup>170</sup>. La Pornografía es un instrumento de perpetuación de

---

<sup>168</sup> Ariel Martínez, «La pornografía a debate. Notas sobre sexualidad e identidad de género en los argumentos feministas», *Nomadías*, n.º 11 (1 de enero de 2010): 87, <https://doi.org/10.5354/n.v0i11.15155>.

<sup>169</sup> Favaro y De Miguel, «¿Pornografía Feminista, Pornografía Antirracista y Pornografía Antiglobalización?»

<sup>170</sup> Prada, «¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate».

dicho contrato. La Pornografía resulta desde el Patriarcado pedagógica, los hombres aprenden de ella como teoría y luego lo replican en la práctica. La pornografía es una declaración de dominio, un manifiesto machista. Refuerza los estereotipos de género, llevando a construcciones idealizadas desde el patriarcado sobre lo que debe ser un cuerpo atractivo, falta de una trama lógica y un mínimo afecto en la pareja. Esta posición Andrea Dworkin la planteará de esta forma:

“Cualquier violación del cuerpo de la mujer puede convertirse en sexo para el hombre; esto es la esencial verdad de la pornografía<sup>171</sup>”

Por otro lado, para Laura García Favaro y Ana de Miguel Álvarez, se debe realizar la lectura del fenómeno pornográfico a la par de dinámicas neoliberales y patriarcales, de modo que la pornografía como tal estaría al servicio de estos<sup>172</sup>.

### **Movimiento Pro-Sexo**

Abogan por el derecho en cuanto a la expresión del cuerpo, planteando más bien la necesidad de creación de legislación laboral para la industria pornográfica, garantizando condiciones de trabajo favorables para las mujeres inmersas. Este sector plantearía más bien que la pornografía si bien es cierto ha estado enfocada desde la misoginia, puede desarrollarse otro tipo de pornografía, aliada del feminismo, promoviendo imágenes realistas del cuerpo, sin posturas de la sexualidad desde el dominio de alguien sobre otro e incorporando inclusive lo afectivo. Se critica a la campaña anti pornográfica de concentrarse en una muestra muy selectiva de pornografía, enfocándose en aquellas de corte de dominio y control. Además, se basan a fin de cuentas en una imagen de la mujer pasiva y siempre consentidora de la violencia. Preciado (2007) planteará que:

---

<sup>171</sup> Streeter, «La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin».

<sup>172</sup> Favaro y De Miguel, «¿Pornografía Feminista, Pornografía Antirracista y Pornografía Antiglobalización?»

(...) el mejor antídoto contra la pornografía dominante no es la censura, sino la producción de alternativas de la sexualidad, hechas desde miradas divergentes de la mirada normativa<sup>173</sup>

Dicha propuesta se ha conceptualizado desde el llamado movimiento Postporno, aunado al hecho de que las mujeres hoy día poseen cada vez mejores condiciones económicas, simbólicas, ideológicas para producir material. Siendo así, la pornografía no sería vista como una amenaza sino como un recurso de disidencia.

Ambas posiciones no se recogen acá desde una postura crítica, sino descriptiva. Pareciera que el feminismo como movimiento ofrece libertad de opinión, que, a lo interno, quienes militan pueden decantarse libremente por posiciones incluso opuestas. Desafortunadamente en ciertos espacios de detracción hacia el feminismo, no se es consciente de lo anterior y se utilizaría a manera de crítica. Un aspecto negativo de la ambivalencia de posturas podría traer como consecuencia cierta confusión en quien se inicia en el movimiento con respecto a su posición hacia la pornografía como fenómeno social. Los feminismos si están de acuerdo con el tema de que el Patriarcado ha creado de la pornografía otra forma de ejercer violencia hacia las mujeres y coinciden en proteger a las mismas de su respectiva victimización.

### **Modelo Biopsicosocial de la Salud pública epidemiológica**

El discurso de la Salud Pública por lo general como se expondrá a continuación irá más encaminado a la exposición de la pornografía con consecuencias aversivas y como un recurso de afectación a un modelo de salud en la población.

Tal como plantean Megan, Carrotte y Hellard, el impacto del consumo de pornografía podría estar asociado a consecuencias en la salud y bienestar personal.

---

<sup>173</sup> Paul B. Preciado, «Mujeres en los márgenes», *El País*, 12 de enero de 2007, sec. Babelia, [https://elpais.com/diario/2007/01/13/babelia/1168648750\\_850215.html](https://elpais.com/diario/2007/01/13/babelia/1168648750_850215.html).

De forma indirecta, los patrones asociados a la pornografía como tal podrían repercutir en dinámicas de violencia de género dirigidas hacia la mujer. Para los autores, la pornografía también modela prácticas inadecuadas en la sexualidad, como el escaso uso de preservativo (solo del 2 al 3% de la pornografía heterosexual lo incorporan), estándares de belleza influyendo en la construcción de imagen corporal, y la posible generación de un fenómeno adictivo hacia la misma<sup>174</sup>. También la pornografía promueve el uso de diversas parejas sexuales, situación que podría incrementar la proliferación de enfermedades de transmisión sexual. Presenta comorbilidad con otras adicciones sexuales, siendo más proclive el individuo a la promiscuidad y al pago por sexo, ocasionando el riesgo de contagio por infecciones de transmisión sexual<sup>175</sup>.

En cuanto a la violencia de género, la mayoría de la pornografía mainstream presenta escenas que incluyen actos con algún tipo de agresión que van desde avances sexuales no consensuados hasta violencia física directa<sup>176</sup>. No obstante, la reproducción de violencia a través de aprendizaje social es controvertida y los resultados no sugestivos. Otro tema con un marcado tinte de violencia sexual es la explotación sexual comercial. A pesar de que socialmente la pedofilia y hebefilia se encuentran deslegitimados desde los discursos usuales de la ciudadanía, las relaciones impropias y el pago por sexo con menores de edad aun no disminuye en su incidencia. De modo que debe haber un dispositivo social que desinhiba la predilección a dichas conductas. La presencia de pornografía da cuenta de ello<sup>177</sup>.

Con respecto al bienestar personal y sexual, la pornografía también podría desencadenar algunas consideraciones merecedoras de abordaje. Para Megan,

---

<sup>174</sup> Lim, Carrotte, y Hellard, «The Impact of Pornography on Gender-Based Violence, Sexual Health and Well-Being».

<sup>175</sup> M. P. Kafka y J. Hennen, «The Paraphilia-Related Disorders: An Empirical Investigation of Nonparaphilic Hypersexuality Disorders in Outpatient Males», *Journal of Sex & Marital Therapy* 25, n.º 4 (diciembre de 1999): 305-19, <https://doi.org/10.1080/00926239908404008>.

<sup>176</sup> Fritz et al., «A Descriptive Analysis of the Types, Targets, and Relative Frequency of Aggression in Mainstream Pornography».

<sup>177</sup> Taylor, «Pornography as a Public Health Issue».



Carrotte y Hellard, puede repercutir en la vivencia de las relaciones de pareja, por el continuo sesgo comparativo con respecto a los estándares recibidos por la estimulación de material pornográfico. Para Kafka y Hennen, el consumo excesivo de pornografía como cualquier adicción, puede comenzar a afectar los vínculos y estilos de vida de las personas. Una de las consecuencias usuales es la interrupción del vínculo de pareja<sup>178</sup>.

Sun, Bridges, Johansson y Ezzell. plantean además decrementos en la satisfacción sexual principalmente en hombres, debido a que el uso excesivo de pornografía puede conducir a la dependencia de esta para mantener la excitación sexual<sup>179</sup>, creando fenómenos de consumo parafilico. Según Prause y Pfaus, diversos estudios han revelado que hombres que sufren adicción a la pornografía por lo general presentan dificultades en cuanto al rendimiento y erección con sus parejas reales, pero no con la exposición a la pornografía<sup>180</sup>.

En resumen, el común del discurso de la Salud Pública se ubica en torno a que el individuo por habituación buscará cada vez mayores inputs de estimulación con el fin de conseguir el efecto deseado, siendo que al final, podría involucrarse en la ejecución de un acto de violencia sexual. La construcción de la sexualidad que se plantea en la pornografía conlleva la aceptación de mandatos y roles sociales misóginos. Por tanto, el individuo incorporará a los mismos en su sistema de creencias. A pesar de que no existen datos serios que contribuyan a plantear la ocurrencia del problema, existen fenómenos de violencia sexual como el acoso y hostigamiento sexual presentes en la cotidianidad de nuestro país, que de forma indirecta supondrían como posible factor referencial un impacto de la influencia de

---

<sup>178</sup> Kafka y Hennen, «The Paraphilia-Related Disorders».

<sup>179</sup> Chyng Sun et al., «Pornography and the Male Sexual Script: An Analysis of Consumption and Sexual Relations», *Archives of Sexual Behavior* 45, n.º 4 (mayo de 2016): 983-94, <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0391-2>.

<sup>180</sup> Nicole Prause y James Pfaus, «Viewing Sexual Stimuli Associated with Greater Sexual Responsiveness, Not Erectile Dysfunction», *Sexual Medicine* 3, n.º 2 (junio de 2015): 90-98, <https://doi.org/10.1002/sm2.58>.

la pornografía. Para que un acto de violencia se efectúe, debe haber un antecedente que posibilite predisposición a efectuarla.

De modo que, desde el punto de vista de la Salud Pública por su interés epidemiológico, el consumo de pornografía podría estar asociado a diferentes fenómenos perniciosos no solo a nivel individual, en cuanto a lesiones biológicas, interpersonales y conductuales; sino a nivel socio comunitario, como la propagación de infecciones de transmisión sexual y la permisibilidad en cuanto a violencia de género en todas sus aristas. Todo el capítulo 2 del presente documento estará dedicado a argumentos interventivos desde la Salud Pública.

### **Conservadurismo fundamentalista**

En este punto se incluyen todas las defensas moralistas de la sexualidad, vistas desde el gran núcleo fundamentalista y de su conceptualización reduccionista y culpógena. Si bien es cierto, las visiones son heterogéneas debido a la amplitud de tradiciones religiosas existentes, se coincide en procesar el fenómeno de la Pornografía como algo definitivamente obsceno, sea de la orientación que sea. En América Latina, el conservadurismo como movimiento de rechazo a la pornografía se encuentra de la mano con lo planteado por la Iglesia Católica, siendo que el catecismo de esta se pronuncia al respecto:

Pornografía consiste en sustraer de la intimidad de los sujetos actos sexuales reales o simulados, con el propósito de mostrarlos deliberadamente a terceros. Ofende a la castidad, porque pervierte el acto conyugal, el íntimo darse un esposo al otro. Es una grave ofensa a la dignidad de los que en ella participan (actores, distribuidores y público), ya que cada uno se convierte en un objeto para el placer y beneficio ilícito de otros. Sumerge a todos los que en ella se involucran en la ilusión de un mundo de fantasía. Es una grave

ofensa. Las autoridades civiles deben impedir la producción y distribución de material pornográfico<sup>181</sup>

Si bien es cierto, la amplitud de movimientos desde el conservadurismo es extensa y no se identifican con la Iglesia Católica como movimiento representativo, si pudiese haber afinidad con el texto anterior. Como se puede apreciar de la definición que la Iglesia Católica realiza sobre pornografía, el fenómeno de mirar y crearla estaría asociado directamente a la amenaza de instituciones como el matrimonio. También es condenatoria con respecto a lo fantasioso de la sexualidad. Parece ser que, implica una definición de “sexualidad sana” una que excluye la fantasía y el decidirse como objeto de placer para otro.

Es interesante el posicionamiento inclusive político, exhortando a la prohibición absoluta por parte de entidades de gobierno. De modo que en el conservadurismo no hay dialogo posible, dirigiendo sus recursos en el discurso a la persecución culpógena de quienes consumen. Habría que preguntarse si la difusión punitiva que establece este moralismo coincide con una significativa y eficaz reducción del consumo entre quienes se profesan adeptos a dichas creencias ideológicas y religiosas o si, el consumo se mantiene de manera encubierta.

El conservadurismo basa su influencia social en la promoción y protección de instituciones como el matrimonio, la virginidad o el binarismo hetero sexuado. De modo que propondría la pornografía como inmoral, considerando que la práctica sexual solo se fundamenta dentro de dichas instituciones y por consiguiente la proliferación de esta amenazaría o posibilitaría en el individuo el pensar formas alternativas fuera de lo que el conservadurismo propone. La visión de una sexualidad asociada únicamente a la procreación es seriamente cuestionada por cualquier formato de reproducción pornográfica.

---

<sup>181</sup> «Catecismo de la Iglesia Católica», accedido 21 de junio de 2020, [http://www.vatican.va/archive/catechism\\_sp/index\\_sp.html](http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html).

Si bien es de reconocer la unificación en cuanto al planteamiento, donde decididamente se está en contra, como se mencionó con anterioridad a nivel político dicho argumento no es eficaz y las acciones no pasan del nivel de discursividad en la mayoría de los casos.

### **La Legislación y su aplicación selectiva**

La legislación costarricense si regula y castiga la difusión de material pornográfico infantil. Según el artículo 173 del código penal, bajo pena de prisión de cuatro a ocho años se castiga la producción, de tres a seis años quien transporte o ingrese en el país este tipo de material; de uno a cuatro años, quien posea material pornográfico infantil y; de tres a siete años quien entregue, comercie, difunda, distribuya o exhiba material pornográfico a personas menores de edad o incapaces<sup>182</sup>. Sería oportuno, a pesar de la dificultad que ello plantea, un seguimiento de la eficacia en cuanto a la aplicación de la ley con respecto a producción, difusión y tenencia de pornografía infantil y la protección hacia menores derivada.

La naturaleza de la ley es sancionatoria, de ahí que se incluya en el código penal. No obstante, a nivel de políticas de prevención, abordaje, conceptualización no existe nada al respecto como se expondrá en el siguiente análisis.

### **Política para la igualdad efectiva entre hombres y mujeres<sup>183</sup>**

La Política aborda el tema de igualdad entre hombres y mujeres en base al principio de Derechos Humanos. La política parte del principio de inequidad en cuanto a la consecución de igualdad debida a factores estructurales, englobados en 4 nudos:

---

<sup>182</sup> Asamblea Legislativa, «Código penal costarricense», Pub. L. No. 4573, § 3. Corrupción, Proxenetismo, Rufianería (2013).

<sup>183</sup> Instituto Nacional de las Mujeres, «Política Nacional para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres. 2018-2030».

- Patrones culturales patriarcales, discriminatorios y violentos y predominio de la cultura del privilegio
- División sexual del trabajo e injusta distribución del cuidado
- Desigualdad socioeconómica y persistencia de la pobreza en el marco de un crecimiento excluyente
- Concentración del poder y relaciones de jerarquía en el ámbito público

No obstante, en la misma no se incluye el trabajo con masculinidades. Mucho menos el abordaje de sexualidades compulsivas como el consumo y/o producción de pornografía.

### **Política Nacional de Salud Mental<sup>184</sup>**

La Política Nacional sobre Salud Mental, que comprende el periodo de 2012 al 2021, se enfoca precisamente en la prevención de trastornos mentales y la promoción de Salud Mental desde una perspectiva psicosocial. La Política usa como objetivos los determinantes de la Salud, de modo que está orientada hacia la mismos:

- Eje Biológico
- Eje Ambiental
- Eje Socio Económico y Cultural
- Eje Sistema y Servicios De Salud

A pesar de que en el eje Económico y Cultural se plantea una sección dedicada a estilos de vida, no se plantea nada específico al tema de adicción sexual o consumo de pornografía. De modo que el presupuesto para trabajar en los mismos es limitado y aunque pueda que visibilizado como problema de Salud Pública, no al grado de consideración en la Política Pública.

---

<sup>184</sup> Ministerio de Salud, «Política Nacional de Salud Mental 2012-2021» (San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2012).

### **Política nacional para la atención y la prevención de la violencia contra las mujeres de todas las edades Costa Rica 2017-2032<sup>185</sup>**

Por su parte, esta política se enfoca en la prevención y atención de violencia hacia las mujeres, enfocando las acciones en dicha línea. A pesar de que la población meta son las mujeres, dedica de forma estratégica un capítulo exclusivo para el trabajo con hombres jóvenes, propiamente en el eje 2. La misma si reconoce, la influencia de los hombres en cuanto a violencia sexual hacia las mujeres, planteando indirectamente el papel de la adicción sexual en hombres como componente de expresión de la masculinidad.

A pesar de ser la más completa de las políticas analizadas en cuanto al tema que compete, adolece de varios componentes obligatorios:

- Se enfoca en hombres jóvenes, adolescentes y niños; siendo que el grueso de comportamiento sexual compulsivo se instala en la adultez.
- Plantea que debe trabajarse la masculinidad, pero no el comportamiento sexual compulsivo inherente a esta.

### **Política Nacional de Sexualidad 2010-2021<sup>186</sup>**

Como su nombre lo anticipa, se enfoca en la vivencia de la sexualidad por parte de la ciudadanía costarricense, por tanto, la promoción de derechos sexuales y reproductivos. Reconoce a la violencia sexual como un factor clave que limite el ejercicio de una sexualidad positiva y libre, sin embargo, no tocando el fenómeno de pornografía.

Dentro de los ejes planteados, presenta 4 relacionados con la temática, planteando la necesidad de promoción de derechos sexuales y la práctica de una sexualidad

---

<sup>185</sup> Instituto Nacional de las Mujeres, «Política Nacional para la Atención y la Prevención de la Violencia contra las Mujeres de todas las Edades Costa Rica 2017-2032».

<sup>186</sup> Ministerio de Salud, «Política Nacional de Sexualidad 2010-2021» (San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2011).

integral pero no de forma directa la adicción sexual en hombres y el abordaje de estos en servicios de salud:

- Educación Integral de la sexualidad
- Violencia Sexual
- Actividad sexual remunerada de personas adultas
- Ciudadanía sexual

### **Plan Nacional para la Erradicación de la Explotación Sexual Comercial 2008-2010**<sup>187</sup>

La masculinidad hegemónica y su relación con la sexualidad compulsiva guarda estrecha relación a través de relaciones violentas e impropias con menores de edad en condición de explotación sexual comercial. Este plan aborda justamente el tema, tejiendo acciones en materia de prevención y atención. Un componente importante es su enfoque dirigido a la población vulnerable y familias posiblemente afectadas, pero no con la población masculina que podría provocar la conducta violenta. Un aspecto a la vez desventajoso es que la política se plantea en el periodo 2008-2010, siendo que la misma debe reformularse una vez más.

### **Plan Estratégico Nacional en VIH y Sida, 2016-2021**<sup>188</sup>

A pesar de que la sexualidad compulsiva es uno de los mayores contribuyentes en cuanto a la incidencia del VIH, el plan se enfoca más que en prevención en la respuesta de atención. Incorpora el tema de capacitación y sensibilización, no así de forma específica la relevancia de la pornografía en cuanto a la vivencia de la sexualidad.

### **Algunas Acotaciones sobre Planes Nacionales y Políticas**

---

<sup>187</sup> CONACOES, «Costa Rica: Plan Nacional para la Erradicación de la Explotación Sexual Comercial de niños, niñas y adolescentes. 2008-2010.» (2007).

<sup>188</sup> Ministerio de Salud, «Plan Estratégico Nacional en VIH y Sida 2016-2021.» (San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2016).

Según la revisión efectuada, a nivel general, ninguna política se compromete realmente con el tema de la adicción sexual en general. No plantean estadísticas ni estado de la cuestión en la incidencia. En algunas se reconoce la relevancia del tema. Pero no considerando planteamientos ni ejes en el abordaje.

No consideran aspectos como el abuso de pornografía ni la masturbación compulsiva, en menor medida si mencionan al sexo comercial, siendo desde el perfil de la víctima. No especifican programas de atención ni de prevención de forma directa en servicios de salud, ni tampoco abordan planes estratégicos institucionales para un abordaje apropiado.

De modo que, la posición de la Ley ante el fenómeno de consumo de Pornografía es selectivo, enfocado en el castigo de la tenencia de la de corte infantil, pero no enfocado a la prevención o abordaje de esta como fenómeno que habla de sexualidad. Tampoco habla de cuando la pornografía se vuelve un fenómeno, en cuanto a la presencia de consumo adictivo. El sujeto puede consumir, pero no existen políticas en caso de que su recurrencia se torne disfuncional desde el malestar subjetivo propio.

### **3.1.5 Paradigmas psicológicos y su posición con respecto al consumo**

#### **La mirada Psicoanalítica**

El recurrir a la pornografía como compulsión sintomática de necesidades sexuales reprimidas atraviesa cierta ambigüedad. Esto desde una doble vivencia entre tener el objeto pulsional y no tenerlo. Un permanente mostrar y ocultar lo que se muestra a través del material pornográfico que implica satisfacción desde el goce. Sobre este



fenómeno, el concepto de fantasía es vital para comprender la relación del sujeto con la pornografía misma<sup>189</sup>.

En *Pegan a un niño*, Freud plantea que la representación fantasía suele ser investida con placer. Es decir, el acto de ver a un otro realizando una acción para la cual el sujeto está fuera, puede ser vivida de forma personal desde el goce. Una fantasía así solo puede posicionarse como un rasgo primario de perversión. Hay procesos que Freud describe en el texto según los cuales dichos rasgos de goce pueden ser reprimidos, no obstante, esto no siempre se da así y el placer sexual voyerista puede quedar fijado<sup>190</sup>

Por tanto, la pulsión sexual resultante es alimentada por la prohibición y a la vez presentación del objeto del deseo. Freud propone que la actividad del aparato psíquico está sometida al principio del placer, de modo que es regulada por sensaciones en la serie placer-displacer<sup>191</sup>. El mirar pornografía como cualquier síntoma no provoca que el sujeto satisfaga sus pulsiones sexuales más profundas, sino que impide una satisfactoria realización del principio del placer. De modo que el sujeto seguirá esclavo a la compulsión de la repetición y del supuesto goce.

En *El problema económico del masoquismo*, Freud distingue entre tensión y descarga. El incremento de tensión no es asumido como placer, sino como displacentero. Es la descarga la que se vive como placentera<sup>192</sup>. De modo que el sujeto debe verter hacia afuera dicha tensión, el acto de mirar pornografía acompañado de onanismo contribuiría a este principio. En *Pulsiones y Destinos de*

---

<sup>189</sup> Galiani Llach y Salas Osorio, «Consideraciones psicoanalíticas acerca del fantasma y la pornografía».

<sup>190</sup> Sigmund Freud, «Pegan a un niño. Contribución al conocimiento de la génesis de las perversiones sexuales», en *Obras Completas*, vol. XVII (Buenos Aires: Amorrortu, 1919).

<sup>191</sup> Sigmund Freud, «Pulsiones y Destinos de Pulsión», en *Obras Completas*, vol. XIV (Buenos Aires: Amorrortu, 1920).

<sup>192</sup> Sigmund Freud, «El problema económico del masoquismo», en *Obras Completas*, vol. XVII (Buenos Aires: Amorrortu, 1924).

*Pulsión*, se plantea que la finalidad de una pulsión es eliminar la necesidad corporal, es decir eliminar la fuente<sup>193</sup>.

En el acto de ver pornografía, partiendo de este supuesto, es clara la fuente de pulsión, estrictamente sexual, pero a la vez, con lo planteado dicha excitación previa al mirar pornografía, genera en el individuo cierta tensión, la cual finaliza al consumir; quedando delimitado por dos elementos: por un lado, el acto de mirar a otro, pero por otro, masturbarse, acto que introyecta lo visto y genera la sensación de que lo que le ocurre al otro “*me ocurre a mí*”, siendo que, en el proceso de performance masturbatorio-voyerista que implica la pornografía, se encuentra la voz del otro. Si fuera solo mirar, el acto queda externo al sujeto. Es el acto de autoerotismo que permite a manera de imaginaria, la falsa sensación asumida de disfrute sexual del cuerpo deseado ante la mirada deseante del observador. En *Tres ensayos para una teoría sexual*, Freud plantea que cualquier incremento de tensión en el aparato anímico puede causar excitación.

El deseo humano circula a través del lenguaje. Freud planteaba que el fetichista espera que el objeto le complete, el fetiche es un sustituto del falo, que se va desplazando. El sujeto fetichista va cambiando de objeto en objeto<sup>194</sup>. El fetiche está en movimiento, es un objeto imaginario, investido en el objeto como tal. El objeto fetiche tapa la castración, la ausencia del falo, le sustituye. El fetiche es un objeto a, tapa la falta. Al sujeto le falta el significante, pero reniega de esa falta, con el fetiche logra asumir que la carencia no está. En el mirar pornografía hay un proceso fetichista. La pornografía es un lenguaje, incluye en si misma un entramado de posicionamientos simbólicos cuyo código invita al sujeto a adentrarse en ella. A través de la pornografía se recrea un juego simbólico, el material como tal pretende sustituir la performatividad del acto sexual mismo.

---

<sup>193</sup> Freud, «Pulsiones y Destinos de Pulsión».

<sup>194</sup> Sigmund Freud, «Sobre el Fetichismo», en *Obras Completas*, vol. XIX (Buenos Aires: Amorrortu, 1927).

Un carácter relevante de la pornografía es la facilidad que ofrece la misma en cuanto a la diversidad de presentación. No se trata de un solo video, sino que el sujeto puede acceder a varios entre millones de posibilidades. La pulsión se desplaza, el fetiche está en movimiento constante. Esto empataría con lo que Freud expresaba en *Pulsiones y destinos de pulsión*, cuando hablaba de la transitoriedad del objeto<sup>195</sup>. La fuente se mantiene inalterada: la necesidad de excitación sexual. Pero el objeto varía una y otra vez: muda como el sujeto alterne de video o material para conseguir excitación, invistiéndose del carácter libidinal al cuerpo que se muestre en pantalla. La relación con el otro se delimita por el mundo pulsional interno, son las carencias del sujeto, su relación con su falta, las que determinan sus excesos. De modo que, en el acto de mirar pornografía hay también fenómenos proyectivos, una depositación de la falta del propio sujeto en el material mismo, generando provisionalmente una sensación de cercanía con lo anhelando pulsionalmente.

Una de las características de las pulsiones es su carácter repetitivo. La compulsión a la repetición es característica en la pornografía, siendo que por lo general el sujeto recurrirá una y otra vez al acto de performance pornográfico, siendo que la pulsión no es saciada lo suficiente como para que no se repita nunca más. En la compulsión a la repetición las pulsiones se mantienen con un carácter conservador que buscan mantener al síntoma perenne. Freud la presenta como un factor autónomo, irreductible, una dinámica conflictual que busca conservar a la pulsión<sup>196</sup>. Siguiendo con el texto de *Introducción al Narcisismo*, en el caso de las neurosis, la elección libidinal de objeto traerá inevitablemente una pérdida: la del narcisismo, siendo compensada solo al amar y ser amado<sup>197</sup>. Es decir, en el amar se presenta un empobrecimiento del yo:

---

<sup>195</sup> Freud, «Pulsiones y Destinos de Pulsión».

<sup>196</sup> Jean Laplanche y Jean-Bertrand Pontalis, *Diccionario de psicoanálisis: Bajo la dirección de Daniel Lagache*, Edición: 1ª (Barcelona: Ediciones Paidós, 1996).

<sup>197</sup> Sigmund Freud, «Introducción al Narcisismo», en *Obras Completas*, vol. XIV (Buenos Aires: Amorrortu, 1920).

Simultáneamente, el yo ha emitido las investiduras libidinosas de objeto. El yo se empobrece en favor de estas investiduras, así como del ideal del yo, y vuelve a enriquecerse por las satisfacciones de objeto y por el cumplimiento del ideal.<sup>198</sup>

La búsqueda de objeto libidinal por ende será una proyección del ideal del yo en el mismo, siendo que, entonces el enamoramiento Freud la definirá como afluencia de la libido del yo al objeto, exaltando el objeto sexual a categoría de ideal sexual. Justamente en la Pornografía se nos cuenta este fenómeno: los cuerpos están idealizados según la dinámica patriarcal. De modo que, además del ideal del yo, también se conformará a través del enamoramiento el yo sexual. El mismo para Freud tiene una categoría auxiliar del otro, en el momento que la satisfacción narcisista tropieza con obstáculos reales, puede ser utilizado el ideal sexual como satisfacción sustitutiva. El Yo sexual presenta lo que le falta al Yo para parecerse al Yo ideal. De modo que en palabras de Freud: *Se ama a lo que posee el mérito que falta al yo para alcanzar el ideal.*<sup>199</sup>

De momento, es necesaria la interrogante sobre si la compulsión a mirar pornografía tiene que ver con esta búsqueda de un *Yo sexual* y además sobre cómo está establecido este Yo. Puede que el mirar pornografía tenga que ver con una exigencia sobre sí, que provoca angustia, aliviada por el goce obtenido en el acto consumado de la pornografía. Sobre este punto es necesario referirse al concepto de falta en Lacan. Dentro de la teoría psicoanalítica de corte lacaniano, uno de los conceptos más importantes en torno al cual la misma gira es el de objeto a. Lacan lo asume como un objeto perdido al cual el sujeto quiere volver a encontrar viviendo lo que el autor denominaría un retorno imposible<sup>200</sup>. A partir de esto, las elecciones de objeto que realiza el sujeto deberían ser un instrumento destinado a enmascarar

---

<sup>198</sup> Sigmund Freud, Introducción al Narcisismo, 96 y 97

<sup>199</sup> Sigmund Freud, Introducción al Narcisismo, 97

<sup>200</sup> Dennis Redondo Alfaro, Isaac Vargas Herrera, y Mariela Zúñiga Solís, «LA PERVERSIÓN», *Wimb Lu* 7, n.º 1 (2012): 119-74.

el contenido de angustia del ser humano. El fetiche, posicionándolo como la acción de investir un objeto libidinalmente con lo requerido por el objeto a, funciona como protección contra la angustia de castración.

En el caso de la pornografía el sujeto intentaría sortear esta falta y acercarse por medio del consumo a algo del objeto a. Mirar pornografía tiene la forma de fetiche, tintes de una lógica perversa, que, si bien alcanzaría a remitir a la estructura como tal, si plantea al menos la conformación del mirar como acto perverso: en tanto la metáfora paterna no puede ser asimilada, la pornografía ofrece un rebasamiento de la ley con respecto al disfrute sexual. El acto perverso se conforma desde la clandestinidad, oculto de la moralidad social jugando a escondidas para transgredir al poder<sup>201</sup>. La pornografía ofrece desafiar y transgredir a la obediencia de la ley, la prohibición de disfrute sexual en sus infinitas variaciones. El hecho de que existan tantos tipos y subtipos de pornografía es lo que da la prueba de que existe una para cada tipo de espectador (y de fantasía) ya que, en definitiva, a través de esta se lleva a la pulsión sexual inconsciente a un intento de realización. El cuerpo goza, con escenarios no bien vistos por la cultura. Tal como menciona Galiani y Salas:

La pornografía con sus múltiples variaciones puede ser un medio para que el sujeto logre relacionarse con esto prohibido que lo hace gozar, ya sea el incesto, la violación, la cosificación del cuerpo femenino, el masoquismo. En definitiva, algo que el principio de realidad le impide llevar a cabo<sup>202</sup>.

En las formaciones perversas, en el seminario 5, Lacan recuerda que, en la Perversión, en la estructura edípica a través de la envidia y el malestar con respecto a la intromisión paterna, el niño estaría orientado al recuperar el falo que perdió y buscaría la forma más adecuada en que lo puede lograr<sup>203</sup>. Puede que el consumo

---

<sup>201</sup> Redondo Alfaro, Vargas Herrera, y Zúñiga Solís.

<sup>202</sup> Galiani Llach y Salas Osorio, «Consideraciones psicoanalíticas acerca del fantasma y la pornografía».

<sup>203</sup> Jacques Lacan, *Seminario 5. Las formaciones del inconsciente*, ed. J. A. Millar (Buenos Aires: Paidós, 2005).

de pornografía tenga que ver con esta necesidad de la recuperación del falo no aceptada del todo en la instancia edípica correspondiente.

En torno a esta hipótesis edípica, que a futuro podría ahondarse aún más, que en los vídeos de pornografía *mainstream* juega un importante factor la iconografía de las escenas sexuales. Para Žizek, se atraviesan tres miradas: primero: el espectador avergonzado/onanista. Segundo: los profesionales que actúan, por lo general una mujer que con su cuerpo es penetrada y sexualizada, No obstante, es tal la necesidad imperiosa de amplificar lo coital, que ya no se trataría de actores sino de genitales actuando. Y tercero, la cámara misma que actúa como narrador omnisciente del performance en sí<sup>204</sup>.

La cámara es quien tiene el verdadero poder: si gusta podría dejar de enseñar, decide donde enfocar y donde no. La cámara es la portadora de la Ley. Quién observa el video a su vez de forma imaginaria trataría de ponerse en el lugar del ojo de la cámara, se identifica con la misma como si el lente fuera realmente su ojo. De vez en cuando la cámara vuelve a los ojos de la actriz, para con su mirada decirle al espectador: “ya lo ves, te estoy viendo, observando mi mirada”<sup>205</sup>. A todas luces esto podría ser una recreación de la dinámica edípica, el niño poniéndose en el lugar del padre para intentar satisfacer a su madre, jugar a ser el falo de ella.

Todo lo anterior remitiría al concepto lacaniano de pulsión escópica. Para Basch, remite directamente a la noción del cuerpo fragmentado y de la identificación sexual<sup>206</sup>, fenómenos ambos presentes en la iconografía pornográfica. Recuerda Lacan que, a través del ojo, se entra en el deseo del Otro. Para Lacan, querer apuntar al deseo del otro y creer ver un objeto en ese deseo es, lo que hace perversa dicha situación<sup>207</sup>. La persona que mira pornografía cree tener el deseo de quien

---

<sup>204</sup> Žizek, *Pornografía, nostalgia, montaje: una tríada de la mirada*.

<sup>205</sup> Žizek, *El acoso de las fantasías*.

<sup>206</sup> Basch, «El cuerpo mirado».

<sup>207</sup> Jacques Lacan, *Seminario 6. El deseo y su interpretación*, ed. J. A. Millar (Buenos Aires: Paidós, 2008).

actúa en el video, a pesar de que se trate meramente de un performance. Basch plantea lo siguiente:

En la satisfacción del voyeur existe una cierta indiscreción que, sin embargo, no se da por completo si el objeto no se da a ver. Es decir, que, aunque se trate de ver lo inadvertido, el objeto tiene que estar abierto, interesado en que le vean, en definitiva, ofrecerse al voyeur.<sup>208</sup>

La relación objetal del espectador que se convierte en voyeur y del video que se asume como fetiche; podría implicar la búsqueda del objeto a, búsqueda que lleva lo que el cierre edípico lleve de tiempo en la persona. El voyeur lo que busca es “interrogar en el Otro lo que no puede verse”<sup>209</sup>. Destacando que el voyeur mira a través del agujero de una cerradura lo que la Cultura ordena y prohíbe con no poder verse<sup>210</sup>. El agujero de esa cerradura sería el smartphone, cómplice perfecto que nunca delatará al espectador con respecto a su mirada perversa, quien mira puede dedicarse a ello sin ninguna cautela. El momento en que se mira pornografía es uno en el cual el neurótico puede jugar a ser perverso sin riesgo de sanción o condena.

A partir de Freud, el cuerpo es considerado como aquel que ya desde muy temprana edad tiende a la satisfacción del instinto sexual. Pero no todo el cuerpo, sino que el mismo sería sectorizado, diversas zonas erógenas correspondiendo a diferentes estimulaciones. Para Basch<sup>211</sup>, en la tendencia al voyerismo y al exhibicionismo el ojo se convierte en una zona erógena más. El mirar pornografía genera excitación. Tal como señala Doltó, la imagen del cuerpo es, en cada momento, la representación inconsciente de su propio deseo<sup>212</sup>.

---

<sup>208</sup> Basch, «El cuerpo mirado».

<sup>209</sup> Jacques Lacan, *Seminario 16. De otro al otro.*, ed. J. A. Millar (Buenos Aires: Paidós, 2008).

<sup>210</sup> Redondo Alfaro, Vargas Herrera, y Zúñiga Solís, «LA PERVERSIÓN».

<sup>211</sup> Basch, «El cuerpo mirado».

<sup>212</sup> Françoise Doltó, *La imagen inconsciente del cuerpo* (Barcelona: Paidós Ibérica, 1986).

El mirar pornografía tiende a plantear la sexualidad como un acto falocéntrico, a través de la mirada, el sujeto estimula sus órganos sexuales genitales no suele haber relación con el resto del cuerpo. De modo que la pornografía involucra la relación directa de un individuo con el falo, siguiendo a Doltó, esto podría posicionar la falta en el sujeto que mira pornografía al menos de forma compulsiva, la necesidad de invertir y de investir libidinalmente a su falo de aquello que le falta, goce. Baudrillard plantearía que el voyerismo del porno no es sexual sino representacional, es decir simbólico tomando al cuerpo como terreno de significación<sup>213</sup>. ¿Al buscar el goce del falo, que necesidad pulsional busca investir el sujeto?

La relación del niño con su cuerpo pasa por la definición de la madre de este. El cuerpo humano existe en tanto como es nombrado por el otro. Con el paso de la infancia a la adolescencia, las zonas erógenas también atraviesan una evolución, dándose un paso importante: mientras en la niñez todo el cuerpo sirve como zona erógena, en la pubertad se dará una focalización hacia los genitales. Es interesante como para muchas personas, el primer contacto con la pornografía se manifiesta en la adolescencia. Es relevante la frecuencia de objetos parciales en la pornografía, la misma remite a solo partes, la pornografía al menos de corte mainstream presenta un cuerpo fragmentado.

La pulsión es un concepto intermedio fronterizo que integra entre lo anímico y lo somático y por tanto está implicada, necesariamente, en estos dos campos. Pero la sexualidad está marcada por las reglas culturales, existe un antagonismo entre la Cultura y el deseo del Sujeto pulsional. La pornografía vendría a representar un alivio hacia la descarga libidinal de tensión sexual. La pornografía es un fenómeno también psicosomático porque plantea una mediación entre la conformación de fantasías pulsionales, en teoría imposibles de cumplir en el mundo real, y la excitación que el cuerpo podría obtener con las mismas.

---

<sup>213</sup> Baudrillard, *De la seducción*.



¿Cuál es el cuerpo que se busca en los videos de Pornografía? Un cuerpo que no sufre, entregado a lo coital eternamente, a pesar de la edad rejuvenecido, un cuerpo que no conoce más que el sexo, que no vive ni adolece cualquier formación sintomática. Un cuerpo como lo describiría Foucault, como lugar al que se está condenado sin recurso<sup>214</sup>. Es decir, que la pornografía hablaría de una condena del cuerpo al sexo para un constante ver/mostrar, el espectador aprisionado voyerista y el cuerpo en la escena, encantado exhibicionista.

La relación entre la sexualidad y la muerte es muy desarrollada en el psicoanálisis. Justamente la pornografía al ensalzar una, olvida la otra. Ver pornografía es fantasear con un cuerpo vivo, deseante y deseado, un cuerpo utópico. Tal vez por esto es por lo que la pornografía tiende con frecuencia la inclusión utópica de estándares de belleza. No es nuevo el relacionar la vitalidad con un pene grande, en sociedades antiguas incluso deificando figuras con falos y dotándoles de divinidad asociada a la fertilidad, a la vida. La pornografía entonces habla desde los ideales, persuade con la promesa de alcanzar un yo sexual ideal.

Entonces, tal vez, ver pornografía hace que se pueda, aunque sea de forma breve, alcanzar el ideal del yo. Lo psicossomático en la pornografía no se suscita ni por medio de la piel, ni por medio de los genitales que son masturbados. Son los ojos lo que intermedian el goce, a través de estos surge la representación de la fantasía, la búsqueda de satisfacción pulsional. En la pornografía se observa, pero no se siente, o posiblemente si se siente, pero a través de la mirada.

Puede que, el mirar pornografía contiene una acción sustitutiva: el mirar e introyectar lo que al otro sucede, reemplaza el acto sexual mismo, pero, no lo lograría exactamente, es decir la satisfacción no será completa. Esto podría explicar el carácter adictivo en la pornografía: El Sujeto buscará, pero nunca encontrará la satisfacción sexual plena. Las pulsiones de vida tienden a la integración, pero la misma es vacía, el otro no está ahí en realidad, solamente su imagen. De modo que

---

<sup>214</sup> Michel Foucault, «El cuerpo utópico», 1966.

la libido sexual no es satisfecha según lo pretendido: la fusión con un otro real. Es satisfecha en parte por medio del ejercicio imaginativo de introyección llevado a cabo y en otra parte no: el otro no está y el sujeto es consciente de ello. Como lenguaje viene a plantear de forma implícita la no necesidad de otro para lograr satisfacción sexual y brinda sustitutos que se acoplan a las características de diversas fantasías inconscientes con respecto a otro introyectado.

### **La contemplación Humanista**

Los enfoques humanistas son variados, diversos y heterogéneos. El Humanismo como tal no patologiza, sino que invita a la meditación y reflexión dirigida hacia el sujeto con respecto al fenómeno mismo, buscando el origen de la compulsión. La terapia humanista no es punitiva con el consumo de pornografía, sino como fenómeno que habla de dinámicas internas. Ciertas expresiones emocionales no han sido representadas adecuadamente en la consciencia, de modo que la gratificación obtenida de mirar pornografía simula este derecho de bienestar emocional necesitado.

David Barrios propone algunas consideraciones con respecto a una sexología humanista que podrían indicar el abordaje desde este enfoque con un tema de consumo de pornografía. Entre los mismos plantea los siguientes:

- Respeto a la diversidad sexual y erótica de los seres humanos.
- Reivindicación del derecho al placer, cuando éste se produce en un ámbito de respeto hacia sí mismo(a) y los(as) demás.
- Objeción al modelo salud-enfermedad como criterio único de valoración de las conductas sexuales.
- Refutación a la ideología meramente reproductiva en las relaciones eróticas.
- Reconocimiento y promoción de la equidad entre los géneros, partiendo del hecho de la igualdad ontogénica entre mujeres y hombres.

- Atención a las necesidades de la persona independientemente de las normatividades, en relación con la educación sexual, orientación y terapia de los problemas sexuales.<sup>215</sup>

En cuanto a los puntos anteriores, el consumo de pornografía no sería patologizado desde la tradición humanista, pero si analizado desde una postura de dinámica del erotismo, es decir, como se orienta el consumo mismo dentro de la satisfacción de necesidades sexuales y si este consumo obedece a actitudes que podrían incitar a la violencia.

Eusebio Rubio parte de la premisa de que la sexualidad es un fenómeno complejo, en la cual interactúan factores biológicos, psicológicos y sociales al mismo tiempo. Si se estudia a la sexualidad desde lo psicológico, se concluirá superficialmente que la sexualidad es un tema psicológico. Si se estudia desde parámetros biológicos, se concluirá que es un campo meramente de la biología. No obstante Eusebio Rubio decide que el estudio de la sexualidad debe aproximarse desde un modelo que tome en cuenta todas estas dimensiones.

En base con esta afirmación, Rubio propone el modelo holónico de la sexualidad, según el cual cada elemento estaría integrado y actuaría en interacción con los demás, bajo la aplicabilidad de cada metodología de la cual pueda ser estudiado: desde lo biológico, lo psicológico, lo social, etc. Cada uno de estos elementos u holones, no puede actuar independientemente del resto sino en un sistema con todos en conjunto. No tomar en cuenta solo un holón es someter a la sexualidad a un discurso reduccionista. Los holones que propone Eusebio Rubio serían:

- Reproductividad humana, entendida esta como el derecho y la capacidad humana de decidir en qué momento y circunstancias se pueden producir individuos semejantes a sus progenitores, con el fin de asegurar la continuidad de la especie. Esta capacidad va al mismo tiempo acompañada de construcciones sociales que determinan

---

<sup>215</sup> David Barrios, *En las alas del placer*. (México, D.F.: Editorial Pax México, 2005).

desde el momento hasta el impacto que la misma reproductividad pueda traer.

- Género. La sexualidad es una construcción social, la cual indica a un individuo determinado el rol por asumir ante los demás miembros de la sociedad y la forma en cuanto a la cual se interpretan y expresa ese rol asumido.
- Erotismo. Rubio lo define de esta manera: los procesos humanos en torno al apetito por la excitación sexual, la excitación misma y el orgasmo, sus resultantes en la calidad placentera de esas vivencias humanas, así como las construcciones mentales alrededor de estas experiencias.
- Vinculación Afectiva. Esa capacidad de sentir afecto por otros, a pesar de su disponibilidad, vivenciada de forma subjetiva debido a que, como los demás holones, este también es una construcción social<sup>216</sup>.

En este sentido, podría desglosarse de la conceptualización realizada por Rubio, que el mirar pornografía se trataría de una forma de vivencia del erotismo sin la inclusión de vinculación afectiva ni reproductividad, pero si permeado bajo la performatividad del género, desde el cual se elegiría el material por acceder. Es poco lo que se encuentra sobre consumo de pornografía y propuestas humanistas, de modo que lo que se expondrá a continuación son planteamientos propios, sobre el consumo y diversas afinidades teóricas, más como un ejercicio reflexivo enlazando la propuesta teórica.

En cuanto a la Gestalt, Salama (2012)<sup>217</sup> define al ciclo de la experiencia como un proceso en la cual se conforman las características psíquicas de la persona en base a su experiencia con la necesidad. Dependiendo de cómo se viva el mismo, entonces transcurrirá la energía, ya sea fluyendo libremente o avanzando con dificultades o bloqueos. Salama define el bloqueo como una acción en la que se

---

<sup>216</sup> Eusebio Rubio Auriolles, *Antología de la sexualidad humana* (México D. F.: Porrúa, 1994).

<sup>217</sup> (Salama 2012)

impide el flujo de energía. Salama<sup>218</sup> describe dos polaridades en la Gestalt: El Yo y el Seudo Yo. El primero busca el crecimiento mientras el segundo busca la interrupción de la energía y la fijación en etapas gestálticas. En el proceso de consumo de pornografía, el sujeto conformaría la producción de un Seudo Yo, idealizado, identificándose con lo visto en el personaje del video y asumiéndose como protagonista en el performance. De modo que, el acto de ver pornografía es un ejercicio imaginativo en el que la persona se deposita en el mismo video, asimilando como suyo lo que sucede en el mismo.

Desde un punto de vista más rogersiano, el individuo no se encontraría a gusto, atravesando por un estado de desacuerdo interno consigo mismo. Vería bloqueada su capacidad de tendencia actualizante, es decir el potencial positivo de crecimiento y la recompensa positiva de sí mismo. Similar al concepto de Seudo Yo, Rogers plantearía el de Yo ideal o aspiracional, donde a mayor distancia con el Yo Verdadero, se acentuaría el fenómeno de incongruencia y en contraste, cuanto más estén alineados mayor sentido del yo<sup>219</sup>. En efecto, de existir una congruencia entre la imagen idealizada a nivel sexual de cada individuo, se buscaría alcanzarla desde la vista de pornografía, de forma imaginaria el ver el material provisionalmente ofrecería un acercamiento a este ideal.

Muy similar a la perspectiva de Rogers, para Maslow cada individuo buscaría su autorrealización<sup>220</sup>. En el caso de toda situación que impida dicho crecimiento y podría plantearse que también en el consumo excesivo de Pornografía, habría fuerzas regresivas que entranpan a la persona a obtener gratificación únicamente de la satisfacción de necesidades fisiológicas y no de las demás. Hay una merma en cuanto a la gratificación de las necesidades del resto de la pirámide propuesta por Maslow.

---

<sup>218</sup> (Salama 2012)

<sup>219</sup> Carl Rogers, *Psicoterapia centrada en el cliente* (Barcelona: Paidós, 1997).

<sup>220</sup> Abraham Maslow, *Toward a psychology of being* (USA: Insight Book, 1968).

Para la logoterapia es relevante como eje central en el consumo la revisión de pérdida de sentido de vida: Se recurre a cualquier adicción como el consumo de pornografía para aliviar neurosis noógenas dadas por el vacío existencial. La Noodinámica es la dinámica espiritual en un campo de tensión bipolar, en el cual un polo representa el sentido a consumir y el otro polo corresponde al hombre que debe cumplirlo. La búsqueda humana de sentido y de valores nace de una tensión interior de naturaleza existencial<sup>221</sup>.

En logoterapia la tensión interior es necesaria, porque permite al paciente reorientar o encontrar el sentido de su vida. Lo patológico y nocivo es precisamente lo contrario, el vacío existencial, la carencia total y absoluta de un sentido de la vida. Cierta dosis de conflictividad interna puede ser saludable. En este sentido, la logoterapia desarrolla una teoría del enfermar, basada en la concepción de una restricción noética, es decir cuando el individuo se le dificulta el proceso de su propia autotranscendencia. En este sentido, los individuos utilizarían estrategias que actuarían a corto plazo para aliviar el sufrimiento. Las mismas incluirían la automedicación, compulsiones o comportamientos autolesivos o adictivos. Las mismas según Ortiz, pueden ser utilizadas:

- a) Como una forma de actuar sobre el propio malestar corporal
- b) Como una forma de enfrentar situaciones que hacen surgir estados problemáticos
- c) Como una respuesta ante la frustración existencial<sup>222</sup>.

En común, el acto de mirar Pornografía bloquearía el potencial de crecimiento que las distintas miradas humanistas plantean ya sea el concepto de auto realización (Maslow), Autotranscendencia (Frankl), supone un peligro para la propia percepción que se tiene de sí mismo y peligrar con ello la propia autoestima y tendencia actualizante (Rogers). Es menester dejar claro que este paradigma no suele

---

<sup>221</sup> Efrén Martínez Ortiz, ed., *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico* (México D. F.: Manual Moderno, 2013).

<sup>222</sup> Martínez Ortiz.

expresarse en función de si la Pornografía es un fenómeno que incide o no en la Salud Mental. La producción académica sobre el fenómeno desde el Humanismo es escasa.

Un concepto relevante del humanismo del cual esta tesis se nutre es su concepción del erotismo, definido ya anteriormente. La vivencia erótica de la sexualidad es desarrollada de forma central en este paradigma. David Barrios la define como *la potencialidad personal de producir y comunicar una forma especial de placer: deseo, excitación y orgasmo. Incluye los fenómenos mentales (ideaciones, fantasías, recuerdos) asociados a dicho placer.*<sup>223</sup> De esta forma, el concepto alude al placer derivado de lo sexual pero donde intervendría no solo la genitalidad sino también la influencia de la cultura en la imaginación disfrute y encuentro.

Para Campos y Salas, el erotismo debe entenderse como sinónimo de placer y en el mismo van a confluir dos vertientes, tanto la de la seducción, es decir la atracción de la mirada del otro, como la de la corporalidad, es decir que el placer se lleve a cabo con el cuerpo. De esta manera el erotismo no provendría únicamente de la genitalidad, sino de la capacidad de gozar y de sentirse vital. La diferencia entre sexualidad y sexo para estos autores es que, en el último, el eros está ausente<sup>224</sup>.

Cabe preguntarse si el erotismo depende de la presencia de alguien más o si de forma individual puede establecerse. En este sentido, a pesar de que se trate de autoestimulación, podría haber también auto seducción. Es menester desde el humanismo, plantear si el consumo de pornografía favorece este autoerotismo o si lo imposibilita. Desde este punto de vista el consumir pornografía no supondría en sí mismo un tema de interés clínico sino más bien una forma limitada de vivir el erotismo, en tanto que evoca la respuesta sexual humana, pero sin seducción. Pero

---

<sup>223</sup> Barrios, *En las alas del placer*. P. 43

<sup>224</sup> Álvaro Campos y José Manuel Salas Calvo, *El placer de la Vida* (San José, Costa Rica: UNFPA, Fondo de población de las Naciones Unidas, 2002).

si viniese a requerir apoyo terapéutico si entra dentro de una vivencia de bloqueo o interferencia con otras formas de vivir la sexualidad.

### **La ojeada Psiquiátrica**

A pesar que ha venido teniendo cada vez mayor interés académico, y puede conceptualizarse como un subtipo de adicciones<sup>225</sup>; en los Manuales Diagnósticos de Psicopatología actuales no se encuentra algún criterio referido exclusivo a las dinámicas de adicción a consumo pornográfico, en el caso de la quinta versión del Manual diagnóstico de los Trastornos Mentales de la Asociación estadounidense de Psiquiatría no hay ninguna referencia, por lo que de forma diagnóstica se utilizaría alguna subcategoría de otra etiqueta diagnóstica, como trastornos en el control de los impulsos o adicciones conductuales. Para Twohig y Crosby se han utilizado tres clases formales de trastornos para proporcionar criterios al conceptualizar el comportamiento sexual problemático: trastornos por uso de sustancias, trastornos del control de impulsos y trastornos del espectro obsesivo-compulsivo. Según los autores, da igual la nomenclatura, en común se evocan pensamientos persistentes e impulsos de visualización que se regulan a través del acto mismo<sup>226</sup>.

En el caso de la undécima versión de la clasificación internacional de las enfermedades se contempla el Trastorno por comportamiento sexual compulsivo con código 6C72, del cual se plantea como principales criterios la dificultad para controlar impulsos sexuales, un descuido en la salud y autocuidado derivados de la misma conducta adictiva, intentos fallidos de reducción de la compulsión, comportamiento compulsivo a pesar de las consecuencias adversas y que debe manifestarse al menos por 6 meses o más<sup>227</sup>. Esta categoría permitiría justificar con

---

<sup>225</sup> Doidge, *The Brain That Changes Itself*.

<sup>226</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing».

<sup>227</sup> Organización Mundial de la Salud, «CIE-11 - Estadísticas de morbilidad y mortalidad», accedido 23 de junio de 2020, <https://icd.who.int/browse11/l-m/es#/http://id.who.int/icd/entity/1630268048>.



mayor detalle la presencia de un consumo recurrente de pornografía, sin embargo, no existe una etiqueta directamente relacionada con la misma.

Con respecto a la adicción a la Pornografía, a pesar de que como se mencionó anteriormente no exista como tal en los manuales diagnósticos, según Nabila, Iqsan y Aini, la Sociedad Americana de Medicina en Adicciones propone los siguientes criterios en la conceptualización de esta:

1. Preocupación hasta el punto de obsesión con las imágenes sexuales. Se suele pasar al menos 11 horas por semana buscando y viendo pornografía. A veces dedican el doble o incluso el triple de tiempo.
2. Pérdida de control sobre el uso de la pornografía. Los adictos a la pornografía a menudo intentan abandonar o limitar el uso de la pornografía, pero sin éxito. Pueden detenerse por un día o dos. También suelen descartar toda su colección y detener las suscripciones en línea, solo para volver rápidamente a ellas.
3. Consecuencias negativas directamente relacionadas con el uso compulsivo de la pornografía. La adicción a la pornografía a menudo se combina con la masturbación compulsiva, otra forma común de adicción sexual. Muchos adictos al porno y los masturbadores compulsivos también participan en otras formas de comportamiento sexual adictivo. Por ejemplo, juegos sexuales virtuales, sesiones de masturbación mutua con cámara web, sexo casual y/o anónimo (en línea o en persona), clubes de striptease y prostitución.<sup>228</sup>

Sobresale en la definición anterior dos conceptos: por un lado, la consideración de pérdida de control en cuanto a la aparición de la sensación de ansias del consumo y, por otra parte, la manutención de la conducta pese a las características negativas al individuo. Además, presenta la consideración de comorbilidad con otras dinámicas de hipersexualidad, abriendo la posibilidad de presencia de patología dual.

---

<sup>228</sup> (Nabila 2017)

El concepto de recurrencia a la pornografía como alivio a la ansiedad, ha sido planteado desde diversas posiciones teóricas que han estudiado el tema<sup>229</sup>, de modo que, esta propuesta asume de igual manera que la recurrencia problemática a la pornografía presenta características adictivas a pesar de no presentar dependencia a una droga o fármaco, sino más bien a un estímulo, el del material pornográfico directamente. Según Zou et al, las adicciones pueden deberse o no a sustancias, siendo que, en el caso de lo segundo, se plantean como conductuales<sup>230</sup>, entrando el consumo dependiente y abusivo de pornografía en este grupo.

En los últimos años viene cobrando especial atención en muchos autores la relevancia de las adicciones no comportamentales<sup>231</sup>. En el DSM V, el juego patológico se ubica en el grupo de Trastornos relacionados con sustancias, a pesar de especificar que no lo está. Este manual también incluye una sección llamada “*Alteraciones que necesitan más estudio*” donde se incluye el trastorno de juego por internet. La consideración de estas dos adicciones comportamentales podría abrir la puerta en futuras ediciones para la inclusión del trastorno de consumo de pornografía, generando inclusive mayor interés en cuanto a investigación y generación de abordajes clínicos como tal.

El problema de las listas de chequeo como la anteriormente expuesta, es que se desmerita el aporte del contexto, sistemas y estructuras sociales en la génesis de su malestar. El énfasis es fenomenológico, pero descuida el marco explicativo, siendo pobre en la explicación y predicción. Pero, son útiles desde este proyecto de

---

<sup>229</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing»; Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use»; Nabila Putri, Iqsan, y Ain, «Porn Addiction and Cognitive Behavior Therapy in Young Generation»; Love et al., «Neuroscience of Internet Pornography Addiction»; Doidge, *The Brain That Changes Itself*.

<sup>230</sup> Zhiling Zou et al., «Definition of Substance and Non-Substance Addiction», en *Substance and Non-Substance Addiction*, ed. Xiaochu Zhang, Jie Shi, y Ran Tao, *Advances in Experimental Medicine and Biology* (Singapore: Springer, 2017), 21-41, [https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1\\_2](https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1_2).

<sup>231</sup> Alfredo Cía, «Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes.», *Revista de Neuro-Psiquiatría* 76 (2013): 210-17.

graduación a manera de análisis topográfico de la conducta. Aun en falta de una nomenclatura que incorpore el consumo de pornografía tipificado como adicción, problema de autocontrol o respuesta compulsiva, lo más relevante ha sido la consideración de un análisis funcional de la conducta como criterio de evaluación, aspecto propio del paradigma conductual que se revisará a continuación.

### **La observación Cognitivo Conductual**

Existe dentro de la Psicología del aprendizaje dos diferentes criterios, una visión conductual y una cognitiva<sup>232</sup>. Por un lado, la visión conductual asume que los cambios relativamente permanentes en la conducta son un resultado de la experiencia y de cómo el ambiente moldea de forma instrumental el comportamiento del individuo en su entorno<sup>233</sup>. Se refiere a un cambio externo tangible que es posible registrar para un observador externo. La segunda se centra en las representaciones o asociaciones mentales, formación de estructuras de procesamiento de información y la implicación de creencias<sup>234</sup>, fenómenos entonces internos solo observables para la persona misma.

Entonces, lo cognitivo, se centra en los acontecimientos internos que llevarían a las respuestas que estudiaría la perspectiva conductual; la perspectiva cognitiva asumirá como objeto de estudio los procesos, mientras que la conductual, productos. A pesar de la habitual fusión a la que tradicionalmente ambos enfoques han sido expuestos y de que para muchos autores suelen ser en si complementarios, existen diferencias que parten inclusive del posicionamiento filosófico de cada una.

---

<sup>232</sup> Jean Ormrod, *Aprendizaje Humano* (Madrid: Pearson, 2005).

<sup>233</sup> Dale H. Schunk, *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*, Edición: 6 (México D.F.: PEARSON Education, 2012).

<sup>234</sup> Schunk.

La psicología conductual niega una visión dualista que a la vez cuestiona, y se ampara más bien desde una visión monista, es decir, no se ampara en variables alternas a los materiales sino los productos en tanto sean observables, no niega los pensamientos y emociones, sino que las considera como conductas<sup>235</sup>. Se nutre de 3 fuentes epistemológicas importantes: las teorías del aprendizaje, el positivismo y la psicología basada en evidencia<sup>236</sup>.

En primer lugar, conductismo radical es una aproximación filosófica, que formula lo que ocurre en el comportamiento de distintos organismos en función del condicionamiento clásico y operante. La conducta de un organismo se da por influencia del control de ciertos estímulos respecto a sus consecuencias, y los programas de reforzamiento como realidad humana establecen las diferentes relaciones temporales en que se ejerce dicho control<sup>237</sup>. De modo que, las teorías conductuales del aprendizaje buscan responder a la pregunta: ¿de qué forma los organismos agregan nuevas conductas a su repertorio y una vez que ingresan, como se fortalecen o debilitan?

En cuanto al positivismo, lo conductual históricamente ha intentado seguir, en la construcción de su conocimiento, al método científico. Alejándose críticamente de los métodos teleológicos, el conductismo ha optado por la utilización de los métodos experimentales y causales<sup>238</sup>. De ahí se desprende el análisis experimental de la conducta, como constatación de lo planteado desde el conductismo radical. Tal como señala Montgomery, la posición del conductismo se entabla desde el positivismo, pero no del clásico, sino desde el pospositivismo, el cual en resumen define la posición del individuo con su ambiente en su relación con los procesos

---

<sup>235</sup> María Xesús Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*. (Madrid: Pirámide, 2020).

<sup>236</sup> Marta Isabel Díaz García, Arabella Villalobos Crespo, y María Ángeles Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales* (Bilbao: Descleé de Brouwer, 2017).

<sup>237</sup> Burrhus Skinner, *Ciencia y conducta humana* (New York: Macmillan Company, 1953).

<sup>238</sup> William Montgomery U., «Aspectos y enfoques éticos dentro del quehacer conductual», *Revista de Investigación en Psicología* 19, n.º 2 (12 de enero de 2017): 179, <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12897>.

socioculturales externos, en esta teorización cada sujeto para desarrollarse en su entorno está inmiscuido en una interacción dialéctica con su ambiente, en una realidad dinámica de intercambios recíprocos individuo-ambiente<sup>239</sup>. Entonces, un suceso externo conlleva una respuesta tanto cognitiva, fisiológica o motora, posibilitando una consecuencia a nivel ambiental, que volvería a incidir en el sujeto de nuevo<sup>240</sup>.

Con respecto a la práctica basada en evidencia, el análisis conductual aplicado es la adaptación práctica de lo obtenido por el análisis experimental de la conducta. El conductismo suele ser fiel a la documentación y sistematización de la información, desde el enfoque de la extrapolación se pueden aplicar los mismos principios de una población a otra, pues las teorías del aprendizaje son universales. La aparición de los primeros manuales de técnicas de modificación de conducta a finales de los años sesenta e inicios de los setenta, permitieron el desarrollo y replicación de procedimientos metodológicamente rigurosos que toman como premisa identificar si la aplicación o no de determinadas intervenciones produciría o no cambios en la conducta objetivo<sup>241</sup>.

La construcción ontológica que se realiza desde el enfoque cognitivo es la del sujeto procesador de la información, derivada de la metáfora de ordenador. Las terapias cognitivas utilizan los términos propios del lenguaje informático como codificación, decodificación, almacenamiento, sesgos atribucionales. Se parte de la existencia de una realidad independiente de la persona que es procesada, siendo que muchos

---

<sup>239</sup> William Montgomery U., *Conductismo: un análisis paradigmático. Cuestiones teóricas, filosóficas y profesionales*. (Lima, Perú: Saxo, 2018).

<sup>240</sup> Isabel Caro Gabalda, *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas: Modelos y técnicas principales*, Edición: 1 (Bilbao: Desclée de Brouwer, 2011).

<sup>241</sup> Francisco Javier Labrador Encinas y María Crespo, eds., *Psicología clínica basada en la evidencia* (Madrid: Pirámide, 2012).

problemas emocionales se deben a distorsiones en la percepción de la realidad, es decir errores en el procesamiento de la información<sup>242</sup>.

El planteamiento del paradigma cognitivo es más conjetural, es decir infiere la influencia inobservable de esquemas mentales que incitan el procesamiento de la información del entorno para generar una respuesta. Otorgan un papel fundamental a la codificación de eventos en esquemas cognitivos, esto es, el almacenamiento en la memoria del conocimiento de forma organizada y significativa<sup>243</sup>. Se recurre a constructos teóricos para referirse a conceptos inferibles de conductas externas. Desde la perspectiva cognitiva los procesos mentales son fluctuantes tanto en lo filogenético como en lo ontogenético, posibilitando que den lugar a cierta dialéctica con el comportamiento, la anteriormente mencionada interacción individuo ambiente<sup>244</sup>. Es decir que lo proveniente del exterior atraviesa un filtro interno antes que se produzca una conducta, variable orgánica delimitada por las creencias. Esta está operacionalizada desde el concepto de esquemas cognitivos. Los mismos se refieren a patrones mentales relativamente estables que constituyen la base de la regularidad y las interpretaciones que se crean en función de un determinado conjunto de situaciones<sup>245</sup>. Para Díaz, Ruiz y Villalobos, los esquemas se organizan según sus funciones:

*Por ejemplo, los esquemas cognitivos tienen que ver con la abstracción, la interpretación y el recuerdo; los esquemas afectivos son responsables de la generalización de los sentimientos, los esquemas motivacionales se relacionan con los deseos, los esquemas instrumentales preparan para la*

---

<sup>242</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>243</sup> Schunk, *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*.

<sup>244</sup> Gabalda, *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas*.

<sup>245</sup> Aaron Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*. (Madrid: Descleé de Brouwer, 2002).

*acción y los esquemas de control están involucrados en la autoobservación y la inhibición de las acciones.*<sup>246</sup>

El concepto de esquema es utilizado en muchas áreas de estudio. Los primeros posicionamientos sobre el concepto de esquema en la psicología se deben a Barlett, quién consideraría al mismo como un constructo teórico vinculado al procesamiento y almacenamiento de la información, los cuales ayudan a comprender la información del entorno<sup>247</sup>. Más tarde Piaget, tomaría el concepto de esquema y lo aplicaría a su teoría de desarrollo cognitivo infantil, planteando que el aprendizaje suele darse en función de estrategias ya sea de asimilación y acomodación<sup>248</sup>.

En esta dialéctica entre lo externo y lo interno, yace la aproximación de este enfoque. Solo que este modelo sostiene que los individuos ante una situación estimular no responden automáticamente, sino que antes de emitir una respuesta emocional o conductual perciben, clasifican, interpretan, evalúan y asignan significado a un estímulo, en función de sus supuestos previos o esquemas cognitivos<sup>249</sup>. Las anteriores tareas se refieren a los procesos cognitivos, las cuales son reglas transformacionales a través de las cuales los individuos seleccionan la información que será almacenada y recuperada. Para comprender la construcción de sujeto que se realiza desde el paradigma cognitivo también hay que remitirse también ineludiblemente a la relación del individuo y su contexto, debido a que, desde el paradigma cognitivo conductual, el sujeto no se construye de manera aislada, sino involucrado en un ambiente que de cierta forma condiciona sus pensamientos, esquemas cognitivos y le define también un repertorio de conductas.

---

<sup>246</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*. P. 388 y 389.

<sup>247</sup> Schunk, *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*.

<sup>248</sup> Ormrod, *Aprendizaje Humano*.

<sup>249</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

Al plantear la relevancia que tiene la emisión de una conducta se vuelve fundamental la presentación de variables disposicionales. Refiriéndose a variables o condiciones que facilitan o interfieren con el establecimiento de una función estímulo respuesta: todos aquellos factores que sin ser estímulo y respuesta en la cadena de contingencia tienen efecto sobre ella<sup>250</sup>. Aluden a condiciones estables del organismo y del entorno. De modo que, el contexto como tal si bien es cierto no provoca una conducta, incide en ella, concepto denominado como operaciones de motivación, las cuales vendrían a ser de dos tipos:

- Operación de establecimiento. Según Martín y Pear una operación de establecimiento de la motivación aumenta el valor y la efectividad de una consecuencia como un reforzador<sup>251</sup>. De modo que en el consumo de pornografía es importante determinar la operación de establecimiento que está aumentando el valor de la consecuencia del reforzador.
- Operación de abolición. Para Martín y Pear, las operaciones de abolición de la motivación disminuyen el valor y la eficacia de una consecuencia como reforzador. De modo que es importante en el análisis funcional, determinar qué estímulos disminuye la aparición de la conducta al punto que se puedan rastrear otros funcionalmente equivalentes.

Finalmente, en el caso de la conducta de consumir pornografía, la misma, aunque topográficamente pueda ser interpretada de una forma, funcionalmente sería caso por caso que habría que plantearse el significado que tiene esa conducta para la persona.

A continuación, se abordará con detalle la construcción teórica de cada enfoque. A su vez, se describirá en una tercera sección el papel del contexto como eje central

---

<sup>250</sup> Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*.

<sup>251</sup> Garry Martin y Joseph J. Pear, *Modificación de Conducta. Que es y cómo aplicarla* (Ciudad de México: Pearson, 2015).



en el consumo de pornografía, dentro de la posición de las llamadas terapias contextuales.

#### Conducta de consumo de pornografía gobernada por contingencias

En el caso que una conducta se fortalezca o debilite por los efectos directos en las consecuencias, se puede afirmar que está moldeada por la contingencia<sup>252</sup>. Para ello, en primera instancia se discutirán como algunos conceptos son relevantes en cuanto al fenómeno de emisión de conductas.

En primer lugar, es relevante posicionar al aprendizaje uniestimular que tiene que ver con la exposición a un estímulo concreto, desde los fenómenos de habituación y sensibilización<sup>253</sup>. En el caso de habituación, se refiere al proceso por el que, ante un estímulo repetido, la respuesta es cada vez menos intensa. De modo que, la presentación repetida de un estímulo incide en el carácter de elicitación en cuanto a intensidad de respuesta<sup>254</sup>. En el caso de la pornografía, esto coincide con algunos hallazgos encontrados, donde se concluye como, una vez que la habituación se instala, el sujeto buscará estímulos cada vez más fuertes<sup>255</sup>.

La sensibilización por su parte alude a todo aquel incremento en la posibilidad de intensidad de una respuesta por discriminación de estímulos<sup>256</sup>. De igual forma al igual que en muchas adicciones, en el caso de presencia de consumo de pornografía, existirá una sensibilización a diferentes estímulos discriminativos relacionados con el consumo y la elicitación de ansiedad. Es decir, hay habituación en cuanto al efecto placentero del estímulo, necesitando cada vez más. Pero a la

---

<sup>252</sup> Martin y Pear.

<sup>253</sup> Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*.

<sup>254</sup> Michael Domjan, *PRINCIPIOS DE APRENDIZAJE Y CONDUCTA* (México: Cengage Learning, 2010).

<sup>255</sup> Kuhn y Gallinat, «Brain structure and functional connectivity associated with pornography»; Doidge, *The Brain That Changes Itself*.

<sup>256</sup> Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*.

vez sensibilización con respecto al fenómeno de ansiedad previa, la misma se vivirá con mayor intensidad gradualmente.

En cuanto a los procesos básicos del aprendizaje asociativo, en este caso del condicionamiento clásico, un suceso en particular podría desarrollar respuestas fisiológicas que podrían predisponer al sujeto, limitando su cotidianidad. Pavlov con lo presenta en 3 pasos:

1. El estímulo incondicionado (EI) provoca de forma natural una respuesta incondicionada (RI). Un estímulo neutro (EN) no provocará esta misma respuesta.
2. Se asocia repetida y sistemáticamente el EI con el EN, provocando la RI
3. Después de la asociación, el EN ahora si puede provocar la respuesta. De modo que el EN se llamará en adelante estímulo condicionado y la respuesta, que es la misma: respuesta condicionada, para señalar que hubo condicionamiento<sup>257</sup>.

En el caso del condicionamiento clásico, la contingencia es de dos términos, un estímulo conlleva a la aparición inmediata de una conducta. En el condicionamiento operante, la conducta depende de sus antecedentes y sus consecuentes y por tanto la estructura de la unidad del análisis de la conducta es una de tres términos: El estímulo discriminativo que dispara la aparición de una conducta operante y finalmente un reforzador que sostiene la contingencia<sup>258</sup>.

La función de la conducta siempre es operante, busca conseguir un efecto, posee una intencionalidad sobre el futuro modificando el momento presente en el cual el sujeto se encontrase. A razón de este efecto, se deja espacio para que surjan nuevas operaciones y efectos. De modo que, según cual sea la función del reforzador y, según la recordada ley del efecto de Thorndike, la conducta tiene

---

<sup>257</sup> Ormrod, *Aprendizaje Humano*.

<sup>258</sup> Martin y Pear, *Modificación de Conducta. Que es y cómo aplicarla*.

mayor o menor probabilidad de volver a ocurrir y de moldearse, adquiriendo cada vez más propiedades o funciones discriminativas<sup>259</sup>.

El estímulo discriminativo se introduce dentro del conjunto de variables disparadoras o antecedentes, mientras que el reforzador es parte de la consecuencia, siempre y cuando posea la capacidad de repetir la conducta como tal, en caso contrario se planteará como castigo<sup>260</sup>. De ser un reforzador, es positivo si supone la presentación de algo deseable, mientras que es negativo si busca la evitación de algo indeseable<sup>261</sup>. En cuanto al fenómeno del consumo pornográfico como tal, es posible posicionar a la conducta de consumo como la variable dependiente en este caso, del conjunto de estímulos discriminativos que disparen a la misma, obteniendo como resultado una respuesta de agrado principalmente fisiológico.

Los estímulos discriminativos se tratarían de una compleja interacción entre aspectos internos encubiertos (antecedentes premonitorios de deseo cognitivo y de excitación fisiológica) y externos, variables incitadoras ambientales que por aprendizaje clásico activen los anteriores, posibilitando cierta permisividad ambiental.

Es relevante, además, plantear en el presente esbozo teórico la diferencia entre topografía y función. Con respecto a la topografía, es decir la forma, se operacionalizaría la conducta de consumo justamente desde sus parámetros de presentación cuantitativa, esto es, frecuencia, intensidad y duración o desde su morfología, es decir, la presentación cualitativa de la respuesta en los tres sistemas posibles según el esquema tradicional planteado por Upper y Cautela en 1977: cognitivas como fantasías intrusivas de placer; fisiológicas, la activación a nivel de

---

<sup>259</sup> E. L. Thorndike, «The law of effect», *The American Journal of Psychology* 39 (1927): 212-22, <https://doi.org/10.2307/1415413>.

<sup>260</sup> Schunk, *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*.

<sup>261</sup> Cristina Larroy, «Técnicas Operantes 1: Desarrollo de Conductas», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Ediciones Pirámide, 2011).

respuesta sexual humana de excitación y orgasmo y; motoras, la visualización acompañada por lo general de masturbación <sup>262</sup>.

Basándose en la propuesta de Martin y Pear respecto a las causas funcionales por las cuales las conductas se mantienen<sup>263</sup> se plantea lo siguiente:

- Refuerzo social positivo, referido a la atención brindada por personas significativas al sujeto que incrementan la emisión de la conducta. En el caso del consumo de pornografía, el consumir en ocasiones produciría aceptación social en el núcleo de pares.
- Refuerzo sensorial interno positivo, referido a sensaciones placenteras obtenidas por autoestimulación fisiológica, encontrándose directamente relacionado con el placer autoinfligido por la masturbación o alguna otra conducta de autoerotismo.
- Refuerzo sensorial externo positivo. Se refiere a la estimulación obtenida por medios externos al propio cuerpo. El material pornográfico en sí, sin autoestimulación resulta gratificante.
- Refuerzo social negativo. Se refiere a todas aquellas conductas problemáticas que se mantienen porque permiten escapar de las demandas. En este caso se buscaría el escape de la sanción social. En el tema de consumo de pornografía, el aferrarse a patrones de masculinidad influiría en el sujeto para que evite la reprimenda social de ser “poco hombre” al no querer consumir.

Además de las anteriores funciones que tiene una conducta según Martin y Pear, es posible también añadir la función de escape sensorial aversivo, que en materia de adicciones tendría que ver con la evasión de sensaciones displacenteras evocadas por el síndrome de abstinencia<sup>264</sup>. Tendría relevancia la consideración de

---

<sup>262</sup> Dennis Upper y Joseph Cautela, *Condicionamiento encubierto* (Bilbao: Descleé de Brouwer, 1983).

<sup>263</sup> Martin y Pear, *Modificación de Conducta. Que es y cómo aplicarla*.

<sup>264</sup> Norma Vallejo, «¿Drogadicción o drogadependencia?», *Revista Española de Drogodependencias* 43 (2018): 5-15.

si dicho fenómeno se presenta, provocando ansiedad como en otras adicciones comportamentales. De tener un carácter de refuerzo negativo, inclusive las posibilidades serían de dos tipos: escape si el comportamiento pone fin a la estimulación aversiva o de evitación si el comportamiento previene que la estimulación aversiva se presente.

De modo que, a manera de resumen, la función de la conducta tiene que ver con sus consecuencias finales que serían a fin de cuentas de dos tipos: reforzamiento positivo en cuanto a la generación de placer fisiológico y, negativo cuando conlleva evitación de la ansiedad. Por tanto, el consumo adictivo de la pornografía afecta por medio de habituación el funcionamiento biopsicosocial al dirigir con el paso del tiempo a la dependencia. Es decir, la adicción primero genera placer incitando que se continúe la búsqueda de satisfacción interoceptiva a través de mecanismos de reforzamiento positivo, continúa con la estructuración de comportamiento compulsivo, es decir ya no se buscaría el consumo para satisfacción sino como alivio de ansiedad anticipatoria, fenómeno de reforzamiento negativo idéntico en todas las adicciones, para finalmente conformarse como un comportamiento parafílico, donde el sujeto solo responderá o se excitará por la vía de la presentación de estimulación con pornografía, es decir presentando la respuesta solo por discriminación de estímulos.

No todas las respuestas emitidas por un sujeto guardan relación con la contingencia directa, sino más bien con reglas. Para Martín y Pear, una regla es una descripción oral o escrita de una contingencia de reforzamiento de tres términos<sup>265</sup>. Es decir que ante un contexto determinado la ejecución de una conducta es apropiada. Las reglas pueden funcionar como estímulos discriminativos, es decir qué indican que emitir una conducta llevará a un reforzador o en el caso de no seguirla llevarían a un castigo. A continuación, se ofrece un esbozo de la involucración de reglas en la conducta de consumir pornografía y en la masculinidad en general, utilizando para ello la teoría cognitiva.

---

<sup>265</sup> Martín y Pear, *Modificación de Conducta. Que es y cómo aplicarla*.

Consumo de Pornografía gobernado por reglas: Teoría cognoscitiva social.

Si bien es cierto el capítulo anterior desarrolló la conducta de consumo tomando como partida la aproximación conductista, este apartado hará lo mismo entre esquemas de pensamiento de conformidad a las normas masculinas y el cognitivismo. Este modelo sostiene que antes de emitir respuestas conductuales y emocionales se perciben, clasifican e interpretan dándole un significado en supuestos, llamados esquemas cognitivos. Los esquemas cognitivos son el conjunto de creencias nucleares que se relacionan con la visión del mundo, de sí mismo y del futuro, que suelen ser los responsables de la generalización de sentimientos, acciones y demás consecuentes<sup>266</sup>.

Parte de la teoría cognitiva sobre el procesamiento de la información, de la que Beck plantea que es el componente cognitivo lo que precede y provoca sintomatología propia del malestar psicopatológico en general<sup>267</sup>. Vital importancia dentro de la teoría cumple el planteamiento de los esquemas, refiriéndose los mismos a patrones cognitivos relativamente estables que buscarían la interpretación ante un determinado conjunto de situaciones. Para Baldós influyen de modo fundamental en la información que la persona atiende, preside, almacena y recupera dando paso a interpretaciones, valoraciones y asociaciones que se realiza en determinada situación<sup>268</sup>.

Se plantea que los esquemas provienen del historial de aprendizaje del sujeto, esto por como la experiencia se ha ido moldeando, la interpretación del mundo que realiza una persona quedaría alojada por medio de los esquemas, repercutiendo en su visión de mundo. Las ideas machistas estarían alojadas en forma de esquemas

---

<sup>266</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>267</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

<sup>268</sup> A Baldós, «Terapia cognitiva de Beck», en *Técnicas de Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

de pensamiento. Tal como plantea Beck, por lo general las creencias son ideas que se tienen sobre sí mismo los demás y el mundo<sup>269</sup>.

Este modelo sostiene que antes de emitir respuestas conductuales y emocionales se perciben, clasifican e interpretan dándole un significado en supuestos, llamados esquemas cognitivos. Los esquemas cognitivos son el conjunto de creencias nucleares que se relacionan con la visión del mundo, de sí mismo y del futuro, que suelen ser los responsables de la generalización de sentimientos, acciones y demás consecuentes<sup>270</sup>.

La mayoría de las cogniciones no suelen ser conscientes, sino que se refieren más que todo a los procesos cognitivos. Los supuestos y creencias que una persona tiene facilitan la ocurrencia de ciertos sesgos en el procesamiento de información que dificultan la comprensión de la información desde una perspectiva racional<sup>271</sup>. Beck distingue dentro de las cogniciones o esquemas como divididas en varios grupos dependiendo del grado de profundización de estas.

En un primer lugar los pensamientos automáticos, contenidos cognitivos más accesibles a la consciencia y observación. Se refiere al pensamiento resultado del procesamiento de la información como tal, son los pensamientos concretos que aparecen al final de la interacción con una situación en específico siendo más accesibles a la conciencia para el individuo<sup>272</sup>. Pueden estar en forma de auto verbalizaciones o imágenes. También se le llaman pensamientos automáticos dado su carácter involuntario.

---

<sup>269</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

<sup>270</sup> María Ángeles Ruiz Fernández, Marta Isabel Díaz García, y Arabella Villalobos Crespo, *Manual de técnicas de intervención cognitivo-conductuales* (Desclée De Brouwer, 2012).

<sup>271</sup> Baldós, "Terapia cognitiva de Beck".

<sup>272</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

En segundo lugar, con mayor dificultad de integración y reconocimiento, las creencias intermedias, que se tratan de reglas, suposiciones y atribuciones sobre la vida. Las actitudes machistas puede que se alojen en este subgrupo, justamente se trata de posiciones rígidas sobre el mundo. Se refiere a las creencias que suelen vivirse como afirmaciones sobre la realidad de la persona que las procesa<sup>273</sup>. Pueden ser de tres tipos:

- Suposiciones enunciadas del tipo: *si entonces “x” sucede “y”*. En el caso del esquema de pensamiento machista se podría plantear como ejemplo el siguiente: *si soy burlado por una mujer eso me convierte en poco hombre, si los hombres trabajan entonces las mujeres limpian, si un hombre llora entonces no es un hombre.*
- Normas, que se establecen principalmente con afirmaciones inflexibles basadas en debeísmos. Como ejemplo podría ser los siguientes: *una mujer debe obedecer siempre al hombre, los hombres proveen, las mujeres deben ver a los niños, las mujeres deben ser dóciles, los hombres no deben llorar.*
- Atribuciones. Se refiere a argumentos calificativos sobre alguna situación en particular. Como ejemplos dentro del pensamiento machista podrían ser: *las mujeres que visten de forma atrevida son unas putas, los hombres no lavan platos, macho que se respeta no llora.*

En lo más profundo se encontrarían las creencias centrales, posiciones nucleares de la personalidad relacionadas con la historia de aprendizaje de cada persona. Se refiere a creencias incondicionales duraderas y globales sobre sí mismo (soy vulnerable, soy incapaz, soy inferior), los demás (la gente quiere hacerme daño, la gente por lo general se aprovechará de mí) o el mundo (El mundo es peligroso)<sup>274</sup>.

Según Barberá, cognitivamente hablando, la dimensión género es un concepto organizativo central. Esto por varias características típicas socialmente atribuibles,

---

<sup>273</sup> Judith Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización* (Barcelona, España: Gedisa, 1995).

<sup>274</sup> Beck.



en cuanto al carácter excluyente de las dimensiones masculino/femenino, el carácter a su vez dicotómico y la asociación entre las características y las conductas esperables. La utilidad de los esquemas radica en la posibilidad de orientación y predicción del comportamiento para interactuar con el medio. De modo que, si de forma temprana se asumen ciertos esquemas, se moldearán formas típicas de respuesta<sup>275</sup>.

Se comprenderán a las normas masculinas como esquemas. Young plantea que los esquemas se desarrollan de forma temprana o tardía. Centra su obra en los esquemas desadaptativos precoces. Las normas masculinas podrían actuar como esquemas tardíos dependientes eso sí de los precoces. Para Young los esquemas condicionales se desarrollan a menudo como alivio al malestar generado de esquemas precoces.

Para Barberá los esquemas de género tienen un componente relevante de génesis social:

*En el caso de los esquemas de género hacen referencia a los rasgos que se suponen compartidos por los grupos y subgrupos de mujeres y varones. Por su propia naturaleza, la representación esquemática siempre conlleva un proceso de simplificación y pérdida de matices, que ópera de acuerdo con determinadas reglas. Entre ellas hay dos fundamentales: por un lado, los mecanismos de distorsión y, por otro, los procesos de acomodación familiar<sup>276</sup>.*

De modo que los esquemas en cuanto a su función adaptativa facilitan la información del entorno y preparan el afrontamiento al mismo con un conocimiento que inevitablemente tiende a ser inexacto. Young plantea la situación de que se basan en dos operaciones fundamentales. Ya sea la perpetuación o el cambio. De

---

<sup>275</sup> Ester Barberá Heredia, «Perspectiva sociocognitiva: Estereotipos y esquemas de género», en *Psicología y Género* (Madrid: Pearson, 2004), 55-80.

<sup>276</sup> Barberá Heredia.

modo que diferentes experiencias vitales les perpetuarían o disminuirían en su impacto<sup>277</sup>. Es planteado en espacios academicistas que el estilo de vida que impone el patriarcado en este sentido perpetuaría aquellas normas masculinas que reproducen actitudes sexistas y disminuirían aquellas que tienen que ver con la aceptación y expresión de la propia vulnerabilidad<sup>278</sup>.

Con respecto a la perpetuación tal como Young lo plantea, tiene que ver con todo lo que hace la persona a nivel encubierto o motor que mantiene al esquema. Por otro lado, el cambio de esquema tendría una orientación de cambio conductual en el sentido de que se sustituyen estilos de afrontamiento por otros nuevos.

Barberá plantea que, en el proceso de formación de los esquemas, una vez establecida la estructura organizativa, la serie de características incluidas en la red formará un entramado que adquiere cierta autonomía, de tal forma que modificaciones en la configuración del esquema no conlleva un cambio en el entramado de información asociado al sistema de significados sexistas<sup>279</sup>. Tal como plantea Young, el cambio de una conducta no genera por sí mismo un cambio en la creencia. Por tanto, si bien es posible afirmar que los esquemas de género son susceptibles de evolución a su vez es necesario considerar la resistencia al cambio mismo. De tal forma el consumo de pornografía aún conservado en varones que han asumido un proceso de masculinidad, puede plantearse como una persistencia del esquema a su desvanecimiento.

El modelado como forma de aprendizaje social cumple un papel en el desarrollo de conductas, de modo que lo que es saludable y lo que no, se incorpora por medio de imitación, codificándose en esquemas cognitivos adelante, mismos que como se

---

<sup>277</sup> Jeffrey E. Young, Janet S. Klosko, y Marjorie E. Weishaar, *Terapia de esquemas: Guía práctica*, trad. Jasone Aldekoa Arana (Bilbao, 2013).

<sup>278</sup> Elizabeth Badinter, *XY: La identidad masculina*. (Madrid: Alianza Editorial, 1994); Raewyn Connell, *Masculinidades* (Polity Press, 1995); Michael Kauffmann, «Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres.», en *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*, de Arango, Leon y Viveros (Bogotá: Tercer Mundo, 1995), 123-46.

<sup>279</sup> Barberá Heredia, «Perspectiva sociocognitiva: Estereotipos y esquemas de género».

describe anteriormente predisponen al desarrollo de conductas o estilos de vida, los cuales van a ser observados y reproducidos por otras personas.

Para Bandura, una premisa del aprendizaje social es que el individuo moldea, construye su comportamiento a partir de la interacción que hace con el contexto en el que se desenvuelve. Las cogniciones juegan un papel fundamental, el valor del reforzamiento estaría muy relacionado con la percepción que las personas realizan del valor de este<sup>280</sup>. Para Bandura habría tres variables.

1. Conducta. Variable dependiente
2. Percepción. Variable mediadora
3. Ambiente. Variable independiente

Estas tres características están en una relación de determinismo recíproco<sup>281</sup>. El aprendizaje social de patrones culturales atraviesa un proceso de internalización, desde el cual se construye una expectativa de refuerzo social sobre una conducta vista previamente premiada. En el caso de la masculinidad, es una constante la observación de conductas reforzadas y la imitación de estas. Es en este sentido que el objetivo de reproducir conductas previamente reforzadas es una búsqueda de validación inter e intra-género.

Para recibir esta validación, los hombres se ven inmersos en conductas, es decir marcadores de virilidad que sirva como garantía de masculinidad. A nivel cognitivo Mahalick propone que la masculinidad gira en torno a 7 guiones, que desde esta reflexión pueden entenderse como esquemas, que indican la aceptación actitudinal que hombres deben tener<sup>282</sup>. Dichos guiones son:

---

<sup>280</sup> Ormrod, *Aprendizaje Humano*.

<sup>281</sup> Albert Bandura y Enrique Ribes-Iñesta, «Análisis del aprendizaje social de la agresión», en *Análisis de la agresión y la delincuencia* (México D. F.: Editorial Trillas, 1975).

<sup>282</sup> (Mahalick, Good y Englar 2003)

- Guion del tipo fuerte y silencioso: implica la no expresión de emociones, además de la demostración constante de fortaleza. En lugar de palabras, es el cuerpo quien habla.
- Guion del tipo duro: Implica suprimir del repertorio conductual cualquier comportamiento que implique vulnerabilidad.
- Guion del trato brusco: La violencia es parte de la búsqueda de respeto y validación.
- Guion del playboy: Se caracteriza por relaciones marcadas por la hipersexualidad, en una búsqueda constante de demostrar la posibilidad de conquista de diversas mujeres.
- Guion del homofóbico: tiene que ver con el rechazo de cualquier rasgo femenino u homosexual, lo cual se reafirma mostrando aversión hacia las personas homosexuales
- Guion del ganador: Se espera que el hombre sea competitivo y exitoso, marcando sus relaciones vinculares en cuanto al desafío constante y la rivalidad
- Guion del autosuficiente: se caracteriza por el rechazo de la vinculación con los otros, el pedir ayuda y ser asistido, esto a manera de evitación de ser asociados como personas dependientes. Fundamentan su autoestima en la autonomía personal.

Dichos guiones servirían como esquemas sociocognitivos del pensamiento de corte machista, siendo que ante situaciones estimulares específicas, se activarían e incitarían algún producto cognitivo.

Conducta de consumo en la relación del individuo con su contexto

Es sostenido por algunos autores que las drogas tienen una función de refuerzo ya sea positivo o negativo, siendo que el estímulo reforzador tiene un componente fundamental en la regulación emocional, de modo que estados emocionales

aversivos previos al consumo predisponen la búsqueda de gratificación<sup>283</sup>. Por tanto, se puede plantear como en el comportamiento adictivo en general, subsisten operaciones de evitación o escape. Desde esta premisa, en la terapia de Aceptación y Compromiso, se plantea el concepto de evitación experiencial<sup>284</sup>, para definir cualquier patrón de comportamiento que busca el no estar en contacto con estimulación aversiva.

La terapia de aceptación y compromiso (ACT por sus siglas en inglés), es la más significativa de las terapias de tercera generación, apostando a un enfoque contextual en función de las manifestaciones psicológicas de una situación en específico. Como aspectos distintivos sobresalen la construcción ontológica contextual, una teoría del lenguaje y la cognición y una concepción particular de la psicopatología. La filosofía de la ACT se basa en el contextualismo funcional, posicionando las conductas cómo determinadas por su función en el contexto en el que se emitan<sup>285</sup>.

Como eje central en la terapia de aceptación y compromiso subyace la teoría de los marcos relacionales. Ésta se fundamenta en la habilidad humana para aprender a establecer relaciones entre eventos y a derivar funciones nuevas<sup>286</sup>. En todo proceso de socialización se aprende a establecer relaciones entre diferentes conceptos. Para las terapias contextuales importa qué significado tiene para el sujeto un concepto en particular. Dependiendo de la construcción de sentido que se realiza deriva la relevancia contextual que tenga para la persona misma.

---

<sup>283</sup> Marisa Páez Blarrina y Francisco Montesinos Marín, «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones», *Análisis y Modificación de Conducta* 45 (2019): 1-24, <https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.33776/amc.v45i171-2.3682>.

<sup>284</sup> S. Hayes, K. Strosahl, y K. Wilson, *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)* (Bilbao: Descleé de Brouwer, 2014).

<sup>285</sup> Marino Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales* (Madrid: Editorial, 2014).

<sup>286</sup> Pérez.

Un aspecto relevante proveniente de la teoría de los marcos relacionales es el establecimiento de asociaciones conceptuales, proviniendo de ahí la construcción de lenguaje<sup>287</sup>. De tal forma, el consumo como conducta debe comprenderse no de forma topográfica, sino más bien en cuanto al significado relacional que el mismo tiene para el sujeto. Fumar para un adolescente es más que fumar, podría significar la oportunidad de pertenencia a un grupo, o podría significar un comportamiento de alivio que aporte libertad, también el sentirse maduro o recibir atención por contravenir normas familiares<sup>288</sup>. En este sentido el consumo adictivo de algo pertenece a una clase de conductas que comparten una misma función.

La teoría de los Marcos relacionales se ha preocupado en estudiar las relaciones en cuanto a tres factores, el primero es la vinculación mutua, es decir relaciones bidireccionales entre dos eventos, cuando se describe algo del evento a la vez es posible conocer alguna característica del evento y descubrir si ambos están relacionados. Como segundo factor la vinculación combinatoria, en tanto que a partir de la relación entre dos situaciones se puede generar una tercera. Y finalmente la transformación de funciones que se refiere a cuando se establece un cambio en la función de un estímulo que antes tenía una connotación distinta<sup>289</sup>. En el caso de la pornografía existe una vinculación mutua entre el consumir y el conseguir placer y aceptación acorde a la conformidad a normas masculinas.

En materia de conductas adictivas, el aprendizaje relacional tiene un papel primordial, donde, por transformación de funciones, el sujeto podría insertarle un significado de alivio al consumo mismo, no obstante conductas que hablan de un patrón inflexible orientado a la necesidad de experimentar experiencias privadas

---

<sup>287</sup> S. Hayes, D. Barnes-Holmes, y B Roche, *Relational Frame Theory: A post-Skinnerian account of human language and cognition*. (Nueva York: Kluwer Academic/ Plenum, 2001).

<sup>288</sup> Páez Blarrina y Montesinos Marín, «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones».

<sup>289</sup> Hayes, Barnes-Holmes, y Roche, *Relational Frame Theory: A post-Skinnerian account of human language and cognition*.

positivas. La Terapia de Aceptación y Compromiso asume que las experiencias privadas negativas deben asumirse<sup>290</sup>.

Con respecto a la posición vinculada a la psicopatología, este modelo terapéutico plantea que la formulación clínica debe realizarse en función de la realidad contextual del consultante y no por categorías apartadas del contexto y de las circunstancias de vida. En el sentido del consumo de pornografía más que patologizar el mismo interesa la función contextual que consumir está adquiriendo. Si la misma está teniendo una orientación ligada a alivio de malestar emocional, si más bien tiene una función de reforzamiento positivo como búsqueda de placer o si más bien se posiciona como una alternativa de conformidad a las normas masculinas, siendo la conducta gobernada por reglas.

Un concepto relevante de la terapia como modelo es la inflexibilidad psicológica, vista como la dificultad por aceptar pensamientos sentimientos sensaciones recuerdos imágenes y por tanto la consecuente evitación de estos. Algunas personas han aprendido que las estrategias de evitación y control, como por ejemplo el consumo de pornografía puede ser una herramienta para gestionar adecuadamente sus estados emocionales aversivos, por su eficacia a corto plazo, pero en cuanto dicha estrategia se vuelve inflexible, las consecuencias a largo plazo dotarían al sujeto de disfunción a nivel psicosocial<sup>291</sup>. El consumo de pornografía como búsqueda de gratificación es funcionalmente equivalente a la eliminación del malestar.

Para comprender mejor cómo funciona la inflexibilidad psicológica la ACT se orienta y función de 6 procesos conductuales: evitación, fusión, yo conceptualizado, no presencia, falta de valores claros e inacción<sup>292</sup>.

---

<sup>290</sup> Páez Blarrina y Montesinos Marín, «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones».

<sup>291</sup> Páez Blarrina y Montesinos Marín.

<sup>292</sup> Hayes, Strosahl, y Wilson, *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*.

- Evitación. Se refiere a la negación o evasión de hechos internos. Se propone como proceso opuesto a la aceptación que tiene que ver con la exposición ante alguna determinada situación y la consecuente renuncia a la modificación o intento de control.
- Fusión Cognitiva. Se trata del proceso por medio del cual el contenido de los pensamientos negativos es interpretado como si fuese una verdad acerca de la identidad del consultante. Por tanto, la terapia de aceptación y compromiso propone la difusión, qué implica según Twohig: alterar el contexto en que se experimentan los pensamientos, deconstruyendo el significado literal del mismo<sup>293</sup>.
- Yo conceptualizado. Se trata del yo constituido por las autoevaluaciones y categorizaciones. Las personas suelen actuar en función del cómo se describen a sí mismos. Dichas categorizaciones actúan como etiquetas que de forma imperativa imponen el cómo comportarse. En contraste se propone el yo como contexto, el cual busca una mayor flexibilidad del individuo frente a sí mismo alejándose de las posiciones rígidas con las que se describe y construyéndose en función del contexto del que forma parte. Es a través de esta cualidad que la persona puede generar una mayor capacidad de auto observación, desligándose de sus propias verbalizaciones etiquetantes. En el caso del consumo de pornografía esta cualidad es indispensable debido al valor que la misma confiere en tanto otorga a la persona la capacidad de observar sus propias sensaciones fisiológicas ligadas al craving y poder asumirlas previniendo la respuesta de consumo.
- Pérdida de contacto flexible con el presente. Según Pérez la fusión cognitiva y la evitación experiencial implican el contacto con el presente. Por tanto, se buscará que consultantes obtengan una mayor conexión con la experiencia en curso<sup>294</sup>. La propuesta de sexualidad inmersa en la pornografía consigue

---

<sup>293</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing».

<sup>294</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.



distanciarse del momento presente, ya que se trata de una sexualidad enfocada en un consumo no consciente de las sensaciones corporales sino más bien del material sexualizado que se presenta. No existe una escucha del cuerpo, sino una observación de lo que sucede en el material presentado.

- Falta de claridad con los valores. Cuando los valores de la persona no figuran en primer plano al no haber sido conceptualizado como dirección que da sentido en la vida, el sujeto queda a expensas de que otro conjunto de normas, como las patriarcales le dirijan. En el momento en que se determinan los valores propios, es posible determinar si la afiliación a ciertas conductas, como el consumo de pornografía, se encuentra en consonancia con los mismos.
- Inacción, impulsividad o persistente evitación. Se refieren a conductas destinadas a la evasión de responsabilidades ligadas a los valores y el contexto del sujeto. En el caso de la pornografía como consumo compulsivo, es posible abordarla como una continua evitación de acciones consistentes con los valores de la persona. La terapia aceptación y compromiso propone por tanto el principio de acción comprometida, es decir el compromiso de librado de implicarse en los patrones conductuales que le doten a la persona de mayor sentido de vida<sup>295</sup>.

Los seis anteriores procesos pueden ser resumidos en las 2 grandes áreas por las cuales se decanta la terapia: la aceptación y el compromiso. Siendo la primera una rama mayormente cognitiva y actitudinal con respecto al posicionamiento del individuo en su contexto y la segunda más bien conductual, enfocada a las acciones del individuo en dicho contexto.

Abordar el consumo de pornografía también implica la deconstrucción y reflexión de cómo el contexto viene afectando a la persona misma, labores propias de la aceptación. Y en segunda parte replantear los patrones conductuales son los que

---

<sup>295</sup> Hayes, Strosahl, y Wilson, *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*; Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

la persona se orientará en adelante. De esta forma el consumo de pornografía no es el objetivo central de la terapia, sino más bien un medio para visualizar cuál es la situación que el sujeto esconde de sí mismo, evade y se distancia.

En este sentido más que una aproximación moralista al decir si el consumo de pornografía es adecuado o no, se busca clarificar si el consumo mismo se trata más bien de un patrón de evitación en cuanto si no se diese entonces surgiera algún malestar que proporcionara perturbación emocional al individuo. Tal como plantea Hayes y Lillis, en qué tipo de actividades estaría implicado el sujeto si el problema no supusiera una dificultad <sup>296</sup>. De esta forma el consumo de pornografía dejaría de ser problemático si en tanto la ejecución de la conducta, no afecte el principio de flexibilidad propuesto por la terapia como tal.

### **3.1.6 Integración de los posicionamientos históricos, sociales y psicológicos en el fenómeno de producción y consumo de pornografía**

Las diferentes miradas con respecto a lo pornográfico abren cuestionamientos que apelan a la justa introducción de discusiones inevitables y necesarias en la dialéctica entre academia y saber popular: la existencia de varias industrias pornográficas alternativas a la mainstream. Y en función de dicha conjetura, el concerniente dialogo sobre cómo opera el erotismo desde estas diversas lógicas pornográficas: añadiendo sub-diálogos acerca de la mirada y presentación de los cuerpos, de si hay construcción afectiva en la relación entre sujetos, de la presencia simbólica de lo patriarcal en dicho material; discusión dejada de lado en este escrito con el fin de

---

<sup>296</sup> S. Hayes y Jason Lillis, *Acceptance and Commitment Therapy* (American Psychological Association, 2012).

generar la apertura a tan necesarios diálogos por parte de futuras disertaciones que se lo planteen como propósito.

Según lo visto, la pornografía se nutriría de movimientos y procesos históricos como:

- La introducción de lo falocéntrico en lo grecorromano
- Centralizar al cuerpo de la mujer en las representaciones eróticas del Renacimiento. En la pornografía las tomas principales son dirigidas al cuerpo femenino.
- El carácter de parodia, sátira y picardía del periodo de la Ilustración.
- Su carácter de clandestinidad de la Edad Contemporánea. Exponer a lo erótico como algo prohibido, pero de alto valor

Además, es relevante la lección que la historia enseña, que lo erótico siempre ha existido pero definido por los posicionamientos políticos e ideológicos del momento. De este modo y al ser el Patriarcado en conjunto con el Capitalismo los sistemas sociales hegemónicos actualmente, la Pornografía se ha transformado en su forma y principio: cosificando y fragmentando los cuerpos. Pero diversas posturas supondrían divergencia con esto: otorgar a la pornografía características feministas. Como fenómeno social, la pornografía solo muestra al erotismo en función de los lenguajes de su tiempo, y en función del contexto actual, reflejaría el desafío al Patriarcado que se vive en distintos movimientos sociales.

No está claro aún para muchos sectores, las implicaciones negativas que el consumo de Pornografía podría plantear. Al respecto iniciando por las posiciones que plantean a la misma con aires inofensivos, se encontraría el convenio mencionado entre el Capitalismo y el Patriarcado, quienes no solo han optado por ensalzar la Pornografía, sino que la han moldeado a su imagen, con todas las características que se conoce como *mainstream*.

En el otro extremo se encontrarían dos miradas detractoras: la de la fe y la de la ciencia. En el caso de la primera, el conservadurismo religioso se ha manifestado, sin conseguir eficacia eso sí con sus pronunciamientos, dirigidos los mismos desde

una óptica marcada por la censura radical y la prohibición cerrada a los matices. Las propuestas fundamentalistas, integrando a las mismas como una sola, han sido absolutamente rotundas y abolicionistas, pero infructíferas en su objetivo: evitar que las personas consuman. Por el lado de la ciencia y la evidencia se aborda el tema desde la óptica de los prejuicios desde el enfoque biopsicosocial, con daños al individuo mismo en su cuerpo físico, sus conductas y sus operaciones cognitivas; con consecuencias sociales y estructurales además como lo plantea la mirada de la Salud Pública.

En el medio dos perspectivas: La Ley y los movimientos feministas. La primera por su lado, solo se pronuncia cuando hay que castigar, pero sin políticas sólidas de abordaje del fenómeno en el caso de que el mismo se mostrara perjudicial como el paradigma de Salud Pública insiste en señalarle. La mirada del Feminismo, dividida entre sí entre lo abolicionista y reformista con respecto a la pornografía, más que aclarar podría tornarse confusa en cuanto a su perspectiva hacia el fenómeno para quien se inicia y aun no tiene una postura sólida dentro de los tan diversos feminismos. A pesar de ello, en acuerdo de defender el cuerpo de las mujeres de las consecuencias que el patriarcado ha ocasionado en la industria pornográfica.

Todos los enfoques, pareciera que coinciden en concebir al ser humano como presa de entramados simbólicos determinados del contexto cultural. Dicha posición social predetermina las concepciones sobre la Pornografía. En algunos espacios se plantea como inofensivo pasatiempo desde una libre expresión pulsional, desde otros planteado como una lógica condenatoria moralista, en otros desde una condenatoria abolicionista más bien feminista, en otros desde una postura feminista pero más bien reivindicativa.

Según lo desarrollado por todas las lecturas realizadas y con otras no contempladas en este escrito: ¿Es la pornografía un medio de expresión o un fin? Curiosamente, siguiendo con la tesis de referirse a la pornografía como fenómeno simbólico, se puede entablar alguna observación al respecto. En el primer caso, como medio de expresión, reveladora de un contexto social, un lenguaje que presenta signos que

deben interpretarse y traducirse con un diccionario basado en la lectura crítica histórica. La pornografía es útil como forma de lectura simbólica, aprendiendo de las lógicas, posiciones y hasta cosmovisiones de un momento en el espacio tiempo. En el segundo caso, cuando la misma se convierte en fin puede corromper la concepción de erotismo. Las líneas entre lo erótico y lo obsceno son delgadas, pero definidas claramente desde la óptica de los derechos humanos. Lo erótico enaltece la sexualidad y la dignidad humana. La obscenidad la degrada a través de la violencia.

## **3.2 Capítulo 2: Apuntes epistemológicos desde la Salud Pública**

“Aunque la pornografía es gravemente peligrosa, también es cierto que no se conoce ni un solo caso de muerte provocada por la pornografía.”

Jaume Perich

Como se ha comentado anteriormente, el consumo de pornografía podría tener en un amplio grado de casos una justificación, por lo general sin bases científicas sólidas, de inocuidad para muchos sectores, con relación a esta enunciación, el enfoque de la Salud Pública es cauteloso. Aclarado en la introducción del proyecto que el mismo se ubicaría desde una orientación que considera el posicionamiento crítico detractor de dicha visión, tomando como eje metodológico a la mirada interventiva del paradigma cognitivo conductual, en este capítulo los esfuerzos teóricos se enfocarán en estas dos visiones del fenómeno.

### **3.2.1 Conceptualización del Fenómeno de adicción a la Pornografía**

De forma generalizada, la psicología clínica plantea al constructo de adicción como un proceso que puede proveer al sujeto inmerso en la misma de dos funciones: producir placer y proveer escape de un estado interoceptivo de malestar interno. En este caso se caracterizará por un patrón con dos vías: en primer lugar, dificultades para controlar la conducta en cuanto la sensación de craving aparezca y, en segundo lugar, mantenimiento de la conducta misma a pesar de significativas consecuencias negativas<sup>297</sup>. Volkow<sup>298</sup> plantea las siguientes fases en cuanto al

---

<sup>297</sup> Julie Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT», *Sexual Addiction & Compulsivity* 26, n.º 1-2 (3 de abril de 2019): 42-53, <https://doi.org/10.1080/10720162.2019.1576560>.

<sup>298</sup> (Volkow 2003)

aprendizaje y habituación de las adicciones, esquema homologable a la adicción a la pornografía:

1. Intoxicación. El comportamiento activa el sistema de recompensas.
2. Síndrome de abstinencia. El cerebro entra en un estado emocional negativo en que se activan los sistemas causantes del estrés. Se produce una disminución de la sensibilidad a las recompensas que antes eran significativas.
3. Preocupación o anticipación. Las irregularidades de la plasticidad neuronal llegan a otras zonas de la corteza prefrontal, responsables de la motivación y el autocontrol

Nabila, Iqsan y Aini<sup>299</sup>, definen la adicción a la pornografía como una preocupación problemática por las imágenes sexualizadas que duran seis meses o más y causan problemas significativos en la vida del usuario. Velasco y Gil, proponen el componente del tiempo como concluyente en la determinación de la afectación del individuo que consume<sup>300</sup>. El cuanto se pase frecuentando pornografía, generará una serie de variables asociadas como estímulos causales y reforzadores consecuentes. Un componente importante es que la aceptación del comportamiento sexual compulsivo se encuentra relacionado de forma directa con el alcance de las tecnologías.

El consumo recurrente de pornografía como se describió anteriormente en la introducción podría concebirse dentro del grupo de adicciones comportamentales sin sustancia<sup>301</sup>. En este sentido opera en congruencia con los modelos de habituación propio de las adicciones, usualmente se iniciaría con un uso considerablemente leve y gradual hacia contenidos cada vez más fuertes. No sería

---

<sup>299</sup> Nabila Putri, Iqsan, y Ain, «Porn Addiction and Cognitive Behavior Therapy in Young Generation».

<sup>300</sup> Velasco y Gil, «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.»

<sup>301</sup> Zou et al., «Definition of Substance and Non-Substance Addiction».

usual un comienzo inundado con pornografía de alta intensidad, sino más bien una exposición paulatina<sup>302</sup>.

En este sentido, como recuerdan Becoña y Cortez<sup>303</sup>, en adicciones en general es importante diferenciar entre uso, abuso y dependencia. El consumo, siguiendo el patrón básico de adicciones descrito, guardaría progresivamente una evolución en fases en cuanto a la recurrencia de consumo.

En primer lugar, el uso del estímulo, tratándose de un consumo que no produce consecuencias, o que al menos el individuo no las aprecia como negativas. Es posible plantearlo como una recurrencia episódica, se trataría de sucesos breves y aislados. En segundo lugar, evolucionando a un abuso, tratándose de un uso continuado, a pesar de la afectación consciente; un consumo excesivo habitual. Finalmente, dependencia, además del consumo excesivo y consecuencias negativas existe exclusividad sexual al material pornográfico, podría plantearse incluso parafílica. Otro indicador plantearía la presencia de síndrome de abstinencia con ansiedad anticipatoria al consumo pornográfico, aliviándose precisamente por la realización operante de la conducta misma.

Peña<sup>304</sup>, propone categorizar el impacto del consumo de pornografía desde el lugar donde se visualice, siendo un espacio conveniente o no; la temporalidad de uso, es decir cuánto tiempo se le dedica y si irrumpe o no en otras áreas y; la frecuencia, es decir, la cantidad de veces que se busca deliberadamente la excitación. En cuanto al parámetro de intensidad, funcione catalogar al consumo de pornografía en tres grandes categorías siguiendo el esquema de Sánchez<sup>305</sup>, desde el cual, la

---

<sup>302</sup> Doidge, *The Brain That Changes Itself*.

<sup>303</sup> Elisardo Becoña, *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínicas en formación* (Barcelona: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 2011), <https://www.iafa.go.cr/publicaciones/533-manual-de-adicciones-para-psicologos-especialistas-en-psicologia-clinicas-en-formacion>.

<sup>304</sup> Peña Rivera, «El consumo de la pornografía en los adolescentes de 16 a 18 años del Colegio Juan de Salinas ubicado en Sangolquí cantón Rumiñahui en el periodo 2016-2017».

<sup>305</sup> Peña Sánchez, «La pornografía y la globalización del sexo».



persona iría cada vez más escalando en cuanto a la intensidad del material consumido:

- Softcore o pornografía blanda. Las escenas de sexo no se muestran de forma explícita.
- Mediumcore o pornografía convencional. Los cuerpos se enseñan en la totalidad en posturas más o menos provocativas. Puede haber actos sexuales como penetraciones, pero los mismos no se muestran de forma explícita
- Hardcore o pornografía dura. Incluye penetración explícita, prácticas y actos sexuales gráficos y directos.

De modo que para fines teóricos y de la actual propuesta, no interesa aquí la mera ocurrencia de consumo por sí misma de material pornográfico, sino la dinámica de este en cuanto a su evolución hacia lo adictivo; siendo posible ampliar entonces que parámetros de frecuencia, intensidad y duración serían altos y disfuncionalmente ocasionen en la vida del paciente consecuencias desde lo cognitivo, fisiológico, emocional y conductual como en la figura 1.

**Figura 1: Correlatos en las respuestas de Ansiedad en la Adicción a la Pornografía**

Cognitivo	Fisiológico	Emocional	Conductual
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sentimientos de Inferioridad</li> <li>• Distorsiones cognitivas</li> <li>• Baja autoestima</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La masturbación compulsiva es hiriente</li> <li>• Insomnio</li> <li>• Tolerancia y Síndrome de Abstinencia</li> <li>• Daño en la Salud en General</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Culpabilidad</li> <li>• Tristeza</li> <li>• Obsesión</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Descuido de necesidades básicas</li> <li>• Pérdida en relaciones afectivas</li> <li>• Afectaciones en áreas como estudios, trabajo, compromisos sociales</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia

A manera de análisis, se puede desprender que la adicción como constructo puede fundamentarse, no en criterios preestablecidos simplemente, sino más bien si la conducta de consumo provoca disfunción en la cotidianidad del individuo,

conllevando a un malestar clínicamente significativo en alguna de las áreas de su vida. Es decir, no es el consumo meramente lo que va a plantear si hay patología, sino el que escapa del control para el sujeto desde lugares inadecuados, en momentos no apropiados y en una frecuencia no deseada. Se expondrá a continuación el posible impacto en la salud de las personas que efectúan el consumo desde un modelo biopsicosocial reportado desde la literatura académica que aborda el fenómeno.

### **Consideraciones a nivel Psicológico**

Tal como menciona Prada<sup>306</sup>, la exposición a los patrones de videos pornográficos aumenta la posibilidad de asimilar la visión de la mujer coincidente con lo expuesto. Mujeres que por lo general cumplen con cánones sociales muy propios dentro de la construcción social de belleza heteronormativa y occidentalizada. De modo que al interactuar con mujeres “reales” surge como inmediata la posibilidad de comparación, generando violencia y frustración en el hombre.

La habituación genera una sensación de minimización del peligro. De forma que la persona le asume cada vez un carácter inofensivo. Por tanto, al ser inofensivo puede aumentar la dosis de consumo y a la vez, influir en otros para que se inicien en el consumo.

La pornografía, además, según Sánchez et al.<sup>307</sup> fomenta creencias irreales sobre el sexo. Los adolescentes que inician su sexualidad con la pornografía, en momentos posteriores de contactos sexuales son proclives de reproducir patrones vistos. Actitudes misóginas y violentas son asociadas a la sexualidad por medio de aprendizaje vicario, reproduciendo las mismas en escenas reales.

---

<sup>306</sup> (Prada 2010)

<sup>307</sup> (Sanchez, y otros 2007)

Schwartz y Brasted (mencionados por Hernández Serrano y Arango de Montis 2008)<sup>308</sup> plantean su conexión con sistemas de creencias ligados a pobre imagen de sí mismos, baja autoestima, expectativas poco realizables, temores y miedos anticipatorios y un sentimiento general de desesperanza y tristeza. Echeburúa<sup>309</sup>, comenta que la comorbilidad con otros trastornos mentales es alta, destacando la Depresión Mayor, el abuso de alcohol y drogas.

Diversos autores<sup>310</sup> comentan que el exceso de masturbación puede provocar en las personas depresión, estrés, ansiedad e inestabilidad emocional, desórdenes de atención, eyaculación precoz, desórdenes neurológicos y de sueño. Por otro lado, algunos autores concuerdan en una asociación entre autopercepción y consumo de pornografía, siendo que al estar la primera atravesada por esquemas de defectuosidad y baja autoeficacia, el consumo tendería a ser alto, a manera de escape de malestar provocado por ansiedad y frustración con respecto a su autoimagen<sup>311</sup>.

### **Consideraciones en cuanto a lo biológico**

Las conductas sexuales compulsivas también traen consecuencias hacia la salud de los hombres. Para Hernández y Arango<sup>312</sup>, las mismas son fuente de malestar que van desde lesiones genitales hasta deterioro psicosocial. Como se comentaba

---

<sup>308</sup> (Hernández Serrano y Arango de Montis 2008)

<sup>309</sup> (Echeburua 2012)

<sup>310</sup> Velasco y Gil, «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.»; Georgina Whelan y Jac Brown, «Pornography Addiction: An Exploration of the Association Between Use, Perceived Addiction, Erectile Dysfunction, Premature (Early) Ejaculation, and Sexual Satisfaction in Males Aged 18-44 Years», *The journal of sexual medicine* 18, n.º 9 (septiembre de 2021): 1582-91, <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2021.06.014>.

<sup>311</sup> Whelan y Brown, «Pornography Addiction»; Joshua B. Grubbs et al., «Moral disapproval and perceived addiction to internet pornography: a longitudinal examination», *Addiction* 113, n.º 3 (marzo de 2018): 496-506, <https://doi.org/10.1111/add.14007>.

<sup>312</sup> Hernández Serrano y Arango de Montis, «Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo».

con anterioridad al igual que cualquier adicción, puede producir dependencia, ocasionando que la misma ocasione consecuencias en el sujeto. También presenta comorbilidad con otras adicciones sexuales, siendo más proclive el individuo a la promiscuidad sexual y al pago por sexo, ocasionando el riesgo de contagio por infecciones de transmisión sexual.

Love, Laier, Brand, Hatch y Hajela<sup>313</sup>, comentan que la adicción a la pornografía a través de la neuro plasticidad provoca cambios en la construcción de mapas mentales de excitación. La adicción a la pornografía activa el sistema de recompensas, cuando un individuo mira pornografía de forma compulsiva y crónica se produce una liberación continua de dopamina. La diferencia con practicar sexo es que la pornografía produce una “inundación” de dopamina.

Para Doidge<sup>314</sup>, la próxima vez que se vea pornografía se liberará cada vez menos dopamina por habituación, por lo que el sujeto buscará exponerse a dosis más intensas, frecuentes y duraderas. Esto ocasiona que los individuos necesiten ver contenidos cada vez más explícitos y gráficos.

Love, Laier, Brand, Hatch y Hajela<sup>315</sup>, comentan que, en estudios de resonancia magnética funcional, se ha planteado la influencia de adicción a la pornografía con la activación de ciertas zonas como la amígdala, el núcleo accumbens y el núcleo estriado ventral. En sujetos quienes consumieron más material pornográfico, se encontró menos conectividad entre el caudado derecho y la corteza dorsolateral prefrontal izquierda. Esta última estructura está relacionada con funciones ejecutivas. Disrupciones en este circuito están relacionadas con adicciones a sustancias y conductuales.

---

<sup>313</sup> (Love, y otros 2015)

<sup>314</sup> (Doidge 2007)

<sup>315</sup> (Love, y otros 2015)

Kühn y Gallinat<sup>316</sup> demuestran que conforme aumenta la cantidad de años consumiendo pornografía y la misma se efectúa muchas horas a la semana, se presenta una menor actividad del putamen en respuesta a estímulos sexuales breves o inmóviles. Esto podría significar que una alta exposición a estímulos de la pornografía trae a colación una reducción de la respuesta neurológica natural a los estímulos sexuales.

### **Consideraciones desde lo social**

Efectos a nivel de vínculos sociales y afectivos. Para Kafka y Hennen<sup>317</sup>, el consumo excesivo de pornografía como cualquier adicción, puede comenzar a afectar los vínculos y estilos de vida de las personas. Una de las consecuencias usuales es la disrupción del vínculo de pareja. Según Prause y Pfaus<sup>318</sup>, diversos estudios han revelado que hombres que sufren adicción a la pornografía por lo general presentan dificultades en cuanto al rendimiento y erección con sus parejas reales, pero no con la exposición a la pornografía. La afectación social guardaría relación sobre como diversos determinantes que influyen en la producción social del consumo de pornografía que se revisan a continuación.

La Masculinidad Hegemónica podría jugar un papel relevante en el proceso de aprendizaje de la adicción a la pornografía. Es posible plantear que la misma se incorpora por aprendizaje social, de modo que suple un papel relevante la influencia de pares. La misma al difundirse principalmente por medio de plataformas tecnológicas como aplicaciones de mensajería instantánea, fomenta aun con mayor facilidad el consumo.

---

<sup>316</sup> (Kuhn y Gallinat 2014)

<sup>317</sup> (Kafka y Hennen 1999)

<sup>318</sup> (Prause y Pfaus 2015)

A nivel ambiental, sobresale la participación de la tecnología. El acceso a contenidos sexuales conlleva cierta facilidad hoy día, de modo que cualquier persona puede desde un teléfono inteligente con acceso a internet, tener la oportunidad de consumir y compartir. Otro factor ambiental que puede propiciar el consumo es el estrés vivido día a día. Muchos individuos encuentran en el consumo de pornografía una estrategia de afrontamiento al mismo.

En cuanto al enfoque de promoción de la salud, cobra especial relevancia las oportunidades que tienen los individuos en cuanto a recreación. Programas comunitarios que cuentan con amplia oferta de actividades, pueden servir como estrategias de afrontamiento adecuadas, posibilitando una disminución en el consumo, al otorgar al individuo un adecuado uso del tiempo, sirviendo como control estimular. También permiten incorporar lazos sociales estables con otras personas, incidiendo en una vivencia positiva de la sexualidad.

### **3.2.2 Actividades Preventivas y de Promoción de la Salud**

La mortalidad masculina supera a la femenina en cualquier edad, inclusive en el periodo gestacional y perinatal, fenómeno que ha estado asociado comúnmente a factores genéticos, priorizando la atención a las diferencias de índole biológico entre hombre y mujer en los sistemas de salud<sup>319</sup>. Si bien es cierto, factores genéticos son claves, existen determinantes importantes que explican una parte de la salud masculina y son los estilos de vida que los mismos desarrollan. Las normas y la visión de mundo de cada cultura generan estilos de vida que son, a la vez, el producto de patrones estructurados de comportamientos relativamente estables, algunos de los cuales pasan a consustanciarse de tal manera con esa visión de

---

<sup>319</sup> Steve Robertson, *Understanding Men and Health: Masculinities, Identity and Well-Being* (Maidenhead, England: Open University Press, 2007), <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=234286&lang=es&site=ehost-live>.

mundo y con la normatividad que son ejecutados de manera espontánea, mecánica, no mediada por la reflexión ni por decisiones explícitas.

La visión de mundo patriarcal hegemónica de los hombres en nuestro país conlleva a comportamientos en los mismos de corte machista, conduciendo a sobreestimar sus capacidades de resiliencia en cuanto a procesos patológicos, ignorar su propia vulnerabilidad y esquivar su propia responsabilidad en procesos de salutogénesis. Esto conlleva al desarrollo de conductas de riesgo derivadas por la exposición voluntaria al peligro, evitación de la atención sanitaria y; el desarrollo, aprendizaje y ejecución de habilidades de afrontamiento disfuncionales en situaciones de estrés. Dentro de este esquema de conductas de riesgo, se justificaría el consumo sin control ni vigilancia de la pornografía.

Si bien es cierto la propuesta de atención primaria de la salud es compartida desde diversos paradigmas en la psicología, en el presente abordaje se partió de la consideración del cognitivo conductual. Sin caer únicamente en el enfoque centrado en hábitos y conductas de riesgo, es posible afirmar que la producción de la salud a nivel colectivo pasa por las conductas de las personas. En esta área el conductismo es importante en tanto permite analizar, a nivel colectivo, por qué ciertas poblaciones tienen ciertas conductas y muy especialmente por qué estas conductas se mantienen.

El paradigma cognitivo conductual trabaja el proceso de salud-enfermedad con las cogniciones, conductas y las afecciones que influyen en el comportamiento de una manera perjudicial, por lo tanto, su objetivo es prevenir la enfermedad y promocionar la salud para generar conductas más beneficiosas<sup>320</sup>

Según Redondo, la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud no deben asumirse, aunque en la práctica se realice así, como conceptos espaciados y hasta opuestos, sino más desde la complementariedad entre ambas visiones.

---

<sup>320</sup> Alicia Salamanca y Cristian Giraldo, «Modelos cognitivos y cognitivo sociales en la prevención y promoción de la salud», *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica* 2, n.º 2 (2011): 185-202.

Mientras se previene, también se sientan las bases para la potencialización de la salud. Y en tanto se promociona la salud a la vez se evaden factores de riesgo que incitan al desarrollo potencial de patologías<sup>321</sup>.

Este paradigma toma en cuenta los diferentes contextos en los que se desarrollan las personas, tomando en cuenta las decisiones al momento de ejercer conductas saludables. Ya que su objetivo es intervenir sobre el accionar de la población, trabajando en el sistema de creencias para explicar conductas que se relaciona con la salud, examinando los predictores de la conducta y formando un modelo de creencias en salud para poder predecir conductas perjudiciales, integra los factores sociales que están afectando la conducta saludable<sup>322</sup>. Siguiendo a Martín, Gené y Subías, los tres niveles de intervención básicos de la Prevención de las enfermedades serían los siguientes:

- **Prevención Primaria.** Plantea su propósito en evitar de forma anticipada no solo el desarrollo sino la aparición de las consecuencias negativas de algún fenómeno en la salud en la población que se encuentre en riesgo de desarrollarla. Su puesta en práctica sería prepatogénica.
- **Prevención Secundaria.** Intervención que busca la reducción de consecuencias en su fase temprana de aparición en alguna población en específico. Su actuación sería en la fase preclínica, los signos y síntomas aún no han evolucionado al nivel de malestar significativo. Implica tanto un diagnóstico como un tratamiento precoz.
- **Prevención terciaria.** Intervención dirigida en minimizar los efectos negativos de un fenómeno en cuanto el mismo ya se encuentre implantado

---

<sup>321</sup> Dennis Redondo Alfaro, «Rol del Profesional de Psicología en Atención Primaria de la Salud», *Wimb Lu* 8, n.º 1 (15 de mayo de 2013): 61-80.

<sup>322</sup> Salamanca y Giraldo, «Modelos cognitivos y cognitivo sociales en la prevención y promoción de la salud».



a través del tratamiento y rehabilitación. La fase en la que se orienta es la clínica manifestativa, orientada a prevenir recaídas<sup>323</sup>.

Por otro lado, la Promoción de la Salud estaría encaminada en fomentar las condiciones necesarias para que los mismos individuos asuman su propia salud y bienestar, no desde el paradigma de evitar lo negativo, sino de potenciar lo necesario y deseable. Desde este proyecto se plantea como modelo desde la Prevención, la atención de la conducta adictiva en la recurrencia a material pornográfico; y desde la materia de Promoción, la propuesta y relevancia del desarrollo y vivencia de una sexualidad integral, libre y respetuosa de derechos, basada en una óptica de masculinidades género sensibles.

### **3.2.3 La modalidad de Terapia Cognitivo Conductual**

Desde una aproximación conductual de la salud, las intervenciones están orientadas al entrenamiento o ensayo buscando reemplazar aquellos comportamientos desadaptativos, con un repertorio conductual más saludable y adaptativo al contexto del individuo, haciendo uso de estrategias de modificación de conducta. En el planteamiento cognitivista, la intervención tiene una orientación de corte educativa-instruccionista desde la reestructuración cognitiva, cuyo fin permitiría lograr que los sujetos corrijan las formas de pensamiento disfuncionales<sup>324</sup>.

Además de esto, toda intervención en Salud desde lo cognitivo conductual presenta siempre algún tipo de evaluación inicial que permita obtener algún margen orientativo de la población a intervenir. Son usuales los pretest-postest, amén de

---

<sup>323</sup> A Martín, P Subías, y J Gené, «Actividades preventivas y de promoción de la Salud», en *Compendio de Atención Primaria: Conceptos, organización y práctica clínica*, de Amando Martín Zurro y Juan Francisco Cano Pérez (Elsevier España, 2010).

<sup>324</sup> Diego A. Restrepo O y Juan C. Jaramillo E, «Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública», *Revista Facultad Nacional de Salud Pública* 30, n.º 2 (agosto de 2012): 202-11.

evaluación de eficacia del proceso. Según Gil, las principales medidas o instrumentos utilizados para la evaluación son:

- Entrevista. Es el instrumento más utilizado hoy día como método de evaluación en la psicología<sup>325</sup>. Desde la perspectiva cognitivo conductual se puede utilizar para dilucidar distintos aspectos como estilos de vida, actitudes, creencias y prácticas concretas en salud
- Cuestionarios y pruebas psicológicas. Desde hace unos años se han construido una serie de pruebas psicológicas relacionadas a problemas de salud concretos como tabaquismo, patrones de alimentación inadecuados, actividad física, consumo de alcohol y/o drogas. Las mismas ofrecen a manera de autoinforme, una noción sobre los parámetros en que una conducta problema se orienta en la persona consultante<sup>326</sup>.
- Observación. Los estilos de vida saludables son conductas, observables y por tanto con posibilidad de documentación. Es así como diversos formatos de observación son una técnica válida en la evaluación psicológica. Para Rojo, la observación está destinada a la intervención: se observa para documentar cambios en las conductas necesarias<sup>327</sup>
- Medidas fisiológicas. Pueden aportar información relevante en cuanto al estado de salud de individuos, en aspectos como estrés y ansiedad, fenómenos en los que como se describirá posteriormente, la psicología está teniendo auge<sup>328</sup>. Para Fernández y Roa, consiste en un proceso de evaluación instrumentalizado, cuya utilidad se encuentra en tanto permiten

---

<sup>325</sup> Luis María Llavona Unibelarrea, «Entrevista», en *Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>326</sup> Rocío Fernández-Ballester, «Los autoinformes», en *Evaluación psicológica: Conceptos, Métodos y Estudio de Casos*, ed. Rocío Fernández-Ballester (Madrid: Pirámide, 2004), 121-58.

<sup>327</sup> Nieves Rojo, «Observación y autoobservación», en *Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>328</sup> R Gil, *Psicología de la Salud: Aproximación histórica, conceptual y aproximaciones* (Madrid: Pirámide, 2004).

obtener información sobre procesos psicológicos por lo general encubiertos<sup>329</sup>.

Desde el paradigma cognitivo conductual se concibe la ética planteando que la intervención por elegir se realice en apego a la que anteriormente haya demostrado mejores indicadores de fiabilidad. Fernández-Ballesteros y Calero señalan que la intervención conductual debe encontrarse en estricto apego con estándares éticos suministrados por asociaciones científicas internacionales<sup>330</sup>. Otro aspecto relevante es el rigor teórico. Desde los inicios de la primera generación de terapias conductuales, este ha sido un eje transversal, siendo que notables fundadores del enfoque han puesto sus esfuerzos en ello, como Hull-Spence, Kantor y Skinner<sup>331</sup>

Tercero, la intervención ética va dirigida al empoderamiento de las personas. Tal como lo plantea Skinner, el objetivo ético es lograr que cada uno sea analista de su propio comportamiento<sup>332</sup>. Al respecto Montgomery señala que la tarea fundamental consiste en enseñarle al individuo a manejar las contingencias convenientemente para cambiar su entorno. Este proceso debe garantizar algunas condiciones básicas o mínimas:

- La exhaustividad del investigador conductual al analizar empíricamente su objeto de estudio
- El aseguramiento de la validez y confiabilidad de los materiales e instrumentos de medición y evaluación
- El rigor investigativo a través de los procedimientos experimentales
- La responsabilidad moral de los científicos de la conducta acerca del uso que se les da a sus investigaciones

---

<sup>329</sup> Enrique Fernández Abascal y Alfonso Roa, «Evaluación psicofisiológica», en *Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>330</sup> Rocío Fernández-Ballesteros y María Calero, «Garantías científicas y éticas de la evaluación psicológica», en *Evaluación psicológica: Conceptos, Métodos y Estudio de Casos*, ed. Rocío Fernández-Ballesteros (Madrid: Pirámide, 2004), 121-58.

<sup>331</sup> Montgomery U., «Aspectos y enfoques éticos dentro del quehacer conductual».

<sup>332</sup> Skinner, *Más allá de la libertad y la dignidad*.

- La manera de enfocar investigaciones que involucran posibles violaciones a principios éticos<sup>333</sup>

La terapia cognitivo conductual se trata de un enfoque de psicoterapia que se centra en trabajar con los pensamientos, las emociones, conductas y respuestas fisiológicas disfuncionales presentes en la persona, a través de técnicas de modificación de conducta, y sustituirles por otras más adaptativas<sup>334</sup>. El enfoque es estructurado y está centrado en la formulación del caso y la incidencia de la conducta problema. Un elemento principal de este tipo de psicoterapia es el descubrimiento guiado con el paciente de sus pensamientos automáticos negativos, los cuales llevan a conductas y emociones inadecuadas y posteriormente posibilitar herramientas que permitan a la persona modificar sus pensamientos y creencias distorsionadas modificando a su vez las conductas desadaptativas<sup>335</sup>. Se basa en la observación de los pensamientos expresados, que mantendrían de manera encubierta otros pensamientos que llevaban a un malestar a las personas por una distorsión.

Dentro del acervo de técnicas cognitivo-conductuales, se describirán a continuación las que se posicionan como ejes metodológicos en el abordaje de adicciones en general: la reestructuración cognitiva, las técnicas de exposición y las de corte contextual. En primer lugar, la reestructuración cognitiva, buscaría la resignificación de la predisposición al consumo y el análisis de las propias creencias intermedias machistas. En segundo lugar, técnicas de exposición, que se describen en tres modalidades: exposición con imaginación, simbólica y en vivo. Y en tercer lugar las de corte contextual, que buscarían facilitar la construcción de significado en torno a la vivencia del consumo en la persona consultante. De modo que, en el abordaje del consumo de pornografía, algunas técnicas se enlistan como necesarias, en

---

<sup>333</sup> Montgomery U., «Aspectos y enfoques éticos dentro del quehacer conductual».

<sup>334</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>335</sup> Gabalda, *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas*.

función de su demostrada evidencia en variadas condiciones clínicas, tomadas en cuenta por el tamaño del efecto, a continuación.

### **Estrategias de Reestructuración cognitiva**

Se trata de una de las técnicas cognitivo-conductuales más relevantes dentro de la gama de procedimientos de los que dispone la terapia cognitivo conductual. Consiste en que el cliente con la ayuda del terapeuta identifique y cuestione sus propios pensamientos desadaptativos sustituyéndolos por otros más apropiados reduciendo de esta forma la perturbación emocional causada por los primeros<sup>336</sup>. En el campo de pensamientos de corte machista el cuestionamiento de estos facilitaría la puesta en práctica de una nueva construcción ideológica de mundo que facilitase que el consultante pueda comportarse de forma distinta según los cánones propios de su socialización de género. La técnica puede resultar valiosa en el reconocimiento de sus esquemas de pensamiento sexistas valorados desde una propia historia de aprendizaje en la que por reforzamiento directo o vicario a través de la imitación fue adquiriendo dichas pautas de ver el mundo.

Con la reestructuración cognitiva debe tomarse en cuenta que no es la situación misma la que debe cuestionarse sino aprovechar el producto cognitivo mismo para descubrir el significado interno que tiene dicha situación para la persona. Es decir, debe aprovecharse la situación de dolor para explorar la creencia central del sujeto. Como se planteó anteriormente, el pensamiento machista se alojaría en las creencias intermedias, ya que las mismas representan afirmaciones sobre el mundo, pero las creencias centrales guardarían relación con las necesidades afectivas de la persona misma. De modo que, un programa de reestructuración cognitiva podría considerarse inconcluso reduccionista si tan solo aspira a

---

<sup>336</sup> Inés Carrasco y Isabel Espinar, «Terapia racional emotivo conductual y reestructuración cognitiva», en *Técnicas de Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (España: Pirámide, 2014).

cuestionar las ideas de corte machistas relacionadas con el poder y el control sin siquiera valorar las creencias centrales de vulnerabilidad asociadas al individuo.

Según Bados, las cogniciones como tal pueden ser identificadas de muchas maneras:

- De forma retrospectiva. Es decir, consultando sobre pensamientos tenidos en experiencias emocionales pasadas y analizando la implicación de la persona con esos pensamientos.
- En situaciones imaginadas o simuladas, posibilitando que la persona se imagine una situación que resulte perturbadora y en función de la activación emocional resultante identificar las cogniciones significativas.
- En situaciones reales, a través de auto registros o reportes como grabaciones o diarios sobre las cogniciones resultantes en situaciones problemáticas<sup>337</sup>.

Tal como Judith Beck plantea, identificar los supuestos y creencias por lo general es más difícil que identificar productos cognitivos<sup>338</sup>. Algunas técnicas que funcionan para ellos son:

- Identificar temas o contenidos generales a partir de pensamientos o frases que la persona reconoce de sí misma.
- Técnica de la flecha descendente. En esta técnica se identifica un producto cognitivo y se busca a través de la afirmación de este ir identificando el esquema del qué parte.
- Memorias informadas por el paciente de acontecimientos significativos en su infancia, que reflejen su historia de vida y de este modo el aprendizaje de las

---

<sup>337</sup> Arturo Bados López, *La técnica de la reestructuración cognitiva* (Universidad de Barcelona, España: Facultad de Psicología, Departamento de Personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, 2008).

<sup>338</sup> Judith Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización* (Barcelona, España: Gedisa, 1995).

normas masculinas en su crianza.

Finalmente, el cuestionamiento de las cogniciones desadaptativas se realiza utilizando el descubrimiento guiado, es decir que al consultante no se le plantea de forma directa en qué se basan sus cogniciones, sino que se busca cuestionar por medio de preguntas generadoras al mismo para que las vaya descubriendo por su cuenta. A continuación, se considerarán algunas técnicas que se desarrollan desde la terapia cognitiva.

**Debate socrático.** Consiste en un ejercicio de cuestionamiento a través de preguntas sobre la validez de un pensamiento con las cuales se busca que la persona se reconsidere de qué forma su pensamiento está siendo irracional<sup>339</sup>. En el caso de masculinidades, se puede realizar de diversas maneras, siempre y cuando se utilicen preguntas indagando los errores lógicos de pensamiento. Se debate contra la creencia intermedia.

- Método realista o empírico. Análisis de Antecedentes o de evidencia.
- Método lógico. Análisis de Pensamientos.
- Método práctico. Análisis de Consecuencias.

Tanto la Terapia Racional Emotiva Conductual (TREC) como el modelo de Terapia Cognitiva propuesto por Beck mantienen esta lógica. Algunas de estas preguntas podrían ser las siguientes:

- Preguntas para examinar las pruebas de un pensamiento.
- Preguntas para examinar la utilidad de un pensamiento.
- Preguntas para examinar qué pasaría realmente si lo que se piensa fuera cierto.
- Preguntas para examinar qué se podría hacer si lo que se piensa fuera

---

<sup>339</sup> Bados López, *La técnica de la reestructuración cognitiva*.

cierto<sup>340</sup>.

**Identificación de distorsiones.** Al paciente se le plantea una lista de distorsiones cognitivas asociadas a su interpretación sobre los vínculos afectivos de modo que deba identificar cada una de ellas desde esta lista. De modo que, cada vez que el paciente presente una idea distorsionada con respecto a los vínculos afectivos, se puede plantear la lista como recurso de apoyo en la identificación de sus propios sesgos<sup>341</sup>.

**Examinar la evidencia.** El paciente debe en lugar de asumir un pensamiento negativo como cierto, examinar la evidencia de este<sup>342</sup>. Por ejemplo, en caso de celos patológicos el paciente podría en conjunto con el terapeuta generar una lista de situaciones alternativas que indiquen si realmente la situación de infidelidad se da o no.

**Experimentos conductuales.** El paciente debe verificar a través de una tarea desde la experimentación la validez de un pensamiento negativo. Se pueden plantear dos tipos de experimentos, activos o de observación<sup>343</sup>. En los primeros, el consultante realiza una actividad o deja de hacerla, en función de los fines del ejercicio. Se busca que con el experimento extraiga sus conclusiones, cuestionando alguna cognición asociada. Por ejemplo, se le puede solicitar a un consultante que atraviesa una situación de duelo que tiene propensión a conectarse a redes sociales a expiar la actividad reciente de su expareja, que deje de hacerlo.

---

<sup>340</sup> Bados López.

<sup>341</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

<sup>342</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

<sup>343</sup> Khadj Rouf et al., *Devising Effective Behavioural Experiments, Oxford Guide to Behavioural Experiments in Cognitive Therapy* (Oxford: Oxford University Press, 2004), <https://www.oxfordclinicalpsych.com/view/10.1093/med:psych/9780198529163.001.0001/med-9780198529163-chapter-2>.



En el caso de los segundos, el consultante recolecta la información de un tercero. Por ejemplo, se podría utilizar el método de la encuesta. Consiste en preguntar a personas cercanas si en efecto un pensamiento o actitud que tiene de forma machista es realista o no.

**Reatribución.** Se busca que el paciente identifique todos los factores relacionados que contribuyen al problema, en vez de sobre enfocarse en una única causa. Esta técnica es planteada por Beck, en el caso de la atribución excesiva de causalidad personal<sup>344</sup>. Ejemplo, valorar otras opciones por las cuales una mujer utilizaría su tiempo, aparte de desear tener sexo casual.

**Técnica del doble criterio.** Se le solicita al paciente si considerase a otra persona culpable si la situación le ocurriese a esta. Después se le puede plantear que se hable a si mismo de la manera compasiva como lo haría con esa persona que imaginó. Se puede utilizar cuando el consultante se atribuye de forma excesivamente culpógena alguna determinada situación, en este caso sobre el fin de la relación, impidiéndole la resignificación de su propio duelo de forma adecuada. Debe tomarse con precaución en el caso de que la persona menosprecie alguna acción de la que si se deba responsabilizar<sup>345</sup>.

**Pensando en escala de grises.** Se busca que las personas aborden los problemas en términos de grises en lugar del pensamiento dicotómico blanco negro<sup>346</sup>.

**Definir los términos.** Se busca que el paciente defina de forma exacta a qué se refiere cuando se etiqueta asimismo de alguna forma. Al realizarlo se compara si la definición dada aplica para su persona de forma realista.

---

<sup>344</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

<sup>345</sup> Bados López, *La técnica de la reestructuración cognitiva*.

<sup>346</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

## Estrategias Conductuales de Exposición

Las técnicas de exposición tienen como fin el afrontamiento de forma sistemática y deliberada de estímulos o situaciones relacionadas con ansiedad u otro tipo de emociones negativas que provocan el impulso de realizar un comportamiento en específico problemático. De modo que las técnicas de exposición pretenden la modificación de conducta en dos situaciones, cuando se presenta ansiedad y cuando se presenta evitación. La técnica tiene como principio posibilitar que la persona se mantenga en una situación hasta que dicho impulso se reduzca significativamente corroborando que las consecuencias anticipadas no sucedieran<sup>347</sup>.

Por lo general en la literatura se habla de exposición con prevención de respuesta en el sentido de que la persona se exponga a una situación y controle el impulso que le lleva a reducir la ansiedad. Para variados autores, es sumamente aceptada la eficacia del tratamiento<sup>348</sup>. La prevención de respuestas tiene por objetivo una exposición sistemática a los estímulos nocivos, encaminada a la habituación, mediante un bloqueo riguroso de cualquier maniobra relacionada con la ejecución del ritual durante el proceso de exposición<sup>349</sup>. En el caso de intervención en masculinidades esto dota de gran potencial a las técnicas mismas en los objetivos propuestos, ya que desvanecería la propensión impulsiva aumentando el control conductual y la regulación de emociones como la ira.

Vallejo comenta como la exposición con prevención de respuesta es igual o más eficaz que el tratamiento cognitivo conductual por sí solo sin la técnica, aunque los estudios varían en resultados y la balanza no se inclina de forma significativa por ninguno de los dos, es importante concluir que el tratamiento más sencillo

---

<sup>347</sup> Ruiz Fernández et al., "Terapia Cognitiva".

<sup>348</sup> M Vallejo, «Guía de tratamientos psicológicos eficaces para el tratamiento obsesivo compulsivo», en *Guía de tratamientos psicológicos eficaces* (Madrid: Pirámide, 2010); M. Muñoz y J. Graña, «Tratamiento de un caso de trastorno obsesivo compulsivo», en *Terapia Psicológica. Casos prácticos* (Madrid: Pirámide, 2004), 201-31.

<sup>349</sup> E Echeburúa, P Corral, y C Ortiz, «Técnicas de exposición», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

(Exposición con Prevención de Respuesta) es el más eficiente que el más complejo (Terapia cognitivo conductual)<sup>350</sup>.

El supuesto del que parte, consiste en la exposición repetida a los estímulos condicionados (cualquier precipitante que incite a la conducta, que para fines del presente escrito sería la de consumo pornográfico) sin la presencia de la respuesta condicionada usual dando por resultado, en última instancia la desaparición de esta<sup>351</sup>.

Por tanto, la eficacia de la exposición estaría representada por la repetición de esta. El tratamiento consistiría, en términos generales, en exponer al paciente al estímulo discriminativo externo o cognitivo y a continuación impedir por periodos progresivamente mayores (quince minutos, media hora, etc.) que se comprometa con la ejecución acostumbrada<sup>352</sup>. Bados y García plantean varios tipos de exposición:

### **Exposición en vivo**

Implica exponerse de forma sistemática y deliberada a situaciones reales en la vida diaria<sup>353</sup>. Diversos autores coinciden en que las técnicas de exposición deben tener una aplicación graduada de la misma, es decir por medio de aproximaciones sucesivas<sup>354</sup>. Un enfoque poco graduado puede conducir a la sensibilización con respecto a las respuestas de ansiedad dificultando la aceptación y la adherencia al tratamiento. Esto se logra por medio de una jerarquía de exposición que implica

---

<sup>350</sup> Vallejo, «Guía de tratamientos psicológicos eficaces para el tratamiento obsesivo compulsivo».

<sup>351</sup> Echeburúa, Corral, y Ortiz, «Técnicas de exposición».

<sup>352</sup> J Butcher, S Mineka, y J Hooley, *Psicología Clínica* (Madrid: Pearson, 2007).

<sup>353</sup> Arturo Bados López y Eugeni García Grau, *Técnicas de exposición* (Universidad de Barcelona, España: Facultad de Psicología, Departamento de Personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, 2011).

<sup>354</sup> Bados López y García Grau; Ruiz Fernández, Díaz García, y Villalobos Crespo, *Manual de técnicas de intervención cognitivo-conductuales*.

ordenar de mayor a menor intensidad las situaciones problemáticas para el paciente.

### **Exposición con imaginería**

Más que situaciones reales implica el abordaje por medio de la imaginación de las situaciones problemáticas evocando las mismas en el consultorio psicológico por lo general<sup>355</sup>. En primer lugar, se evalúa si el consultante es capaz de imaginar de forma clara y lúcida las escenas. Bados y García distinguen entre tipos de exposición con imaginería:

- Exposición muy breve. Se trataría de escenas de alrededor de 60 segundos.
- Exposición breve se trataría de escenas que transcurren en un tiempo de hasta 10 minutos como máximo
- Exposición prolongada. Las escenas se mantienen entre 25 y 120 minutos. En estas la exposición es mucho más intensa por lo que se utiliza en momentos finales de la terapia<sup>356</sup>.

### **Exposición interoceptiva**

Se trata de exponerse a las sensaciones corporales temidas sin evocar la respuesta típica de evitación al estímulo<sup>357</sup>. En el caso de conductas adictivas la sensación interoceptiva predominante se refiere al conjunto de todas las relacionadas al síndrome de abstinencia, de modo que se buscaría que a través de las técnicas de relajación el consultante pueda mantenerse la mayor parte del tiempo con esta emoción sin recurrir a conductas impulsivas.

### **Exposición mediante ayudas audiovisuales**

---

<sup>355</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>356</sup> Bados López y García Grau, *Técnicas de exposición*.

<sup>357</sup> Echeburúa, Corral, y Ortiz, «Técnicas de exposición».

En este caso se utilizan habitualmente modalidades audiovisuales para la exposición como sonidos, videos o presentaciones que facilitan la generación de los estímulos temidos<sup>358</sup>. También llamada exposición simbólica, se busca que las personas utilicen algún objeto simbólico que represente la situación misma y que a través de la exposición a dicho símbolo puedan reprocesar y resignificar a la situación que les conlleva evitación.

### **Exposición utilizando escritura o juegos**

Consiste en escribir sobre sucesos que generan ansiedad y leerlos para sí mismo o delante del terapeuta <sup>359</sup>.

### **Exposición mediante realidad virtual**

Implica el uso por medio de ordenadores y de gafas especiales la simulación mediante un ambiente virtual de los estímulos o situaciones que conducen a las experiencias de evitación<sup>360</sup>. No es tan típica esta modalidad en la exposición en general debido a la obligatoriedad de contar con equipo tecnológico con requerimientos avanzados en cuanto al software y hardware<sup>361</sup>.

### **Exposición simulada**

Consiste en ensayos conductuales en donde serían dramatizadas tanto por el cliente como por el terapeuta. Por medio de estas formas de exposición se busca entablar diálogos en los cuales se representen a la otra persona y se pueda

---

<sup>358</sup> Bados López y García Grau.

<sup>359</sup> Bados López y García Grau.

<sup>360</sup> Bados López y García Grau.

<sup>361</sup> Cristina Botella, Rosa Baños, y Soledad Quero, «Nuevas tecnologías al servicio de la intervención», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

monitorear el grado de activación con las que responde la persona consultante. Algunos ejemplos pueden ser:

- Externalización de las voces. El paciente y el terapeuta representan el papel del pensamiento negativo y el pensamiento positivo. Pueden alternarse en esa representación, mientras que se da el pensamiento negativo se confronta a la persona que tiene el pensamiento positivo. En un diálogo entre ambos pensamientos representados por el terapeuta y el paciente ambos van planteando sus puntos de vista. Se llega el momento en el que el paciente reconoce lo irracional y las implicaciones negativas que tiene el pensamiento de que no puede restablecer su vida.
- Abogado del diablo. El terapeuta asume el rol de alguno de los pensamientos negativos machistas del paciente. Y de alguna forma tentar al paciente desde este mismo. El paciente debe refutar cada uno de los argumentos que el terapeuta le plantee.

Las técnicas de exposición deben utilizarse justamente cuando existe una operación de abolición de un posible castigo, generando a manera de reforzamiento negativo como escape o evitación. Se buscaría a fin de cuentas el acercamiento al estímulo aversivo sin que medie la evitación como estrategia de afrontamiento.

### **Estrategias Contextuales de Aceptación y Compromiso**

Como técnicas propias de la terapia aceptación y compromiso, Hayes y Lillis<sup>362</sup> proponen distintas orientaciones clínicas en el abordaje, las cuales se plantean a continuación.

Desesperanza creativa. Se trata del proceso por medio del cual las personas buscan inclusive con desesperación quitarse de encima sufrimientos para en teoría disfrutar más de la vida. Cómo se expuso anteriormente está evitación experiencial lejos de

---

<sup>362</sup> Hayes y Lillis, *Acceptance and Commitment Therapy*.

contribuir al desvanecimiento de la experiencia de malestar más bien la intensifica<sup>363</sup>. Cómo plantea Pérez, la exploración de lo que razonablemente se ha hecho sin éxito o incluso resultar perjudicial producen una especie de desesperanza<sup>364</sup>. De modo que se busca qué más bien se tome conciencia de aquello de lo que se intenta escapar sin la evitación se suscite. Es la aceptación del malestar, aprendiendo del mismo y visualizándolo sin juicios. En este sentido sobre sale el uso de metáforas como por ejemplo la del hombre en el hoyo:

*Un hombre iba por el campo, llevando una venda en los ojos y una pequeña bolsa de herramientas. Se le había dicho que su tarea consistía en correr por ese campo con los ojos vendados. El hombre no sabía que en la granja había hoyos grandes y muy profundos, lo ignoraba completamente. Así que empezó a correr por el campo y cayó en uno de esos grandes agujeros. Empezó a palpar las paredes del hoyo y se dio cuenta de que no podía saltar fuera y de que tampoco había otras vías de escape. Miró en la bolsa de herramientas que le habían dado, para ver si había algo que pudiera usar para escapar del hoyo, y encontró una pala. Eso es todo lo que tenía. Así que empezó con diligencia, pero muy pronto advirtió que no salía del hoyo. Intentó cavar más y más y más y más rápido, pero seguía en el hoyo. Lo intentó con grandes paladas y con pequeñas, arrojando lejos la tierra o arrojándola cerca... pero seguía en el agujero. Todo ese esfuerzo y todo ese trabajo, y lo único que conseguía es que el hoyo se hiciese cada vez más y más profundo. Entonces se dio cuenta, que cavar no era la solución, no era la forma de salir del hoyo, al contrario, cavando es como se hacen los hoyos más grandes. Entonces empezó a pensar que quizás todo el plan que tenía*

---

<sup>363</sup> Páez Blarrina y Montesinos Marín, «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones».

<sup>364</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*. P. 161

*estaba equivocado y que no tenía solución, ya que cavando no pueda conseguir una escapatoria, lo único que hacía era hundirse más*<sup>365</sup>.

**Reconceptualización del control.** En seguimiento a la reflexión otorgada por la desesperación creativa, se aborda el tema de que los intentos de control más bien forman parte del problema. Tal como plantea Pérez por lo general la lógica de la solución de problemas radica en el manejo de sus causas, generando una sensación de un supuesto "hacerse cargo"<sup>366</sup>. Al respecto se plantean metáforas como la de la "lucha con el monstruo":

*Imagina tu problema actual (ansiedad, preocupación, recuerdos, culpabilidad, pensamientos negativos...). Ese problema se parece a una persona que estuviese unida a un monstruo por una cuerda y con un foso entre ambos. Mientras el monstruo está tranquilo, dormido, tumbado, podemos verlo, pero en cuanto despierta se hace insoportable, insufrible, y tiramos de la cuerda para conseguir tirar al monstruo al foso. A veces parece que se calma al tirar de la cuerda, como si se diera por vencido, pero lo que ocurre a la larga es que cuanto más tiramos, más próximos estamos del filo del foso y, por el contrario, más grande, fuerte y amenazante está haciéndose el monstruo. Así la situación es que tienes que estar pendiente constantemente de si el monstruo se levanta para tirar de la cuerda, y, además, cuando tú tiras el monstruo también lo hace, lo que a veces lleva a que estés al borde del abismo. Y mientras, tu vida se limita a estar pendiente de la cuerda. Te gustaría no estar atado al monstruo, pero eso no es algo que pueda cambiarse, de manera que te planteas qué puedes hacer basado en tu experiencia. Una posibilidad para hacer tu vida es soltar la cuerda y ver al monstruo. Otra que tu vida se limite a estar pendiente de la cuerda*<sup>367</sup>.

---

<sup>365</sup> Steven C. Hayes, Kirk D. Strosahl, y Kelly G. Wilson, *Acceptance, and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*, Acceptance, and commitment therapy: An experiential approach to behavior change (New York, NY, US: Guilford Press, 1999).

<sup>366</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

<sup>367</sup> Hayes, Strosahl, y Wilson, *Acceptance, and commitment therapy*.



**Defusión.** Por medio de la estrategia de la defusión se busca deshacer la fusión cognitiva. En la misma los pensamientos se toman como si fueran una realidad misma, se busca por tanto ver a los pensamientos como meramente pensamientos disminuyendo el impacto de estos. Para ello se realizan diferentes ejercicios como por ejemplo el de los pensamientos en las nubes, que busca analizar a los pensamientos mismos como si fueran nubes en el cielo que se forman en un momento dado y se disipan, subrayando el papel transitorio y dinámico de los mismos y distanciándose de la posición rígida e invariable que podrían tener. Tal como plantea Pérez, el objetivo de la difusión no es quitar pensamientos desagradables sino verlos como lo que son: palabras con las cuales es posible auto distanciarse<sup>368</sup>.

**Aceptación.** La aceptación por tanto estará orientada a una actitud abierta y receptiva y sin juicios de la experiencia, disminuyendo el carácter perturbador que tienen. El objetivo es lograr que la persona que esté dispuesta a experimentar las emociones temidas.

**Mindfulness.** Dentro de esta vía todas las estrategias de atención plena son recibidas ya que impactan con la propuesta de la terapia aceptación y compromiso de notar aquello que sucede tanto externa como internamente. Los ejercicios pueden iniciar en aquellos que buscan centrarse en la respiración para luego centrarse en los pensamientos que ocurren y al final escuchar las propias sensaciones e impulsos fisiológicos. Esto puede ser muy útil el consumo de pornografía y adicciones en general, ya que dota al sujeto de habilidades con las cuales puede manejar el craving. Plantea entrenar en técnicas de respiración y de relajación para disminuir la activación de la rama simpática que predispone a la ansiedad. El Mindfulness busca dentro de sus principios, la toma de consciencia con el momento presente y a la vez el contacto con estados privados aversivos

---

<sup>368</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

imposibilitando la evitación de estos <sup>369</sup>. En el ámbito del consumo de pornografía, la toma de consciencia con dichos eventos internos se vuelve relevante para su manejo.

**El yo trascendental.** La terapia de aceptación y compromiso parte de que al conformarse distintos problemas psicológicos existe una tendencia por parte de la persona al no haberse construido en torno a sus propias circunstancias, sino que más bien obedece a reglas externas que le indican cómo actuar<sup>370</sup>. De modo tal que se da una especie de pérdida del sentido. Se busca entonces que la persona se construya a sí misma en tanto que quiere lograr de ahora en adelante en su vida. Para ello se puede utilizar diferentes ejercicios como el ejercicio del observador, el cual busca que la persona recree así misma diferentes roles en los que se ha comportado a lo largo de la vida, y que a pesar de las circunstancias y de las diferentes facetas desarrolladas sigue siendo él mismo.

**Valores.** El foco central de la terapia de aceptación y compromiso es visibilizar los valores de cuenta la persona y de si los mismos son inflexibles o no, si los mismos están bien contruidos, o si más bien no han sido reflexionados hasta este momento de su vida. Al establecer los valores se buscaría reflexionar sobre si los problemas psicológicos con los que se encuentra el consultante en este momento ayudan a guardar congruencia con los valores mismos y sobre qué acciones podría desempeñar de ahora en adelante. Un ejercicio que se realiza es el del funeral en el cual se pide al consultante que se imaginé las cosas que le gustaría escuchar de las personas que asistan el día de su funeral finalizando con la escritura de un epitafio en su propia tumba rescatando los valores con los que quiere ser recordado<sup>371</sup>.

---

<sup>369</sup> Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT»; Lorena Alonso-Llácer et al., «Mindfulness and grief: The MADED program mindfulness for the acceptance of pain and emotions in grief», *Psicooncología* 17 (enero de 2020): 105-16, <https://doi.org/10.5209/psic.68244>.

<sup>370</sup> Páez Blarrina y Montesinos Marín, «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones».

<sup>371</sup> Hayes y Lillis, *Acceptance and Commitment Therapy*.

### Otras técnicas por utilizar

Existen otras técnicas que pueden acompañar a las anteriores, en sentido que permiten a pesar de su uso secundario, una disminución de la conducta de consumo. En función de lo variado de los casos y desde un análisis funcional que indique a que situación la conducta de consumo esté adherida, se tomarían en cuenta diferentes entrenamientos y posibilidades clínicas con las cuales combinar el tratamiento:

**Activación conductual.** Esto permite aumentar las estrategias de distracción con el objetivo de disminuir la influencia de la rumiación negativa. Se centra en la activación de conductas operantes que potencien a manera de operación de establecimiento, estados emocionales requeridos para el consultante, a fin de conseguir contingencias que favorezcan los refuerzos requeridos, nuevas formas de solución de problemas y cambios conductuales adaptativos<sup>372</sup>.

**Técnicas operantes.** Dentro del grupo de técnicas más desarrolladas por su antigüedad, se inscriben las mismas, utilizando los principios de la psicología del aprendizaje<sup>373</sup>.

- Tiempo fuera de reforzamiento. Buscaría entrenar en habilidades de reconocimiento de sensaciones fisiológicas y su consecuente ejercicio de detener la ejecución de la conducta.
- Reforzamiento diferencial desde el Contracondicionamiento. Operaciones de abolición de la conducta de consumo, a la par de operaciones de establecimiento de nuevas conductas con equivalencia funcional.
- Control de estímulo precedente. Se basa en la delimitación de las variables ambientales previas a la ejecución de alguna conducta, disminuyendo o alterando las condiciones estimulares que la evocan.

---

<sup>372</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

<sup>373</sup> Larroy, «Técnicas Operantes 1: Desarrollo de Conductas».

- Retraso en la ejecución. Se trata de una procrastinación consciente de la ejecución de la conducta.

**Psicoeducación.** Posibilita la facilitación de información que ayude al paciente en el reconocimiento de su experiencia contrastada con la teoría. Al promover un mayor conocimiento de la situación particular de cada persona, se consigue aumentar la adherencia al tratamiento, autonomía y la ejecución de las tareas y objetivos clínicos<sup>374</sup>.

**Auto registros.** Explícitamente, un auto registro o autoinforme se refiere a un mensaje verbal que cualquier sujeto pueda emitir acerca de algún tipo de manifestación propia. La gran diversidad de fenómenos tanto internos como externos que puede dar cuenta un auto informe le bastan para ser catalogados como el instrumento metódico más diverso, rico y a la vez más complejo y difícil de valorar desde un punto de vista científico<sup>375</sup>. Dependiendo del formato del auto registro se realiza una cuenta de la frecuencia de pensamientos y emociones negativas que se experimentan en un tiempo dado. Se le puede plantear al consultante realizar un monitoreo de sus sensaciones de dolor y pensamientos asociados y escribirlos en un registro de cogniciones, que luego en sesión de terapia se analizan.

**Entrenamiento en toma de decisiones y solución de problemas.** Se buscaría la propuesta de una orientación hacia el problema, definición clara y concisa, definición de objetivos, generación de soluciones alternativas y toma de decisiones. Este procedimiento es ampliamente utilizado en situaciones donde el individuo necesite descubrir soluciones a problemas de su vida cotidiana<sup>376</sup>.

---

<sup>374</sup> Daniela Godoy et al., «Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares», *Revista Médica Clínica Las Condes* 31, n.º 2 (marzo de 2020): 169-73, <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.005>.

<sup>375</sup> Fernández-Ballester, «Los autoinformes».

<sup>376</sup> Elisardo Becoña, «Terapia de solución de problemas», en *Modificación de Conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

**Inoculación de estrés.** Se utilizarían estas estrategias en el caso de que el abordaje de tensiones cotidianas esté siendo afectado. De modo que se buscaría la adquisición de hábitos saludables como ejercicio físico, además de controlar el estímulo a la hora de dormir. Estrategias de relajación también funcionan en estos casos. El abordaje del estrés resulta fundamental en aquellas situaciones donde la respuesta de afrontamiento a la situación estresante genere consecuencias disfuncionales al sujeto<sup>377</sup>.

**Entrenamiento en habilidades sociales.** Esto es relevante en el caso de que la solución de problemas debe ser acompañada con la verbalización y exposición de las emociones personales a alguien más<sup>378</sup>. Para Cruzado, el modelamiento es una técnica que se basa en un proceso de aprendizaje a través de la observación de la conducta de uno o varias personas<sup>379</sup>. Para las habilidades sociales se pone en práctica en el siguiente procedimiento

1. Modelo instruccional. En esta etapa se definen que conductas o habilidades se van a desarrollar, la justificación de estas, la forma en que se llevaran a cabo las mismas. En esta etapa es vital la psicoeducación.
2. Modelaje. En esta etapa se pone en práctica la habilidad. El terapeuta sirve de modelo con el fin de representar roles. El moldeamiento se debe realizar preferiblemente por moldeamiento de afrontamiento, insertando la conducta meta por medio de aproximaciones sucesivas, descomponiendo la conducta en partes más pequeñas. El moldeamiento de maestría, al proponer la conducta como un todo, es más difícil que el paciente pueda incorporarla.
3. Ensayo de conducta. Consiste en poner en práctica lo aprendido, por parte del paciente en una situación real.

---

<sup>377</sup> Juan Capafons y Dolores Sosa, «Técnicas de control del estrés», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>378</sup> Vicente Caballo y María Jesús Irurtia, «Entrenamiento en habilidades sociales», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>379</sup> J. Cruzado, «Técnicas de Modelado», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

4. Retroalimentación. Los consultantes evalúan su propia experiencia, distinguiendo entre aspectos que ayudaron y posibles situaciones que dificultaron la práctica.
5. Reforzamiento. Siempre se debe dar reforzamiento positivo, con tal de facilitar el hecho que la conducta se siga reproduciendo. A su vez, se repite desde el paso 1, pero con los replanteamientos del caso.

# Objetivos

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

## **4. Objetivos**

### **4.1 Objetivo General**

Implementar un proyecto con esquema de prevención primaria, secundaria y terciaria bajo el paradigma cognitivo conductual que aborde la relación existente entre consumo pornográfico y afectación a la funcionalidad biopsicosocial con hombres del Instituto Wem permitiendo disminución en los patrones de consumo de los participantes.

### **4.2 Objetivos Específicos**

- Fomentar un posicionamiento crítico sobre la masculinidad hegemónica y su influencia en la adicción a la pornografía a través de psicoeducación y sensibilización para la reconstrucción de nuevas creencias y prácticas de la sexualidad.
- Facilitar el cuestionamiento de creencias de corte patriarcal sobre sexualidad y la reflexión sobre nuevas formas de pensar en masculinidades positivas a través de procesos de reestructuración cognitiva para el abordaje de reglas, suposiciones y atribuciones asociadas al consumo de pornografía.
- Favorecer una vivencia de la sexualidad plena y satisfactoria a través de técnicas de modificación de conducta que faciliten un desvanecimiento del consumo de pornografía.

### **4.3 Actividades**

- Traducir el Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas
- Diseño de materiales audiovisuales para los procesos grupales y de terapia individual
- Diseño de instrumentos de registro
- Implementación de sesiones grupales psicoeducativas
- Facilitación de procesos de terapia individual.
- Sistematización y exposición de la experiencia



# Diseño Metodológico

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

## 5. Diseño Metodológico

### 5.1 Población

Para la recolección de la muestra se reclutaron hombres del Instituto Wem que como criterio general fueran usuarios mayores de 18 años que asistieran al menos dos veces por mes a las sesiones grupales en el Instituto Wem. El ámbito de acción consideró lo grupal y lo individual. En ambas se utilizó un consentimiento informado. Las variables socio demográficas, ya sean nivel educativo y condición económica, no fueron criterios de inclusión ni de exclusión por carecer de relevancia para la práctica.

En el caso de las intervenciones grupales, pudieron participar de forma libre, ya que las mismas se trataron de procesos de prevención primaria donde no era obligatorio presentar la conducta de consumo de forma recurrente, sino más bien intención de aprendizaje sobre el consumo de pornografía como fenómeno. El consentimiento informado se les administró de forma virtual, a través de un formulario en la plataforma de Google forms, lo que planteaba el mismo se incluye en el Anexo 12.

En el caso de las intervenciones individuales, para que los hombres pudieran ser reclutados se realizó una entrevista y la aplicación de un cuestionario a los mismos en las sesiones de evaluación. Para ello se les incluyó un consentimiento informado, informándoseles sobre la naturaleza del proyecto y que podrían abandonar el proceso en cualquier momento si así lo deseaban. Dicho consentimiento se incluye en el anexo 2. A nivel general, debían cumplir los siguientes criterios:

- Reportar preocupación acerca de su consumo de pornografía.
- Estar dispuesto a ser grabado por audio durante la entrevista.
- Que quisieran iniciar el proceso y estuviesen dispuestos a asistir al total de sesiones.

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- No estar dispuesto de ser grabado durante la entrevista.

- Contar con algún diagnóstico del espectro esquizofrénico o consumo de sustancias.
- Dificultad de asistencia a sesiones semanales.

## 5.2 Instrumentos

Con el objetivo de dilucidar el cumplimiento o no de los objetivos planteados referidos a la deconstrucción de creencias y desvanecimiento de conductas de consumo, es importante el uso de diversos instrumentos. Para ello, se desarrollaron los siguientes:

- **Auto registros.** Se utilizaron en todas las sesiones individuales para monitorear avances en cuanto a la línea base. Se buscó registrar las cogniciones y conductas asociadas al consumo.
- **Instrumentos de análisis topográfico evaluativo.** Contemplando parámetros de frecuencia, intensidad y duración con respecto a las conductas sexuales compulsivas.
- **Cuestionario de conformidad a las normas masculinas de Mahalik<sup>380</sup>.** Su propósito fue meramente como apoyo psicoeducativo en el proceso, no se utilizó de forma diagnóstica, sino como variable de cambio en la que se medirán los resultados del grupo consigo mismo.
- **Bitácoras.** Las mismas tendrían como contenido: fecha, objetivos, revisión de estado general, aspectos relevantes de la sesión, observaciones y pendientes.
- **Instrumento de Evaluación de taller.** Se diseñó un instrumento de evaluación del taller con el objetivo de evidenciar la eficacia de dichos espacios grupales, tratándose de un cuestionario en línea donde los usuarios reportasen su percepción respecto al aprendizaje obtenido.

---

<sup>380</sup> Mahalik et al., «Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory».

## **5.3 Estrategia de Intervención**

### **5.3.1 Modalidad de la intervención**

Nabila, Iqsan y Aini<sup>381</sup>, proponen la terapia cognitiva de grupo como una alternativa importante a considerar en la intervención psicológica del abuso de pornografía. Plantean tres ventajas del enfoque de grupo: Primero, proporciona apertura entre los miembros del grupo y realimentación de otros miembros. Segundo, la influencia modeladora que la conducta de otros miembros ocasiona sobre la propia y el correspondiente desempeño. Y de tercero, el grupo recuerda constantemente las reglas acordadas, funcionando como agente de autocontrol. Por otro lado, otras intervenciones a nivel individual como la de Minarcik<sup>382</sup> han resultado ser eficaces. En el presente planteamiento se utilizaron ambas modalidades considerando las tres estrategias de prevención. Se pensó en una clasificación de los usuarios desde los siguientes grupos:

**Prevención Primaria grupal dirigida a consultantes con consumo episódico relativo.** Este grupo no consume o de hacerlo, no presenta afectación psicosocial evidente, es decir sin descuido de sus rutinas y estilos de vida cotidianos. Al mencionado grupo se le brindaron charlas informativas sobre consumo de pornografía, trabajándose únicamente de forma grupal. Se utilizó metodología participativa, ajustando las posibilidades de dinamizar los contenidos teóricos propuestos a través del componente interactivo, siendo que estos pudieran ser incorporados con mayor facilidad. Este taller permitió servir de filtro para usuarios interesados y que presentaran un nivel de afectación mayor. Por el contexto de pandemia derivada del Covid 19, fue virtual.

---

<sup>381</sup> Nabila Putri, Iqsan, y Ain, «Porn Addiction and Cognitive Behavior Therapy in Young Generation».

<sup>382</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

**Prevención Secundaria dirigida a consultantes con Consumo excesivo habitual.** Este grupo ya presenta al menos de forma consciente algún grado de afectación y, por tanto, la persona se siente en desacuerdo con su conducta. A este grupo se les ofreció otra propuesta de tipo individual que incorporase una evaluación de su dinámica de consumo, así como pautas para disminuir la recurrencia. Se planteó en un inicio realizarlo de forma grupal debido a las facilidades que dicho formato permitía en cuanto a abordar a toda la muestra a la vez, no obstante, por razones de factibilidad, se pensó en medio del proceso en no hacerlo tal cual debido a dos razones: reunir a un grupo que coincidiera en tiempo y horario a pesar de las bondades de lo virtual, dificultaría la logística y en segunda instancia, la revisión profundizaría en temáticas con respecto a la sexualidad que algunos reportaron podría ser invasivo abordarse en grupo. La cantidad de consultantes en este grupo fue de 5 personas.

**Prevención Terciaria individual dirigida a consultantes con adicción a la pornografía:** Este grupo consume no desde el placer sino desde la evitación de la ansiedad. Además, presentan alguno de los siguientes tres criterios: dedicación de horas semanales al consumo; recurrencia, a pesar de ya haber intentado dejarlo previamente; consecuencias negativas directamente relacionadas con el uso compulsivo de la pornografía que afecten la salud física, económica y social. Dicho consumo puede ser parafílico, es decir su respuesta sexual se encuentra condicionada a la pornografía y podría presentarse síndrome de abstinencia. Para este grupo, se ofreció un abordaje estrictamente terapéutico, bajo los lineamientos teóricos y técnicos de la terapia cognitiva conductual con la metodología que se describirá más adelante. Y teniendo en cuenta las situaciones particulares de cada consultante y del desarrollo de cada sesión. Al ser individual, pudo abordarse en algunos casos de forma presencial, con todos los cuidados pertinentes relacionados con la pandemia por Covid 19, expuestos en el Anexo 4.

### **5.3.2 Cantidad de Sesiones por modalidad**

En cuanto al taller informativo dirigido a consultantes con *consumo episódico relativo*, se realizaron tres sesiones, dos para delimitar las dinámicas de consumo de los usuarios y una tercera para formación en estrategias. La duración de cada sesión era de 2 horas. En algunos casos, se ofrecieron los contenidos de las tres sesiones en 2 fechas, siendo cada una de 3 horas, esto por razones de logística, a algunos se les dificultaban las tres sesiones por agendas de cada grupo.

En la estructura de proceso terapéutico individual se realizó un aproximado de 10 sesiones, entre una hora y hora y media de duración, con un máximo estipulado para el proyecto de 5 consultantes, aunque por la decisión de abordar la prevención secundaria en formato individual se incrementó a 9 consultantes. De modo que en un inicio se visualizaron **75 sesiones**, con alrededor de **120 horas de tiempo activo de trabajo de campo**: 15 sesiones de prevención primaria, 10 de prevención secundaria y 50 de prevención terciaria. No obstante, por la decisión mencionada la estrategia se modificó: las mismas 15 de prevención primaria en talleres, 49 en total de prevención secundaria (se incrementó este rubro al desarrollarse individual) y 50 de prevención terciaria (disminuyó la cantidad de consultantes, pero a cada uno se les ofreció más de 10 sesiones por razones que se describirán posteriormente). Por lo que al final, se incrementó a **114 sesiones en total** con alrededor de **175 horas de tiempo activo de trabajo de campo y 271 horas sumando el diseño de materiales necesarios para los procesos, planificación y registro de bitácoras**.

Un componente importante tiene que ver con la evaluación del tamaño del efecto. En el caso de los talleres grupales, se utilizaron cuestionarios obtenidos por los participantes, en los cuales plantearan su nivel de satisfacción y utilidad respecto al taller. En el caso de los procesos de terapia individual, se consiguió con el monitoreo de los auto registros y seguimiento de las líneas base, estas segundas se incluyen en cada apartado. La cantidad de tiempo que se dedicó a todos los procesos es vasta, obteniendo de cada uno productos relevantes como apoyo a abordajes futuros, mismos que se incluyen en los anexos.

La distribución por áreas en cuanto al tiempo empleado en las diversas actividades se detalla en la siguiente tabla:

**Tabla 1. Distribución del tiempo empleado en función de las actividades realizadas**

<b>Categoría de trabajo</b>	<b>Actividades realizadas</b>	<b>Tiempo empleado</b>
Prevención primaria	Diseño de materiales audiovisuales	Imágenes alegóricas al consumo 44 horas
		Elaboración de video educativo 15 horas
		Confeción de material de lectura 40 horas
		Afiches variados de difusión en redes sociales. 3 horas
	Talleres: Hombres que consumen	56 horas
Prevención secundaria	Traducción de Inventario de Normas Masculinas	15 horas
	Instrumentos de evaluación y registro	5 horas
	Procesos de terapia individual	Tiempo activo en 49 sesiones 65 horas aproximadamente
		Tiempo dedicado a planificación y bitácoras 40 horas aproximadamente
Prevención terciaria	Procesos de terapia individual	Tiempo activo en 50 sesiones 70 horas aproximadamente
		Tiempo dedicado a planificación y bitácoras 40 horas aproximadamente
Sistematización de la Información	Revisión bibliográfica y confección teórica/metodológica de documento de tesis	Alrededor de 200 horas
	Análisis de resultados y discusión	Alrededor de 150 horas

---

<b>Total</b>	<b>743</b>	<b>horas</b>
	<b>aproximadamente</b>	

---

## **5.4 Definición de actividades, funciones tareas, productos según cada objetivo**

### **5.4.1 Taller reflexivo: “Hombres que consumen”**

El nombre del taller fue un homenaje al libro “Hombres que rompen mandatos” de José Manuel Salas<sup>383</sup>. Tuvo como ejes temáticos los componentes históricos y patriarcales que han determinado el consumo de pornografía, sensibilizar en el carácter habituador de la pornografía en torno al incremento de intensidad de este, además del aspecto sensibilizador en cuanto a respuestas de ansiedad anticipatoria. En la tercera sesión la definición y su relación con la masculinidad, tipos y grados de intensidad, consecuencias.

A cada grupo se les otorgaba una invitación para participar, que se puede observar en el anexo 13. Después de cada sesión se enviaba de forma digital algunos de los folletos que se diseñaron para este fin. A continuación, se muestra la fundamentación que se realizó del mismo antes de implementarlo:

#### **Descripción del taller**

La incorporación de la tecnología en la vida cotidiana repercute en muchas áreas y una de ellas es la sexualidad, conformándose nuevas formas de relación de las personas con su cuerpo. Este taller se enfoca en reflexionar acerca de las implicaciones que conllevan el consumo de pornografía, así como algunas estrategias cognitivo-conductuales desde las que puede abordarse.

---

<sup>383</sup> Salas Calvo, *Hombres que rompen mandatos. La prevención de la violencia.*



El consumo abusivo de pornografía, como manifestación de una sexualidad compulsiva traen a colación, desde un enfoque biopsicosocial, consecuencias en la vida de las personas, siendo en muchos casos difícil manejarlo por el propio individuo.

### **Objetivo del taller**

Reflexionar acerca de los principales fundamentos relacionados con la adicción a la pornografía

### **Contenidos**

- Que son las adicciones sexuales
- Que es la pornografía
- Recorrido histórico de la evolución de la Pornografía
- Posicionamiento de la Psicología sobre la Pornografía
- La pornografía y la construcción de Masculinidad

### **Estrategias de enseñanza y aprendizaje**

Las estrategias de enseñanza con las que se pretende facilitar que los participantes logren los objetivos propuestos en este curso corresponden a una exposición magistral por parte del facilitador en la que se generará la participación de los participantes, a través de discusiones sobre el tema. Los recursos didácticos utilizados en el curso fue básicamente equipo de cómputo, equipo audiovisual, folletos.

Las sesiones de talleres reflexivos se realizaron a los siguientes grupos:

- Grupo de Alajuela
- Grupo de Grecia
- Grupo de Escazú
- Grupo de Esparza
- Grupo de San Pedro

La agenda de estos fue la siguiente:

**Sesión 1. Pornografía: ¿Obscenidad o erotismo? Reflexión histórico conceptual sobre el fenómeno**

<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Presentación inicial</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentarse diciendo el nombre</li> </ul>	15 min
<b>Encuadre</b> <b>Reglas</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Plantear de donde viene el proyecto y su intención</li> <li>• Definición de pautas de participación.</li> </ul>	
<b>Dinámica de inicio</b>	<p>Mesa redonda. Se dividen en dos grupos: Quienes están a favor y quienes en contra. A cada integrante se le plantearía un rol (sacerdote, artista, actor porno, sexólogo...) Y desde cada rol deben defender o atacar el consumo de pornografía.</p> <p>En un primer momento se ponen de acuerdo en grupo y luego se abriría el debate</p>	30 min
<b>Discusión</b>	Que hace que un hombre consuma de forma desmedida	10 min
<b>Acercamiento al consumo de Pornografía</b>	<p>Planteamientos teóricos introductorios</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Argumentos a favor y en contra</li> <li>• Estadísticas de consumo</li> <li>• Pornografía, erotismo y obscenidad</li> <li>• Diferentes formatos</li> <li>• Grados de intensidad</li> </ul>	15 min
<b>Recorrido histórico de la evolución de la Pornografía</b>	<p>Evolución de lo erótico en la historia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antigüedad</li> <li>• Culturas Clásicas</li> </ul>	50 min

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Imperio Romano</li> <li>• Edad Media</li> <li>• Ilustración</li> <li>• Edad Moderna</li> <li>• Actualidad</li> </ul>
---

## Sesión 2. ¿Uno al año hace daño? Afectación del consumo de Pornografía desde lo Biopsicosocial

Actividad	Descripción	Tiempo
<b>Repaso anterior</b>	sesión Descripción sobre que les llamó más la atención de la sesión anterior	15 min
<b>La pornografía y la construcción de Masculinidad</b>	<p>Discusión de la socialización de género y el consumo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Imaginario Masculino en torno a su sexualidad</li> <li>• Objetivación de la mujer y dominio del hombre en la Pornografía</li> </ul>	40 minutos
<b>Receso breve</b>		10 minutos
<b>Posicionamiento de la Salud Mental sobre la Pornografía</b>	<p>Aspectos de Habitación y Sensibilización</p> <p>Uso, abuso, dependencia</p> <p>Comorbilidad</p> <p>Indicadores de consumo problemático</p> <p>Habitación en el consumo</p>	40 minutos
<b>Cierre de la sesión</b>	Espacio para compartir ideas y consideraciones sobre lo aprendido	10 minutos

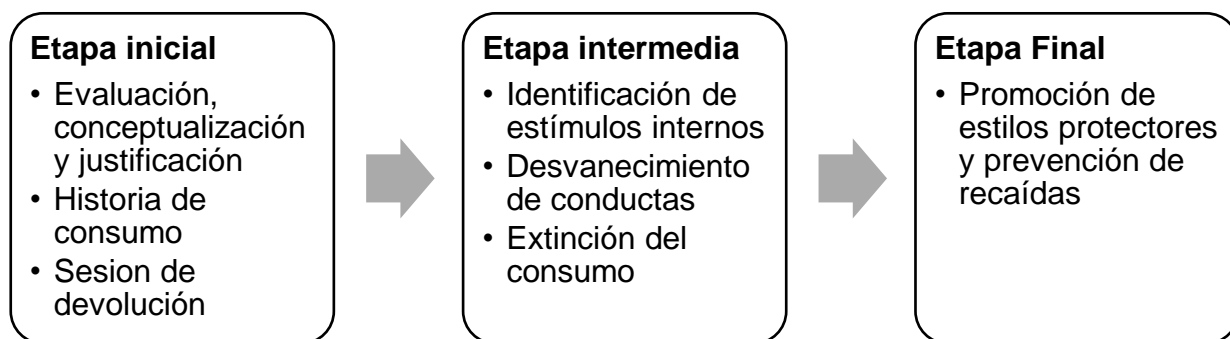
## Sesión 3: Algunas estrategias para abordar el consumo

<b>Actividad</b>	<b>Descripción</b>	<b>Tiempo</b>
<b>Repaso sesión anterior</b>	Describir que les llamó más la atención	15 min
<b>Modelos explicativos sobre consumo</b>	Se comentará sobre las diferentes posibilidades de búsqueda de satisfacción	20 min
<b>Elementos de apoyo al regular el consumo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Técnicas de relajación</li> <li>• Planificación de actividades gratificantes.</li> <li>• Aumento de agenda social.</li> <li>• Adopción de estilos de vida saludables.</li> <li>• Control de estímulos.</li> <li>• Actividades de distracción.</li> <li>• Revisión de producciones de pornografía alternativas.</li> </ul>	30 minutos
<b>Receso</b>		10 minutos
<b>Sexualidad integral</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de Sexualidad Integral</li> <li>• Reflexión en subgrupos: factores protectores y de riesgo en adicciones sexuales</li> <li>• Elementos de una Sexualidad integral</li> </ul>	30 min
<b>Cierre</b>	Que me llevo del taller	15 min

Los resultados de cada proceso grupal se incluyen en la sección de resultados, así como algunos gráficos que delimitan la participación como tal y las variables de consumo de forma general.

### 5.4.2 Aproximación terapéutica individual

El componente terapéutico individual, planteado desde la propuesta de prevención secundaria y terciaria que es al que más sesiones se destinó, se compuso de tres etapas generales:



Las mismas se describen a continuación con mayor detalle:

#### **Etapa Inicial: Evaluación, conceptualización y justificación de la terapia**

En esta fase se delimitan las condiciones de consumo de los participantes, se aplicó entrevista conductual no solo para especificar las dimensiones de la conducta problema, sino para valorar la percepción actitudinal y motivacional según su dinámica de consumo. También se pasaron los instrumentos necesarios para pretest y postest, es decir el Inventario de conformidad a las normas masculinas. Al final de esta, una sesión de devolución con psicoeducación acerca de la masculinidad y las conductas sexuales compulsivas. En cada sesión se siguió una guía de trabajo, que se detalla a continuación:

#### ***Sesión 1: Evaluación y encuadre logístico. Recogida de datos inicial***

- Presentación, Encuadre, Reglas. Aplicación de Consentimientos
- Evaluación de indicadores de consumo de Pornografía
- Entrevista Motivacional relacionada a la vivencia de la Pornografía.

- Análisis de contingencias y condiciones estimulares
- Valoración del impacto Biopsicosocial en la adicción a la pornografía.
- Valoración actitudinal (esquema de Prochaska y Diclemente).

### **Sesión 2: Historial de consumo**

- Aplicación de Cuestionarios
  - Conformidad a las Normas Masculinas
  - Instrumento de Análisis topográfico: Frecuencia, Intensidad y Duración
- Historial de aprendizaje de consumo

### **Sesión 3: Sesión de devolución**

- Devolución análisis funcional
- Devolución Inventario Conformidad a las normas masculinas

### **Etapa Intermedia: Modificación de estilos de vida**

A través del uso de técnicas, se pretende la incorporación de estas en cuanto les permita a los participantes manejar mejor su comportamiento. En esta fase también se abordaron temáticas de la construcción subjetiva de un nuevo estilo de vida basado en una sexualidad no falocéntrica, de modo que tiene un componente terapéutico. El proceso de unas 7 sesiones gira en torno a un entrenamiento en Desensibilización sistemática, utilizando variadas técnicas de índole cognitivo conductual:

---

#### **Psicoeducación**

- Pornografía como adicción. Comorbilidad e incidencia.
  - Masculinidad y Consumo de Pornografía.
  - Respuesta Sexual Humana
-

---

<b>Exposición con Prevención de Respuesta</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Tiempo fuera</li><li>• Costo de respuestas</li><li>• Reforzamiento diferencial</li></ul>
<b>Habilidades Sociales</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Expresión de emociones</li><li>• Comunicación asertiva</li></ul>
<b>Control de la activación</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Respiración diafragmática</li><li>• Relajación con imaginería</li></ul>
<b>Reestructuración cognitiva</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evaluación de creencias</li><li>• Psicoeducación</li><li>• Experimentos conductuales</li></ul>
<b>Autocontrol</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Planificación ambiental</li><li>• Control estimular</li><li>• Programación conductual</li><li>• Auto reforzamiento</li></ul>
<b>Auto instrucciones</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Psicoeducación</li><li>• Auto instrucciones encubiertas</li></ul>

---

A partir de esta fase, todas las sesiones contaban con un momento inicial destinado a la actualización del estado general y revisión de tareas a manera de seguimiento de la línea base, con un tiempo de unos 15 minutos. También se destinaba una segunda parte a reestructuración cognitiva, según corresponda a cada caso, avanzando de la identificación de pensamientos automáticos, luego con creencias intermedias y finalizando con creencias centrales. Además, cada sesión tendría componentes temáticos propios, que se describen a continuación:

### ***Sesión 3: identificación de estímulos internos 1***

- Psicoeducación: respuesta sexual humana, rol de ansiedad en fenómenos adictivos.
- Control de la respiración. Entrenamiento en respiración diafragmática.
- Tarea: reacciones a la exposición de distintos estímulos que disparan el consumo

#### ***Sesión 4: identificación de estímulos internos 2***

- Control de la respiración. Entrenamiento en respiración con imaginería
- Condicionamiento encubierto con auto instrucciones
- Tarea: disminuir a un 50% el consumo de pornografía

#### ***Sesión 5: desvanecimiento de conductas 1***

- Psicoeducación: tiempo fuera, reforzamiento diferencial, y costo de respuestas
- Tarea: programación conductual de actividades: reforzamiento diferencial

#### ***Sesión 6: desvanecimiento de conductas 2***

- Autocontrol: planificación ambiental y control estimular
- Ejercicio de mindfulness: qué me hace consumir. Qué quiero conseguir

#### ***Sesión 7: desvanecimiento de conductas 3***

- Línea base: monitoreo de avance en el proceso
- Tiempo fuera, reforzamiento diferencial, y costo de respuestas
- Tarea: disminuir a un 25% el consumo

#### ***Sesión 8: extinción del consumo 1***

- Desensibilización sistemática 3: pasar una semana sin pornografía
- Habilidades sociales: decir no a los materiales porno con amigos
- Tarea: programación conductual de actividades: reforzamiento diferencial

#### ***Sesión 9: extinción del consumo 2***



- Ejercicio mindfulness: que estoy logrando al dejar de consumir

### **Etapa Final: Prevención de recaídas**

La prevención de recaídas ha mostrado alta efectividad para el tratamiento de las conductas adictivas. En este caso, se enfocó en orientar a los consultantes en reconocer cuáles son las situaciones de alto riesgo que derivarían en una recaída. Es decir, identificar claramente los elementos cognitivos, emocionales y conductuales que provocan una recaída en la abstinencia y cómo afrontar los mismos.

### ***Sesión 10: Promoción de estilos protectores y prevención de recaídas***

- Línea Base: Monitoreo de avance en el proceso
- Aprendizajes al dejar de consumir
- Generación de estilos protectores ante el consumo

Es relevante plantear que ningún proceso siguió esta propuesta de forma rigurosa, sino que se orientó acuerdo a las necesidades y ritmo de cada consultante.

## **5.5 Definición del sistema de supervisión llevado a cabo**

Para el desarrollo de este trabajo de investigación aplicada, se decidió con el equipo asesor que se desarrollasen sesiones de supervisión regulares de forma virtual y al finalizar el proceso terapéutico. Las mismas fueron a nivel investigativo y de supervisión clínica de terapia. El equipo asesor estuvo integrado por 4 personas, 3 que exige el posgrado y una externa que decidió aceptar la participación. El equipo asesor de la tesis posee experticia en psicología clínica, así como en el trabajo con masculinidades. El equipo supervisor fue consultado en repetidas ocasiones, además de informes por medio de correo electrónico.

## **5.6 Definición del proceso de evaluación de la práctica e informes a presentar**

Como parte de las actividades de evaluación de la ejecución del proyecto fue necesario un proceso de sistematización que recogiera las implicaciones y el impacto que se iba generando para cada una de las actividades, conjuntamente se utilizó un control de la asistencia a las sesiones para medir la participación de los hombres al proceso. Para sistematizar la información, se siguieron varias vías que asegurasen la triangulación de los resultados: análisis estadístico de los resultados de instrumentos pretest y post test, registro de bitácoras, análisis de contenido de los auto registros.

## **5.7 Precauciones tomadas para proteger a las personas que participaron en la práctica**

Se garantizó la protección de datos personales que brindó cada participante, por lo que los principios de privacidad y confidencialidad estuvieron presentes, omitiendo datos personales y utilizando pseudónimos en la redacción de informes y bitácoras. Estos principios estuvieron respaldados con la utilización del consentimiento informado (ver Anexo 2), en el que se describen explícitamente los objetivos y detalles de la práctica, así como el derecho a abandonar, si el participante así lo deseaba.

Los instrumentos fueron administrados en un lugar privado y silencioso y evitando situaciones que desconcentren a las personas participantes. Con respecto a los nombres, profesiones, lugares de residencia y demás datos sensibles, se modificaron de modo que los mismos son ficticios, no así la historia sistematizada, la cual se desprende de lo aportado por el consultante. Además de ello, no se publicaría en este documento la totalidad de entradas de auto registros, por fines de confidencialidad, ya que los mismos podrían delatar algunas características

privadas de las personas participantes. En todo caso, se seleccionó que información de estos debe divulgarse, como por ejemplo la frecuencia y tiempo de consumo. Esto se discutió con cada consultante, llegando al acuerdo de que dichos autoinformes no serían conocidos por nadie más excepto el investigador.

En el caso de los talleres educativos, los instrumentos fueron enviados de forma digital, siendo necesarios los mismos para la participación en la investigación. Esto por medio de un formulario en línea.

# Resultados

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

## 6. Resultados

Los resultados del proyecto se detallan desde las 3 estrategias de prevención propuestas en los objetivos, a nivel primario, secundario y terciario. A nivel de intervención primaria se desarrollaron materiales audiovisuales que servirían como insumo para la campaña “*Hombres que consumen*”, la cual se trató de difusión de afiches en las redes sociales de Wem, así como de talleres informativos. La misma se justificó planteándose que el grupo destinatario de estas acciones se trataba de hombres expuestos a recibir pornografía de forma usual, pero no necesariamente consumen y de hacerlo, sin un coste psicosocial significativo. En caso de que algún hombre revelara un consumo mayor al considerado en este grupo, se le podía abordar desde las otras dos estrategias de prevención si reunía los criterios de inclusión. Por tanto, esta campaña estuvo dirigida a un consumo episódico relativo. Se realizaron 5 talleres psicoeducativos, siendo de tres sesiones cada uno para un total de 15, así como la divulgación de 5 afiches en redes sociales del Instituto Wem.

La prevención secundaria se desarrolló desde la vía de terapia individual con 5 hombres, pese a que se ideó en un inicio más bien desarrollar un proceso de terapia grupal desde esta estrategia de prevención con al menos 10 consultantes y con alrededor de 10 sesiones, pero al momento de iniciar esta modalidad, los mismos hombres plantearon no sentirse cómodos con un espacio de tipo grupal por temas de confidencialidad, razones comprensibles no consideradas al inicio del proyecto, descartándose esta opción. Este grupo de hombres se consideró con un consumo excesivo habitual. El proceso psicológico con los mismos tuvo en promedio 11 sesiones, siendo en total 49 sesiones.

Por último, los procesos de terapia individual con hombres con un consumo con parámetros de mayor dependencia se enablaron desde el paradigma de prevención terciaria, siendo que ya los mismos consumían desde una dinámica de dependencia funcional, es decir, necesitan del consumo para mantenerse operativos en su vida cotidiana. Se trabajó con 4 consultantes desde esta vía, tratándose de procesos más largos y con mayor complejidad técnica, involucrando en ocasiones intervenciones en crisis no planificadas y solución de problemas. El promedio de

sesiones con los mismos fue de alrededor 13, siendo en total: 52 sesiones. Los procesos y productos obtenidos se describen a continuación:

## **6.1 Acciones ligadas a prevención primaria: Campaña Hombres que Consumen**

### **6.1.1 Diseño de Materiales audiovisuales:**

Se confeccionaron varios materiales educativos que justamente buscaban la sensibilización de la temática, además de servir de apoyo en los procesos de la implementación de la propuesta. El diseño se realizó temporalmente en los meses de octubre de 2020 hasta enero 2021, realizándose en su totalidad de forma remota sin contacto humano, aguardando mejoría con respecto al avance de la pandemia y la obligatoriedad del confinamiento. Al no poder realizarse trabajo de campo, se destinó la totalidad del tiempo a dicho diseño. El título *Hombres que consumen*, es un tributo al libro de José Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos*, del año 2005. Se ejecutaron los siguientes productos:

- **Imágenes alegóricas al consumo.** El investigador realizó 24 ilustraciones digitales, de modo que las mismas sirviesen como insumo para los materiales educativos. Las mismas abordan distintas situaciones de la adicción a la pornografía como fenómeno social. Las imágenes pueden utilizarse libremente, siempre y cuando se respete la autoría y sea para fines educativos con respecto a la prevención del consumo adictivo de pornografía. Las mismas pueden consultarse en el anexo 14. En total se destinó aproximadamente 44 horas en la confección de dichas imágenes.
- **Elaboración de material audiovisual educativo sobre el fenómeno de la adicción a la pornografía.** Se trató de un video de 15 minutos con 5 segundos, dirigido a hombres con los temas de activación neurológica y consecuencias derivadas ante el consumo de pornografía, con el título: *“Hombres que consumen. Recurrencia adictiva a la pornografía”*. El video se colocó en plataforma de YouTube, se puede acceder al mismo a través del siguiente enlace: <https://youtu.be/FFJAYxis8ws>. El guion que se utilizó para

confeccionarlo puede consultarse en el Anexo 14. Consta de 4 partes, una introducción donde se aborda de forma inicial el fenómeno, luego una donde se plantea la dinámica de la pornografía como fenómeno hoy en día, en tercer lugar, consideraciones sobre cómo puede convertirse en algo problemático y al final elementos de apoyo para regular el consumo. Realizarlo tomó alrededor de 15 horas que incluyen la construcción del guion, la grabación y la edición audiovisual.

- **Confección de material de lectura atinente al fenómeno.** Dirigido a hombres, se trata de 3 folletos o fascículos ilustrativos sobre la problemática. El primer fascículo se denomina: “*¿Uno al año hace daño? Afectación al consumir pornografía.*” En el mismo se revisa en primera instancia el concepto de pornografía, la presentación del material en la actualidad y una reflexión básica de si la misma afecta o no por medio de su consumo. El segundo fascículo se titula: “*Cuando la pornografía se me escapa de las manos*”, concerniente a criterios de si ver pornografía se vuelve problemático en algún momento, el impacto a nivel fisiológico del consumo recurrente y sobre como la dinámica evoluciona a lo largo del tiempo, finalizando en consecuencias para la salud de los Hombres. El último fascículo, titulado: “*¿Cómo me puedo ayudar?*” aborda diferentes estrategias con respecto a la disminución del consumo mismo. Los fascículos pueden revisarse en los anexos 16, 17 y 18 de este documento. La realización de estos tomó alrededor de 40 horas en total.
- **Afiches variados de difusión en redes sociales.** Como parte de una campaña a través de las redes sociales del Instituto Wem, se difundieron 5 afiches de concientización sobre el fenómeno, subiendo uno por semana. Los mismos se encuentran en el Anexo 20. En total 3 horas que incluyen el diseño. El afiche 1, alcanzó 81 reacciones, fue compartida 21 ocasiones y llegó a 8367 personas alcanzadas. El segundo, obtuvo 32 reacciones, fue compartida 17 veces y alcanzando la visualización de 6524 personas. El tercero, con 48 reacciones, compartida 11 veces y con 4655 personas alcanzadas. El cuarto, alcanzó un total de 35 reacciones, se compartió en 9

ocasiones, con 2085 personas alcanzadas. Y el último afiche, llegó a un total de 54 reacciones, siendo compartido 30 veces, con 7086 personas alcanzadas.

### **6.1.2 Taller Hombres que consumen**

El formato fue virtual, a través de la plataforma Zoom, cumpliendo con los requerimientos propios de la pandemia. A todas las personas se le enviaba al inicio el consentimiento informado a través de la plataforma Google forms, el cual debían llenar de manera digital, en conjunto con un cuestionario de indicadores sociodemográficos e indicadores de consumo de cada uno. Se expondrán algunos comentarios mencionados en los talleres, sin incluirse la referencia de quien lo planteó, por temas de cuidado a la confidencialidad.

Al tratarse de un proceso psicoeducativo, la opción de test/retest no se consideró viable, debido a que se trataba más de un espacio reflexivo que de uno de modificación de conductas, por lo que se pensó en un cuestionario de aprendizajes y evaluación del taller. Dicho cuestionario se adjunta en el Anexo 21. El taller se realizó con 5 grupos o sedes de Wem, propiamente Alajuela, Grecia, Escazú, Esparza y San Pedro, en las siguientes fechas, todas del año 2021:

- Grupo de Alajuela. Lunes 22 de febrero: sesión 1 y parte de la sesión 2. Lunes 1 de marzo: parte de la sesión 2 y sesión 3. 6 horas en total de taller, más una hora por convocatoria
- Grupo de Grecia. lunes 31 de mayo: sesión 1 y primera parte de sesión 2. Lunes 7 de junio: parte final sesión 2 y sesión 3. 6 horas en total de taller, más una hora por convocatoria.
- Grupo de Escazú. Martes 10 de agosto: sesión 1. Martes 17 de agosto: sesión 2. Martes 24 de agosto: sesión 3. 6 horas en total de taller, más una hora de convocatoria.



- Grupo de Esparza. Martes 19 de octubre: sesión 1 e inicios de la segunda. Martes 2 de noviembre: final de sesión 2 y sesión 3. 6 horas en total de taller, más una hora por convocatoria
- Grupo de San Pedro. Martes 16 de noviembre: sesión 1. Martes 23 de noviembre: sesión 2. Martes 30 de noviembre: sesión 3. 6 horas en total de taller, más una hora de convocatoria.

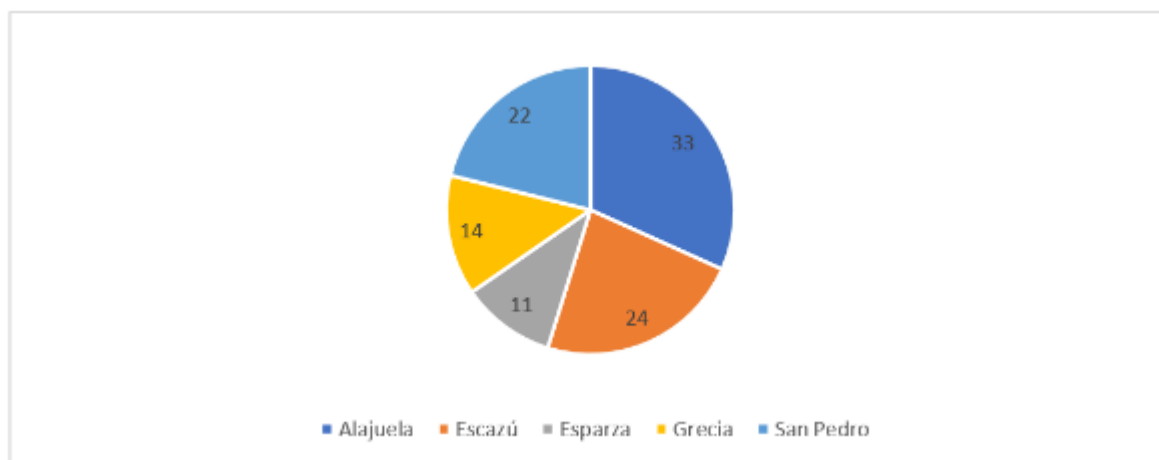
Las bitácoras de cada sesión con cada grupo se incluyen en el Anexo 24, excluyéndose nombres personales que identifiquen a quienes participaron. De los instrumentos de registro inicial ligado a las variables topográficas de consumo, se reporta los siguientes resultados.

## Resultados del taller en cuanto a reportes de consumo

### Estadísticos Descriptivos

A continuación, se presentan estadísticos descriptivos con respecto a la asistencia al taller virtual sobre consumo de pornografía. La cantidad de personas que asistieron al taller fue de 104, distribuidos por sede del Instituto Wem de esta manera:

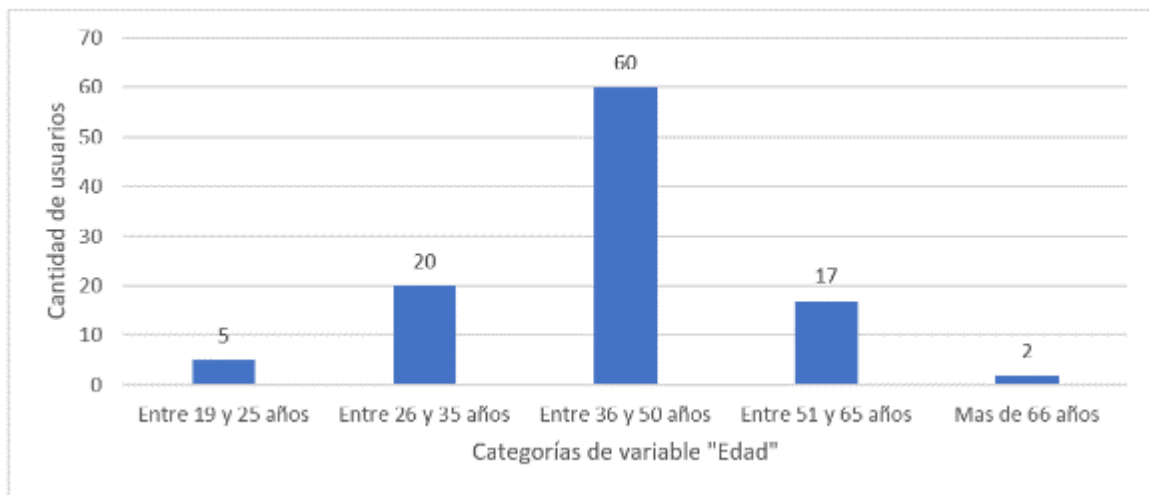
**Gráfico 1. Distribución de asistencia a talleres por sede de Instituto Wem en cuanto a cantidad de usuarios**



Algunas sedes del Instituto Wem no fueron tomadas en cuenta por razones de alcance del proyecto, no considerándose la representación de provincias como Heredia. En el caso de Cartago, Limón o Guanacaste, el Instituto Wem no cuenta con grupos.

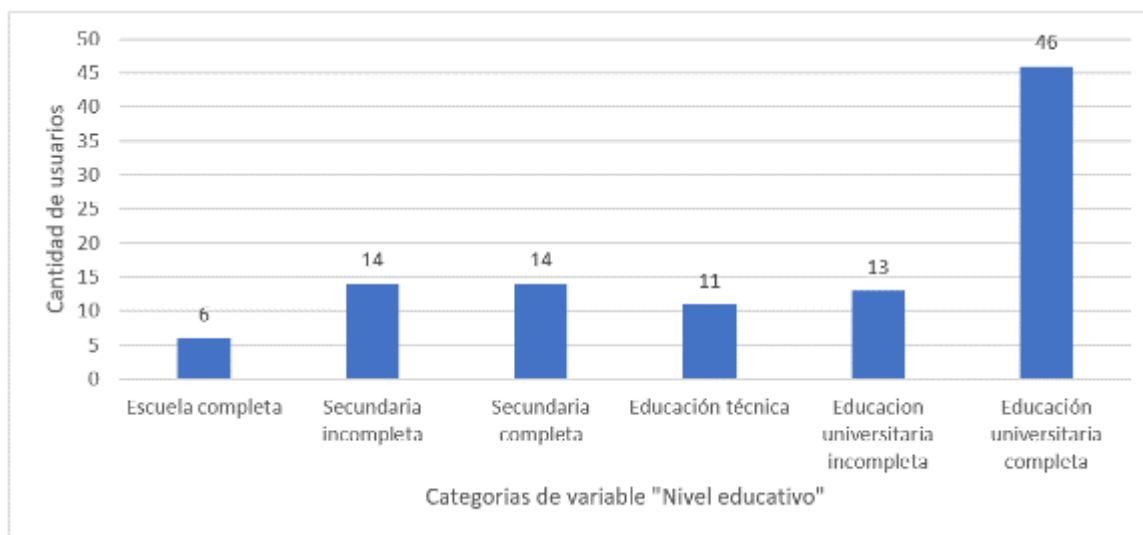
Con respecto a la variable edad, la distribución se muestra de la siguiente manera:

**Gráfico 2. Distribución de asistencia a talleres por grupo de edad.**



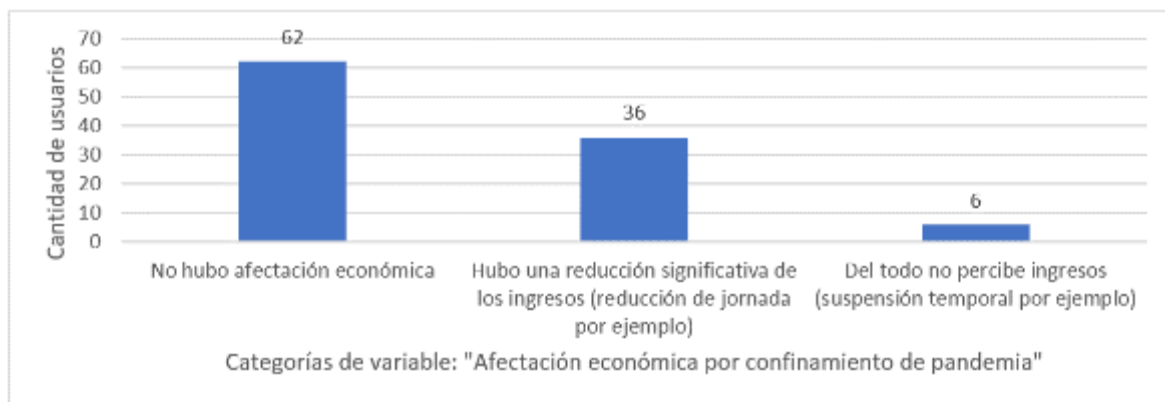
La siguiente variable es la de nivel educativo del total de participantes. En el gráfico siguiente, es relevante la cantidad de personas con universitaria completa, sobresaliendo del resto de grupos. Sin afán de considerar ese sector como una variable de riesgo para el consumo, debe concluirse que, o se mostraron más interesados en el taller o al menos cuentan con recursos para llevarlo, en función de que el mismo es virtual. La mayoría de los asistentes sí que se encontraban con edades variadas, siendo lo más común en edades desde los 26 hasta los 50 años.

**Gráfico 3. Distribución de asistencia a talleres por nivel educativo.**



El cuestionario suministrado también incluía una variable destinada a consultar por la afectación económica consecuente a la pandemia por Covid-19, vivida en el 2020 y 2021. Con respecto a dicho rubro, se deslinda lo siguiente:

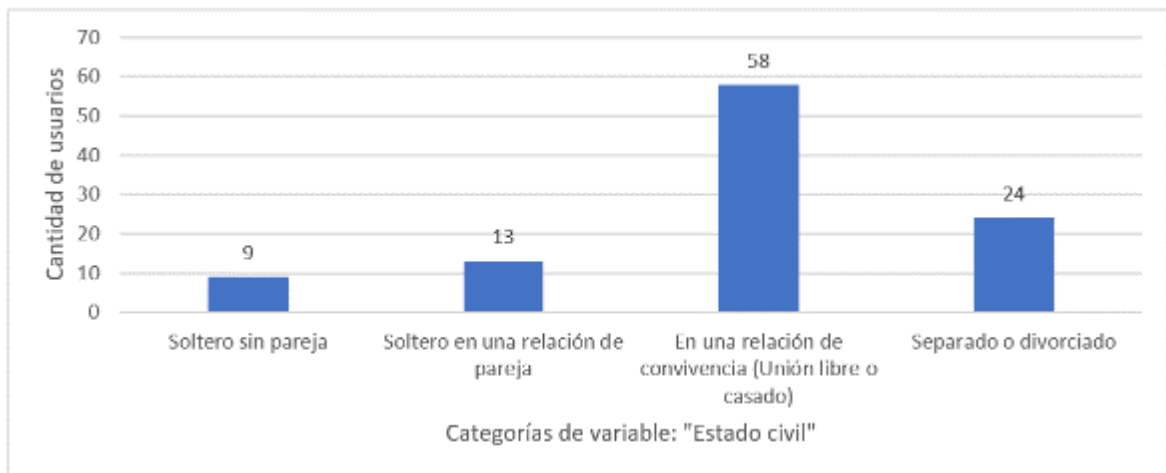
**Gráfico 4. Distribución de asistencia a talleres por situación económica con respecto a impacto de pandemia.**



Con el gráfico anterior se deslinda que la mayoría de los participantes no sufrieron consecuencias económicas significativas, aunque si hay un sector considerable que presenta afectación ya sea de forma parcial o total.

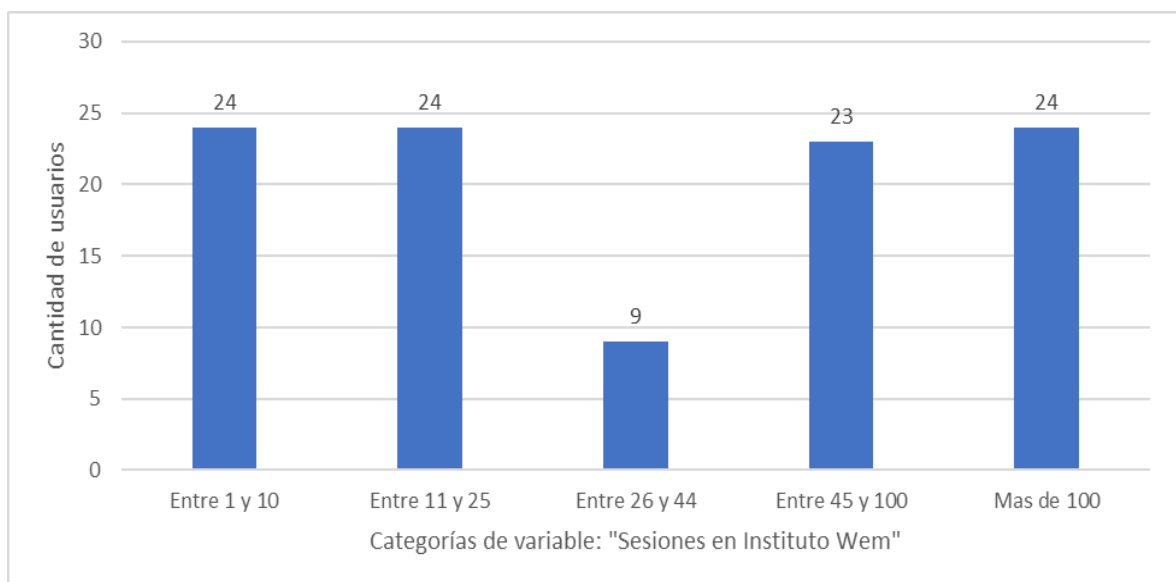
El siguiente rubro considera la naturaleza de vinculación afectiva de los participantes. La mayoría de los participantes se encontraba en relaciones de convivencia, aunque un sector importante se encuentra en una separación o divorcio.

**Gráfico 5. Distribución de asistencia a talleres por estado civil**



Al estar todos los participantes en los procesos grupales de escucha para hombres que ofrece el Instituto Wem, se les consultó en el formulario sobre la cantidad de sesiones. Se desglosa lo siguiente:

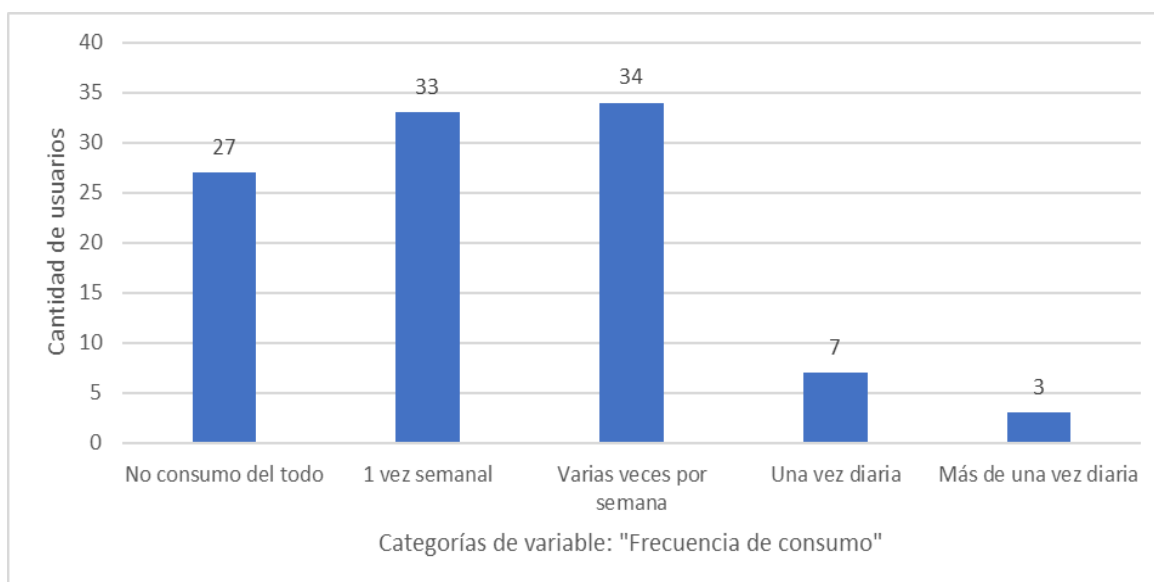
**Gráfico 6. Distribución de asistencia a talleres por cantidad de sesiones presentadas**



Se evidencia una distribución bastante equitativa entre los sectores poblacionales considerados, existiendo representación de usuarios con respecto a las diferentes cantidades de sesiones acumuladas.

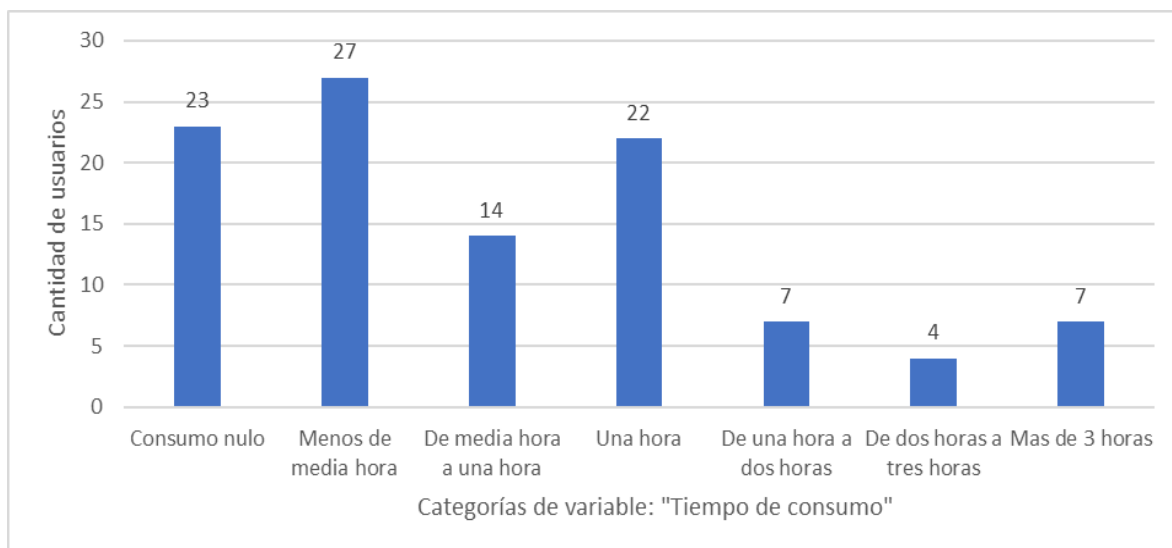
Con respecto al consumo, sobresale lo siguiente. La frecuencia supera la recurrencia semanal, siendo que la mayoría reporta hacerlo varias veces por semana. Con respecto al consumo diario, es un sector reducido comparado al total, que reporta uno de esta índole. Es decir, que la mayoría de los asistentes se encontraría más allá de un consumo episódico relativo, por lo que, el diseño de este taller como un programa de prevención primaria es atinado para ellos.

**Gráfico 7. Distribución de asistencia a talleres por frecuencia de consumo.**

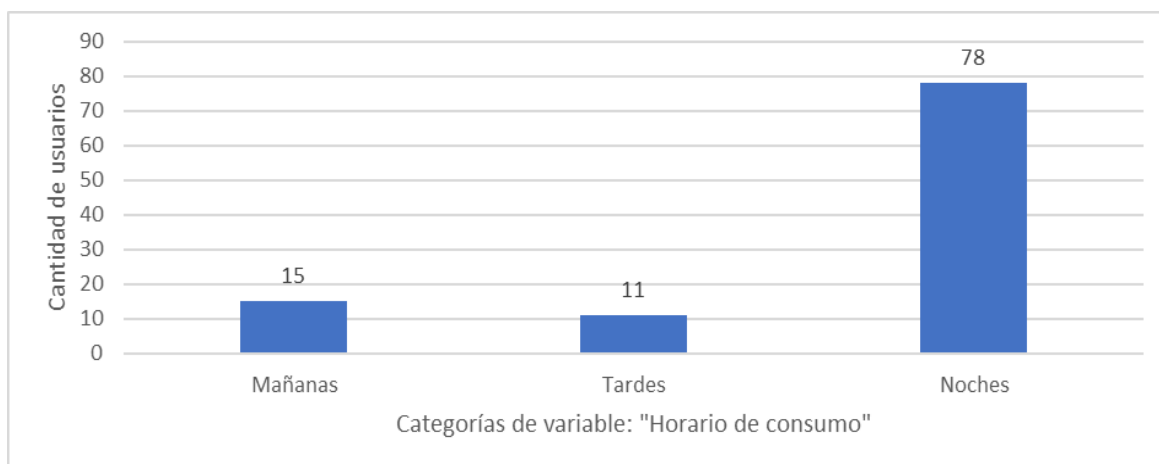


Con respecto al tiempo dedicado, como promedio resulta uno de 63.91 minutos semanales por persona. Los resultados arrojan índices mucho más variables, tal como indica el gráfico a continuación:

**Gráfico 8. Distribución de asistencia a talleres por tiempo de consumo.**



**Gráfico 9. Distribución de asistencia a talleres por horario de probabilidad de consumo.**



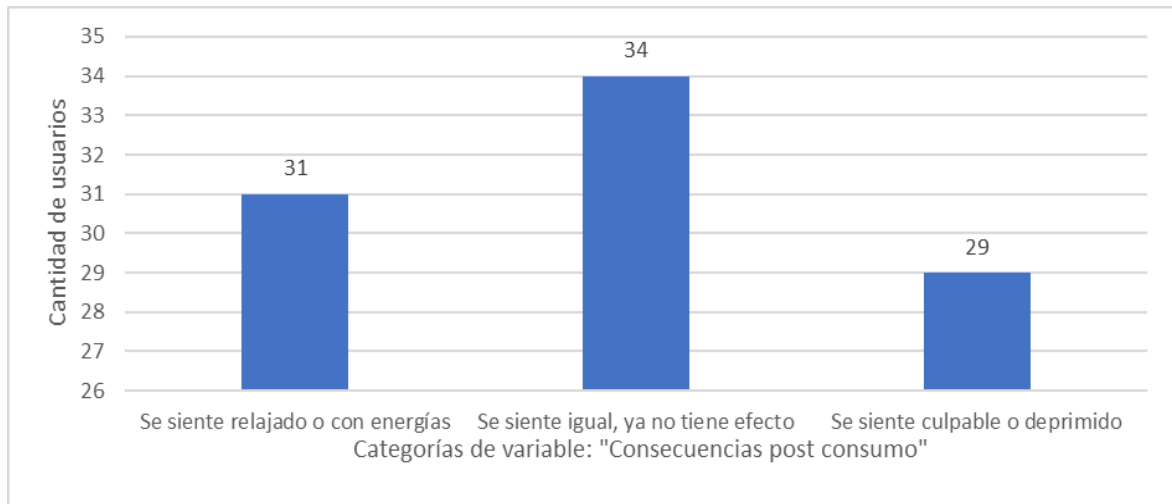
Según el gráfico, la mayor probabilidad de consumo es planteada en las noches, señalándose las siguientes causas, reportadas en el mismo formulario de forma abierta:

- Soledad o tristeza: 16 respuestas
- Ansiedad o estrés: 12 respuestas
- Ausencia de relaciones sexuales: 9 respuestas

- Búsqueda de excitación y placer: 21 respuestas

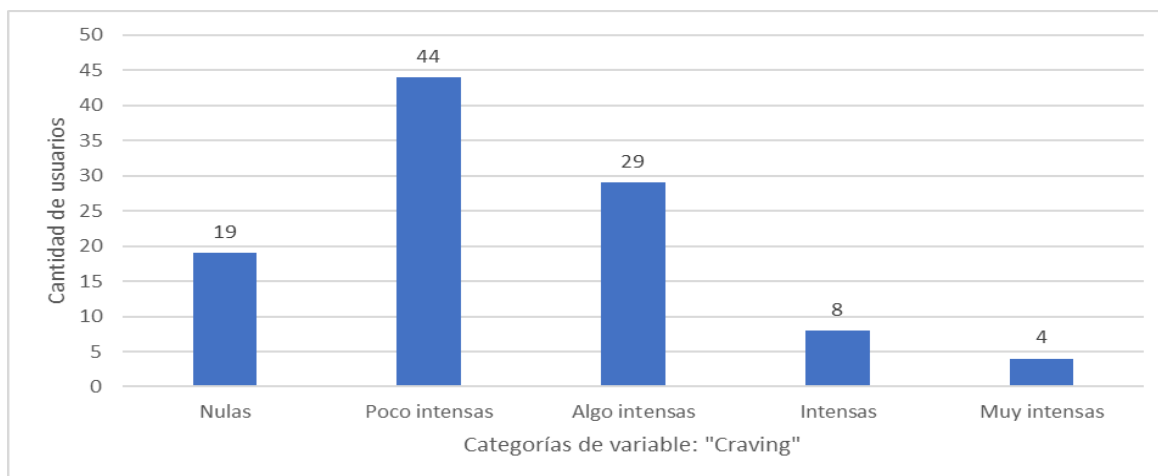
Por último, las consecuencias inmediatas se plantean de la siguiente forma:

**Gráfico 10. Distribución de asistencia a talleres por consecuencias posteriores al consumo**



Donde, 31 participantes reportan el efecto inmediato de la sensación de relajación, que, a manera de reforzador, 34 planteando que el efecto no es del todo placentero después de un tiempo de consumo y 29 más bien indicando alguna consecuencia emocional adversa.

Finalmente, en cuanto a la consideración de ansiedad o craving previo al consumo, los participantes reportan niveles de deseo previos al consumo con considerable dispersión, aunque la mayoría plantea que los deseos mismos son poco intensos y por ende controlables:

**Gráfico 11. Distribución de asistencia a talleres por valoración de deseo previo al consumo.**

### Distribución de frecuencias entre variables

A continuación, se muestran distintas tablas de interés con respecto a la relación entre diversas variables reportadas por los participantes. El primer grupo de tablas corresponderían a la frecuencia de consumo con diversos datos sociodemográficos, en primer lugar, con la variable *Edad*. En este caso, es notable una mayor presencia de consumo en el grupo de edad de 36 y 50 años. Con respecto al tiempo de dedicación, se aprecia como el grupo que más tiempo dedicaría al consumo es el de 26 a 35 años. Podría significar que el grupo respectivo de 26 a 35 años podría darse un consumo con una frecuencia menor durante la semana, pero con videos más extensos en tiempo y posteriormente, en edades de los 36 a 50 años disminuir el tiempo de los videos, aunque mantener una frecuencia similar.

**Tabla 2. Frecuencia y duración de consumo (en minutos) por semana en función de grupos de edad**

Edad		Tiempo de dedicación	Frecuencia promediada de consumo
Entre 19 y 25 años	Media	7.00	.40
	N	5	5
	Desviación estándar	13.038	.548



Entre 26 y 35 años	Media	116.60	2.50
	N	20	20
	Desviación estándar	149.306	2.140
Entre 36 y 50 años	Media	59.57	2.58
	N	60	60
	Desviación estándar	125.711	2.708
Entre 51 y 65 años	Media	41.53	1.94
	N	17	17
	Desviación estándar	57.149	2.015
Mas de 66 años	Media	.00	.00
	N	2	2
	Desviación estándar	.000	.000
Total	Media	63.91	2.31
	N	104	104
	Desviación estándar	120.614	2.458

Con respecto a la variable de Estado Civil, todos los grupos se decantan principalmente por aglutinarse en consumos menores al de frecuencia diaria. Aun así, no se aprecia una consistencia significativa con respecto a los grupos de esta variable como predictor de consumo. El grupo que presentaría un consumo ligeramente superior sería el que corresponde a *Separado o divorciado*, aunque las diferencias podrían no ser significativas.

**Tabla 3. Frecuencia y duración de consumo (en minutos) por semana en función de estado civil**

Estado Civil		Tiempo de dedicación	Frecuencia promediada de consumo
Soltero sin pareja	Media	53.56	2.33
	N	9	9
	Desviación estándar	72.998	1.803
Soltero en una relación de pareja	Media	71.62	2.31
	N	13	13
	Desviación estándar	107.791	2.594
	Media	59.90	2.10
	N	58	58

En una relación de convivencia (Unión libre o casado)	Desviación estándar	127.363	2.322
Separado o divorciado	Media	73.33	2.79
	N	24	24
	Desviación estándar	129.704	2.949
Total	Media	63.91	2.31
	N	104	104
	Desviación estándar	120.614	2.458

En siguiente lugar se encuentra el consumo en función de nivel académico. Al parecer tampoco es significativa las diferencias entre grupos, no obstante, el grupo que cuenta con educación universitaria presenta una mayor frecuencia. En función de tiempo de consumo, el grupo correspondiente a secundaria incompleta es el que presenta un mayor registro. De modo que, al parecer, a medida que se incrementa el nivel educativo disminuye el tiempo de consumo, pero aumenta la frecuencia.

**Tabla 4. Frecuencia y duración de consumo (en minutos) por semana en función de nivel académico**

Nivel académico		Tiempo de dedicación	Frecuencia promediada de consumo
Escuela completa	Media	3.33	.17
	N	6	6
	Desviación estándar	6.055	.408
Secundaria incompleta	Media	115.36	1.86
	N	14	14
	Desviación estándar	231.524	2.476
Secundaria completa	Media	29.14	1.57
	N	14	14
	Desviación estándar	48.190	1.910
Educación técnica	Media	41.36	1.73
	N	11	11
	Desviación estándar	44.277	1.849
	Media	70.00	2.23

Educación universitaria incompleta	N	13	13
	Desviación estándar	115.326	1.787
Educación universitaria completa	Media	70.41	3.11
	N	46	46
Total	Desviación estándar	106.247	2.791
	Media	63.91	2.31
	N	104	104
	Desviación estándar	120.614	2.458

Con respecto a la variable relacionada con la afectación económica por pandemia, el grupo se muestra sumamente similar, en cuanto se ubican con un consumo por lo general menor al de varias veces por semana. No obstante, en cuanto a tiempo de consumo, sí que existen diferencias, ubicándose en primer lugar el relacionado con una reducción significativa de ingresos.

**Tabla 5. Frecuencia y duración de consumo (en minutos) por semana en función de afectación económica por pandemia**

Situación laboral con respecto al contexto de la pandemia		Tiempo de dedicación	Frecuencia promediada de consumo
No hubo afectación económica	Media	48.66	2.16
	N	62	62
	Desviación estándar	93.039	2.484
Hubo una reducción significativa de los ingresos	Media	94.44	2.58
	N	36	36
	Desviación estándar	161.067	2.511
Del todo no percibe ingresos	Media	38.33	2.17
	N	6	6
	Desviación estándar	45.789	2.041
Total	Media	63.91	2.31
	N	104	104
	Desviación estándar	120.614	2.458

Finalmente, la relación entre frecuencia de consumo y la cantidad de sesiones acumuladas en el Instituto Wem, muestra un incremento en cuanto al consumo tanto en frecuencia como en tiempo de dedicación entre las sesiones 26 en adelante, pero con una caída de este, después de las 45 sesiones.

**Tabla 6. Frecuencia y duración de consumo (en minutos) por semana en función de cantidad de sesiones acumuladas en Instituto Wem**

Cantidad de sesiones Instituto Wem		Tiempo de dedicación	Frecuencia promediada de consumo
Entre 1 y 10	Media	65.46	2.63
	N	24	24
	Desviación estándar	88.216	2.242
Entre 11 y 25	Media	63.54	2.54
	N	24	24
	Desviación estándar	156.584	2.874
Entre 26 y 44	Media	107.22	3.22
	N	9	9
	Desviación estándar	188.864	3.833
Entre 45 y 100	Media	50.39	1.87
	N	23	23
	Desviación estándar	62.439	1.632
Mas de 100	Media	59.46	1.83
	N	24	24
	Desviación estándar	125.586	2.278
Total	Media	63.91	2.31
	N	104	104
	Desviación estándar	120.614	2.458

### **Correlaciones entre distintas variables**

Una vez expuestos los descriptivos, se mostrarán a continuación algunas correlaciones que resultan sugerentes para el estudio. Para las mismas utilizándose el coeficiente de correlación de Spearman. En primer lugar, se encuentra una relación entre nivel académico con frecuencia de consumo y tiempo de consumo.

Es decir que, a mayor nivel educativo, mayor sería tanto la frecuencia como la duración.

**Tabla 7. Relación de nivel académico con respecto a frecuencia y tiempo de consumo**

			Nivel académico	Frecuencia de consumo	Tiempo de consumo
Rho de Spearman	Nivel académico	Coeficiente de correlación	1.000	.330**	.303**
		Sig. (bilateral)	.	.001	.002
		N	104	104	104
Frecuencia de consumo	Frecuencia de consumo	Coeficiente de correlación	.330**	1.000	.732**
		Sig. (bilateral)	.001	.	.000
		N	104	104	104
Tiempo de consumo	Tiempo de consumo	Coeficiente de correlación	.303**	.732**	1.000
		Sig. (bilateral)	.002	.000	.
		N	104	104	104

\*\* . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Queda pendiente indagar en aproximaciones futuras si existe alguna relación entre mayor capacidad adquisitiva, el uso y manejo de tecnologías y el consumo mismo.

La variable de frecuencia de consumo correlacionaría de igual forma con otras dinámicas de consumo, como lo es el tiempo invertido, la valoración de la frecuencia, es decir que a mayor consumo el individuo sería consciente de que la dedicación sería excesiva, la valoración con el tiempo, la pérdida de tiempo productivo y la valoración del craving, es decir que a mayor frecuencia suele presentarse una mayor posibilidad de ansias de consumo:

**Tabla 8 Relación de tiempo de consumo con parámetros ligados al autocontrol del consumo**

	Valoración de frecuencia	Dedicación de tiempo	Valoración de tiempo dedicado	Planificación de consumo	Poco control	Pérdida de tiempo productivo	Intentos de cese	Craving
--	--------------------------	----------------------	-------------------------------	--------------------------	--------------	------------------------------	------------------	---------

		para consumo			sobre el tiempo			de consumo	
Frecuencia de consume	Coefficiente de correlación	.703**	.732**	.700**	.389**	.279**	.302**	0.158	.551**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0.004	0.002	0.11	0
	N	104	104	104	104	104	104	104	104
Valoración de frecuencia	Coefficiente de correlación		.609**	.814**	.322**	.328**	.330**	.212*	.650**
	Sig. (bilateral)		0	0	0.001	0.001	0.001	0.03	0
	N		104	104	104	104	104	104	104

Desprendiéndose de la frecuencia de consumo se encontraría la valoración de dicha frecuencia, es decir el posicionamiento del individuo acerca de si su consumo está siendo alto o bajo. Como se comentó anteriormente, a manera que el consumo es elevado, así también aumentaría esta consideración. No obstante, también existen otras variables con las cuales correlacionaría, como se esperaría, como por ejemplo planificación de tiempo, donde más bien no existiría la misma, *Poco control sobre el tiempo*, donde a mayor valoración de que el consumo es intenso, se regularía menos la administración del tiempo mismo; *pérdida de tiempo productivo*, es decir que el sujeto gastaría tiempo dedicado a otras áreas en el consumo; *intentos de cese de consumo* y finalmente *craving*. Es decir que, a mayor consumo, mayor dificultad de autocontrol en cuanto a estos rubros.

En la misma línea se encontraría la variable de dedicación de tiempo, correlacionando de forma positiva con los demás items vinculados a la pérdida de control sobre el consumo, siguiendo un comportamiento similar, a mayor valoración de que el tiempo es excesivo, los factores se elevarían en cuanto a dificultad de manejo:

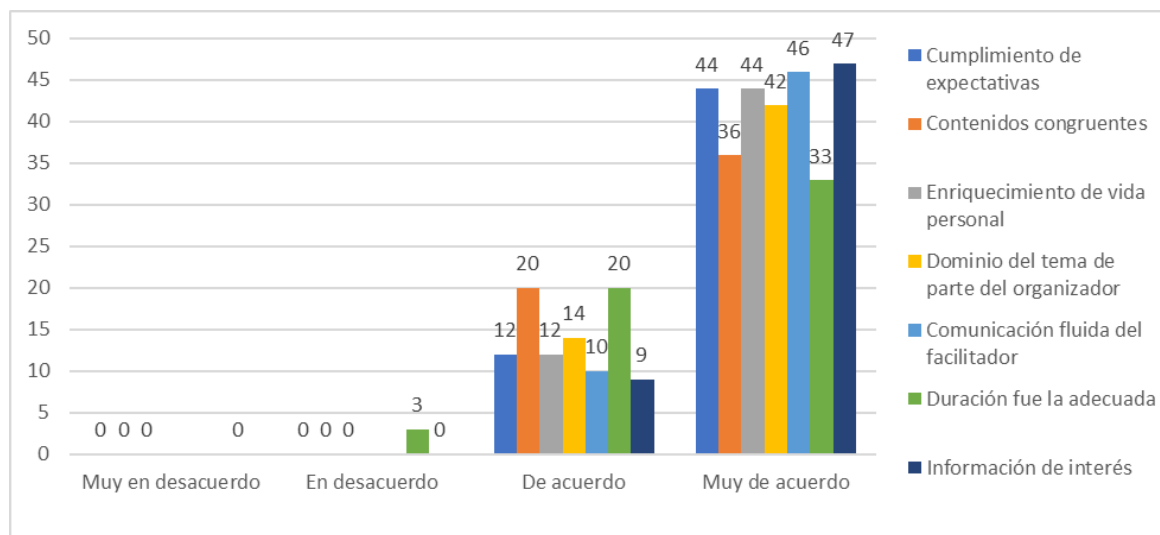
Tabla 9. Relación de tiempo de consumo con parámetros ligados al autocontrol del consumo

		Valoración de tiempo dedicado	Planificación de consumo	Poco control sobre el tiempo	Pérdida de tiempo productivo	Intentos de cese de consumo	Craving
<b>Dedicación de tiempo para consumo</b>	Coeficiente de correlación	.653**	.273**	.384**	.274**	.292**	.482**
	Sig. (bilateral)	0	0.005	0	0.005	0.003	0
	N	104	104	104	104	104	104
<b>Valoración de tiempo dedicado</b>	Coeficiente de correlación		.335**	.305**	.375**	.306**	.649**
	Sig. (bilateral)		0.001	0.002	0	0.002	0
	N		104	104	104	104	104

De modo que, en función de los resultados mismos, un aumento tanto del tiempo como de la frecuencia, iría relacionado con variables ligadas al autocontrol de las mismas. No obstante, el individuo es consciente de las mismas, pero a pesar de eso no tener herramientas en su propia reducción.

### Evaluación del Taller

A continuación, se exponen los datos que se desprenden de la evaluación del taller, realizado con un instrumento de evaluación de aprendizajes y de abordaje del proceso como tal (ver Anexo 21). Se expondrán los gráficos para cada una de las preguntas planteadas. En el mismo participaron 58 participantes, alrededor de la mitad de quienes llenaron el instrumento de evaluación inicial sobre el análisis topográfico. Los resultados son los siguientes:

**Gráfico 12. Distribución de frecuencias sobre satisfacción con el taller**

En el gráfico anterior, se muestra una distribución de frecuencias según una escala Likert de 4 ítems: muy en desacuerdo, en desacuerdo, de acuerdo y muy de acuerdo. Se evaluaron algunos componentes los cuales fueron cumplimiento de expectativas, enriquecimiento de vida personal, comunicación fluida del facilitador, que la información fuese de interés, contenidos congruentes, dominio del tema de parte del facilitador y que la duración fuese la adecuada. En el gráfico anterior, cada rubro estaría representado por un color. Solamente en el respectivo a la duración, tres personas expresaron encontrarse en desacuerdo. En todos los demás las calificaciones se fueron entre “Muy de acuerdo” o “De acuerdo”, siendo la primera donde se ubicarían la mayoría. En el anexo 22 se adjuntan los comentarios subjetivos sobre puntos fuertes, débiles y aprendizajes obtenidos del taller.

En términos generales, se evidencia satisfacción con el taller mismo, siendo que las críticas recogidas, que pueden verificarse en el anexo 22 respecto a la evaluación cualitativa del taller se dirigen a asuntos de forma como el formato de virtualidad o la expectativa de propiciar más espacios de este tipo, pero escasos con respecto al contenido mismo.



En resumen, de los procesos grupales, se destinaron 35 horas en total en cuanto al desarrollo de estos, 1 hora en cuanto al diseño del afiche que se encuentra en el Anexo 13, 12 horas de preparación del taller mismo (reflexión de actividades, diseño de presentación power point, investigación de teoría atinente, diseño de formularios y virtualización de estos), 5 horas para la escritura de las bitácoras y 3 horas para análisis de los resultados mismos. En total, 56 horas aproximadamente.

## **6.2 Acciones ligadas a prevención secundaria**

### **6.2.1 Instrumentos de evaluación y registro**

Para trabajar con las acciones referidas a la prevención secundaria y terciaria, se diseñaron algunos instrumentos de uso clínico, que sirvieran de medidas de referencia en cuanto a la toma de decisiones terapéuticas en la fase de evaluación, así como abordar el progreso de cambio. Todos los instrumentos fueron revisados por profesionales en la temática: el Msc. José Manuel Salas y Pablo González en el caso del Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas y el doctor Ronald Ramírez Henderson en cuanto al resto de instrumentos.

#### **Traducción de Inventario de Conformidad a las normas masculinas**

Se trata de una traducción ad hoc, únicamente para utilizarse con los participantes del proyecto, su pretensión se orienta más bien como medida de cambio interna en el mismo proceso, utilizándose con cada participante como pretest-post test. El instrumento no se utilizaría como medida diagnóstica, pues carece de garantías psicométricas para ello, como por ejemplo la ausencia de baremos o puntos de corte, además de una adaptación seria al contexto nacional.

La pretensión de realizar una validación del cuestionario fue excluida desde la fase de diseño de la propuesta ya que, al ser obligatorias fases extensas de tiempo, recursos y esfuerzo que den cuenta de garantías en cuanto a la validez y fiabilidad del instrumento propio de procesos de este tipo, se excedería lo plausible para este proyecto. No obstante, si se realizó una traducción del instrumento doble, por un

lado, la del investigador principal y por otro la de un traductor profesional, el bachiller Leonardo Ramírez. El documento resultante fue sometido al procedimiento de *back translation* por medio del cual la versión resultante concordó en gran medida con el original. Esta última versión también se analizó a manera de criterio interjueces con dos profesionales en el área de masculinidad: el Msc. José Manuel Salas y el Msc. Pablo González, los cuales facilitaron algunas sugerencias y puntos de vista. La versión final se encuentra en el Anexo 11.

Se tradujo al idioma español con el fin de preservar garantías de validez y fiabilidad básicas para la validación de pruebas psicométricas, (salvaguardando los lineamientos propuestos para la adaptación de pruebas psicológicas de la International Test Commission<sup>384</sup>, ver Anexo 1). Se contó con el permiso del autor para dicho propósito. Entre las actividades de logística y de solicitud de documentos, la búsqueda y coordinación del traductor, así como el análisis propio, se encuentran alrededor de 15 horas.

### **Diseño de auto registro estándar para participantes de procesos de terapia individual**

Se trataría de una medida de monitoreo en cuanto a la evolución de línea base, tomando en cuenta distintos parámetros propios de la conducta adictiva: cantidad de tiempo dedicado al consumo, cantidad de videos vistos. El mismo puede revisarse en el anexo 8.

### **Diseño de instrumento de evaluación topográfica.**

En la fase de evaluación, se utilizaría este instrumento con todos los participantes a nivel de intervención clínica, tomando como referente parámetros de frecuencia, intensidad y duración en cuanto al consumo, como facilitador del establecimiento de la línea base. El mismo se encontraría en el anexo 10.

---

<sup>384</sup> International Test Commission, «The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second edition).», 2017, [www.InTestCom.org](http://www.InTestCom.org).

### **Instrumentos propios de la fase de evaluación.**

Fueron varios, entre ellos el consentimiento informado, una guía de exploración clínica de evaluación del consumo para el terapeuta, una guía de entrevista semiestructurada de la historia de recurrencia al consumo, bitácoras, evaluación de variables antecedentes y procedentes. Todos estos instrumentos se encuentran en los anexos, fueron debidamente revisados por el equipo asesor y el tutor externo, Ronald Ramírez Henderson.

### **6.2.2 Procesos de terapia individual**

Estos casos se ubicaron en el grupo de consumo excesivo habitual debido a que frecuentan ver pornografía, pero o no lo hacen desde una perspectiva de escape del dolor a manera de reforzamiento negativo, sino más bien positivo. En caso de buscar aliviar algún estímulo aversivo, cuentan con otras herramientas para hacerle frente por lo que la cantidad de consumo suele ser más reducida. A su vez, el fenómeno de habituación no se ha instalado aún, de modo que consumir pornografía sigue siendo siempre placentero. Se ofrece una descripción del caso, en cuanto a identificación, historia del consumo, análisis funcional y topográfico, formulación clínica, objetivos terapéuticos, técnicas implementadas en el proceso interventivo y resultados. Las bitácoras de cada caso se adjuntan en los anexos, pero no así los auto registros, debido a que los mismos podrían revelar información personal que podría identificar a los consultantes. Se trabajó con 5 consultantes.

#### **Caso Juan**

##### **Identificación del paciente**

Juan es extranjero. Tiene 51 años y vive en Heredia. Actualmente tiene 2 hijos, se encuentra divorciado y en condición de desempleo, con algunos trabajos informales ocasionales. Pretende acudir a terapia después de enterarse sobre el tema de que

las mismas desde este proyecto de graduación se estarían realizando. Plantea sentir preocupación sobre su consumo ya que en ocasiones le cuesta manejarlo, según refiere además de que tiene un proyecto personal orientado más hacia la espiritualidad, asume que desde el consumo de pornografía se le dificultaría ya que ambas concepciones de vida son innegociables. Plantea que podría seguir consumiendo, pero desde una forma controlada y para nada impulsiva.

### **Historia y curso del problema**

Actualmente consume, de forma regular por lo que describe ser un hábito meramente, plantea que el consumo en si ya no le es placentero del todo pues en ocasiones después de masturbarse no recibe la estimulación requerida. Inicia consumiendo desde sus 14 años, en cines de su país de origen con amigos de ese tiempo. Acudía por presión social, aunque plantea que si lo disfrutaba. A los 22 años se casa, pero su relación en ese momento sexualmente no le era satisfactoria, situación por la cual continúa consumiendo. En este tiempo, como era propio de la época, utilizaba revistas, aunque también video casetes, ya que era dueño de un video club, situación que le facilitaba el conseguir material.

A los 41 años enviuda, situación que le lleva a sentir soledad sexual. Esto lo sobre compensa con aun más consumo de pornografía. A sus 43 años, viene a Costa Rica por un tema de negocios, tenía una pareja en ese momento que consume y compartía pornografía con él. Posteriormente se casa de nuevo, aunque a los 49 años luego se separa y recurre una vez más al consumo de pornografía. Se logran identificar en conjunto con el paciente varias fases en su historial de aprendizaje.

- Una primera en su época adolescente, en la cual la forma de consumo era principalmente en grupo y de forma exploratoria. Su función obedecía principalmente a refuerzo social positivo precisamente validación homosocial
- Una segunda época marcada por su primera relación de pareja en matrimonio hasta que enviuda. En este caso, sostenida por refuerzo social negativo. La relación con su pareja atravesaba dificultades tanto a nivel

sexual como afectivo que le generaban insatisfacción, y el consumo de pornografía facilitaba el escape de dicho malestar.

- Una tercera etapa posterior al enviudar en la cual, al estar solo, compensa con el consumo de pornografía. Esta etapa estaría marcada funcionalmente por un probable refuerzo sensorial interno positivo.
- Una última etapa, la actual, donde el paciente plantea que el consumo no le dota siempre de la misma satisfacción, pero se sigue recurriendo al mismo en medio de un panorama de inestabilidad emocional.

El consumo en sí mismo se ha convertido a lo largo de casi treinta años en la única vía de satisfacción individual, de modo que cada vez empieza a perder su efecto apetitivo por habituación.

### **Análisis topográfico**

Se realiza en función de lo aportado en la entrevista como por el instrumento de evaluación topográfica utilizado. El consultante reporta al inicio del tratamiento una frecuencia de consumo por lo general diaria. Plantea el consumo en alrededor de 7 ocasiones semanales, una diaria en la noche, con un tiempo de dedicación en horas de por lo menos 5. Estima dicha frecuencia como “muy alta” así como el tiempo “muy grande”. Los géneros que más consume son los de “lesbianas” o “pornografía convencional” (pareja de hombre y mujer).

### **Análisis funcional**

Cuando el consultante ingresa por las noches a su habitación es cuando más se disparan las respuestas de consumo. La habitación como estímulo con función discriminativa que evocaría la respuesta estaría apoyada por un contexto ambiental definido, en este caso la noche. Actualmente, el consumo presenta una función de refuerzo sensorial interno positivo, el consultante busca gratificación sexual únicamente. Dicha gratificación, vivida de forma sustitutiva de un vínculo afectivo de pareja, pues en el momento actual no se siente interesado ya que viene superando

una relación de pareja con un proceso de divorcio desgastante. Como estímulo procedente, se destaca la sensación de gratificación proveniente de la respuesta sexual masturbatoria, así como un incremento de relajación, que describe le ayuda a “despejar la mente y descansar”. La cantidad de actividades gratificantes del consultante es reducida. Destaca leer o meditar, aunque no lo realiza mucho. De modo que el consumo de pornografía actualmente tiene una función de refuerzo sobre otras que no se presentan, también obedece a un repertorio conductual pobre. Con respecto a las respuestas, las mismas se presentan de la siguiente manera:

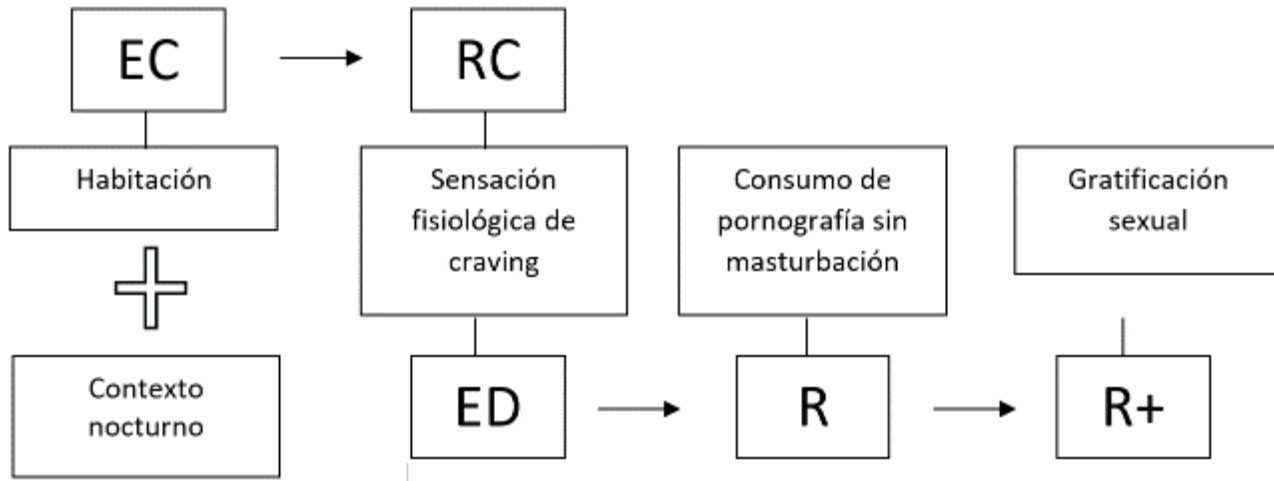
- A nivel cognitivo, resaltan las verbalizaciones autodirigidas que legitiman el consumo como una ventaja, entre ellas: “Gracias al ver porno puedo liberar energía y concentrarme mejor”.
- A nivel fisiológico, existe gratificación generalizada posterior al consumo, ligada con relajación y bienestar, favoreciendo el sueño por la activación del sistema parasimpático.
- A nivel motor, el acto masturbatorio como tal.

En cuanto a las consecuencias, se ha generado a lo largo de los años un proceso de minimización de los efectos adversos, reforzando el carácter de inofensividad de la conducta.

En la sesión de entrevista se identifican algunas variables disposicionales que aumentan la probabilidad de consumo descontrolado:

- Privación de estimulación sexual, al no tener una relación estable y por la situación de distanciamiento de la pandemia.
- Falta de estimulación apetitiva en conjunto con un pobre repertorio conductual alternativo de control de consumo pornográfico
- Contexto de desempleo y confinamiento por pandemia. Esto le pone en contacto con mayor frecuencia con la estimulación apetitiva propia del material pornográfico.

Figura 2. Conducta de consumo en una contingencia de 4 términos. Caso Juan.



### Formulación clínica y modelo explicativo

El consumo perseverante, pero a la vez intermitente de consumo en el paciente obedece a un modelo cognitivo propiciado por estándares de masculinidad hegemónica. En un inicio, por aprendizaje social y validación intragrupo, aprende sobre el consumo como válido e inofensivo, insertándose el mismo como una respuesta prioritaria de gratificación sexual, disminuyendo el contacto afectivo. Desde este estilo de educación sexual, fue difícil el aprendizaje de otro tipo de vinculación, llevándolo a desprestigiar conversaciones, proyectos y actividades que no sean sexuales. Esto le trajo consecuencias en cuanto al disfrute no coitalizado de una relación, e inclusive problemas en cuanto a la escogencia de pareja, por su focalización en características de atractivo sexual únicamente, dejando de lado aspectos de índole emocional, ideológico e intelectual. Mas tarde, muchas relaciones atravesarían conflictos, por esta asincronía en cuanto a la comprensión mutua, así como por sus dificultades a nivel emocional en el manejo de conflictos.

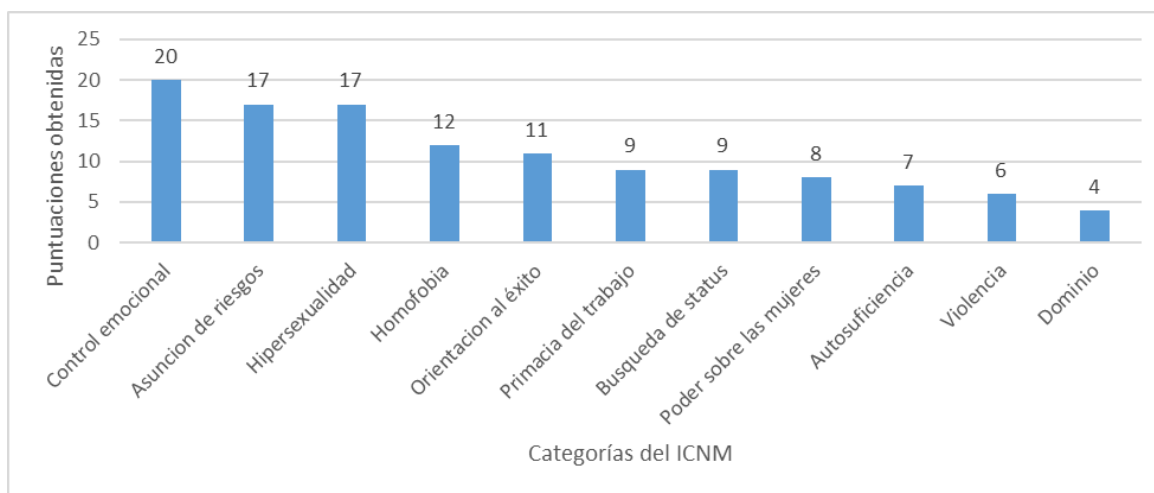
El aprendizaje del consumo de pornografía rescata como elemento eficaz en el abordaje del malestar. La época más despreocupada de su vida fue su adolescencia. De modo que, los estilos aprendidos en ese momento le dotaron de una cierta sensación de control y seguridad sobre su vida. Todo lo que aprendió en su adolescencia le marcó, pues tal como comenta, la misma fue disfrutada. Cada

vez que atravesase una situación de malestar, recurrirá a los estilos exitosos de su adolescencia. El paciente comenta: “La peor versión de mí mismo en épocas pasadas, coincide cuando me sentía más seguro económicamente, esa fue la versión que aprendí siendo adolescente”. De modo que, ante las crisis de vidas y en específico con las surgidas por el contexto de pandemia: separación, desempleo, confinamiento; recurre a modelos de abordaje antiguos como método de estabilidad emocional. El consumo de pornografía es uno de ellos.

El paciente se caracteriza por una personalidad introspectiva y poco expresiva en sesión, aunque colaborativa y amena. Además, existe una marcada evitación con respecto a formalizaciones en cuanto al vínculo, que describe como timidez. Además, tal y como constata el ICNM, una considerable hipersexualidad, abordada desde la pornografía conciliando su estilo evitativo de apego.

Existe un malestar emocional asociado a la construcción de sentido de vida. Dicho malestar incrementado por situaciones personales: incertidumbre laboral, afectiva por Covid y situación de divorcio. Dicho malestar, es abordado a través de diferentes estrategias de afrontamiento, entre ellas el consumo de pornografía. El consumo de pornografía es un sustituto de vínculos.

**Gráfico 13. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Juan**





## **Objetivos terapéuticos**

El proceso de evaluación inicial se realizó en tres sesiones, siendo la tercera dedicada a la devolución del análisis funcional. Los objetivos se describen a continuación:

- Incrementar actividades y sensaciones gratificantes
- Aumentar autoeficacia general percibida
- Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores.

## **Procedimiento interventivo**

Se describen a continuación las técnicas empleadas por cada objetivo propuesto:

Incrementar actividades y sensaciones gratificantes:

- Planificación gradual de actividades gratificantes, activación conductual.
- Técnicas de mindfulness.

Aumentar autoeficacia general percibida

- Planificación gradual de actividades.
- Entrenamiento en autorrefuerzo.
- Reestructuración cognitiva.

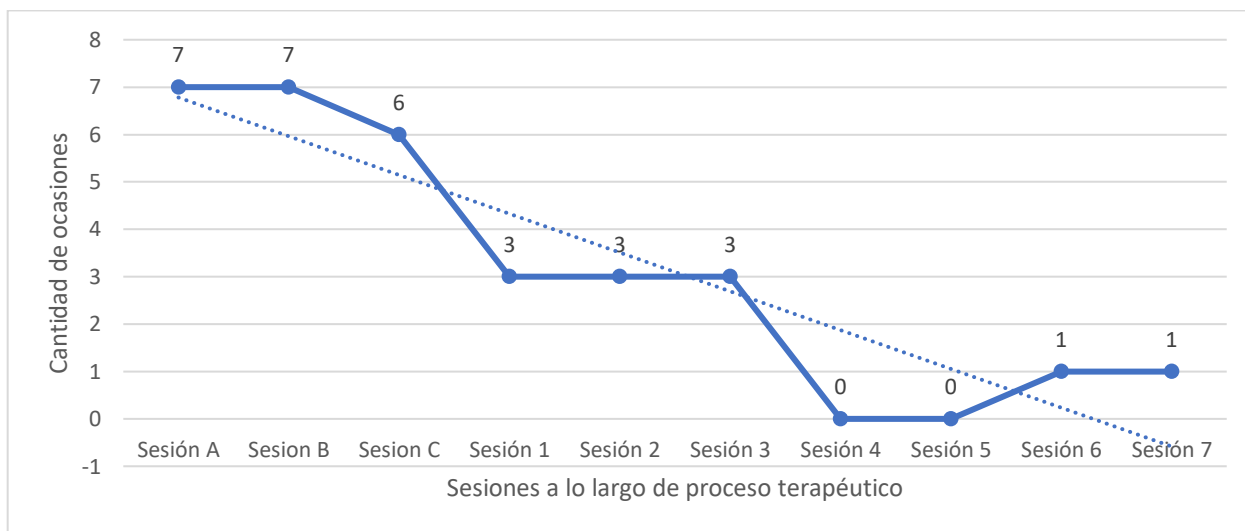
Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores.

- Distracción cognitiva y conductual.
- Reforzamiento diferencial de actividades funcionalmente equivalentes.
- Control de estímulo precedente.
- Retraso en la ejecución.
- Exposición con prevención de respuesta.

## **Resultados Generales del proceso**

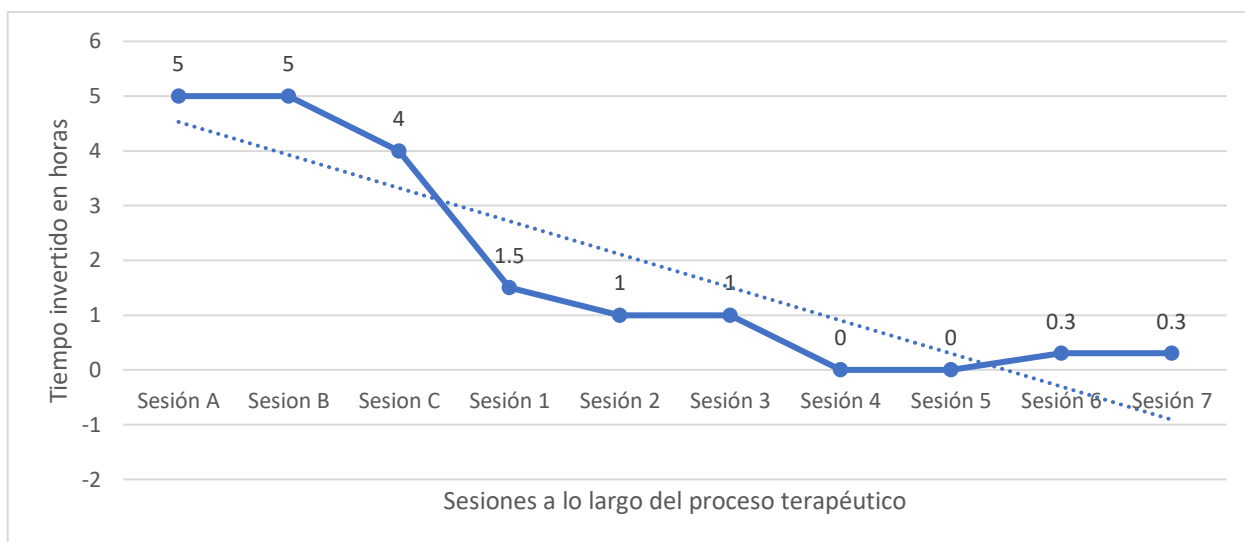
Al finalizar el tratamiento, la línea base muestra una tendencia escalonada decreciente, hasta llegar a la sesión 4 a un consumo nulo, situación que se mantendría por 4 semanas, siendo que en las sesiones de seguimiento el consultante decide llegar el consumo a una única ocasión semanal, tal como se mantendría post tratamiento. Dicha tendencia escalonada fue necesaria, debido a la posibilidad de que un descenso súbito incrementara la posibilidad de “efecto rebote” por el fenómeno de privación.

**Gráfico 14. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Juan**

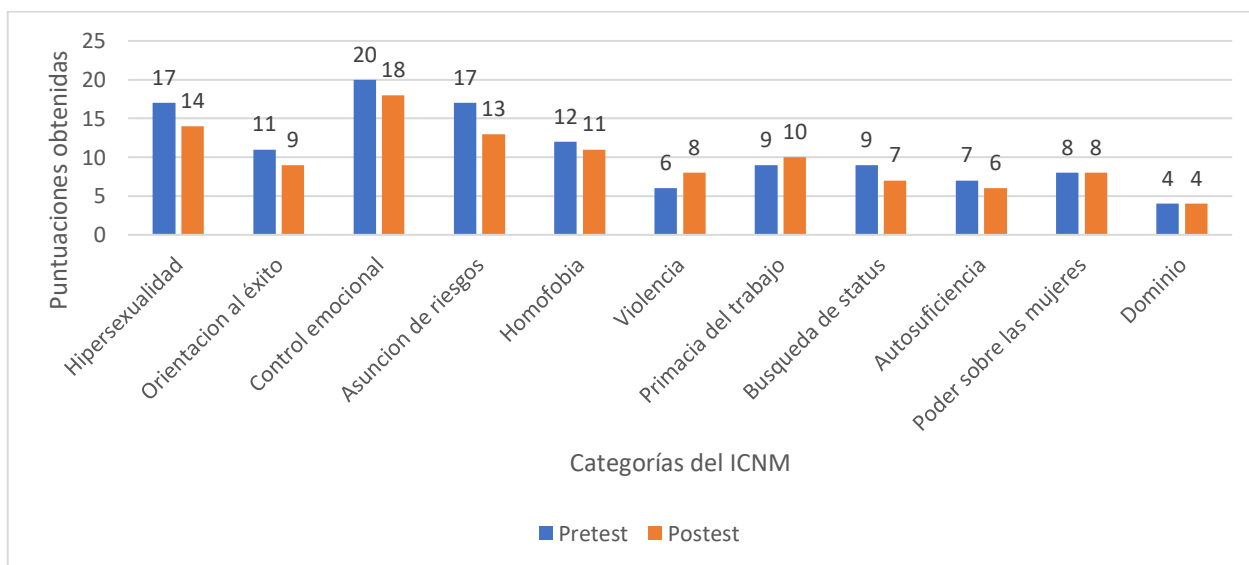


Con respecto a la disminución en cuanto a la variable “tiempo dedicado”, se observa un comportamiento similar:

**Gráfico 15. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Juan**



**Gráfico 16. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Juan**



Con respecto al pretest y post test del Inventario de conformidad a las normas masculinas, el consultante demuestra una disminución apreciable en la mayoría de los factores. Con respecto al factor de hipersexualidad, se aprecia una disminución leve, en tanto la misma se ve justificada en cuanto el proceso terapéutico se enfocó de forma prioritaria en esta. En segundo lugar, *orientación al éxito*, según la cual el consultante comprende y reflexiona sobre el hecho de disminuir su propia

autoeficacia en función de logros personales. *Control emocional* también ofrece una disminución aunque sutil, volviéndose sugerente el plantear la no expresividad como un rasgo caracteriológico del consultante. *Asunción de riesgos* ofrece una disminución considerable, siendo un tema de reflexión frecuente en terapia y de cómo muchas decisiones asumidas en el pasado fueron impulsivas. Es posible que la práctica de técnicas de mindfulness provea de mayor control inhibitorio de la estimulación impulsiva. *Homofobia* disminuye, aunque no de forma significativa, siendo también un tema en terapia del todo no abordado. Búsqueda de estatus disminuye, siendo plausible plantear una reflexión similar a la de *orientación al éxito*. Finalmente, autosuficiencia disminuye, aunque no de forma significativa tampoco. El resto de los factores se mantienen similares, excepto *violencia*, el cual aumenta levemente en esta ocasión.

## **Caso Danny**

### **Identificación del paciente.**

Se trata de un hombre de 33 años de una zona rural de la gran área metropolitana. Trabaja en un supermercado en horario laboral de lunes a sábado de 7 a 4 de la tarde. Tiene una relación de pareja de cuatro años y una niña de 3 años. El consumo de pornografía en el consultante se da de forma diaria, variando eso sí la modalidad en los otros casos. No consume videos, sino más bien fotografías, a la vez que el acto no se acompaña de masturbación. Ese consumo puede darse unas dos veces diarias. Dichas fotografías las recibe por medio de grupos de WhatsApp a los que pertenece. Recientemente su pareja le encuentra esas fotografías, generando un gran conflicto entre ellos. Por esta razón el consultante desea eliminar del todo el consumo.

### **Historia y curso del Problema**

Según reportes del consultante, su historia de consumo debe contemplarse a la luz del desarrollo de patrones de hipersexualidad de una forma temprana. Plantea que la edad de inicio se da a sus 12 o 13 años, su padre conservaba material

pornográfico en formato VHS de forma oculta, no obstante, él había encontrado el escondite y cuando llegaba de la escuela, no había nadie en casa pues su padre, madre y hermana trabajaban y los veía. Las películas pornográficas constaban de tríos y actos sexuales en pareja. Posteriormente al verlas todas una y otra vez, comienza a tener mayor curiosidad, por lo que compra naipes eróticos que en ese tiempo estaban de moda y en ciertos lugares se les vendían a menores. De modo que, el acceso a la sexualidad en Danny se da de forma muy temprana. A la edad de 15 años, su madre descubre el repertorio de videos que tenía su padre, por lo cual este debe deshacerse de ellos. En ese tiempo recurre a un canal famoso de televisión nacional en el cual transmitían pornografía a altas horas de la noche. En este caso el consumo siempre se acompañaba de masturbación.

A sus 16 años comienza con su primera novia, disminuyendo el consumo en función de la intensificación de exploración sexual entre ambos. A los 2 años la relación culmina, por lo que vuelve a recurrir al canal de televisión en las noches. En este momento el formato DVD se pone de moda, por lo cual se le facilitaba esconderlos de su madre, que según revela ya estaba vigilante con respecto a la tenencia de pornografía en su casa. En su juventud temprana revela una marcada hipersexualidad en sus prácticas cotidianas, andaba con varias mujeres a la vez, pero con una en especial: Rita, con la cual consume pornografía antes de tener relaciones sexuales. Al cabo de un tiempo, al sumarse algunas infidelidades entre ambos, culminan la relación.

Después de esto continua con otras mujeres en relaciones más o menos formales, pero comienza a aumentar el consumo con el surgimiento de los teléfonos inteligentes, donde frecuentaba una página denominada "Maduras de Costa Rica". Después reinicia la relación con exnovia Rita, donde el consumo se vuelve a intensificar al tener relaciones con ella usando la pornografía como preámbulo coital. La relación termina y se dedica a encuentros sexuales esporádicos con mujeres que conocía en fiestas.

Hace unos años inicia una relación de pareja con su esposa actual, terminando, casándose con ella y teniendo una hija. El inicio de esta relación fue diferente a los anteriores, más afectivo que sexual. No obstante, surge un tema de celos de parte de ella que antes no había vivido con anteriores parejas, donde el consultante lo resuelve evitando la confrontación una y otra vez, pero a su vez absteniéndose de sexualidad.

Al iniciar la relación con su pareja actual, se involucra más con ella, al punto de disminuir al máximo infidelidad. De modo que, consumir pornografía es un conectarse de nuevo con estilo marcados por la hipersexualidad, ante la percepción de pérdida de libertad por la relación monogámica. A través de la pornografía puede ser infiel a su pareja sin a la vez serlo.

### **Análisis topográfico**

Se realiza en función de lo aportado en la entrevista como por el instrumento de evaluación topográfica utilizado. Al inicio del tratamiento se reporta una frecuencia de consumo diaria, en momentos de ocio en su lugar de trabajo. Con un tiempo de dedicación en horas de por lo menos 1 hora semanal. Estima dicha frecuencia como “alta” así como el tiempo “grande”. Los géneros que más consume son fotografías de mujeres desnudas, ya sea famosas o mujeres anónimas que se han fotografiado sin consentimiento y cuyas imágenes se viralizan. Con respecto a videos, desde que inició su relación de pareja no ha vuelto a consultar pornografía.

### **Análisis funcional**

Con respecto a las variables disposicionales que elevan a posibilidad de consumo, se tienen como principales las siguientes:

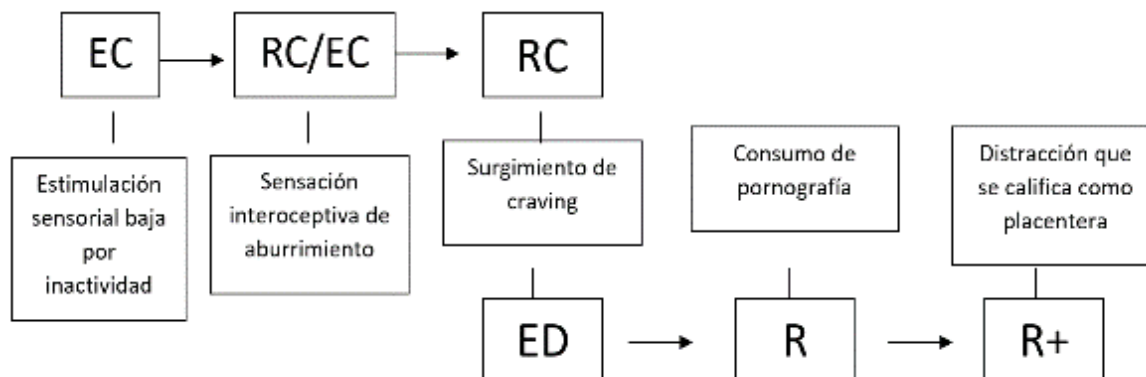
- Pérdida de actividades gratificantes. Desde que inicia su relación de pareja, Danny reduce en una buena proporción las actividades que antes le resultaban reforzantes, principalmente tenían que ver con fiestas y salidas con amigos. A su vez el contexto de pandemia tiene un gran peso debido a

que después del matrimonio conserva algunas como son por ejemplo jugar fútbol, perdiendo las mismas por el contexto del confinamiento.

- Legitimación a manera de influencia social de consumo. Danny pertenece a muchos grupos de hombres en redes sociales donde se comparte información de este tipo. Ante la ausencia de otras dinámicas de socialización entre pares y al ser esta la forma predominante de interacción, el consumo de pornografía se vuelve constante.
- Privación sexual con su pareja. Debido a una interacción sexual conflictiva entre ambos, a razón de celos de su pareja, la interacción sexual se ha disminuido de forma significativa. Esto le lleva a elevar el consumo con fotografías de mujeres que ingresan a su celular. A la vez, el elevar el consumo de mujeres por medio de fotografías, hace que disminuya su interés con su pareja, por un efecto de comparación.

Los antecedentes inmediatos que determinan el consumo de pornografía como tal es directamente la señal de descanso en su lugar de trabajo. Dicha señal ha provocado de forma directa a manera de condicionamiento clásico la respuesta condicionada de consumo. El consultante comenta que se va a consumir de forma automática, buscando el baño para hacerlo. También consume cuando hay sensación de aburrimiento, planteando que a veces no tiene nada que hacer y para rellenar el espacio, consume. En todo caso, el estímulo directo que evoca la respuesta de consumo sería el contar con tiempo libre de inactividad. Por tal razón el consumo se trataría no de un reforzamiento negativo sino más bien adquiriendo la función de uno de tipo positivo, coincidiendo con la versión de este consultando cuando plantea que “está aburrido y simplemente quiere entretenerse”. Esto se explicaría mejor con la siguiente figura:

**Figura 3. Conducta de consumo relacionada con sensación de aburrimiento por inactividad. Caso Danny.**



Un aspecto muy importante es que el consultante mismo revela que la estimulación cada vez más pierde efecto, quedando entonces constatado un fenómeno de habituación.

Un asunto relevante es que el consumo de pornografía mantiene un predominio de gobernación por reglas, más que por contingencias. De modo que el ver mujeres obedece a una regla; “cuando se está aburrido, esto es lo que se hace”. Es por esto por lo que el refuerzo sería más de tipo intrínseco. Otra de las reglas encontradas en la etapa de evaluación fue la del tipo: “Igual mi pareja no me la presta”, haciendo alusión a la disminución de contacto sexual entre ambos a manera de privación, validando esto la permisividad de consumo. Estas tres variables disposicionales (privación sexual, momentos de inactividad laboral, legitimación social de consumo) elevarían el valor asociado a la respuesta de consumo como reforzante.

### **Formulación clínica y modelo explicativo**

El consumo del consultante se encuentra relacionado de forma directa con la vivencia y aprendizaje de su propia masculinidad. No se encuentra en el discurso de este, patrones de sintomatología ansiosa que predisponga al consumo mismo, pero sí una marcada tendencia al consumo como única estrategia de lidiar con momentos de inactividad. Es decir que la influencia de su socialización hipersexualizada tiene un gran componente en cuanto a la vivencia de su tiempo libre. En anteriores espacios, el consultante conseguía abarcar su tiempo libre

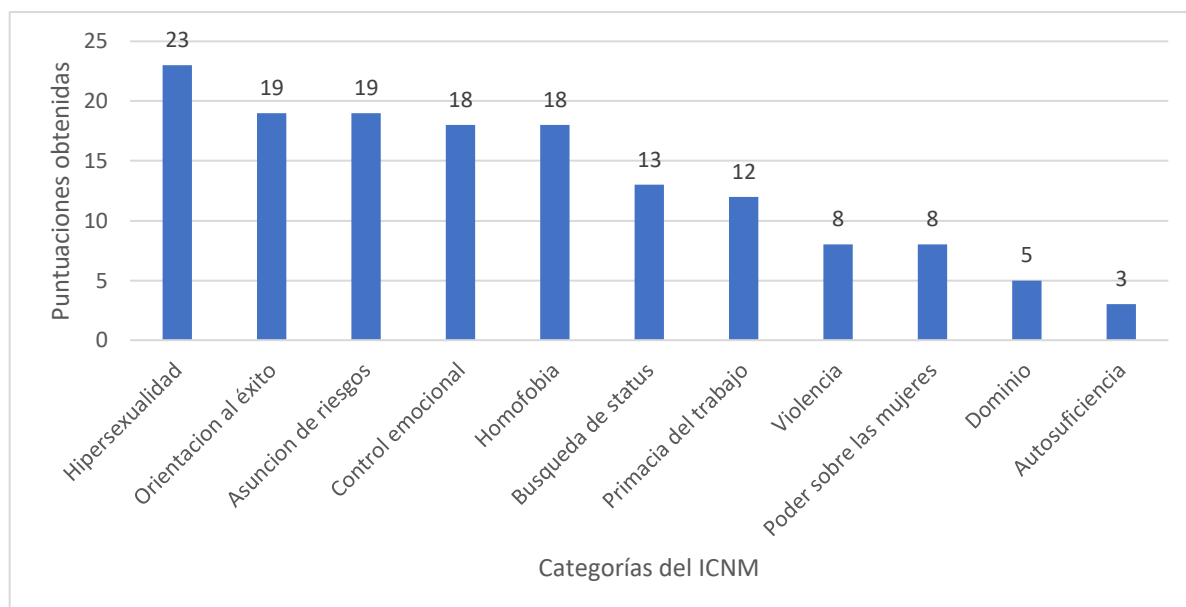


compartiendo con amigos en espacios de fiestas o de consumo de alcohol, no obstante, al iniciar la relación con actual pareja esto se elimina por completo.

Es posible que no desarrollase durante su juventud estrategias de convivencia en pareja desde un modelo de monogamia, situación que se vuelve en contra del proyecto de vida actual donde, a pesar de querer mantenerse en una relación basada en la exclusividad sexual con su pareja, le desconcierta el cómo interactuar de forma más casera.

A su vez, reporta estilos de afrontamiento a la dinámica de pareja desde un estilo de apego evitativo. Esto porque se le dificulta la expresión de emociones con su pareja, provocando que aumente una sensación de incertidumbre en ella, ante sus continuos silencios. Esto ella lo resuelve con celos, situación que aumenta la conflictividad entre ambos y él la sigue resolviendo con distancia emocional y una comunicación pasiva. Como resultado de ello, disminuye el contacto en general entre ambos, incluido el sexual. Este estilo de apego evitativo fue reforzado a lo largo de su juventud, pues su contacto con mujeres era desde la exclusividad sexual, la cual no requería contacto afectivo ni habilidades sociales como tal.

Finalmente, el inventario de conformidad a las normas masculinas arroja una puntuación superior al resto de indicadores en el factor de hipersexualidad. Esto correlacionaría adecuadamente con lo expuesto anteriormente.

**Gráfico 17. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Danny**

Por todo lo anterior, el modelo explicativo que mejor se adapta a las dinámicas del consultante es uno exclusivamente cognitivo propiciatorio de normas masculinas. El consultante no aprendió a lo largo de su vida estrategia variadas de qué hacer con su tiempo libre, denotando un repertorio conductual pobre. Por tanto, en apoyo al modelo anterior basado en el déficit conductual, tanto de actividades gratificantes y de distracción alternas a lo relacionado con lo sexual, como con respecto a la expresión de emociones y habilidades sociales de convivencia en pareja.

### **Selección de instrumentos de evaluación**

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### **Objetivos terapéuticos**

- Incrementar tasa de reforzadores positivos

- Entrenar en técnicas de habilidades sociales
- Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores, a través de reforzamiento diferencial.

### **Procedimiento interventivo**

En función a lo obtenido con el análisis funcional de la conducta de consumo, se plantearon las siguientes estrategias terapéuticas que se fueron desarrollando a lo largo del proceso. Al no existir mediación de la ansiedad, se obviaron todas las técnicas utilizadas en los otros casos con respecto a control de la activación.

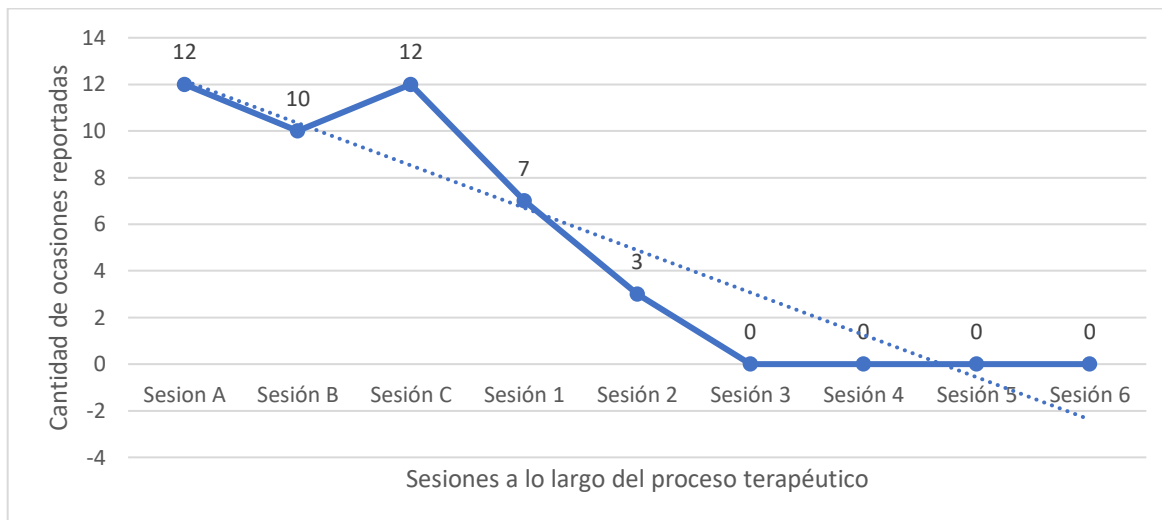
- Explicación a través de psicoeducación del funcionamiento de la conducta de consumo por medio del análisis funcional. La estrategia de psicoeducación también se utilizó para explicar el modelo de respuesta sexual humana y los estilos de apego.
- Estrategias de reforzamiento diferencial. Se plantearon con el objeto de alternar el consumo de pornografía con otras actividades de distracción. No se consideró una fase sustractiva del estímulo sustitutivo, pues es más bien frecuente que diversas personas busquen distraerse con diversas actividades de esparcimiento en tiempos libres.
- Activación conductual con la introducción de actividades gratificantes que disminuyeran la necesidad de consumo como única opción recreativa.
- Reestructuración cognitiva. Se destinó espacios en sesión para el cuestionamiento de reglas conformes a la hipersexualidad y la legitimación de consumo de pornografía.
- Habilidades sociales. Se destinó un espacio en cada sesión para el abordaje de habilidades de comunicación con su pareja.

### **Resultados**

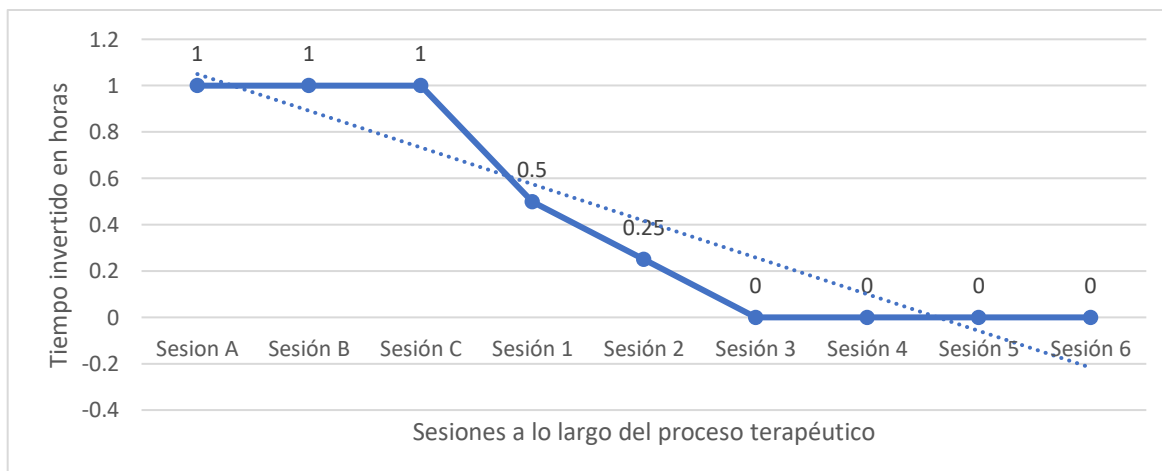
El consultante finaliza el proceso con cero ocasiones de consumo, sostenidas desde varias sesiones atrás. Por tal razón el tratamiento finaliza, en función del adecuado

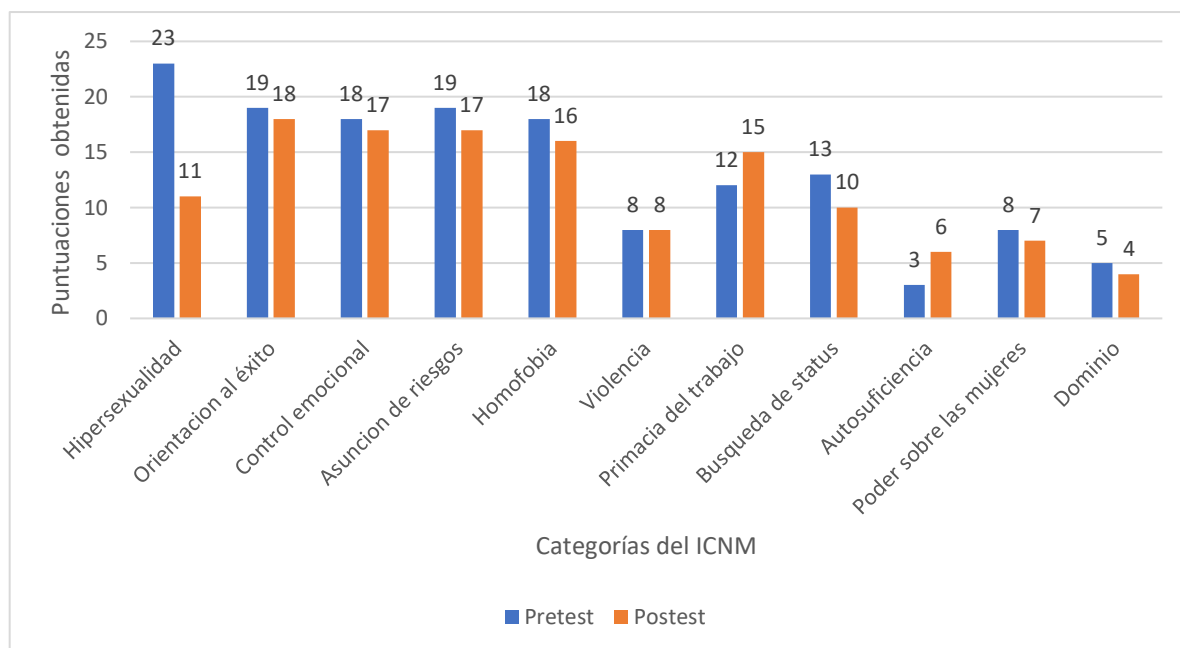
proceso de extinción. Este caso es relevante para el proceso, ya que es el único donde se consume sin ansiedad significativa de por medio.

**Gráfico 18. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Danny**



**Gráfico 19. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Danny**



**Gráfico 20. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Danny**

En este gráfico se aprecia como el componente de hipersexualidad se reduce significativamente mientras los demás se mantienen similares al inicio sin disminuciones significativas entre ellos. Esto obedece a que el tratamiento se enfocó a el abordaje reflexivo desde la reestructuración cognitiva de sus patrones pasados de interacción con respecto a su propia sexualidad. A su vez se disminuyó el consumo de pornografía del todo, ofreciendo de forma convergente evidencia con respecto a la disminución de su esquema de hipersexualidad.

## Caso Miguel

### Identificación del paciente.

Miguel acude a terapia con lo que describe “abrumado” por el consumo de pornografía, mismo que lo ha desarrollado a lo largo de su vida desde adolescente. Se trata de un hombre de 38 años, comerciante, con un negocio propio en una comunidad rural en el país. Convive con su esposa, no tienen hijos aún, aunque afirma desearlos. El ambiente conyugal en el momento de la primera sesión lo relata como tenso, debido a dos situaciones que identifica: un mal manejo del enojo de su

parte y de su esposa y su consumo de pornografía, incrementado desde hace algún tiempo. El enojo entre ambos se intensifica y al vivir el clima hostil de la relación entre ambos, busca tranquilizarse con el consumo.

### **Historia y curso del Problema**

El inicio de consumo el consultante lo ubica en el periodo entre los 13 y 16 años. Criado en una zona rural, describe a su socialización en su adolescencia de corte machista, plantea que en grupo se consumía pornografía a través de revistas principalmente, aunque más tarde fue cada vez más posible acceder a formatos de video, por medio de Vhs y Dvds. Su adolescencia y juventud estuvo marcada por el trabajo al campo, por lo que plantea que, al llegar a su casa por las tardes, le gustaba ver pornografía “a manera de premio”. El consumo se mantuvo a lo largo de su vida de forma sostenida con tal vez una ocasión diaria en que consumía, hasta que se incrementa de forma importante con la llegada de smartphones y mayores posibilidades de conectividad vía internet. En este contexto, consumir es más asequible y sencillo, por lo que comienza a variar en géneros y aumentar el consumo. Esta conducta de consumo también se vuelve paralela con aspectos relacionados con hipersexualidad, en la cual acudía a prostíbulos de forma regular.

Hace unos años conoce a su actual esposa y entonces decide iniciar una relación con ella que llega a trascender en matrimonio. Al inicio en su relación de pareja los encuentros sexuales no poseían la calidad que él esperaba. Por tanto, decide consumir pornografía de forma intensa, pero a la vez oculta de su pareja. Es en esta fase en que aumenta no solo la frecuencia, sino también de forma progresiva evolucionando hacia nuevos géneros pornográficos. Al final comienza a buscar material explícito relacionado con temáticas transgénero incluso llegando a buscar por internet números de teléfono de prostitutas trans. Por ende, su historia de consumo es a la vez una historia de habituación, escalando con respecto a los géneros frecuentados y buscando al final la formalización material de fantasías sexuales derivadas del consumo, las cuales años atrás no se habría planteado. Es descubierto por su pareja semanas atrás al ella revisar su teléfono. Al plantearsele

sobre hasta donde desearía llegar con su consumo, indica que, a no consumir del todo.

### **Análisis topográfico**

Al iniciar el tratamiento el consultante refiere consumir de forma diaria, al menos una vez, aunque antes consumía más. Ya que así se ha mantenido desde hacía algunas semanas en función del conflicto que había tenido con su pareja.

Al consultársele sobre la modalidad de consumo plantea que usualmente se trataba de videos de tríos y de forma ocasional pero recurrente con travestis. Antes de disminuir el consumo por sí mismo, plantea tener una recurrencia de al menos 15 veces semanales. Se trataría de un consultante que en semanas recientes tenía un consumo adictivo y que ha logrado disminuirlo por sí mismo, aunque el fenómeno de privación podría llevarle a retornar al consumo anterior. Por esta razón se le clasifica como prevención secundaria, planteándose como objetivo no regresar al consumo anterior.

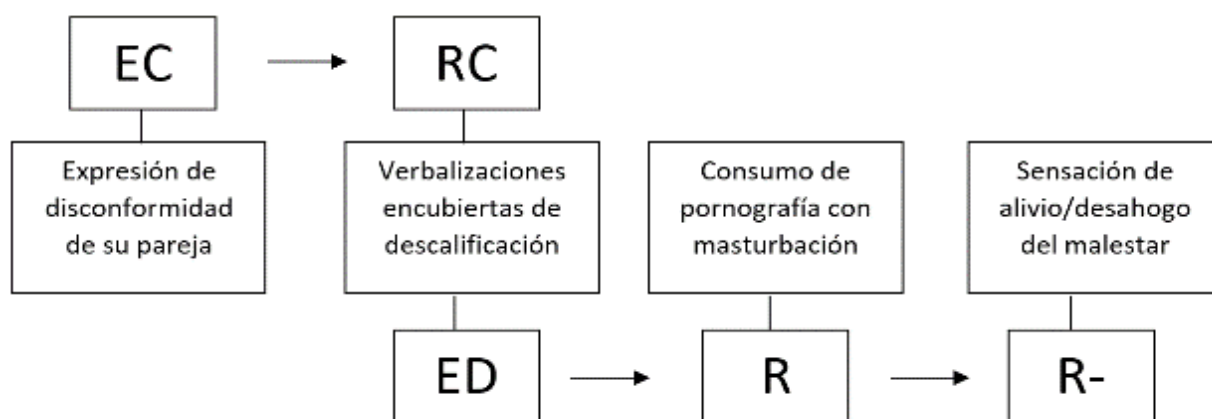
### **Análisis funcional**

En el caso del consultante la percepción de desconexión emocional derivada de cualquier estímulo interpretado cómo desprecio, activa diferentes sensaciones de malestar emocional y fisiológico, descritos como enojo, miedo y la respuesta fisiológica de ansiedad. El consumo de pornografía desde hacía algún tiempo había planteado a la sensación fisiológica derivada de la masturbación como reforzador negativo, aliviando el coste emocional percibido como aversivo. De modo que la operación de abolición trae inmersa una función de escape.

El consumo en el consultante se caracteriza por una baja latencia de respuesta una vez presentado el estímulo discriminativo. Una vez que la percepción del rechazo se presenta, el consultante acudía lo más pronto posible al consumo de pornografía con tal de aliviar la tensión resultante del conflicto con su esposa.

En el consultante se dan dos operaciones con las cuales la conducta problema se suscita, tanto de condicionamiento clásico como operante. Por un lado, diversos gestos o señales sociales planteadas por su pareja relacionadas con expresión de disconformidad, elicitan respuestas encubiertas que interpretan la situación como de descalificación y desconexión emocional. Seguido a ello, la interpretación de abandono, como respuesta se vuelve a su vez en un estímulo discriminativo, que evoca al consumo como escape de la situación. Con esto el consultante obtiene una sensación de alivio provisional que le distrae de la situación problemática. Al no consumir en las últimas semanas, se encontraba utilizando respuesta de ira (gritos, ofensas).

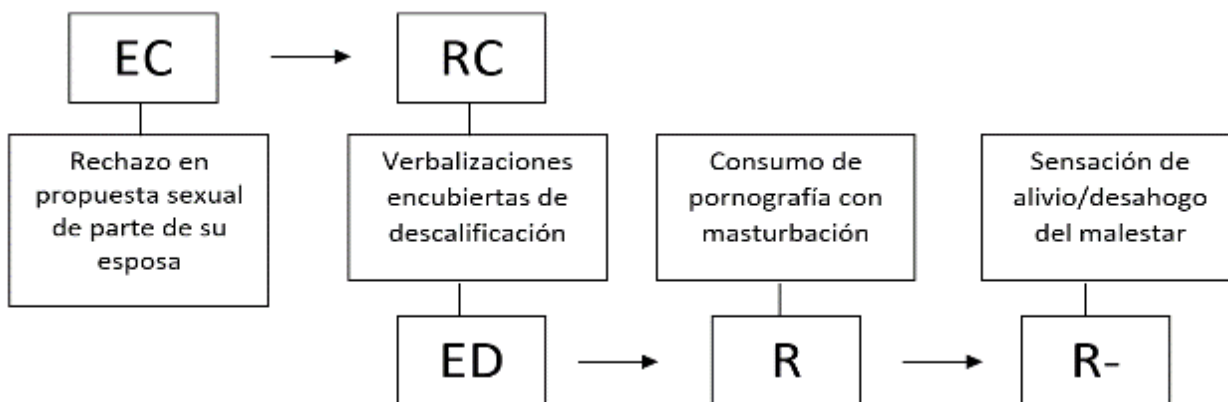
**Figura 4. Conducta de consumo relacionada con conflictos conyugales en el caso Miguel**



En otros momentos se pueden dar otras variantes, aunque se mantiene una lógica similar. Con respecto a los rechazos por parte de su pareja en tanto a iniciativas sexuales, los mismos también pueden evocar respuestas encubiertas de descalificación, planteando el consultante en repetidas ocasiones sentirse abandonado y despreciado poniendo en marcha el resto de las variables conllevando a la respuesta instrumental de consumo como alivio del malestar.

**Figura 5. Conducta de consumo relacionada con insatisfacción sexual**

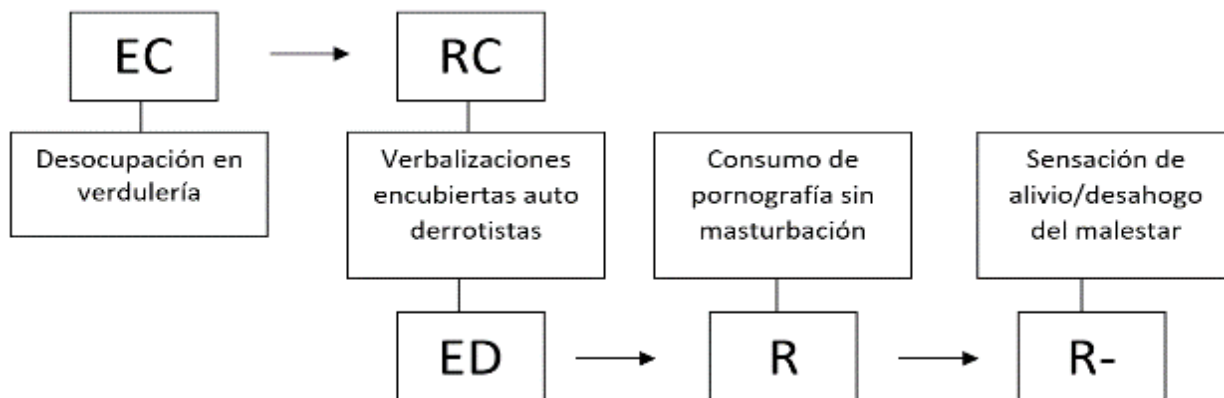




Vale la pena indicar que en las últimas semanas el consumo no se ha dado del todo, no obstante, las verbalizaciones encubiertas asociadas con desconexión emocional se sostienen. La respuesta sustitutiva ha sido la de conductas vinculadas con ira, generando la misma sensación de alivio/desahogo.

Una variante un poco más distanciada de las anteriores sucede con respecto al experimentar aburrimiento en la verdulería donde trabaja. La dinámica en su negocio de verdulería posibilita el consumo de vídeos, ya que existen lapsos significativos en los que no llegan clientes. En caso de estar viendo y que llegase alguno fácilmente podría quitar el video. Esto aumenta la permisividad de consumo y la asociación entre el mismo con la sensación de tranquilidad pues mira sin que esté en conflicto. El estar desocupado, sin que lleguen clientes, lo vive desde la desesperación con verbalizaciones internas del tipo: *“Es frustrante llevar rato sin vender nada”*, *“Soy un fracasado”*, por lo que efectúa la respuesta de consumo como principal alternativa. En este caso la contingencia operante se conserva idéntica, excepto porque no hay acto masturbatorio:

**Figura 6. Conducta de consumo sin masturbación evocada por sensación de aburrimiento**



Es relevante plantear como diferentes situaciones relacionadas con frustraciones variadas las resuelve con repertorios autorreferenciales encubiertos muy similares, cuyo común denominador establece un cuestionamiento a su valía y autoeficacia. Es posible afirmar un efecto de generalización, emite las mismas respuestas ante variados estímulos. Esto se incrementaría ante diferentes variables disposicionales como las siguientes:

- Legitimación por parte de personas cercanas. Existen amigos que le envían videos. Lo cual propicia un contexto óptimo de legitimación y consumo.
- Privación del consumo mientras está con su pareja. Esto aumenta el carácter de refuerzo por parte del material pornográfico debido a un fenómeno de privación.
- Concepción del consumo de pornografía como un elemento apaciguador de sus deseos de infidelidad o violencia hacia con su pareja: *“Antes de darle vuelta o decirle algo feo, prefiero calmarme con porno. En cierta manera la protejo”*.

### Formulación clínica y modelo explicativo

El consumo de pornografía en el consultante presenta varios roles de importancia afectiva para él mismo en el manejo de sus frustraciones. Por un lado, tal cómo se plantea en el análisis funcional consumir evoca una función de escape a manera de reforzamiento negativo, cualquier conflicto o estímulo interpretado como desprecio

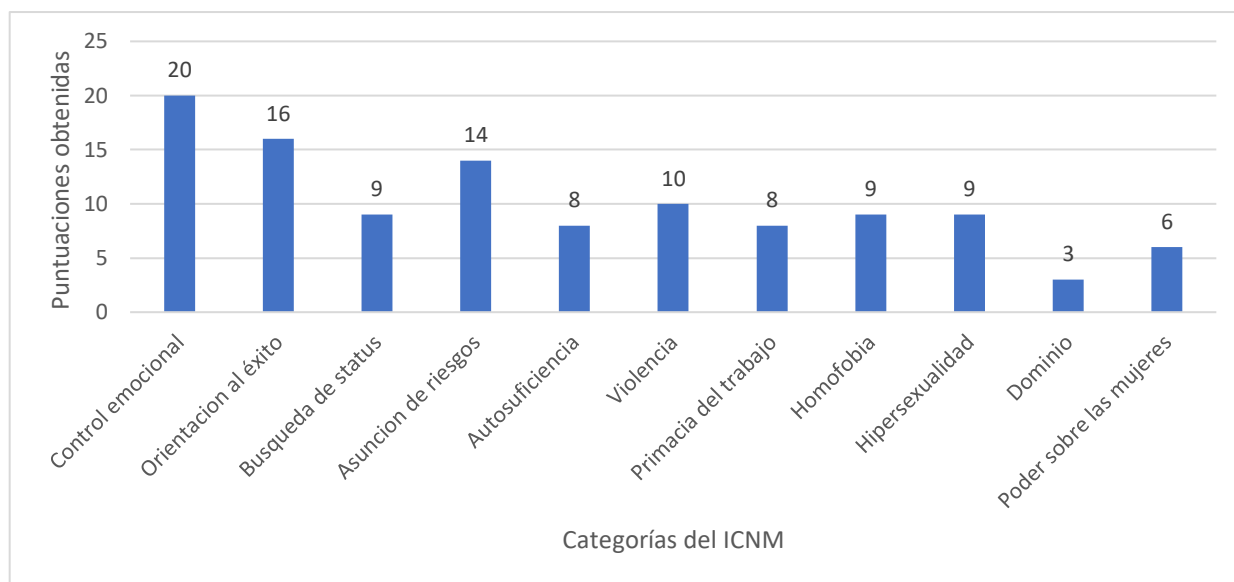
o rechazo de parte de su pareja le traía a colación malestar emocional intenso, situación de la cual escapa consumiendo pornografía y masturbándose al final.

Pero por otro lado según refiere, le ayudaba a mantener el vínculo con su pareja. En los momentos de desconexión emocional en unas ocasiones reaccionaba con ira a tal punto que, en ocasiones los conflictos escalaron derivando en violencia. El consultante comenta que para proteger a su pareja y no permitir que su situación de enojo escalara, consumía pornografía para así tranquilizarse. De modo que el consumo también tenía un papel protector del vínculo.

En tercer lugar, derivada de la insatisfacción a nivel sexual con su pareja. El consultante refiere una y otra vez sentirse abandonado con respecto a su necesidad de satisfacción sexual. Debido al temor en cuanto a su expresión emocional hacia con ella, no notificaba adecuadamente dicha necesidad. Ya en algunas ocasiones experimentó deseo intencional de infidelidad, expectativa opuesta a sus reglas, por lo que dicho impulso era continuamente reprimido. El consumo de pornografía desde esta óptica ofrecía la posibilidad de satisfacción sexual a la vez que se mantenía distante de la búsqueda de una pareja alterna.

De lo anterior, como principal factor a considerar, se vislumbra un déficit en su repertorio de habilidades sociales, marcado por una ansiedad condicionada. Una y otra vez se ve expuesto a la interrogante de si sus actos ocasionarán el cese de la relación.

Un aspecto relevante es la constitución de su masculinidad. Miguel es un hombre que manifiesta haber sido socializado con rasgos de masculinidad marcados, donde principalmente la expresión de emociones no es una habilidad que hubiese desarrollado, situación desventajosa en el momento de iniciar una relación de pareja de convivencia y que expresarse le trae dificultades relevantes. Este déficit en habilidades sociales se ve representado en el Inventario de conformidad a las Normas Masculinas administrado, donde las puntuaciones se revelan a continuación:

**Gráfico 21. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Miguel**

Si bien es cierto, la hipersexualidad no es un esquema dominante, si es central el control emocional, la orientación al éxito y la asunción de riesgos. Al interpretar su realidad como frustrante a nivel económico, este contexto le conlleva una y otra vez la sensación de malestar constante, recurriendo a la pornografía como alivio de tensiones. También presenta otras estrategias de afrontamiento como tomar licor, situación ya castigada desde hace algún tiempo por su pareja. La recurrencia a la pornografía de este modo es instrumental, no la vive como una búsqueda de placer meramente sino como un único recurso dentro de un repertorio conductual pobre en cuanto a estrategias de afrontamiento tanto a nivel de habilidades sociales como de activación conductual.

### **Selección de instrumentos de evaluación**

Al consultante se le aplicaron varios instrumentos de recolección de información en la fase de evaluación.

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.

- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### **Objetivos terapéuticos**

Objetivo general: Disminución del consumo de pornografía.

Objetivos específicos

- Fortalecer las habilidades de autocontrol con respecto al manejo de su ira
- Debatir supuestos machistas asociados a las relaciones de pareja
- Entrenar en habilidades sociales que favorezcan la generalización de respuestas asertivas con respecto a la expresión de disconformidad
- Impulsar distintas destrezas en el manejo de la tensión en cuanto a activación conductual.

### **Procedimiento interventivo**

Se abordó el tratamiento si bien es cierto haciendo uso de herramientas conductuales que mantuvieron el desvanecimiento de la emisión de la conducta, siendo la exposición con prevención de respuesta la técnica fundamental. Fue necesaria una estrategia sólida de contracondicionamiento desde la cual se aprendieran y fortalecieron conductas funcionalmente equivalentes con respecto al alivio de su ansiedad percibida por abandono. A su vez se trabajó por medio de reestructuración cognitiva en el establecimiento de nuevas interpretaciones distintas a las relacionadas con desconexión emocional.

Se intervino sobre las siguientes estrategias, aunque no fuesen el motivo fundamental inicial, esto se consideró así porque la respuesta de consumo de pornografía era en gran parte consecuencia de las descritas a continuación y seguirían apareciendo mientras las mismas se mantengan. De modo que al consultante se le entrenó en:

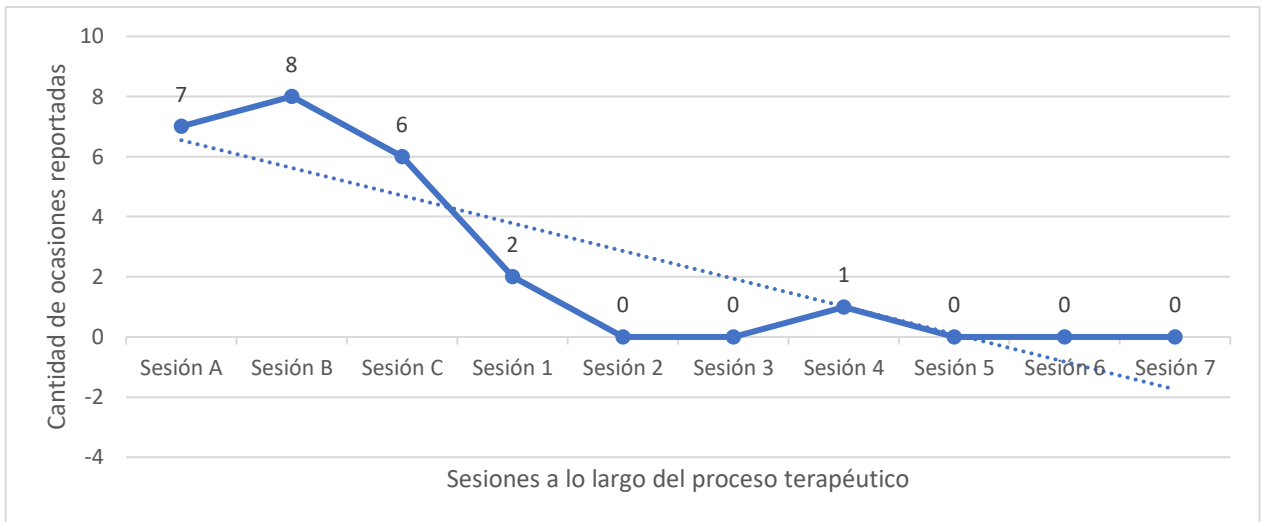
- Técnicas de autocontrol para el manejo de la ira. Principalmente respiración diafragmática.
- Entrenamiento en habilidades sociales. Fundamental en la expresión de sus necesidades emocionales.
- Reestructuración cognitiva con respecto a ideas preconcebidas de corte sexista con respecto a los vínculos de pareja. Esto debido a que muchos actos relacionados con autonomía e independencia de su pareja él los interpretaba cómo abandono.

Como se mencionó anteriormente, de forma central el proceso se abocó a la exposición con prevención de respuesta. De la mitad del tratamiento en adelante se le solicitaba que, en presencia del estímulo, es decir un vídeo pornográfico, no emitiera la conducta de verlo ni masturbarse. Al inicio comenta que se le hacía difícil pero poco a poco las ansias fueron disminuyendo. Al final de la terapia cuando comenzó a expresarse de forma cada vez más directa con su pareja, debía exponerse a la sensación que evocaba el malestar fisiológico derivado de la incomodidad por el aparente abandono percibido. De modo que se trabajó con la exposición a la sensación fisiológica de *Craving*, con prevención de respuesta del consumo.

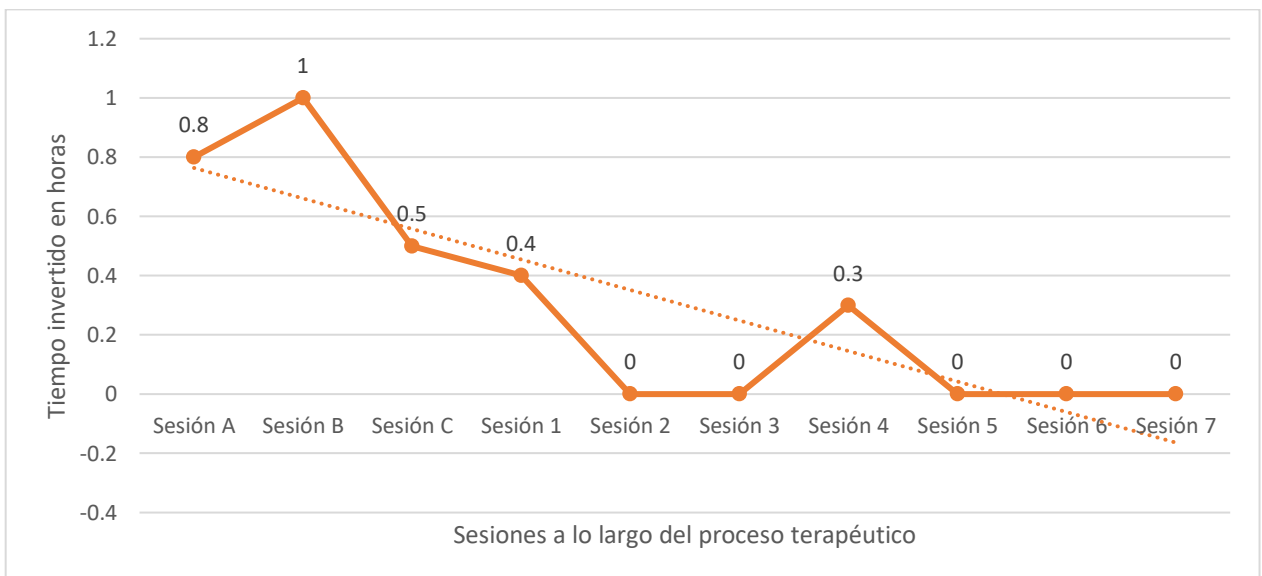
### **Resultados Generales del Proceso**

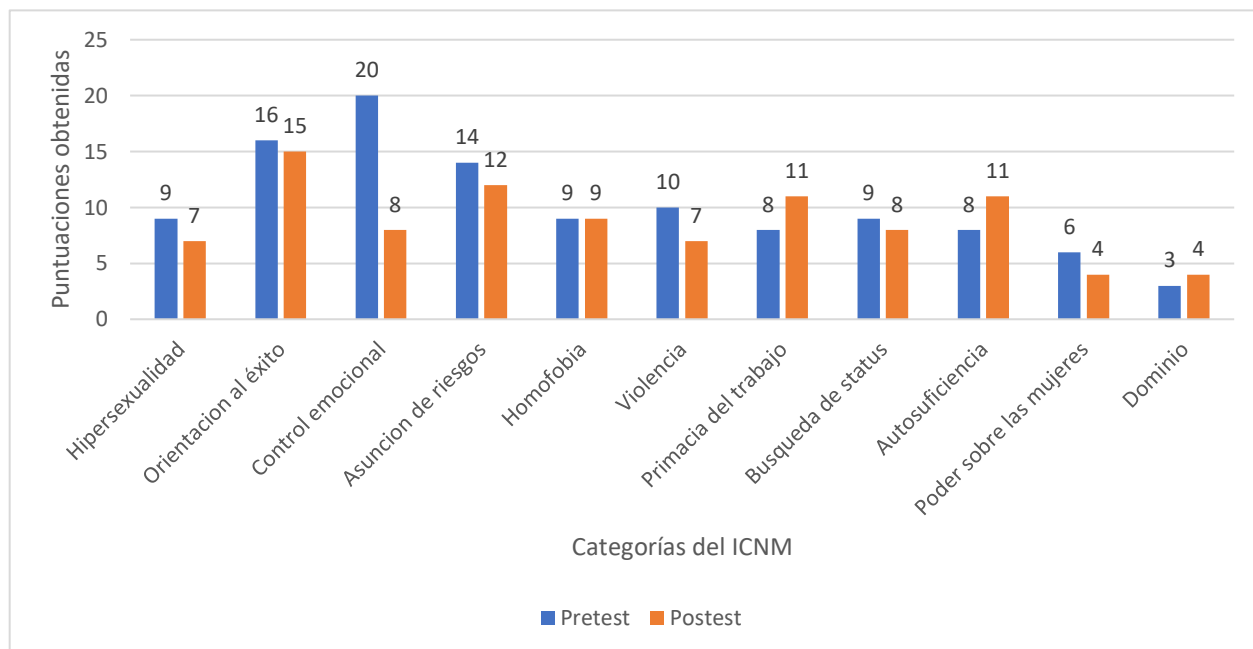
Toda la terapia se orientó en la prevención de recaídas posibles, a través de procesos de contracondicionamiento a través de activación conductual y reestructuración cognitiva de esquemas de pensamiento machista.

**Gráfico 22. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Miguel**



**Gráfico 23. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Miguel**



**Gráfico 24. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Miguel**

En este caso la principal disminución se dio con respecto al factor de control emocional pasando de una puntuación de 20 a una de 8, coincidiendo con el enfoque central de tratamiento que se basó en el abordaje de habilidades sociales con las que pudiese expresar disconformidad hacia su pareja. Con respecto al ítem de hipersexualidad, la disminución no es significativa pasando de un 9 a un 7. Esto podría comprenderse en el sentido de que ya el consultante ingresa a terapia con una posición crítica con respecto a sus patrones de vivir la sexualidad por lo que la disminución también sería reducida. Con respecto a los demás factores se aprecia también disminuciones, aunque no del todo significativas.

## Caso Luigi

### Identificación del paciente

Se trata de un hombre de 36 años que trabaja en un hospital nacional en el sector salud. Sus días los pasa ya sea solo o en compañía de su mamá o novia, alternando las noches. Actualmente tiene una relación de pareja con la cual no se siente muy



satisfecho, además de sentirse según el mismo lo expresa aún anclado a su expareja.

Consume todos los días entre una o dos ocasiones diarias, dedicando unos 20 minutos al consumo. Los géneros que más consume son sexo anal, sexo en público, contenido de pornografía en el que haya sumisión y violencia hacia la mujer, género de lesbianismo.

Asiste a terapia no tanto por la frecuencia de consumo, que en sí no es alta, sino porque la misma le ha traído consecuencias que ha venido notando a nivel personal, como una cada vez menor capacidad de disfrute en relaciones sexuales, así como fantasías constantes con temas de violencia a la mujer en el acto coital.

### **Historia y curso del Problema**

Plantea que ya en la escuela mantenía un contacto con la pornografía debido a la distribución de naipes eróticos que se dio en esos tiempos. No obstante, se trataba de una tenencia con fines de estimulación sexual. El consumo de pornografía con fines de gratificación sexual en el consultante inicia en su adolescencia, donde consumía por influencia indirecta, veía pornografía en la sala de la casa cuando su mamá no se enteraba. Por consiguiente, Luigi consumía a escondidas de su hermano sin que este se diese cuenta. Posteriormente conseguía discos de pornografía en el colegio.

La historia de vida de Luigi está marcada por abandono de parte de su padre y maltrato físico y emocional de parte de su madre. Consumir pornografía en su adolescencia el consultante la describe como un escape, a la vez que una forma de ser como los demás. *“Yo veía que los demás maes en el cole consumían y yo solo quería ser uno más del montón, tal vez consumiendo me convencí a mí mismo que podría ser como los demás.”*

Cuando entra a la universidad a sus 19, ya era accesible el internet, por lo cual buscaba los videos desde esta vía. De esta manera, el consumo de pornografía en este momento inicia más bien desde una necesidad de auto gratificación a manera

de reforzamiento negativo, como escape de dolor emocional a razón de la situación vivida con sus padres. “Cuando yo consumía porno en esas épocas como que me sentía hombre, ya adulto. Como de niño sufrí tanto no se, quise crecer muy rápido. Así me pasó con otras cosas, me casé muy joven a los 20 años”.

El consumo de pornografía le acompañó a lo largo de su vida adulta, siendo más intenso en momentos de separación de distintas parejas con quienes compartía. El consumo no fue del todo frecuente, pero si en las ocasiones que lo hacía intenso, al punto de acompañarse con dolor. Al cabo de los años, por habituación, el consumo le ha traído consecuencias a nivel de eyaculación retardada, ocasionando insatisfacción sexual. También comenta comparar a su pareja actual con modelos que ve en videos porno, generando que ella pierda atractivo para él.

### **Análisis topográfico**

Se realiza en función de lo aportado en la entrevista como por el instrumento de evaluación topográfica utilizado. El consultante consume en 2 ocasiones diarias, generalmente por las noches. En las mismas, los videos que más ve son los relacionados con violencia hacia las mujeres con pornografía de tipo hardcore. Cuando consume, por efecto de la habituación, la estimulación ha decrecido con el tiempo, por lo que tiende a que la masturbación sea intensa a fin de aumentar la gratificación. Esto trae en ocasiones consecuencias dolorosas.

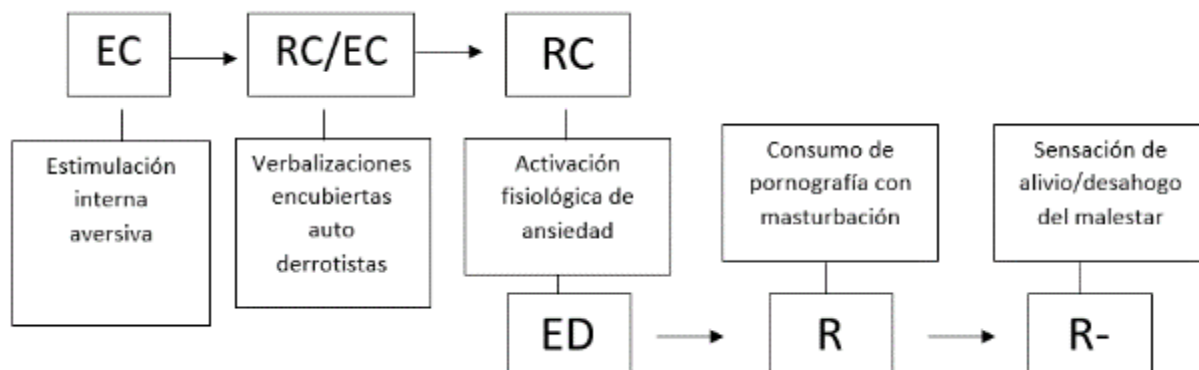
### **Análisis funcional**

Como variables disposicionales, el consultante mantiene un estilo de vida con una alta carga laboral y en cuanto a responsabilidades. A razón de la pandemia por Covid 19, sus compromisos laborales se han intensificado pues pertenece a un hospital a nivel nacional donde debe responder ante la conformación de diversas variables y protocolos más estrictos. También cuida a su madre que ya es adulta mayor y requiere de cuidados especiales por diversas situaciones en su salud. El consultante dispone de poco tiempo libre y el que le resta lo dedica a estar con su novia, con quien ha venido teniendo conflictos desde hace algún tiempo. Por tanto,

su vida actualmente se caracteriza por una baja tasa de reforzadores, pero alta de castigos. A su vez asume una deuda que hasta pasados algunos años terminará por pagar, en función de malas decisiones económicas del pasado. Todo lo anterior incrementa su sensación de ansiedad. También experimenta según lo que le revela una continua verbalización interna aversiva a manera de rumiación, donde se le dificulta conciliar el sueño, por más que desee descansar.

Ante ello, por las noches y ante el deseo de descanso, recurre al consumo de pornografía con el fin de experimentar relajación, la cual comenta le ayuda, pero no siempre. Después de ello, logra relajarse, aunque en ocasiones experimenta una sensación de culpa, pues asume que todos los días depende de ello.

**Figura 7: Conducta de consumo relacionada con aversión a la soledad en el caso Luigi.**



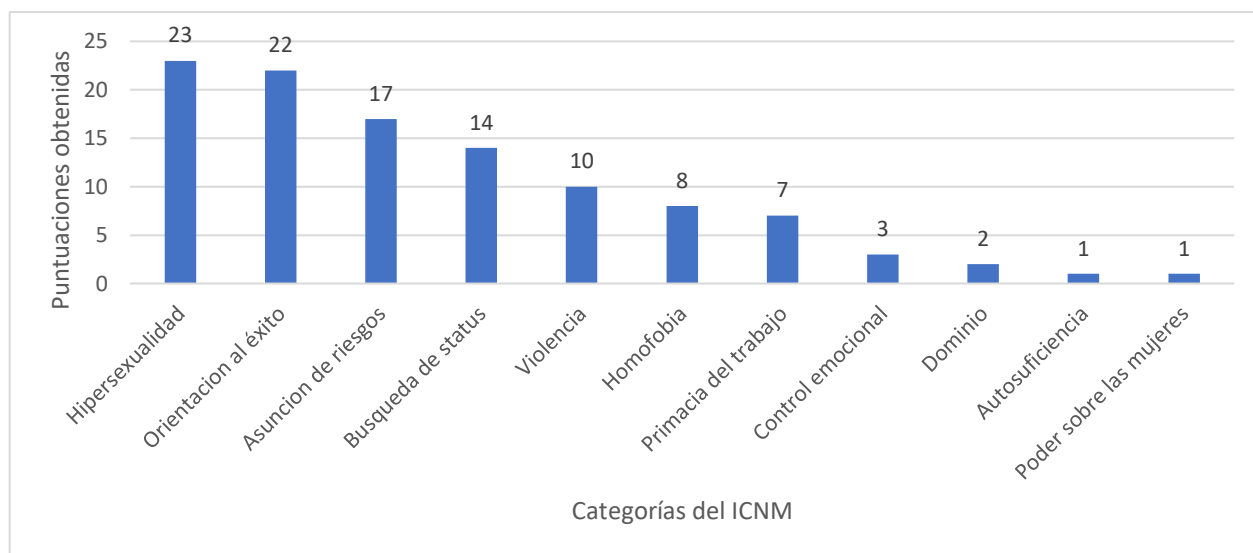
### Formulación clínica y modelo explicativo

Luigi vivió maltrato infantil de parte de su madre además de abandono de parte de su padre. Esto le llevó a desarrollar un estilo de apego ansioso ambivalente, donde vive las relaciones afectivas desde una aproximación temerosa de rechazo. Esto consiguió que el consultante desarrollase un estilo de afrontamiento ansioso ante la vinculación humana, situación que le mantiene tenso en la mayoría de las interacciones cotidianas. De esta forma, busca aliviar la tensión constante con actividades que le generen euforia. Ha invertido gran cantidad de dinero en motocicletas y actividades de riesgo. Al no poder vivir dichas actividades, el

consultante continuamente experimenta ansiedad. El consumo de pornografía es una forma en la cual consigue relajación debido a la gratificación inmediata y a la activación consecuente en cuanto a la rama parasimpática.

El estilo de crianza vivido generó una asociación en cuanto al concepto de vinculación y el dominio. Las relaciones de pareja que ha sostenido se basan en esta concepción, donde pasa rápidamente a efectuar un estilo de control coercitivo, con el fin de no vivirlo personalmente. En este sentido, el consumo de pornografía si bien se explica por la presencia de estimulación aversiva encubierta previa al mismo, la elección del tipo de pornografía tiene un componente basado en la forma en que concibió desde su historia de aprendizaje los vínculos. Ese esquema de dominio/sumisión coincidiría plenamente con la predilección de material pornográfico de corte violento, con degradación y sometimiento de las mujeres.

El Inventario de conformidad a las normas masculinas plantea dos ítems como prioritarios, en primer lugar, un esquema de hipersexualidad y en segundo uno de orientación al logro. El consultante revela que han sido formas en las cuales se ha sentido tranquilo durante su vida, asume que la orientación al logro también se fundamentó en su niñez al vivir un constante maltrato infantil de parte de su madre. Cuenta que de niño se prometía de adulto llegar a ser alguien importante. Actualmente al económicamente verse presionado está promesa se ve difícil de alcanzar, situación que le genera un estado constante de estimulación aversiva de tipo auto derrotista. El componente de hipersexualidad lo fue adquiriendo a medida que el contacto con la pornografía le generaba una sensación de tranquilidad, escapando a la estimulación aversiva.

**Gráfico 25: Resultados ICNM fase de evaluación, caso Luigi**

El modelo del que parte el consumo sería uno de ansiedad condicionada, en tanto la estimulación interoceptiva a manera de rumiación, acompañado de variables disposicionales como un esquema cognitivo de hipersexualidad más un constante estado de tensión a raíz de frustración en cuanto al cumplimiento de los encargos del esquema de orientación al logro, promueven el consumo de pornografía.

### **Selección de instrumentos de evaluación**

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### **Objetivos terapéuticos**

#### **Objetivo general**

Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores.

### **Objetivos específicos**

- Debatir supuestos machistas asociados a las relaciones de pareja
- Impulsar distintas destrezas en el manejo de la tensión en cuanto a activación conductual y aumento de actividades gratificantes alternativas
- Disminución del consumo de pornografía a través de técnicas de control de la activación.
- Habitación a estímulos interoceptivos aversivos

### **Procedimiento interventivo**

Para cumplir con los objetivos propuestos, con el consultante se trabajaron las siguientes técnicas

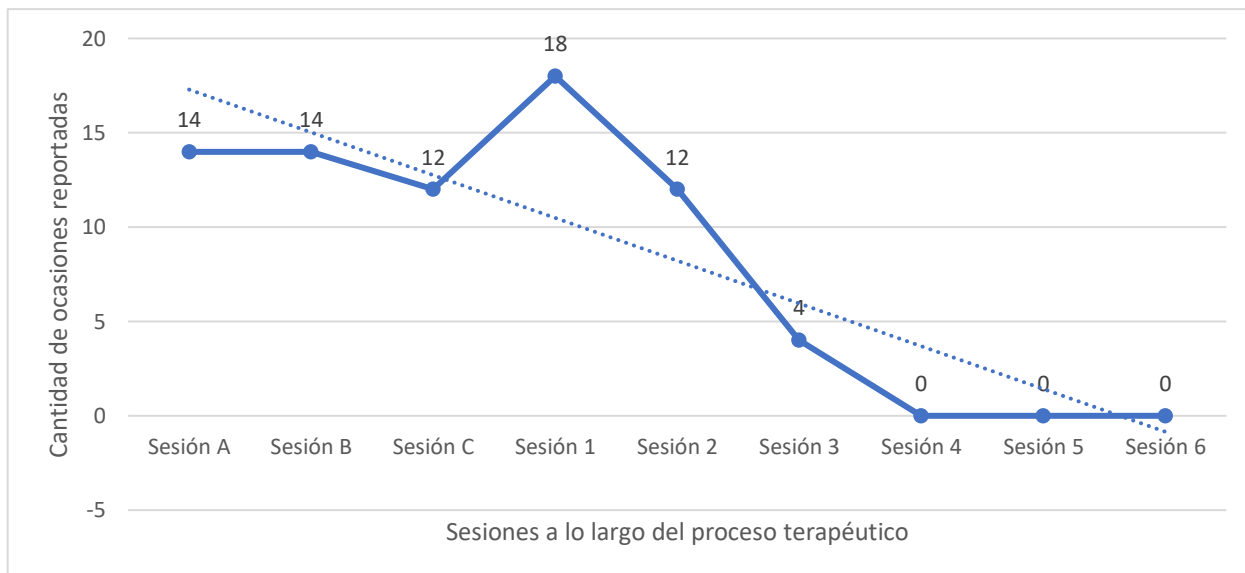
- Reestructuración cognitiva. A través del moldeamiento verbal en sesión buscar a la sustitución de reglas verbales asociadas a estímulos externos que se perciben como auto derrotistas.
- Activación conductual. Búsqueda de un incremento en la tasa de reforzadores positivos inmediatos.
- Estrategias de Distracción cognitiva y conductual: Reforzamiento diferencial de actividades funcionalmente equivalentes
- Retraso en la ejecución
- Exposición a consumo de pornografía con prevención de respuesta
- Control de estímulo precedente: Exposición a las verbalizaciones auto derrotistas con prevención de respuesta.
- Entrenamiento en control de la activación: Respiración diafragmática y mindfulness

### **Resultados generales.**

De forma general, el consultante demostró una evolución importante en la disminución de su consumo, donde las técnicas de relajación con mindfulness

tuvieron peso. Al encontrar formas alternativas de manejar su ansiedad, la orientación del consumo como alivio disminuye.

**Gráfico 26: Evolución de la frecuencia de consumo, caso Luigi**



**Gráfico 27: Evolución de la duración de consumo en horas, caso Luigi**

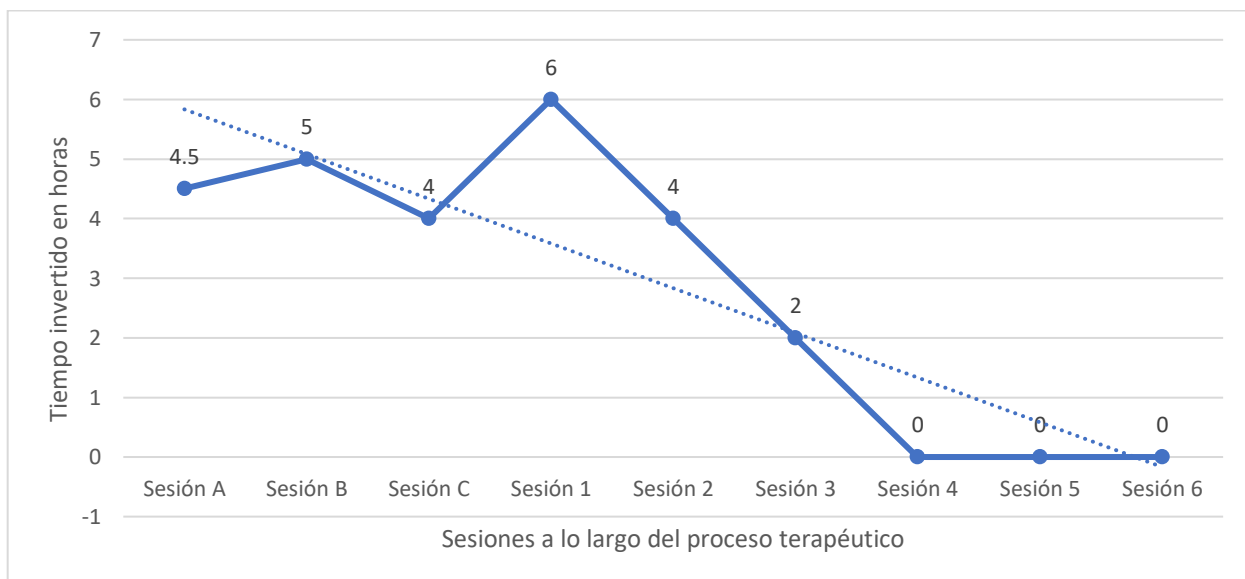
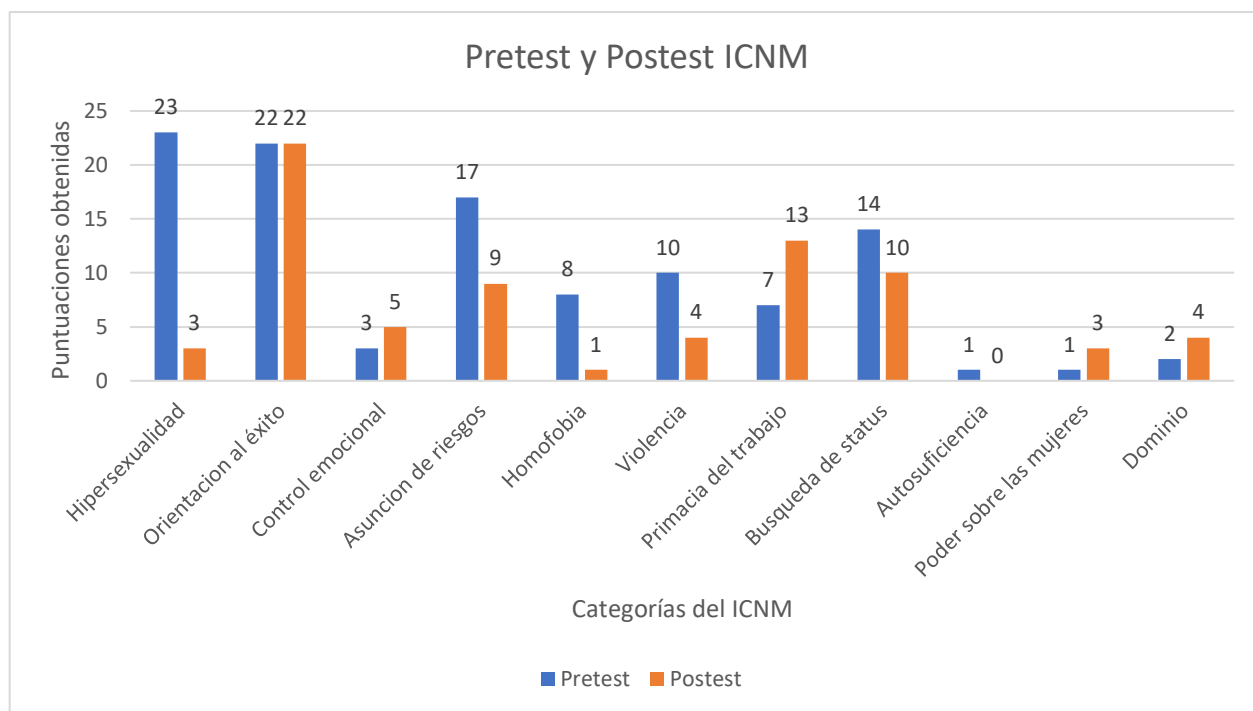


Gráfico 28. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Luigi



Este es el caso en el que se observa una mayor disminución con respecto al factor de hipersexualidad pasando de un 23 a un 3. Incluso al inicio de la terapia en las sesiones de evaluación ya se mostraba crítico con respecto a sus patrones de consumo por lo que la terapia se enfocó directamente en la disminución de este factor. Esto también puede observarse con los gráficos anteriores sobre la línea base en la cual se evidencia una disminución significativa en pocas sesiones hacia el componente de consumo.

Un segundo componente que muestra una adecuada disminución es el de *Asunción de riesgos* que pasa de 17 a 9 en cuanto a su puntuación. Este componente fue trabajado durante las sesiones de forma reflexiva en tanto se orientó la reestructuración cognitiva hacia el abordaje de como su impulsividad tiene que ver con el manejo de su ansiedad y en efecto recurre a varias estrategias Como por ejemplo el consumo de pornografía para reducir su tensión emocional.

En este caso se le enseñó al consultante técnicas de manejo de la ansiedad como respiración y mindfulness las cuales fueron eficaces inclusive desde el reporte que el mismo iba realizando. El componente de *Homofobia* también se disminuye de



forma amplia pudiéndose explicar por el cuestionamiento de encargos de la masculinidad realizado durante el proceso como también el componente de *Violencia y Búsqueda de estatus*. Otros factores se mantienen similares a excepción de *Primacía del trabajo* que aumenta: el consultante revela que después del proceso terapéutico le da mayor relevancia a su trabajo en función de que asume le puede dar estabilidad y que anteriormente no había reconocido la importancia de este.

## **Caso Luis**

### **Identificación del consultante**

Se trata de un hombre de 45 años, que trabaja como oficinista en una institución pública. El consumo de pornografía en este caso no suele acompañarse de masturbación, por lo que la excitación al observar fotografías y vídeos no es coital sino más bien cognitiva. Comenta que consume pornografía en horas laborales, al llegar a su casa se abstiene de hacerlo para no afectar la dinámica de pareja. El material que consume procede regularmente de amigos que transmiten a través de plataformas como WhatsApp.

### **Historia y curso del problema**

Tal como el consultante refiere, inicia su consumo de pornografía a sus 14 años, por razones de curiosidad, compañía e influencia de amigos de colegio y del barrio. Al inicio consumía con materiales de diversas formas como revistas para adultos, naipes eróticos, tarjetas y películas de VHS que le prestaban acompañado de masturbación, el consumo en esos momentos era de unas 2 o 3 veces por semana.

Revela que a sus 17 tuvo una fractura en su pierna, lo que le hizo mantenerse durante 6 meses en recuperación, situación que facilitó el consumo descubriendo canales de televisión nacional que transmitían pornografía en ciertos momentos, lo que hacía que esperara el momento de las noches para masturbarse con la transmisión.

Desde los 19 años se compromete en diversos ámbitos como el laboral y actividad sexual con diversas mujeres, por lo que el consumo disminuye totalmente. El consultante describe que no tenía tiempo e inclusive no le llamaba la atención. Muy pronto entabla una relación de la cual rápidamente forma una familia, situación que extingue el consumo del todo, en medio del cuidado a su familia y construcción de su actual casa.

A partir de sus 41 años, su relación de pareja comienza a presentar cambios y conflictos internos, limitando la proximidad sexual entre ambos. El consultante lo plantea de esta forma:

*Luego de mis 41 años, empecé a sentirme solo, incluso viviendo con mi pareja, ella empezó a dedicarse cada vez más a su trabajo y estudio, ya tenía más acceso a Internet desde hace rato y empecé a ver cada vez más y preferir eso antes que otras actividades.*

Caso Luis, Sesión 2

El consumo desde ese momento se ha mantenido constante, logrando evacuar sus necesidades de sexualidad y a la vez no escalar al punto de un conflicto con su pareja. De lo revelado en sesiones le atemoriza una separación con su esposa, de modo que el consumir pornografía evita una discusión.

### **Análisis topográfico**

Mantiene al momento de la entrevista inicial un consumo estable de unas 3 a 5 ocasiones diarias en días laborales. Los videos puede revisarlos ya sea en su lugar de trabajo en el caso que no haya nadie o en baños. Por las noches consume con mayor intensidad contenido proveniente de páginas de internet. Frecuenta videos de mujeres con apariencia de preferencia latinas, con géneros variados, en los que reporta *gangbang, mmh, enfermeras, pornstars, hentai, amateur*.

En las noches también hay excitación, pero tampoco presenta masturbación. En años anteriores revela haber creado un perfil en una aplicación llamada *Second Life*,

la cual frecuentaba con rigurosidad y a través de esta recreaba simulaciones de actividades sociales con otras personas, siendo posible también escenas sexuales. Actualmente frecuenta esta red social, pero de forma muy esporádica.

Al cabo de un tiempo, describe “aburrirse” de ver los videos, por lo que apaga el celular y se duerme.

### **Análisis funcional**

La conducta de consumo es activada generalmente por momentos de aburrimiento, los cuales los rellena consumiendo pornografía. No obstante, en ocasiones el consumo es evocado por percepciones de rechazo de su pareja, situación que le genera estimulación aversiva movilizando esquemas de menosprecio. En todo caso, sobresalen de forma relevante ciertas variables disposicionales que se describen a continuación:

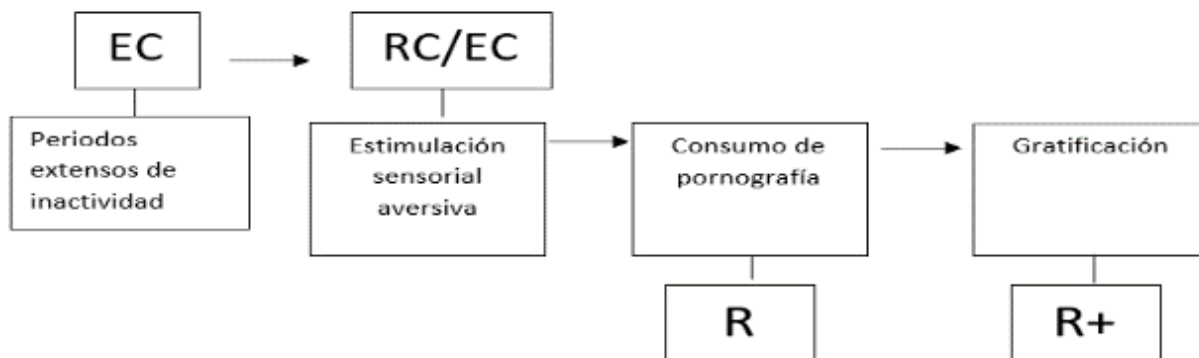
- Privación sexual de parte de su pareja. Han pasado años en los cuales el contacto sexual se ha reducido de forma drástica, situación que incrementa la motivación hacia el consumo.
- Legitimación por parte de personas cercanas. Existen amigos que le envían videos a través de variadas plataformas, pero que además viven en situación similares de privación sexual con sus parejas. Esto genera un ambiente de permisividad y sensación de compañía: *“Ellos también lo hacen y les ayuda”*.
- Concepción del consumo de pornografía como un elemento apaciguador de sus deseos de cese de la relación. En ocasiones asume que lo más conveniente sea terminar con la relación, situación que le genera temor. Consumir pornografía evita estas conclusiones.
- Baja tasa de reforzadores. Son pocas actividades gratificantes que el consultante realiza, depositando su tiempo de ocio en únicamente el consumo, conllevando a una falta de estimulación apetitiva alternativa.

Como se mencionó anteriormente, existen en este caso dos posibilidades. En primer lugar, la percepción de aburrimiento genera un estado de malestar que funciona a

manera de castigo desde la incomodidad. A razón de la pandemia, se ha reducido en buena cantidad el trabajo en horas laborales, por lo cual pasa buena cantidad de tiempo en inactividad. Como operación de escape de dicho estado interno aversivo, buscaría la estimulación, sea en su trabajo o en su casa por las noches. Esta cadena de contingencias se ha establecido lo suficiente como para inclusive en ocasiones buscar la pornografía de forma operante, anticipatoria a la suscitación del estado de “aburrimiento”, esta vez en forma de operación de evitación. En este caso, la variable consecuente sería de refuerzo positivo, en tanto la excitación es vivida de forma placentera.

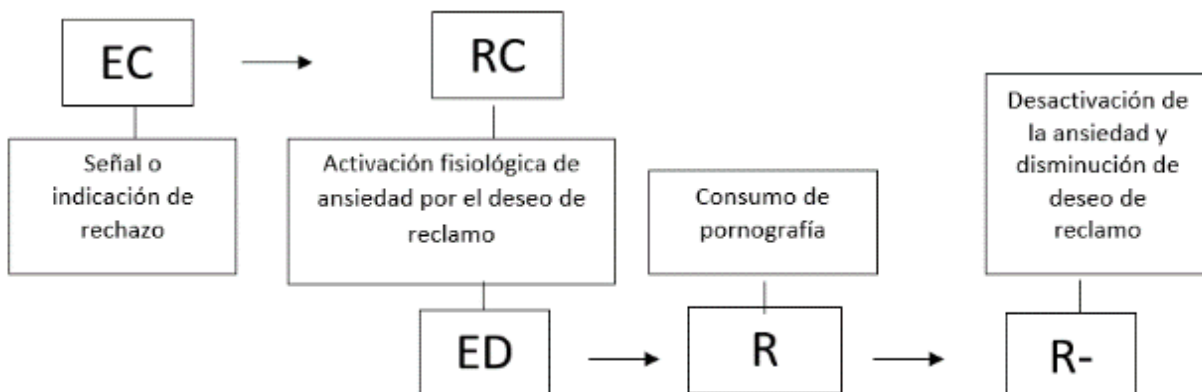
Como segunda posibilidad, existen otros estímulos que generan la aparición de consumo de pornografía, siendo la estimulación aversiva a nivel cognitivo producto de rechazo de su pareja. En este caso se pueden emitir dos conductas funcionalmente equivalentes: ya sea la conducta propiamente de consumo o la de búsqueda de parejas desde la infidelidad. En todo caso, como variable consecuente se encontraría a manera de reforzamiento negativo la evitación de una discusión.

**Figura 8. Conducta de consumo derivada de inactividad laboral como estímulo, caso Luis**



En el segundo caso, la posibilidad se orientaría de esta forma:

Figura 9: Conducta de consumo en el caso de rechazo sexual de su pareja, caso Luis.



### Formulación clínica y modelo explicativo

La situación que presenta el consultante se ve interpelada por varios factores que confluyen a la vez. En primer lugar, un marcado temor al conflicto, en este caso con su pareja. A pesar de que establecer un reclamo hacia la misma sobre la insatisfacción sexual vividas desde hace años podría ser considerado justo y abordado como una estrategia prioritaria por muchas personas en situaciones similares, Luis prefiere no establecer el reclamo como tal, en función de que teme que el mismo lleve a un conflicto que comprometiese la estabilidad de la relación. A manera de esquemas cognitivos, sobresalen en sesión temáticas de abandono y dependencia emocional, pudiendo traer a colación un posible estilo de apego dependiente, en el cual no se permite asimismo una ruptura de pareja.

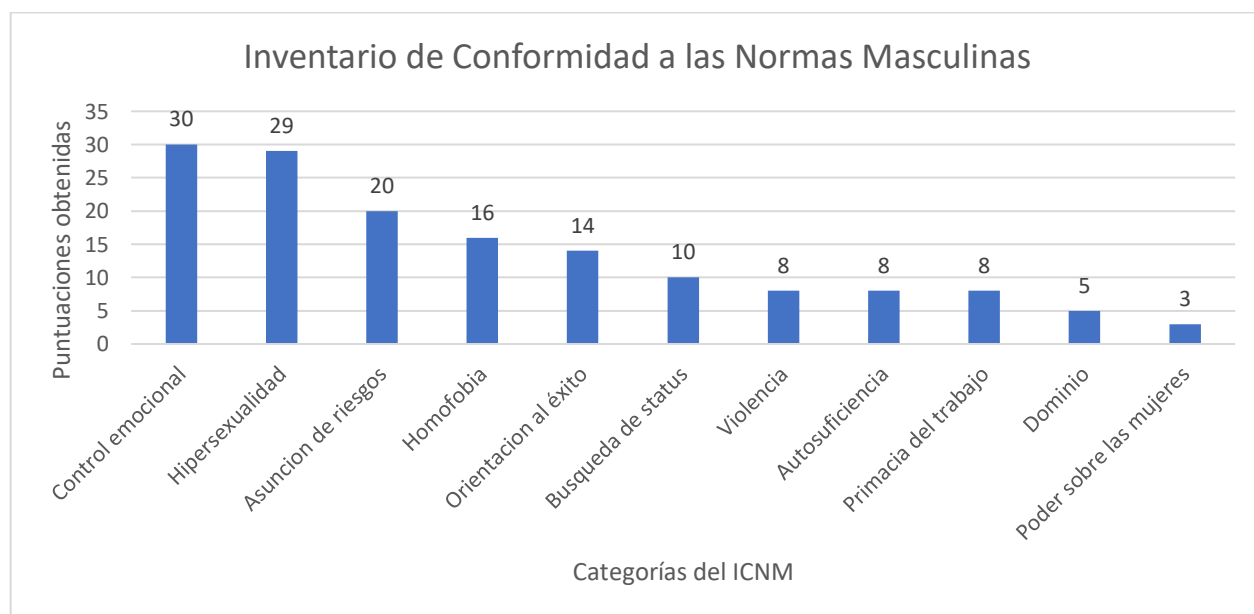
En la fase de evaluación ya son identificadas algunas creencias que funcionan a manera de reglas, incluso expresadas abiertamente en sesión del tipo "el matrimonio es para siempre", "si termino la relación es similar a haber fracasado", "No me puedo permitir que tantos años de sacrificio se pierdan". El hecho de recibir rechazo sexual de forma diaria evoca un constante estado de frustración, no obstante, con respeto a sus reglas internas y por temor a represalias, no lo expresa. Consumir pornografía funciona como la única estrategia de relajación en función de esta tensión creciente, colaborando a que después de haber consumido, su malestar emocional disminuya. Es el consumo de pornografía en este caso un alivio

que de forma preventiva evita la aparición de un conflicto, es decir la función de la conducta subyace al objetivo de proteger la estabilidad de la relación de pareja.

Funcionalmente hablando, no hay muchas conductas alternativas al consumo de pornografía que tienen esta utilidad de relajación. Únicamente podría considerarse a las relacionadas con infidelidad. Recurrir a parejas sexuales alternativas a su pareja según comenta el consultante más que un deleite sexual, se debe a la necesidad de relajación y entonces, conservación del estatus matrimonial.

Estas dos características referentes a la dificultad en la expresión de sus emociones de insatisfacción y la predilección de manejar su frustración a través de alternativas sexuales, coincide con lo planteado por el Inventario de conformidad a las normas masculinas, en el cual puntúan alto el componente de hipersexualidad y control emocional.

**Gráfico 29: Resultados ICNM fase de evaluación, caso Luis**



Esta búsqueda de sexualidad parece correlacionar ampliamente con experiencias de abuso sexual vividas en el pasado reportadas por el consultante que de alguna u otra forma perfilaron al mismo con respecto a la vivencia de confirmación de su masculinidad.

Es importante mencionar que en este caso no hay un reporte de sensaciones de craving, sino que el consumo de pornografía se realiza únicamente desde una dinámica de escape a la estimulación aversiva proveniente de la interpretación de rechazo.

### **Selección de instrumentos de evaluación**

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### **Objetivos terapéuticos**

- Aumentar repertorio de conductas de relajación alternativas a la pornografía
- Promover la expresión de su propia insatisfacción sexual como estrategia válida en las relaciones de pareja
- Disminución del consumo de forma gradual

### **Procedimiento interventivo**

Se plantearon las siguientes estrategias terapéuticas que se fueron desarrollando a lo largo del proceso.

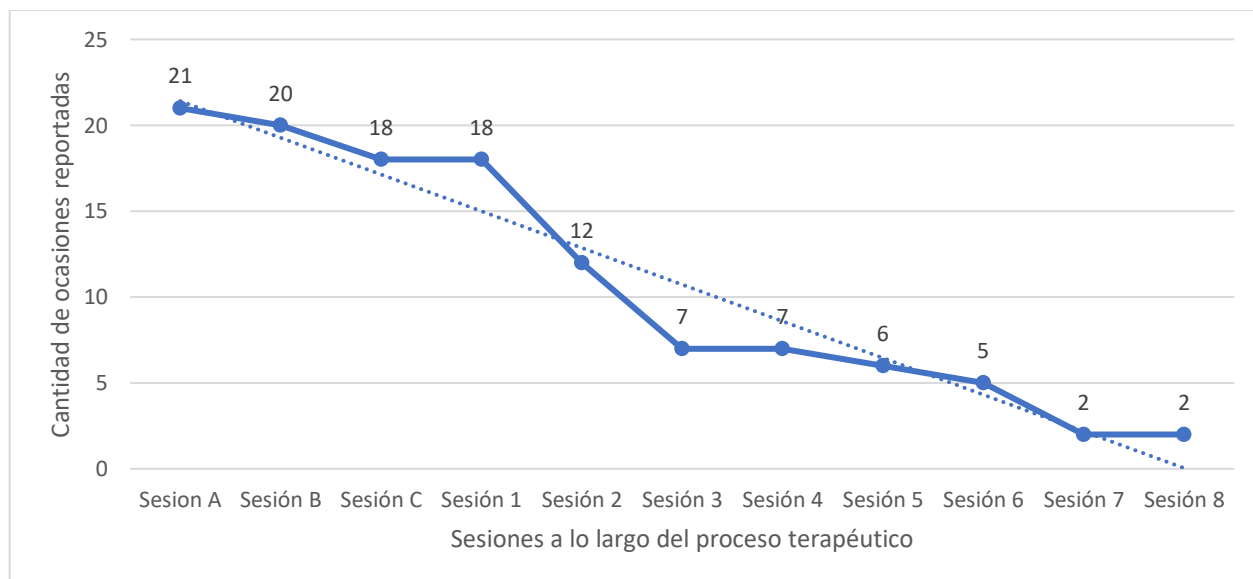
- Explicación a través de psicoeducación del funcionamiento de la ansiedad y de la respuesta sexual humana por medio del análisis funcional
- Entrenamiento en respiración diafragmática. Esto como el objeto de apoyo a la exposición a través de modelado.
- Control estimular. Se solicitó al consultante la readecuación de las variables estímulares que elicitaban la necesidad del consumo, así como la eliminación de videos y manejo asertivo con sus amigos.

- Activación conductual con la introducción de actividades gratificantes que redujesen el estado de activación fisiológica propio de la ansiedad por enojo.
- Reestructuración cognitiva. El consultante debía discriminar las verbalizaciones encubiertas irracionales reforzando diferencialmente las que fueren racionales. También se utiliza la reestructuración cognitiva como método de promoción de habilidades de comunicación.
- Habilidades sociales. Se buscó el entrenamiento en la expresión de emociones de frustración a su pareja.

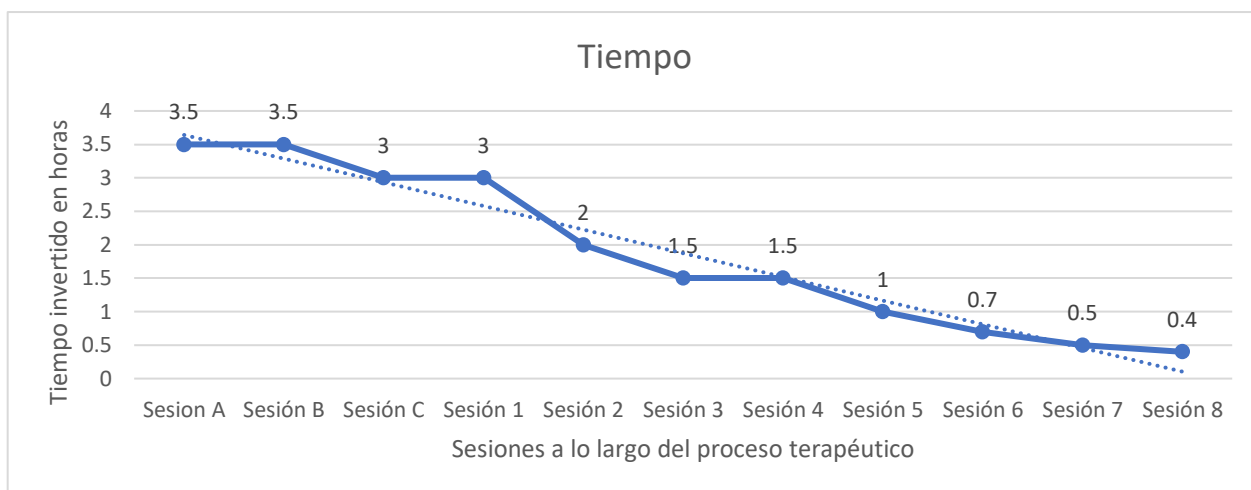
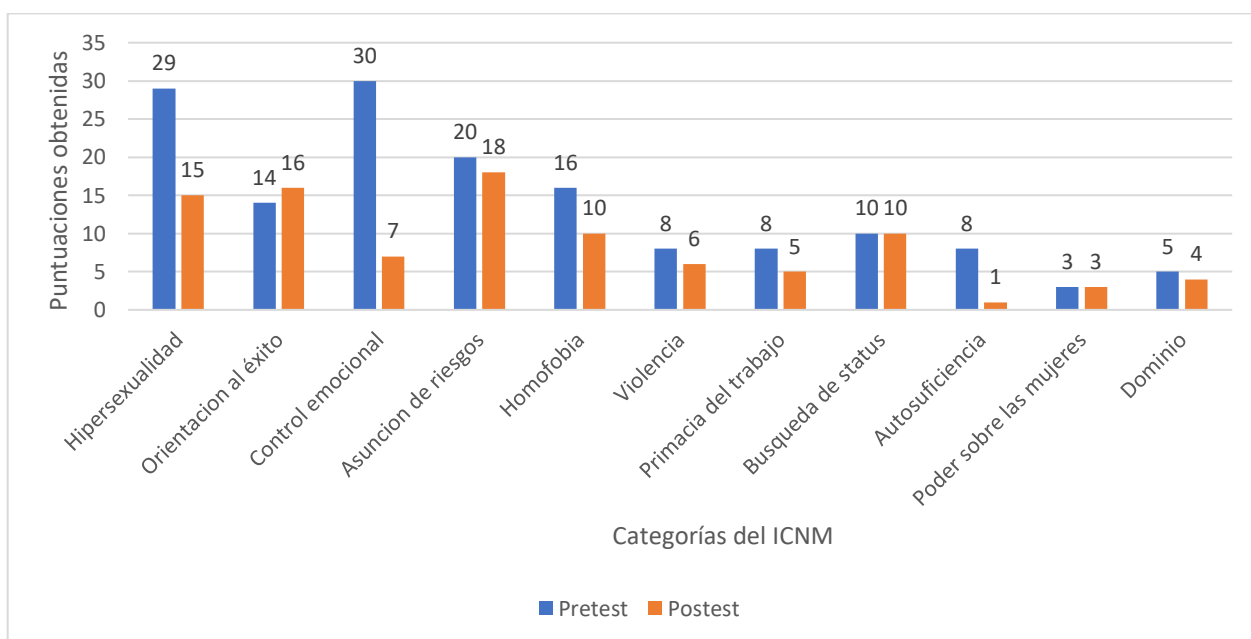
### Resultados generales.

De forma general, el consultante demostró una evolución importante en la disminución de su consumo, donde las técnicas de relajación con mindfulness tuvieron peso. Al encontrar formas alternativas de manejar su ansiedad, la orientación del consumo como alivio disminuye.

**Gráfico 30. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Luis**





**Gráfico 31. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Luis****Gráfico 32. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Luis**

En este caso el componente de hipersexualidad atraviesa una reducción significativa pre y post terapia pasando de una puntuación de 29 a 15, por lo cual el proceso terapéutico revela evidencia al haber logrado una disminución relevante y exitosa con respecto a su objetivo principal. No obstante, la mayor de las disminuciones se da con respecto al factor de control emocional pasando de una puntuación de 30 a una de 7 según el auto reporte ofrecido por el mismo consultante

en el inventario. Es así como el proceso terapéutico se focaliza no solamente en la disminución y el control de las sensaciones de craving premonitorias al consumo de pornografía, sino que también al desarrollo de habilidades sociales, pues previo a la terapia revela tener dificultades con respecto a la expresión de sus necesidades de reproche hacia con su pareja. Algunos otros ítems que tienen una reducción significativa son el de homofobia que disminuye en 4 puntos y el de autosuficiencia que pasa de 8 a un 1. Lo anterior el consultante lo plantea argumentando que después de este proceso terapéutico ya no se le dificulta pedir ayuda en el momento en el que tenga que hacerlo.

### **6.3 Acciones ligadas a prevención terciaria**

#### **6.3.1 Procesos de terapia individual**

Como ya se planteó anteriormente, se consideró en este grupo al conjunto de hombres que presentaran un consumo dependiente de la pornografía como facilitador de diferentes actividades cotidianas como dormir, relajarse o abordar estados interoceptivos de malestar. La diferencia con el grupo anterior es que, los mismos presentan una mayor variedad de herramientas para asumirlo, mientras que este grupo depende solo del consumo de pornografía. En este grupo de consumo adictivo dependiente, al eliminar la pornografía como factor protector de ansiedad, hace que la misma se dispare aún más. El grupo anterior no consume por ansiedad, sino por rutina.

En este caso se atendieron 4 consultantes que entraban en este grupo, siendo el componente de reforzamiento diferencial la estrategia clave desde el contracondicionamiento, es decir desarrollar repertorios conductuales de los cuales no disponía, así como las técnicas de exposición en cuanto desarrollaran habilidades de contacto con el craving previniendo la respuesta. A continuación, se expone el proceso con cada uno de ellos, de igual forma las bitácoras se adjuntan en el anexo 23.

## **Caso Ronny**

### **Identificación del paciente**

Se trata de un hombre de 43 años que trabaja en el sector público. Actualmente se encuentra soltero sin una relación de pareja desde hace años, aunque en las últimas semanas comenta estar saliendo con alguien, situación que a nivel emocional revela generarle entusiasmo debido a que lleva algún tiempo tratando de retomar una relación afectiva, pero a la vez preocupación debido a patrones asumidos en momentos pasados que revela como inadecuados ya que comenta que sexualizó demasiado las relaciones que ha vivido. Actualmente vive con sus padres, por lo cual las sesiones son presenciales ya que plantea que de ser virtuales no podría hablar con propiedad de estos temas en su casa.

Ronny se muestra colaborador y anuente de expresar su situación, es conversador y explicito en detalles. Viste ropa de su trabajo, labora en el sector público. Habla con asertividad y emotividad sobre su situación sin rodeos, por tanto, la conducta verbal y no verbal es adecuada.

Con respecto al consumo, el mismo se da de forma diaria, dedicando alrededor de 6 a 7 horas semanales, prioritariamente en la noche. Plantea contar con dispositivos de almacenamiento “discos duros” donde conserva la mayor parte del material, incluso recurriendo a algunos videos que considera como favoritos en algunos momentos. Revela en ocasiones anteriores buscar dejar de consumir y no conseguirlo. Se consideró catalogarle dentro de un consumo dependiente ya que muestra cierta afinidad al consumo incluso de manera ritualista, lo hace todos los días sin variar desde hace algunos años. De no hacerlo plantea se le dificulta dormir inclusive.

### **Historia y curso del Problema**

La historia de consumo inicia en su adolescencia con sus compañeros de colegio, donde junto con los mismos existía anuencia hacia el consumo. Entre amigos se

ponían de acuerdo para consumir pornografía, algunos ya mayores de edad conseguían cervezas y cigarrillos, consumían en el apartamento de uno de ellos que por ese tiempo ya gozaba de independencia. En esta primera fase, es posible encontrar un fenómeno de aprendizaje social en el consumo, aunado a la facilidad con la que la conducta se emitía, disminuyó la posibilidad de que la misma fuera castigada. De tal forma el consumir fue asociado de manera temprana con disfrute y aceptación social.

En una segunda etapa conoce a quien fue durante mucho tiempo su pareja, con la cual consumen por iniciativa mutua previo al contacto sexual en búsqueda de estimulación. El consultante refiere que esto lo vivía desde su construcción de masculinidad como una competencia, comparativamente usaba los videos para hacer lo mismo y a manera de marcador de virilidad “superar” el performance del actor porno. Al aumentar su rendimiento, obtenía reforzamiento intrínseco, a parte del goce sexual. De tal forma que la función de la pornografía en esta etapa de su vida fortaleció su sentido de autoeficacia, donde su identidad masculina prevalecía sobre su rendimiento.

En una tercera etapa en la década de sus años treinta, el consumo de pornografía comienza a ser castigado por primera vez. Después de la ruptura con su expareja, recurre a otras muchachas con el objetivo de rehacer su vida afectiva, no obstante, pretendiendo el mismo repertorio conductual que con la anterior, prevaleciendo la aproximación sexual antes que la afectiva. Ante ello, es rechazado en varios intentos amorosos, consumiendo aún más pornografía a manera de abordaje del dolor ocasionado por el rechazo. De modo que, en esta etapa, la función del consumo es de reforzamiento negativo, estableciéndose como una operación de escape en momentos de malestar emocional y de evitación, pretendiendo evadir el sentirse angustiado antes de que ocurra.

### **Análisis topográfico**

El consultante comenta consumir pornografía todos los días, al menos una vez diaria y en ocasiones dos veces. El tiempo que dedica al consumo es de alrededor

de 6 horas a 7, por día una hora en promedio. Confiesa no tener un tiempo de consumo sino más bien en función de la motivación del momento, por lo cual el consumo es descontrolado en cuanto al tiempo, pero sin variar en cuanto a la ejecución, esta se da de forma diaria. En épocas de pandemia por Covid 19 y al ser el trabajo en su mayoría en casa por el confinamiento, el consumo a veces se dispara a 3 ocasiones diarias. Cuando trabaja en su puesto de trabajo de forma presencial y siempre y cuando no le miren cerca, consume en ocasiones videos cortos, sin masturbación. El momento en que mayoritariamente consume es en las noches.

Entre los géneros que más consume son los tradicionales hombre y mujer, con algunas preferencias en cuanto a actrices porno, las cuales plantea por lo general parecerse a alguna expareja.

### **Análisis funcional**

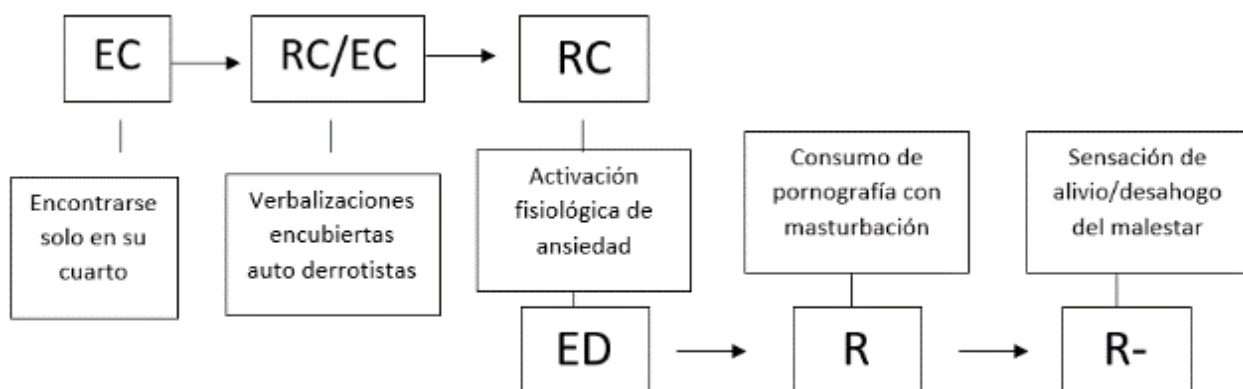
Actualmente el consultante plantea consumir principalmente bajo varias circunstancias, por lo general ansiedad o por privación sexual. En este sentido, ambas condiciones activarían el sistema simpático a nivel neurofisiológico, presentando en este sentido eficacia la conducta de consumo como activador del sistema parasimpático. En dado caso, se trataría de una función de refuerzo negativo, ya que la privación sexual la vive desde el malestar emocional.

Como variable disposicional se encuentran dos elementos relacionados entre sí, la variable *noche* como factor ambiental y la percepción de soledad. Ambas evocan verbalizaciones internas auto derrotistas acerca de su estado en la vida: “No debería estar solo”, “Nadie me amará”. Ante la emisión de dichas cogniciones y la generación de un estado emocional de malestar, recurre a la pornografía para disminuir el dolor emocional.

De modo que, en este caso habría dos procesos de condicionamiento como se ha apreciado en otros casos de este trabajo final de graduación. En primer lugar, la aparición de las cogniciones auto derrotistas como respuestas elicítadas, es decir

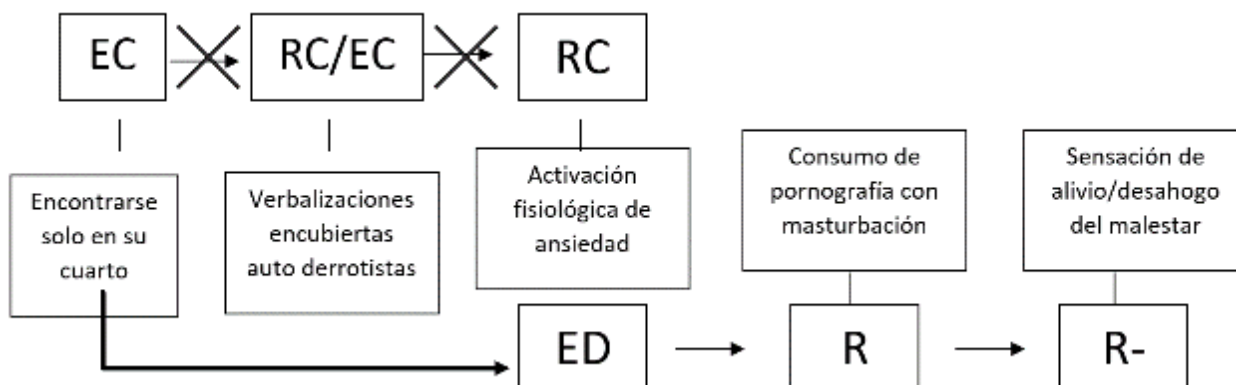
por condicionamiento clásico ante antecedentes estímulos de soledad, las cuales a su vez elicitaban respuestas de activación ansiosa a nivel fisiológico. Después a manera de condicionamiento operante, el consumo de pornografía junto con masturbación a manera de reforzamiento negativo, proceso desde el condicionamiento operante. En este caso, se hablaría de operaciones de reforzamiento negativo como operación de escape, ya el malestar fisiológico fue elicitado y con la conducta de masturbación se busca escapar del mismo.

**Figura 10: Conducta de consumo relacionada con aversión a la soledad en el caso Ronny. Operación de escape**



Una segunda variante obedece a operaciones de evitación, de forma igual en el reforzamiento negativo. En este caso, el estímulo de encontrarse solo en el cuarto actuaría directamente como estímulo discriminativo sin elicitar las otras respuestas condicionadas.

**Figura 11: Conducta de consumo relacionada con aversión a la soledad en el caso Ronny. Operación de evitación**



La privación sexual actuaría como una operación motivadora de establecimiento, aumentando la necesidad de recurrencia. Conforme pasan los años la pornografía no tiene el mismo efecto siendo que se impulsado a la recurrencia de videos que duren más tiempo. Al final de la eyacuación plantea sentir calma y tranquilidad, reforzando el consumo futuro en caso de malestar emocional.

### **Formulación clínica y modelo explicativo**

En este caso sobresalen procesos de duelo que no ha asimilado aún. Aun así, afectivamente hablando, vínculos del pasado ya han sido abordados desde la resolución emocional de los mismos, no así el estilo de sexualidad. En relaciones de pareja recientes, plantea seguir utilizando estrategias en torno a la vivencia de la sexualidad similares a las del pasado, situación que genera más bien insatisfacción en mujeres que conoce, por lo que terminan rechazándolo. El esquema de demostración de virilidad a través de la sexualidad es un repertorio del cual aún no renuncia, a pesar de que las relaciones ya hayan sido superadas desde lo afectivo.

Los esquemas relacionados con la sexualidad aluden a la construcción de esta muy orientada a la coitalidad, con limitada aceptación de lo afectivo. Los primeros contactos sexuales fueron llevados a cabo desde la pornografía como variable incitadora, de modo que a lo largo del tiempo se dio un proceso de dependencia a la misma, a tal punto de volverse casi parafílica, manifestando el consultante

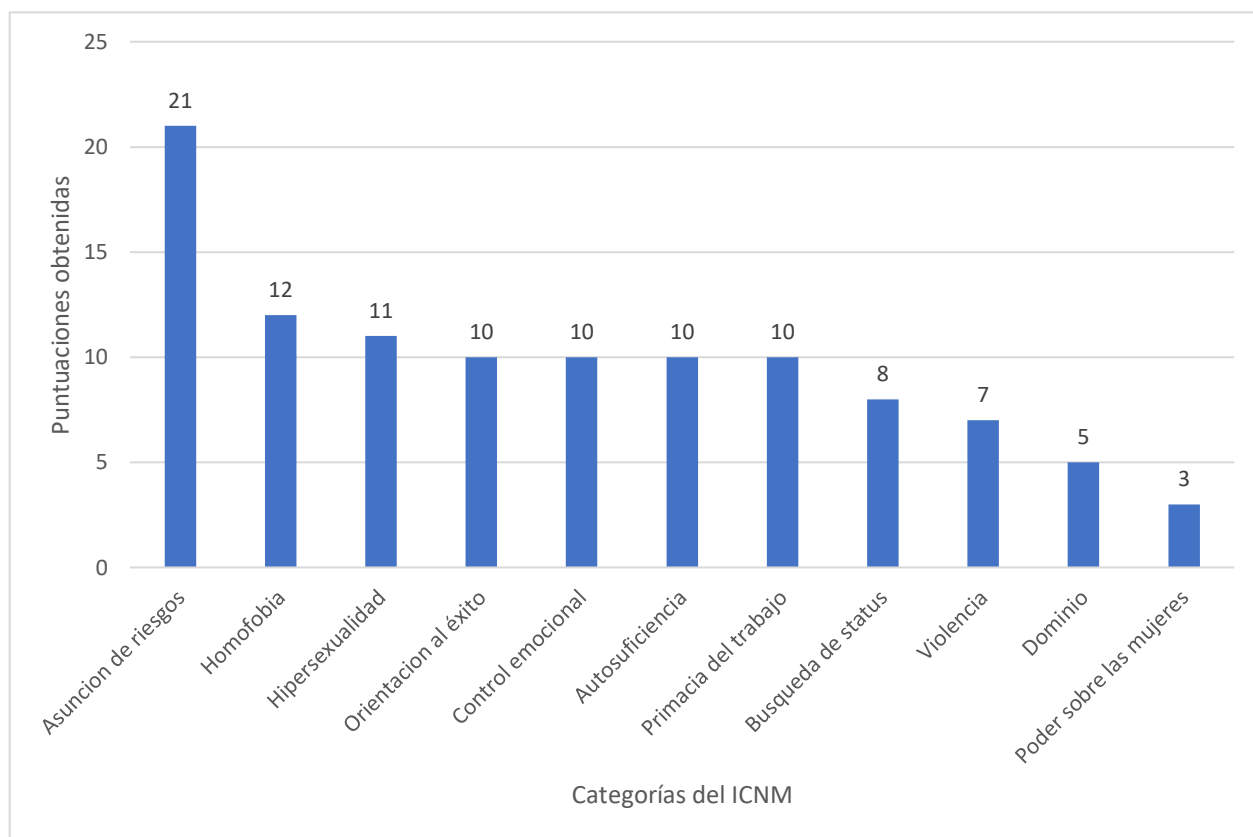
dificultades en torno al acto sexual cuando no había presencia de material pornográfico.

Al intentar rehacer su vida afectiva, pero al no corresponder sus parejas con respecto a este modelo sexual, termina generando una sensación de incomodidad, situación que le desestabiliza y recurre a la pornografía para sentirse tranquilo y cómodo, ya que la misma si le representa un estilo similar.

La recurrencia a pornografía está orientada a varios modelos de consumo, de déficit conductual en tanto depende de ella a manera de relajación por las noches, de ansiedad condicionada en cuanto la percepción de su situación afectiva le genera malestar continuamente, un modelo de estándar de masculinidad hegemónica que dicta como debe relacionarse sexualmente con las mujeres.

La construcción de su masculinidad ha estado a lo largo de su vida construida sobre la demostración permanente de valía, situación que le ha llevado a la asunción de riesgos como forma de aceptación social y validación, el desdén por la homosexualidad, así como al recurso de la hipersexualidad. El Inventario de conformidad de normas masculinas reporta la presencia de ambas variables en su estilo de masculinidad.



**Gráfico 33: Resultados ICNM fase de evaluación, caso Ronny**

### Selección de instrumentos de evaluación

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### Objetivos terapéuticos

- Aprendizaje de un modelo de sexualidad con mayor componente afectivo.
- Debatir supuestos machistas asociados a las relaciones de pareja
- Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores.

- Disminución de la frecuencia semanal de consumo de pornografía
- Entrenar en técnicas de relajación

### **Procedimiento interventivo**

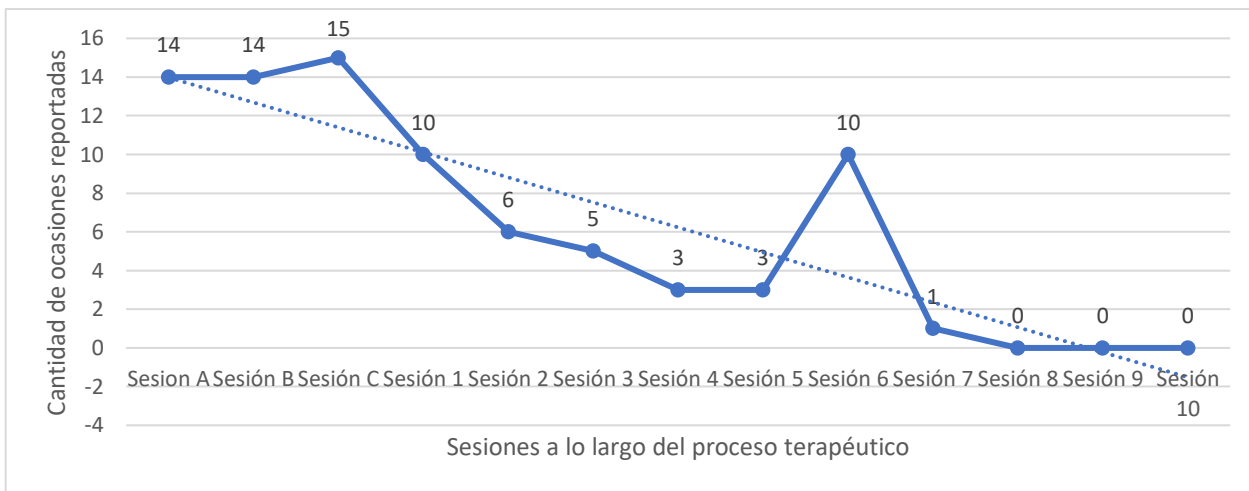
Técnicas utilizadas:

- Focalización sensorial
- Técnicas de mindfulness
- Retraso en la ejecución de la conducta
- Exposición a las verbalizaciones auto derrotistas con prevención de respuesta.
- Reestructuración cognitiva de ideas de fracaso
- Reforzamiento diferencial de conductas que compitan con la necesidad de consumo.

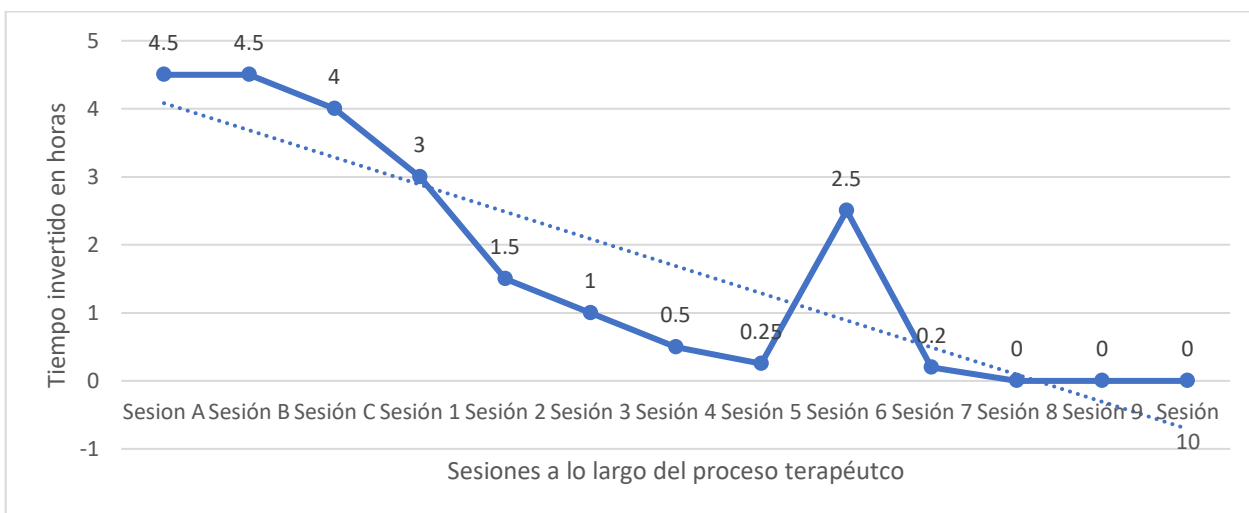
### **Resultados generales**

A lo largo del proceso, se evidencia una disminución del consumo, con un ligero aumento a mitad de este. Esto podría explicarse a manera de estallido de extinción, pues una vez dado el mismo, el consumo se vuelve nulo y permanece así de forma constante.

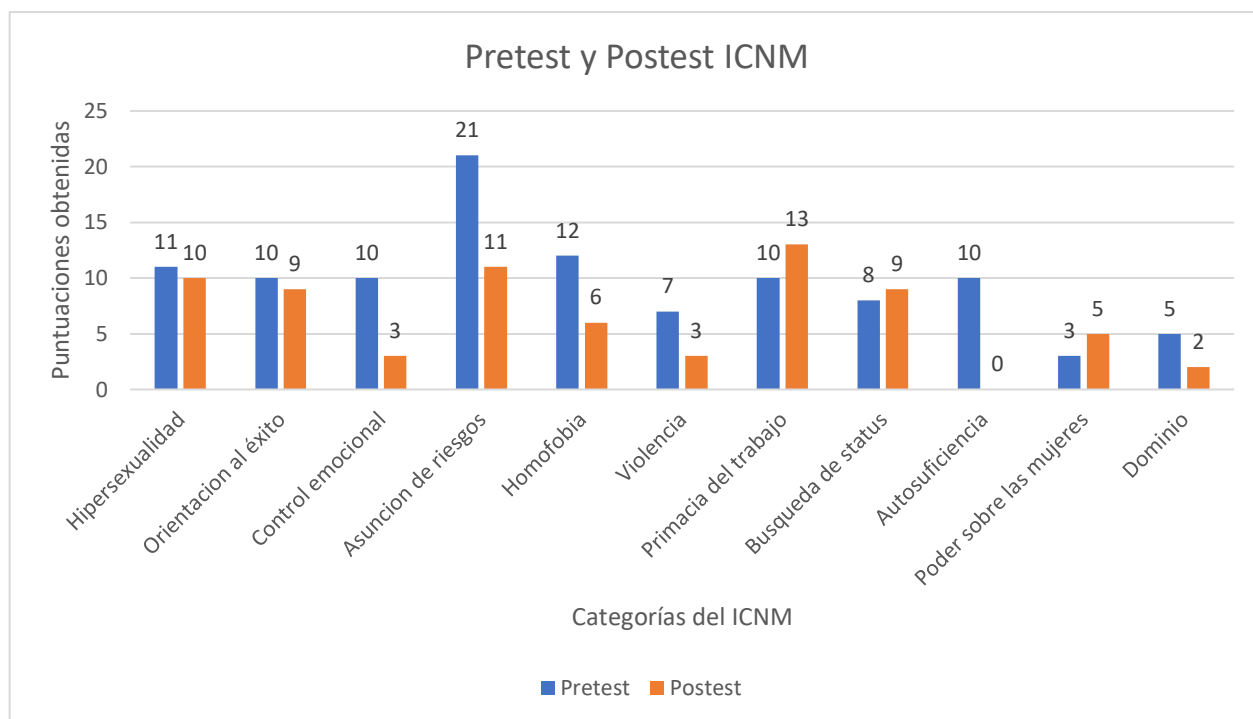
**Gráfico 34: Evolución de la frecuencia de consumo, caso Ronny**



**Gráfico 35: Evolución de la duración de consumo en horas, caso Ronny**



**Gráfico 36. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Ronny**



En este caso el componente de hipersexualidad no disminuye de forma significativa pues el consultante previo a iniciar el proceso ya había empezado una sensibilización con respecto de sus propios patrones de sexualidad promovido principalmente por las sesiones grupales realizadas en el Instituto Wem.

Los principales factores que evidencian una reducción son el de *Control emocional* en el sentido de que el consultante se enfoca mayormente en la expresión de emociones sobre sí mismo de sus estilos de crianza y de sus heridas afectivas en el pasado. Y también el componente de *Asunción de riesgos* el cual se normaliza con respecto a los otros factores pasando de una puntuación de 21 a una de 11. Durante la sesión se abordó como esta asunción de riesgos fue significativa en su vida de manera funcional para conseguir validación externa, cuestionándose a lo largo del proceso sobre si existiesen otras formas de fomentar una creencia de auto validación. Otros factores que también reciben una disminución relevante son el de *homofobia*, *violencia* y *autosuficiencia*, siendo este último trabajado al final de las

sesiones con mayor detalle planteándose la propuesta de la solicitud de ayuda cuando lo amerite

## **Caso Arturo**

### **Identificación del paciente**

La conducta de interacción con el terapeuta es apagada, evitando la mirada ocular y mirando hacia abajo o hacia arriba. No posee muchas variaciones en su expresión facial, sonríe poco y de forma tímida. Su volumen de voz es bajo, pero al hablar de temas fuertes se exalta y alza la voz. Presenta continuas verbalizaciones derrotistas sobre la vida y con un marcado tema de privación emocional: “La vida no me ha beneficiado para nada”.

Comenta que también presenta continuos arrebatos de enojo, de los que le cuesta controlarse. Actualmente trabaja en una empresa en mercadotecnia, encargado de bases de datos de esta. Comenta estar consumiendo de forma variable, a veces mucho (todos los días) a veces poco (unas 2 veces por semana) y todo ello depende de su estado de ánimo por diferentes situaciones de crisis que atraviesa actualmente.

### **Historia y curso del Problema**

La historia del consumo de pornografía en Arturo guarda relación con distintas situaciones vividas en su infancia y adolescencia donde describe hubo negligencia y abuso emocional por parte de sus padres en su proceso de desarrollo, de modo que le correspondió asumir una posición ante su vida en la cual cualquier situación negativa que sucediera le afectaría debido a que no contaba con una adecuada orientación sobre “lo que es bueno y malo”. Al crecer y alcanzar la mayoría de edad abandona a ambos e inicia su vida solo. Recuerda a sus padres con rencor, a su madre por haberlo maltratado desde niño y a su padre por nunca haberlo defendido. Comenta que son las dos personas que más odia en este mundo. Tiene un

hermano que también vivió el mismo abuso, pero parece ser que lo superó y ha logrado vivir con estabilidad en otro país.

Desde joven le ha apasionado el tema de la música por lo que desde hace mucho tiempo practica y toca guitarra. Al parecer según la descripción que hace de sí mismo es muy hábil en el dominio del instrumento al punto que ha fundado y pertenecido a diferentes bandas de rock metal en el país. A partir de acá es donde se deslinda su malestar principal, ya que describe que las bandas de rock y metal son sumamente desordenadas, las personas consumen drogas llevando a problemas de disciplina y eso afecta el desenvolvimiento de estas. Arturo se describe a sí mismo como una persona tranquila sin vicios, muy ordenada y disciplinada, por lo que choca continuamente con distintos miembros de las bandas a las que ha pertenecido, peleando con los mismos y exigiéndoles que sean más ordenados. De esta forma a raíz de los conflictos frecuentes que ha venido teniendo con sus compañeros de distintas bandas se le ha comenzado a rechazar de forma que él se siente desgastado por la situación.

La exposición que recibió al ambiente de la cultura metal desde joven creó en él una cierta orientación a la vida, con presencia de drogas y conductas de riesgo. No obstante, esto no le caló mucho pues siempre se mantuvo lejos de ello, pero no así con la visión misógina de las mujeres. El consumo de pornografía inicia desde adolescente, encontraba en el mismo una forma eficaz de obtener placer y a la vez en consonancia con las normas masculinas implantadas. Conforme pasan los años, interactúa con diferentes mujeres, pero desde una óptica machista, limitando las interacciones sexuales a un repertorio focalizado en lo genital, con un performance basado en lo que videos pornográficos proponen. Algunas mujeres correspondían con este estereotipo en la práctica, sintiéndose cómodo sexualmente, pero no afectivamente, aludiendo que posiblemente en una relación de pareja le podrían ser infiel.

Al pasar los años y con el anhelo de formalizar una relación de pareja, conoce a su actual novia con quien decide iniciar una relación de convivencia. Describe que con

ella tiene una relación acorde, se llevan bien y es la única persona en el mundo en quien confía. No obstante, también ha venido teniendo encontronazos con ella ya que el resiente que en el mundo profesional le ha ido muy mal económicamente, no tiene dinero para salir adelante mientras que a ella se le ha venido ascendiendo de puesto poco a poco al punto de que actualmente se encuentra en una muy buena posición laboral y económica. Esto lo ha manejado con conflictos cada vez mayores con ella, afirma que en el fondo está muy triste y ella le recuerda su propio fracaso. A su vez, sexualmente ella no le satisface como esperaba, no cumple con las expectativas que se ha ido formando con respecto a la sexualidad desde la pornografía, por lo que recurre a la excitación sexual con videos para satisfacerse.

Plantea que desde adolescente ya presentaba cierta desconfianza recurrente hacia compañeros del colegio desconfianza que le hacía enojarse con ellos y que por tal razón los mismos en algunas ocasiones hacían bromas hacia él. Se ha ido incentivando a raíz de la frustración con respecto al ámbito laboral en el sentido que ha depositado todas sus esperanzas en las bandas como entrada económica y a la vez percibir que las mismas no le corresponden ya sea por desórdenes e indisciplina de los miembros. Esto le conlleva un cierto estado de constante ansiedad que incrementa el consumo.

### **Análisis topográfico**

El consultante al inicio revela una tendencia de consumo variable en torno a las 8 ocasiones semanales y con una duración de 4 horas por semana. Consume principalmente por las noches, siendo la situación que lo desencadena principalmente lo que describe como frustración. La fuente usualmente son videos provenientes de redes de WhatsApp o buscados intencionalmente en sitios web. Principalmente consume género Bukkake, con rubias, pero con hombres que posean un pene grande.

### **Análisis funcional**

El consultante responde de forma condicionada con conductas de activación y malestar cuando son elicitadas por los siguientes estímulos:

- Verbalizaciones encubiertas que anticipan rechazo por parte de personas cercanas
- Auto observación constante sobre si está mal interpretando o no a los demás
- Verbalizaciones aversivas sobre sí mismo y su correspondiente dificultad de autocontrol

Cuando el consultante se encuentra en estas situaciones de estimulación encubierta, encuentra respuestas condicionadas de malestar tratando de reducir el mismo a través del consumo de pornografía. Como variables disposicionales de forma primordial se encontrarían las siguientes:

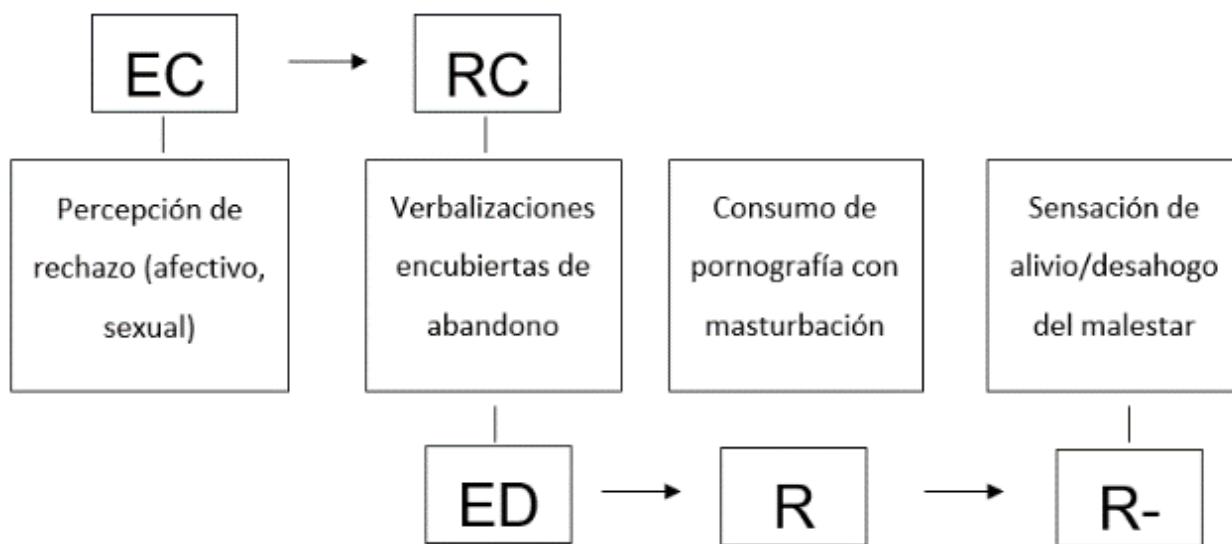
- Historia de aprendizaje del rechazo. Durante su infancia el estilo de crianza vivido fue de constante rechazo por parte de su madre y negligencia y pasividad por parte de su padre. Esto lo vive el consultante a manera de trauma.
- Frustraciones diversas llevadas a lo largo de su vida como insatisfacción laboral y académica.
- Un nivel de actividad alto en su vida diaria debido a que cuando no está trabajando se encuentra con la banda trayendo como consecuencia una baja posibilidad de tener tiempo para sí mismo en actividades gratificantes.
- Estilo de comunicación agresivo, se muestra intimidante a la hora de hablar. Sus conductas no verbales generan intimidación en el otro. Esto ocasiona que su pareja se paralice cada vez que tienen intercambio de ideas. El consultante vive esto como rechazo.
- Ansiedad condicionada por las bandas. Su única posibilidad de disfrute podrían ser las bandas a las que pertenece, pero las mismas, lejos de generar relajación proveen estrés debido a desordenes internos de la misma, situación que le sobrecarga.



De esta forma la ideación de abandono es comúnmente reforzada a manera de ensayos de condicionamiento aversivo, pues los gestos de evitación de su pareja o el recibir frustración en las bandas los interpreta como discriminación. Ante el malestar emocional resultante, se elicitan respuestas de activación fisiológica las cuales busca opacar con operaciones de escape con el consumo de pornografía. La repetición de las cadenas funcionales mencionadas impediría el contacto con estimulación apetitiva. Este ciclo ha derivado inclusive en anticipar supuestas conductas de rechazo, sin que los estímulos ambientales aparezcan viviendo en un constante estado de ansiedad anticipatoria.

Por tanto, a manera sincrónica, el consumo de pornografía aparece ante la operación doble de tanto condicionamiento clásico y operante de la siguiente forma:

**Figura 12. Conducta de consumo relacionada con conflictos conyugales en el caso Arturo**



De esta forma, Arturo consume pornografía causada actualmente por cualquier estímulo que incremente su nivel de malestar general percibido, principalmente derivado de la interpretación que realiza de señas sociales que toma como rechazo. Evadir sus conflictos con consumo de pornografía y su relación con la tendencia a interpretaciones desde el rechazo, fue aprendida en su adolescencia. Con esto

conseguiría a manera de operación de escape, la evasión del malestar general como reforzamiento negativo.

### **Formulación clínica y modelo explicativo**

Con la entrevista se desglosa que la percepción de desconfianza ocurre de manera permanente todos los días, a pesar del discernimiento de que la misma no es real. La misma se manifiesta de la siguiente manera:

- A nivel fisiológico: Incremento de la ansiedad, palpitaciones e hiperventilación.
- A nivel emocional: Depresión, ansiedad, frustración e indefensión (nunca voy a vencer esto, solo me pasa a mi)
- A nivel cognitivo: pensamientos ineficacia, y de privación emocional.

En el caso de Arturo, tiene gran peso la crianza vivida en su niñez con sus padres. De parte de su madre, la relación mantenida con ella se basó en el descuido emocional añadido a la represión y abuso emocional. Con respecto a su padre, desde lo reportado por el paciente, el estilo se caracterizó por la negligencia, arbitrariedad y el posicionamiento sumiso ante el abuso de la primera. Ambos factores, posibilitaron el desarrollo de un estilo de personalidad vulnerable al rechazo, con propensión a estallidos de ira y esquemas de desconfianza. Hacia sus padres experimenta rencor, situación que aun hoy no ha logrado aceptar.

Arturo, al contar con una infancia basada en el descuido emocional, presenta una pobre imagen de sí mismo, con pocas actividades y pasatiempos que le enriquecen. De modo que, a nivel de repertorios básicos de conducta, posee pocas estrategias de afrontamiento ante el estrés, situación que incrementa una cierta vulnerabilidad psicológica ante la ansiedad.

El sentirse aislado del contacto social le frustra, al punto que busca en las bandas a las que pertenece aceptación social. De modo que, se posiciona con sus compañeros de grupo no desde lo laboral, sino desde la necesidad de

establecimiento de vínculos, posibilitando que se entristezca ante el rechazo. Podría establecerse una relación entre la búsqueda de afecto hacia con sus amigos y el no recibimiento de estos en su infancia por medio de sus padres.

La necesidad emocional en su niñez de vínculos seguros no fue satisfecha a través de la traumatización en cuanto al castigo físico y emocional. Esto desarrolló un núcleo de esquemas de desconexión y rechazo con los cuales procesa su realidad, percibiendo abandono, desconfianza y rencor debido al sentido de injusticia vivido en su historia. Desprendiéndose de esto, como principales rasgos de personalidad disfuncionales derivados de los esquemas de desconexión y rechazo sobresalen los siguientes:

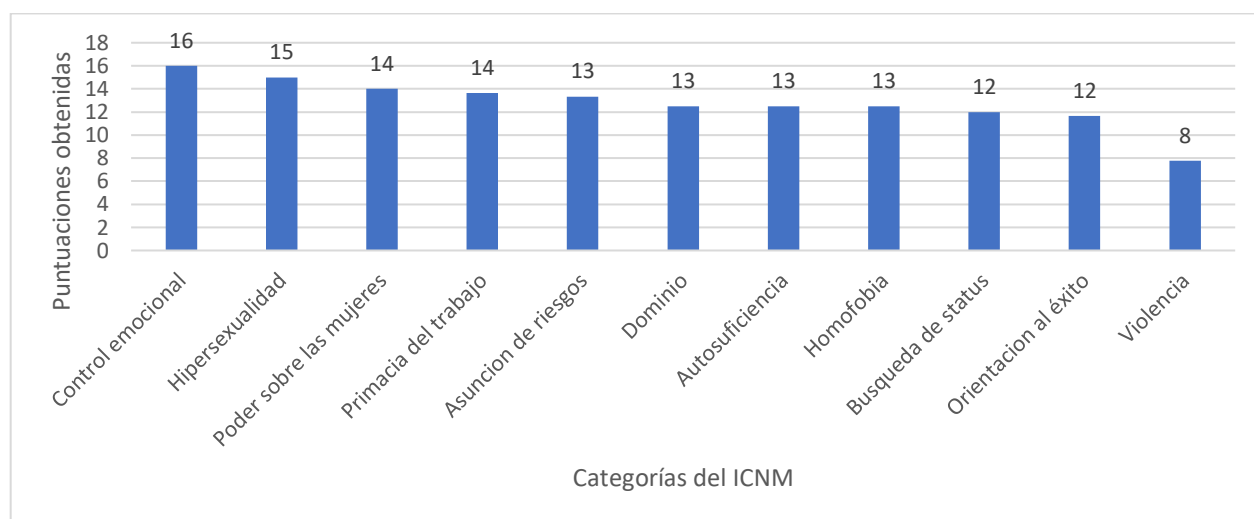
- Paranoia, con respecto a las relaciones sociales y el establecimiento de vínculos.
- Percepción de injusticia, con respecto a su avance profesional.
- Pocos o nulos pasatiempos y hobbies, que estructuren su individualidad.
- Abatimiento emocional, depresión y frustración constante.
- Estilo atribucional externo de sus situaciones de frustración.

Los principales factores de vulnerabilidad psicológica identificados durante el proceso de evaluación son:

1. Desarrollo personal en un ambiente rígido, crítico y de abuso, siendo las relaciones de apego inseguras dificultando el patrón de afrontamiento adecuado en situaciones de estrés en el ámbito de relaciones interpersonales.
2. Rasgos de personalidad e ideas disfuncionales referidas a:
  - a. Autovalía personal orientada a criterios externos y perfeccionismo
  - b. Hipersensibilidad interpersonal, suspicacia e inseguridad
  - c. Alto nivel de exigencia hacia los demás.
  - d. Historia previa de experiencias interpersonales negativas, en las que hubo humillación y trato injusto

De modo que, en ausencia de un modelo de crianza seguro durante su niñez, durante su adolescencia se conformaron diferentes modelos que funcionaron como referentes con respecto a la construcción de mundo. Es en su adolescencia donde se comienzan a internalizar diferentes patrones estereotipados sobre las relaciones vinculares. En específico, el Inventario de conformidad a las normas masculinas indica la presencia de algunos esquemas, sobresaliendo el control emocional y la hipersexualidad como vivencia y expresión de su masculinidad:

**Gráfico 37. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Arturo**



### Selección de instrumentos de evaluación

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### Objetivos terapéuticos

- Aumento de actividades gratificantes alternativas

- Reestructuración cognitiva dirigida a la relación contingente entre rechazo social y desequilibrio emocional
- Desvanecimiento de la sensación de craving previa al consumo de pornografía
- Entrenamiento en técnicas de relajación.
- Entrenamiento en habilidades sociales.

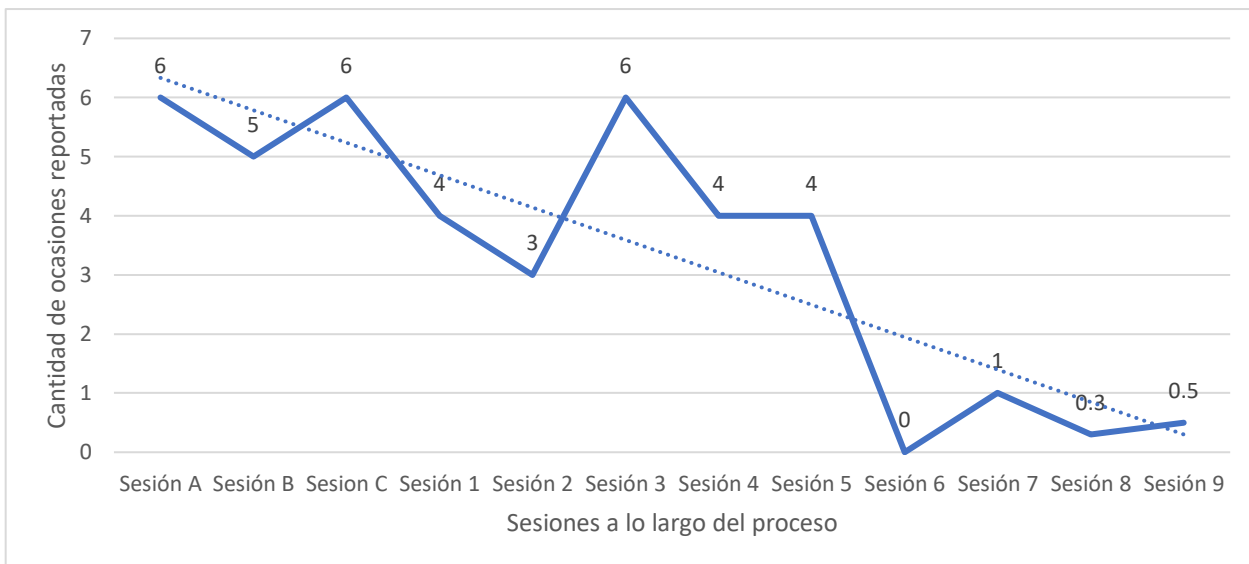
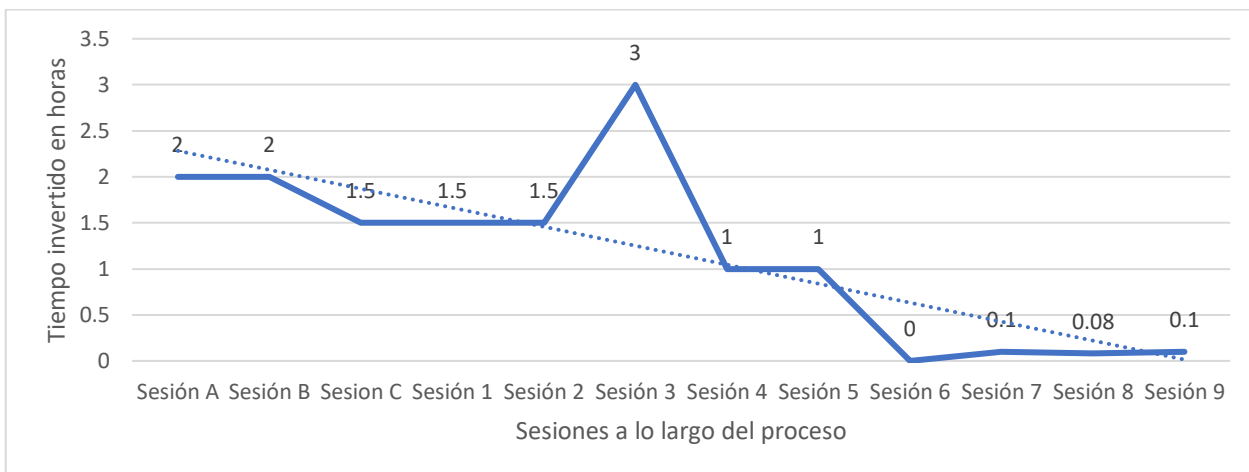
### **Procedimiento interventivo**

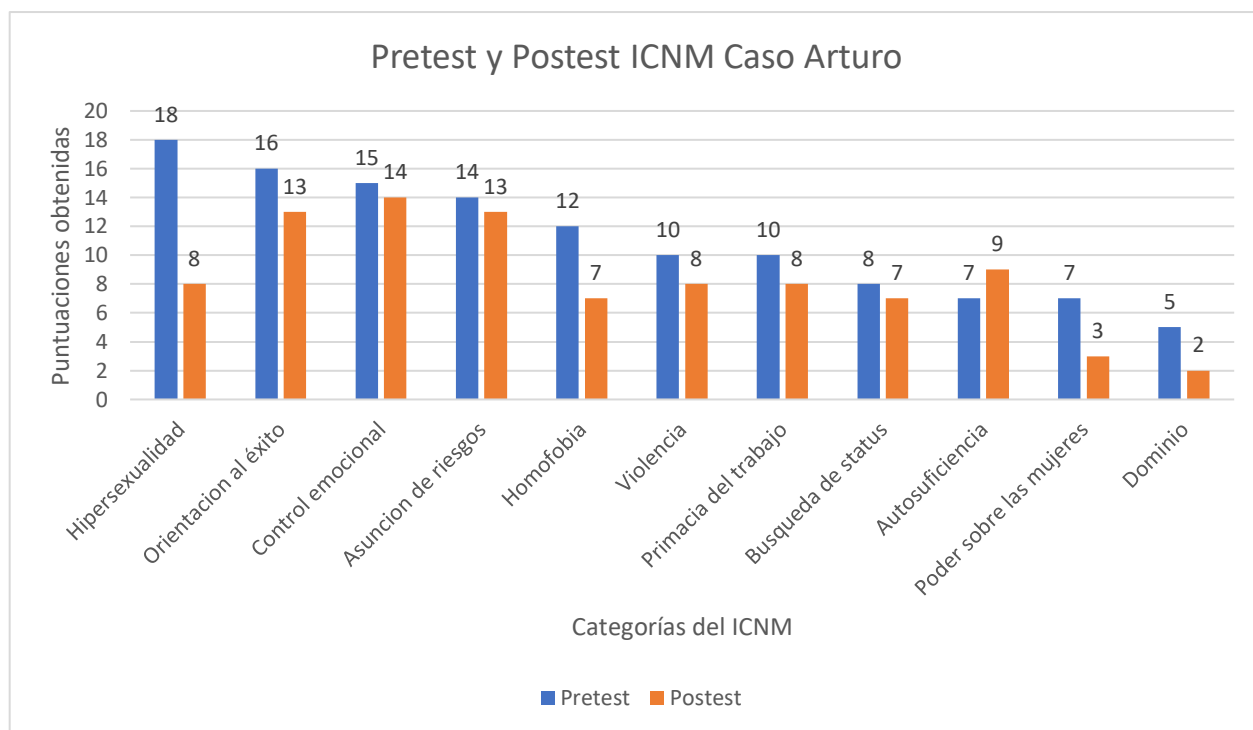
#### Técnicas

- Reestructuración cognitiva. A través del moldeamiento verbal en sesión buscar a la sustitución de reglas verbales asociadas a estímulos externos que se perciben como rechazo y abandono.
- Exposición a los estímulos condicionados de ansiedad. A través de la exposición se consiguió que el consultante se mantenga en contacto con aquellos estímulos que elicitaban conclusiones anticipadas de rechazo.
- Entrenamiento en habilidades sociales. Se buscó fortalecer la posibilidad de evacuar dudas ante interpretaciones de rechazo.
- Activación conductual. Búsqueda de un incremento en la tasa de reforzadores positivos inmediatos.

### **Resultados Generales del proceso**

La propensión en cuanto a la disminución fue variable, aunque mostrando una tendencia a la disminución siempre. Los momentos de elevación del consumo coinciden con picos de ansiedad debido a las distintas crisis definidas a lo largo del proceso. Al final como se puede apreciar en el gráfico, el consumo se mantiene casi en cero ocasiones.

**Gráfico 38. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Arturo****Gráfico 39. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Arturo**

**Gráfico 40. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Arturo**

En este caso el consultante demuestra una disminución significativa con respecto al componente de hipersexualidad pasando de una puntuación de 18 a 8. Esto se debe no solamente a las técnicas elegidas en cuanto a la disminución del consumo sino también a una constante reestructuración de lo que los patrones mismos implican. Los demás ítems muestran disminuciones, aunque no del todo significativas a excepción de homofobia que disminuye 5 puntos posibilitándose esto por el cuestionamiento de los patrones machistas con los que fue socializado.

## Caso Sebastián

### Identificación del paciente

Se trata de un joven de 30 años, que trabaja en el sector salud. Mantiene una relación con su novia de hace 4 años, con la cual en ocasiones convive en ciertos días de la semana. Los otros días vive en la casa de sus padres. El consumo actualmente se da de forma diaria, asumiendo que el mismo tiene una intensidad

que considera alta. En promedio comenta dedicar 3 horas y media semanales. El horario en que consume con mayor frecuencia es en la noche. Además del consumo de pornografía actualmente presenta malestar emocional relacionado con situaciones de estrés, desde tres situaciones distintas, por un lado, tensión con respecto a conflictos actuales en su relación de pareja, en segundo lugar, con sus padres y, por último, pero a la vez que le genera aún más preocupación una deuda que le limita económicamente.

### **Historia y curso del Problema**

Plantea que, previo al consumo de pornografía, su niñez y adolescencia estuvieron marcadas por una hipersexualización constante. Comenta que cuando era niño exploraba sexualmente en conjunto con una prima algunos años mayor que él y a pesar de que nunca hubo penetración, el jugueteo entre ambos era intenso. Plantea que esto lo marcó, ya que hubo aspectos en su desarrollo que no se dieron de una forma adecuada. Su adolescencia por tanto se caracterizó por una constante orientación hacia el tema de la sexualidad, mucho más que personas de su misma edad. A sus 16 años inicia el consumo, trabajaba desde esta edad y su compañero laboral de ese tiempo le incitaba temas de conversación sexualizados y material pornográfico, desarrollando una idea o construcción de la figura femenina muy objetivizada. A sus 20 años inicia una relación de pareja con la cual las relaciones sexuales eran frecuentes y en su descripción “intensas”. Cuando culmina dicha relación de pareja, inicia el consumo de pornografía de forma intensa de 4 a 5 veces diarias.

Finaliza su carrera en medicina e inmediatamente solicita un préstamo confiado en un trabajo que le aseguraba pagar el pago de este de forma tranquila. Al tiempo es despedido ya que es encontrado en una situación de acoso. Es en este momento en el que su crisis inicia, ya que se encuentra en una deuda que pagar además de no tener una relación de pareja.

Actualmente tiene hipotecada la casa de sus papás. A raíz de la tensión en los años, su principal estrategia de afrontamiento ha sido la sexualidad, recurriendo ya sea a



la pornografía o al contacto sexual con mujeres variadas. Al trabajar en el sector salud y ofrecer consultas, revela que en ocasiones algunas mujeres le proponen pagarle le pagan sexualmente. También ha tenido dificultades en sus cargos como profesor, ya que en varias ocasiones ha sostenido encuentros sexuales con estudiantes. El paciente lo comenta de esta forma:

Su nivel de tensión llegó hasta el punto de que hace año y medio decidió suicidarse y fue su padre quien lo salvó. No obstante, la situación de estrés no disminuyó, recurriendo al consumo de pornografía como método de alivio de la tensión. A pesar de que ha logrado disminuir el consumo, actualmente no lo ha logrado erradicar del todo.

También comenta solicitarles a sus parejas prácticas que tal vez no debería, principalmente insinuaciones sexuales que define como “sobrepasadas”. Cuando consume dedica alrededor de 10 minutos en diversas páginas con tal de decidir qué video ver, luego se mantiene unos 15 minutos viendo videos.

### **Análisis topográfico**

Se realiza en función de lo aportado en la entrevista como por el instrumento de evaluación topográfica utilizado. Al inicio del tratamiento se reporta una frecuencia de consumo diaria siendo más frecuente en la noche, con un tiempo de dedicación en horas de por lo menos 3,5 semanales. Estima dicha frecuencia como “muy alta” así como el tiempo “muy grande”. Los géneros que más consume son los de “lesbianas” o “pornografía convencional (pareja de hombres y mujer)”.

### **Análisis funcional**

Sebastián presenta algunos elementos que guardan relación con el consumo a manera de variables disposicionales:

- Historia de sobre protección y autoritarismo con respecto al estilo de crianza de sus padres hacia con él. Esto suscitó estándares rígidos de privación emocional ante la poca presencia de actividades gratificantes en su infancia.

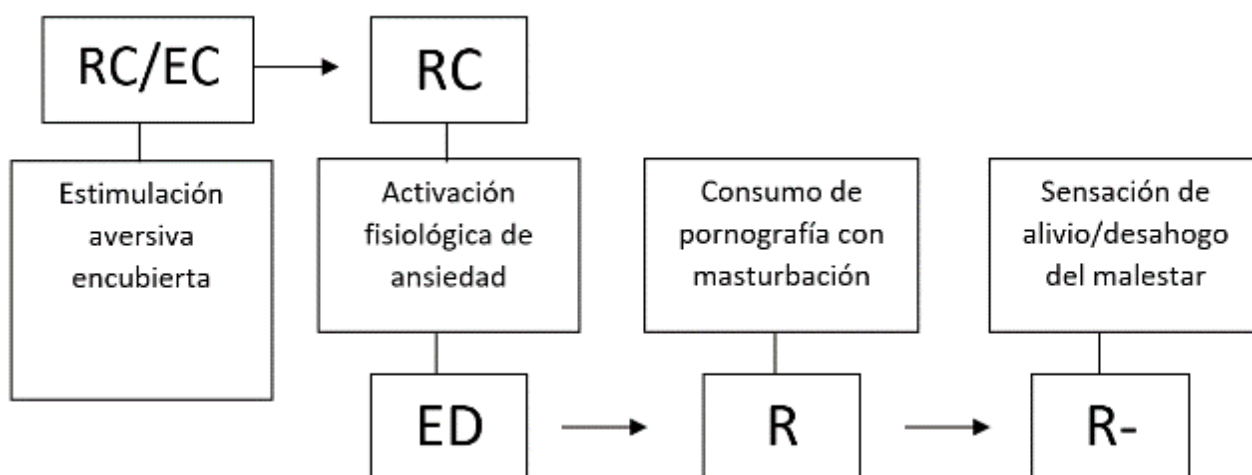
De modo que, la incursión de la sexualidad en su adolescencia le resultó altamente reforzante, al no disponer de un repertorio básico de conductas gratificantes.

- Contexto laboral incierto durante varios años. La situación económica vivida por el consultante y las deudas acarreadas mantienen de forma constante estimulación aversiva encubierta. Al contar actualmente con pocas actividades placenteras, tiende a refugiarse en conductas de hipersexualidad como forma de aliviar el estrés.
- Modelado de búsqueda de la hipersexualidad como forma de afrontamiento de sus situaciones estresantes. A lo largo de su vida desde su adolescencia se ha topado con distintos modelos de referencia que viven y practican la sexualidad de forma recurrente. A manera de aprendizaje social el consultante fue reforzado de forma vicaria es decir observó que sus modelos eran reforzados.
- En cuanto a lo fisiológico altos niveles de activación que se acentúan con la constante aparición de verbalizaciones encubiertas referentes a la ansiedad.
- Conflictos con sus figuras afectivas más cercanas. Actualmente con sus padres mantiene una relación conflictiva y distante. También mantiene una relación con su pareja con intermitencia a nivel afectivo siendo el recurrente las escenas sexuales como medio de disculparse.
- Baja tasa de reforzadores. En los contextos en los que se desenvuelve existe una baja tasa de reforzadores. En su hogar discute constantemente con sus padres, en la casa de su pareja también discute y en su lugar de trabajo se siente apesadumbrado por las necesidades económicas. Por tal razón está casi todo el día en contacto con estimulación aversiva.

En cuanto a los principales acontecimientos que dispara el consumo se encuentra la sensación constante de ansiedad. Dicha vivencia la experimenta como aversiva,

siendo que, le es difícil conciliar el sueño a raíz de la rumiación constante. Por esta razón recurriría a la pornografía como forma de aliviar dicha tensión y poder dormir. Plantea que posterior al consumo logra relajarse y dormirse tranquilo. De modo que se puede plantear que la función que desempeña la conducta es de refuerzo sensorial interno negativo, le permiten escapar de una sensación interna aversiva.

**Figura 13. Conducta de consumo relacionada con estimulación aversiva en el caso Sebastián. Operación de escape**



### Formulación clínica y modelo explicativo

El consumo de pornografía en Sebastián es aprendido desde un modelo de conducta gobernada por contingencias. En un inicio, el contacto temprano con su sexualidad le permitió comprender a la misma como una estrategia instrumental de alivio emocional. No obstante, tal como el paciente revela hubo aspectos de su niñez y adolescencia que no pudo desarrollar adecuadamente por la construcción de una sexualidad precoz. Principalmente estrategias de afrontamiento y manejo de la tensión emocional.

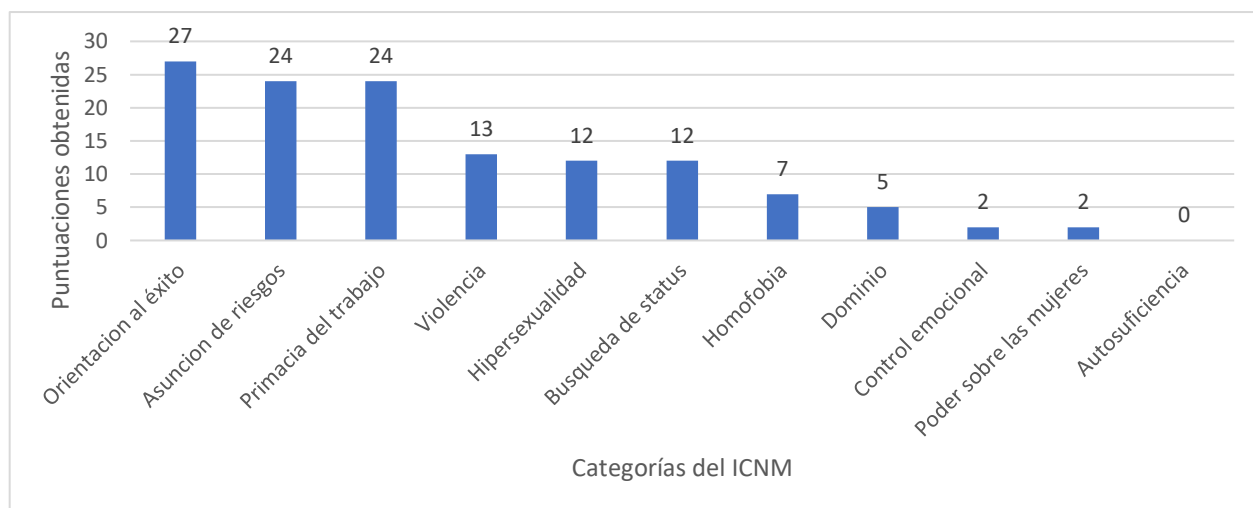
El consultante desde joven se prometió a sí mismo en medio de un clima de dolor emocional por la sobreprotección de sus padres, que cuando fuese mayor estudiaría y ahí tendría la independencia añorada. Esto lo llevo siendo ya profesional a solicitar préstamos, que posteriormente no pudo pagar. De modo que de forma temprana se

suscitó un aprendizaje de reglas estableciendo una asociación entre estabilidad emocional y éxito.

En el momento en el que atravesó situaciones que los llevaron a crisis con su masculinidad optó de forma primaria por recurrir a la sexualidad. El consumo de pornografía en Sebastián ofrece alivio, en este caso de la ansiedad ya que al acompañarse del acto masturbatorio automáticamente genera relajación a nivel fisiológico por la activación de la rama parasimpática, pero sin poderse resolver los problemas de fondo. La capacidad de abandonar el consumo se dificulta en cuanto existen dificultades para insertarse en estilos de vida saludables, aficiones y pasatiempos.

Durante los últimos años el consultante ha acudido a la estimulación sexual en los momentos en los que los que experimenta mayor malestar, situación que ha facilitado que utilice con recurrencia esta estrategia para calmarse en lugar de aprender otras nuevas.

El Inventario de Normas Masculinas plantea un dominio de otros factores aún más desarrollados que la hipersexualidad, tal como se muestran en el siguiente gráfico. Del mismo, es relevante plantear que la construcción de su masculinidad gira entonces sobre normas que actualmente no puede abordar de forma directa, la orientación al éxito se encuentra vedada por la limitación económica en que se encuentra, así como la asunción de riesgos. La primacía del trabajo es un aspecto que si está ejecutando de forma abundante. El ejercer violencia lo ha censurado desde hace años en función del trabajo personal que ha realizado de deconstrucción de su propia masculinidad. Por tanto, la recurrencia a la hipersexualidad le ofrece alivio en épocas de crisis.

**Gráfico 41. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Sebastián**

### Selección de instrumentos de evaluación

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### Objetivos terapéuticos

- Incrementar tasa de reforzadores positivos
- Entrenar en técnicas de relajación
- Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes y pensamientos de propuesta de consumo y estímulos evocadores.

### Procedimiento interventivo

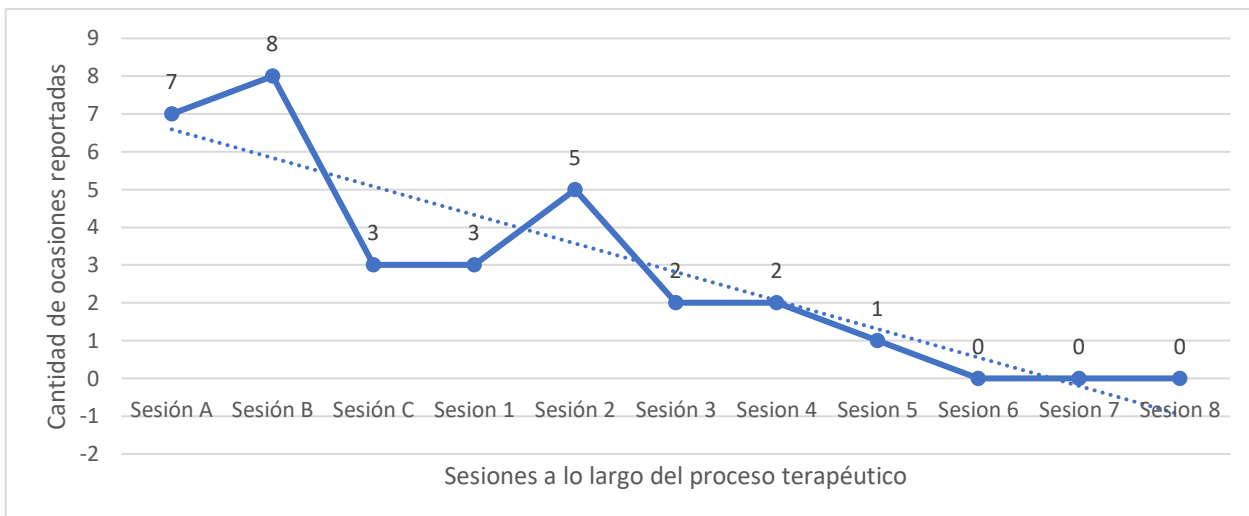
Con el consultante y en acuerdo a lo indicado con el análisis funcional de la conducta de consumo, se plantearon las siguientes estrategias terapéuticas que se fueron desarrollando a lo largo del proceso.

- Explicación a través de psicoeducación del funcionamiento de la ansiedad por medio del análisis funcional
- Exposición interoceptiva con prevención de respuesta. Con esto, se procuró una reducción progresiva de la conducta de consumo.
- Entrenamiento en respiración diafragmática. Esto con el objeto de apoyo a la exposición interoceptiva.
- Control estimular. Se solicitó al consultante la readecuación de las variables estimulares que elicitaban la necesidad del consumo.
- Activación conductual con la introducción de actividades gratificantes que redujesen el estado de activación fisiológica propio del estrés. Concretamente ejercicio físico a través de gimnasio y ciclismo. Esta estrategia fue clave en el abordaje de la privación producto de la reducción del consumo.
- Reestructuración cognitiva. El consultante debía discriminar las verbalizaciones encubiertas irracionales reforzando diferencialmente las que fueren racionales.

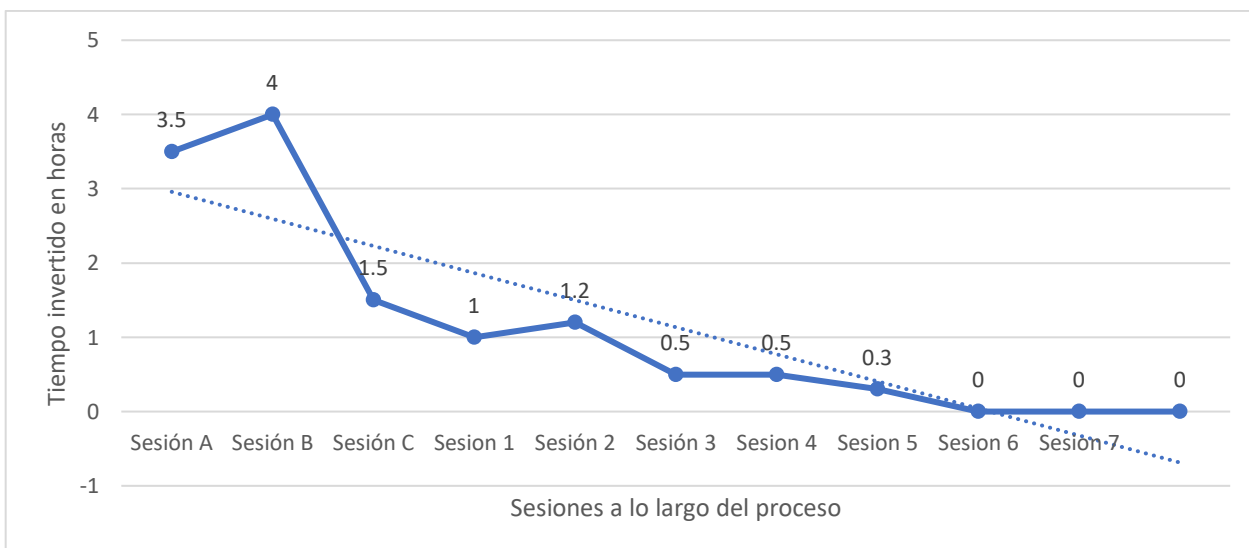
### **Resultados Generales del proceso**

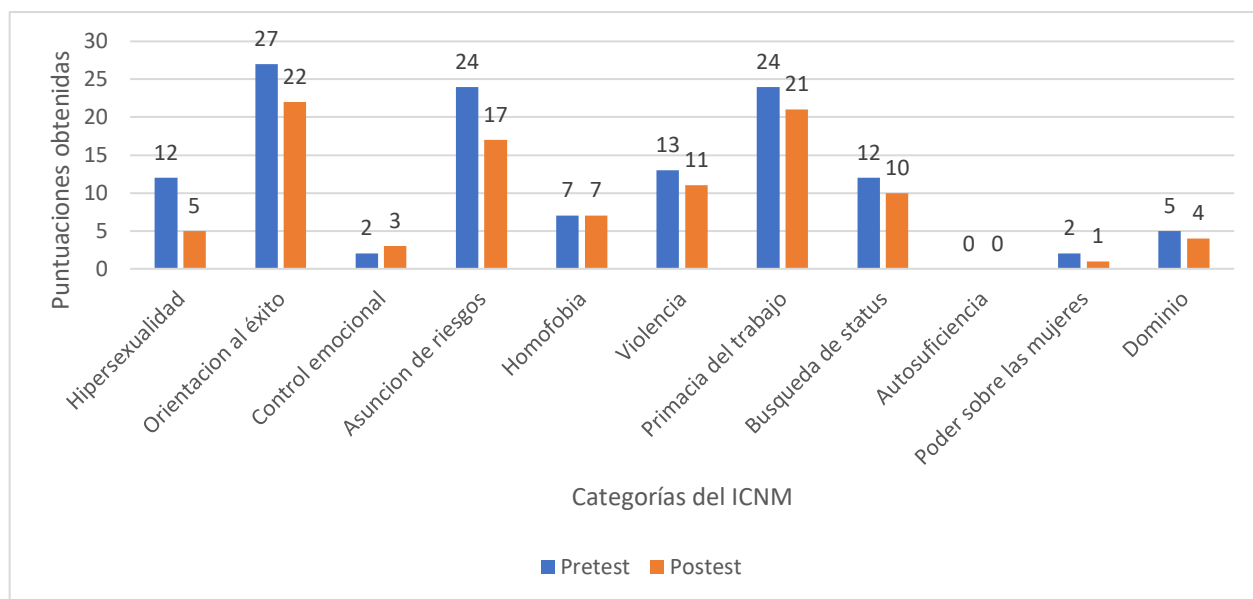
Es apreciable una disminución del consumo, que sin embargo no presenta una tendencia estable en cuanto a la reducción, situación observada en los otros casos. En la sesión 2 propiamente, el consumo intenta retomar la normalidad usual a manera de estallido de la extinción, pero inmediatamente regulada en las sesiones siguientes. Dicho incremento correlaciona con el surgimiento de crisis.

**Gráfico 42. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Sebastián**



**Gráfico 43. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Sebastián**



**Gráfico 44. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Sebastián**

Ya previo al proceso terapéutico, Sebastián, por su participación en grupos que mantiene con el Instituto Wem, había iniciado una revisión individual sobre la forma de vincularse con respecto a su sexualidad planteando que en el pasado este componente hubiese salido aún más elevado. Por tanto, reporta una puntuación de 12 al inicio de la terapia pasando al final a una de 5 mostrándose también una disminución significativa. Muchos de los otros ítems ofrecen una disminución posterior a la culminación del proceso como *Orientación al éxito* que pasa de 27 a 22, *Asunción de riesgos* de 24 a 17 y *Primacía del trabajo*, pasando de 24 a 21. Estos tres componentes fueron abordados en las sesiones de terapia de forma recurrente debido a la usual depositación de su bienestar emocional en manos de dichos rubros.

## Caso Johnny

### Identificación del paciente

Se trata de un hombre de 34 años, trabaja como oficinista en el centro de San José. Vive con sus padres, actualmente mantiene una relación a distancia con una mujer



uruguaya. También tiene un hijo de año y medio de edad, con la madre de este mantiene una relación conflictiva a raíz de la separación acontecida un año antes de iniciar el proceso terapéutico. El consumo se da de forma diaria, el consultante plantea que la intensidad es muy alta. En promedio consume alrededor de unas 3 ocasiones diarias, dedicando alrededor de 75 minutos. Consume con mayor frecuencia en la noche. Los estímulos que desencadenan el consumo tienen un mayor contenido al relacionado a verbalizaciones internas de celos, situación que le evoca malestar y le lleva a consumir. Además, revela que aún no ha resuelto el duelo con su expareja, madre de su hijo.

### **Historia y curso del Problema**

El inicio de consumo se ubica en su época de secundaria donde consumía en comunidad con sus compañeros de colegio siendo por ende un aprendizaje de tipo social. Al salir de clases, se reunían en alguna casa para ver películas para adultos y para intercambiar revistas. No obstante, no era su interés el consumo de forma activa, sino solo para acompañar a sus compañeros.

Posteriormente, se comienza a ver interesado en la sexualidad en general alrededor de la edad de 21 años, siendo que comienza a consumir pornografía de forma más intensa, por medio de películas o videos en café internet. Plantea que en esta época de inicio de consumo lo hacía para aprender sobre sexualidad ya que informa de estar en ese tiempo desfasado con respecto a su propio despertar sexual. No obstante, le incomodaba el tener que ver pornografía en lugares públicos, debido a que en ocasiones corría el riesgo de que diversas personas se enteraran que estaba observando este tipo de material, por lo cual debía estar parando. Por tanto, este consumo no se acompañaba de masturbación.

Con el paso del tiempo y con el surgimiento de teléfonos celulares inteligentes, comienza a consumir en privado. Y entonces se fue acompañando de estimulación sexual a manera de refuerzo positivo. Es en este periodo que inicia el consumo cada vez más intenso, en ocasiones en baños públicos como la universidad.

Conoce diversas parejas con las cuales comienza a tener interacción sexual, pero además de ello comienza a compartir fotografías sexuales con las mismas. También inicia coleccionando fotografías de mujeres famosas. En momentos de soledad, por lo general en las noches, se masturbaba con las mismas. Esas fotografías las almacena en diversos lugares, siendo que a la fecha no posee un control estricto de estas, peligrando volverse públicas.

Conoció a su expareja hace algunos años, con quien entabló una relación. Tuvieron un hijo juntos y durante el embarazo, él aumentó su consumo de pornografía de manera intensa. Después del nacimiento del niño, la convivencia se volvió conflictiva y él continuó consumiendo pornografía como una forma de escape debido a las constantes peleas y separaciones. Finalmente, su expareja le fue infiel y se separaron, lo que lo impactó emocionalmente ya que había idealizado la relación.

Después de varios meses de separación, empezó una relación a distancia con una mujer uruguaya. Durante ese tiempo, empezó a experimentar celos hacia su pareja actual, sintiéndose inseguro debido a la distancia y asumiendo que ella le era infiel. Además, al interactuar con su expareja debido a su hijo, descubrió que ella había empezado una relación con alguien más, lo que le generó aún más celos. En ambos casos, intentaba resolver sus sentimientos a través del consumo de pornografía.

### **Análisis topográfico**

Se realiza en función de lo aportado en la entrevista como por el instrumento de evaluación topográfica utilizado. Al inicio del tratamiento se reporta una frecuencia de consumo diaria siendo más frecuente en la noche, con un tiempo de dedicación de por lo menos 9 horas semanales. Estima dicha frecuencia como “muy alta” así como el tiempo “muy grande”. Los géneros que más consume son los de “tríos” o “pornografía convencional (pareja de hombres y mujer)”. También consume videos y fotografías de exparejas de él, almacenadas en su celular.

### **Análisis funcional**

Con respecto a las variables disposicionales, algunas variables se han vuelto relevantes con respecto a la intensificación de la conducta de consumo. Entre las mismas:

- Presencia de deprivación sexual.
- Historia de inicio de consumo intensa.
- Patrones de masculinidad basados en el control.
- Facilitación a nivel tecnológico del consumo.
- Estrés y ansiedad recientes por momentos de crisis
- Baja tasa de reforzadores alternativos a la pornografía.

Como variables antecedentes, son predominantes las verbalizaciones encubiertas referidas a temáticas de fracaso consigo mismo, relacionadas con trabajo, su relación de pareja pasada y ambiente familiar. A su vez, el consultante presenta con frecuencia una baja tasa de reforzadores positivos, pues muchas de las actividades gratificantes las ha dejado de hacer. De modo que, se mantiene constantemente en estimulación aversiva, situación que el consumo de pornografía de alguna u otra forma subsana.

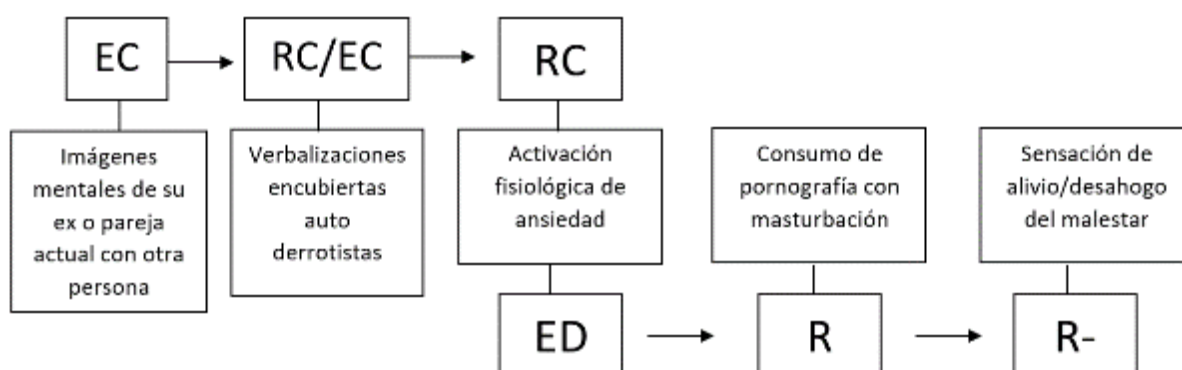
El malestar ocasionado por la ruptura amorosa evoca verbalizaciones de fracaso, las cuales se han generalizado a diferentes ámbitos de su vida. El consumo de pornografía en ocasiones anteriores ha sido eficaz como forma de alivio a la ansiedad. De modo que recurre a la misma como estrategia prioritaria de alivio, a manera de refuerzo negativo.

El consultante de forma continua presenta verbalizaciones encubiertas relacionados con desconfianza hacia con su actual y anterior pareja, trayendo como resultado una respuesta de celos, entendiéndose la misma como un estado emocional aversivo que en consecuencia le lleva a establecer alguna conducta de evitación o escape a manera de refuerzo negativo. Dichos "celos" los presenta de forma frecuente ya sea con su anterior pareja o con su actual, Por ende, considerándose una generalización del estímulo.

Propiamente existen dos variables disposicionales relacionadas con la activación de la respuesta de celos. En primer lugar, comunicación hostil de él hacia su expareja. En segundo lugar, ausencia de contacto físico con su pareja actual. Esto hace que experimente de forma continua estados de activación fisiológica constante, producto de la ansiedad.

En este caso, el análisis funcional se daría de la siguiente forma:

**Figura 14. Conducta de consumo relacionada con aversión a la soledad en el caso Johnny.**



Es posible referirse a un posible esquema de rechazo operando en la elicitación de respuestas. Dicho esquema de rechazo se posiciona constantemente evocando verbalizaciones encubiertas auto derrotistas. Cuando esto sucede y si Johnny no alivia el malestar a través de consumo de pornografía, la activación simpática puede expresarse a través de ira. Si esto es así, la explosión verbal genera una sensación de control aprendida en el pasado que le produce alivio.

### **Formulación clínica y modelo explicativo**

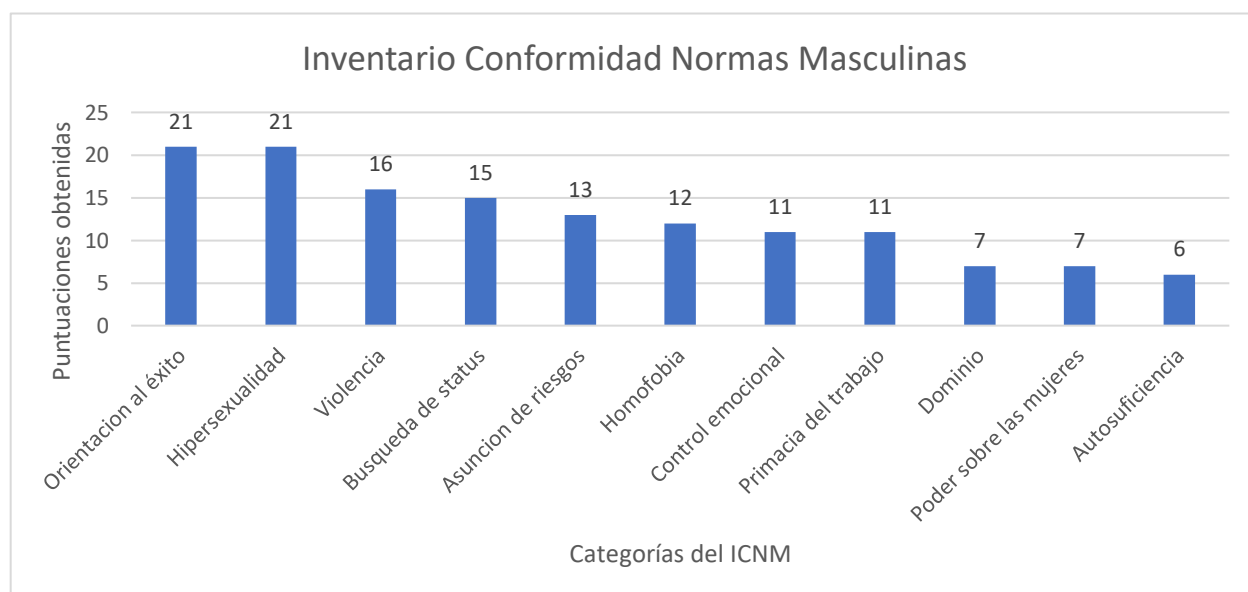
Johnny necesita ejercer un control coercitivo en sus relaciones de pareja, esto a manera de modelo prioritario de vinculación afectiva. Actualmente no puede ejercerlo con su anterior pareja pues la ruptura lo impide y tampoco con la actual, debido a la distancia. Esto ha ocasionado una constante ansiedad generalizada que resuelve con consumo de pornografía. Por esta razón, Johnny en la primera sesión

reconoce sus dificultades de relajación y lo plantea con la siguiente frase: "Entiendo que el porno se ha convertido en mi espacio seguro".

La vivencia de su masculinidad y la forma de abordar vínculos con mujeres tiene una orientación basada en el poder y dominación hacia estas, llevándolo a coleccionar fotografías de sus exparejas o de mujeres famosas que le gustan a manera de trofeos. Esto choca con el tema de que no puede ejercer dicho poder sobre las dos mujeres que en este momento le interesan, generando frustración con respecto a su masculinidad.

Por tanto, en el consultante sobresalen dos modelos explicativos sobre su consumo. En primer lugar, un modelo de ansiedad condicionada, de forma constante, se encuentra inmerso en un estado de activación fisiológica, situación que ha convertido a la relajación proveniente de la respuesta sexual humana como eficaz. Por otro lado, un modelo cognitivo de masculinidad propiciatoria, según la cual ciertos patrones de vinculación afectiva normalizan el poder y posesión de figuras femeninas cercanas. Con respecto a esto, el Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas plantea lo siguiente:

**Gráfico 45. Resultados ICNM fase de evaluación, caso Johnny**



En el gráfico anterior se evidencia como existen dos patrones de construcción de su masculinidad que sobresalen. En primer lugar, la orientación al éxito. Sobre esto, el consultante asevera haberse visto a sí mismo tratando de ocultar aspectos de sí mismo que le disgustan a través de distintos marcadores de virilidad en especial el éxito profesional. No obstante, en los últimos años no ha podido seguir escalando laboralmente, situación que le frustra. A la par de lo anterior, como es una constante en otros consultantes, la tendencia a la hipersexualidad.

### **Selección de instrumentos de evaluación**

- Se utilizó la entrevista clínica, a través del formato preestablecido para la misma.
- Cuestionario de Conformidad a las normas masculinas. Al carecer de baremos estandarizados, los resultados se utilizaron de forma descriptiva con el paciente, de manera reflexiva.
- Inventario de análisis topográfico.

### **Objetivos terapéuticos**

#### **Objetivo General**

Desvanecimiento de la relación de contingencia entre imágenes de mujeres sexualmente significativas y cercanas con otras personas, el malestar asociado y la consecuente conducta de consumo

#### **Objetivos Específicos**

- Abordaje del duelo no resuelto con su expareja
- Aprendizaje de estrategias de control de la activación fisiológica.
- Aumento de actividades gratificantes por activación conductual.
- Disminución del consumo de forma gradual

### **Procedimiento interventivo**

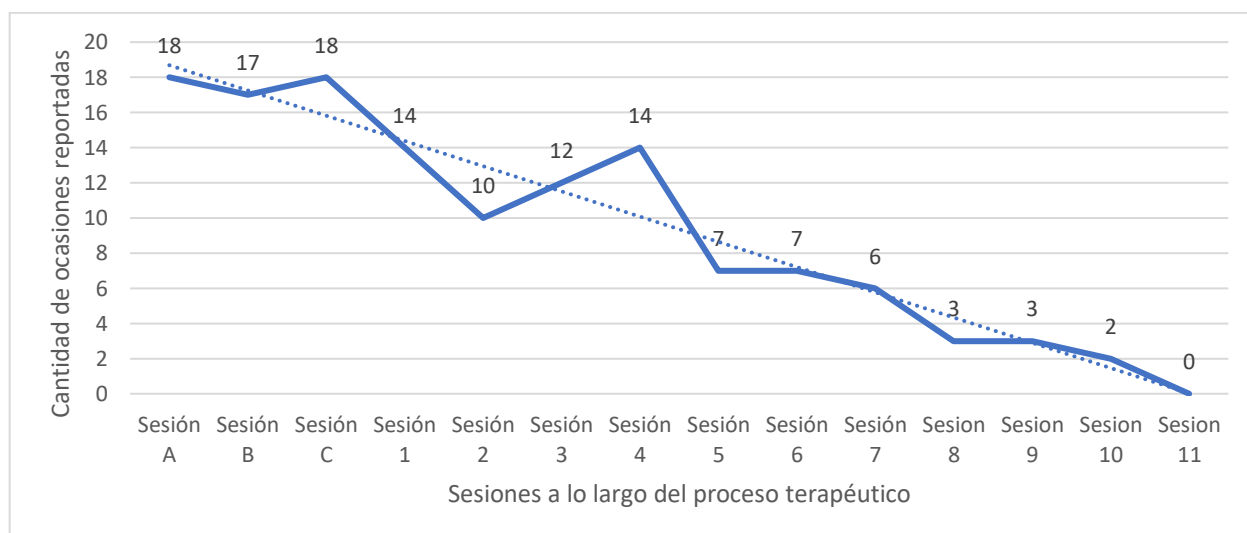
#### **Técnicas**

- Reestructuración cognitiva dirigida a la relación contingente entre esquemas de fracaso y desequilibrio emocional
- Técnicas de relajación diafragmática
- Exposición a material pornográfico con prevención de respuesta de consumo
- Activación conductual. Búsqueda de un incremento en la tasa de reforzadores positivos inmediatos a manera de Contracondicionamiento.
- Control estimular de fotografías y videos.
- Psicoeducación de la ansiedad y respuesta sexual humana.

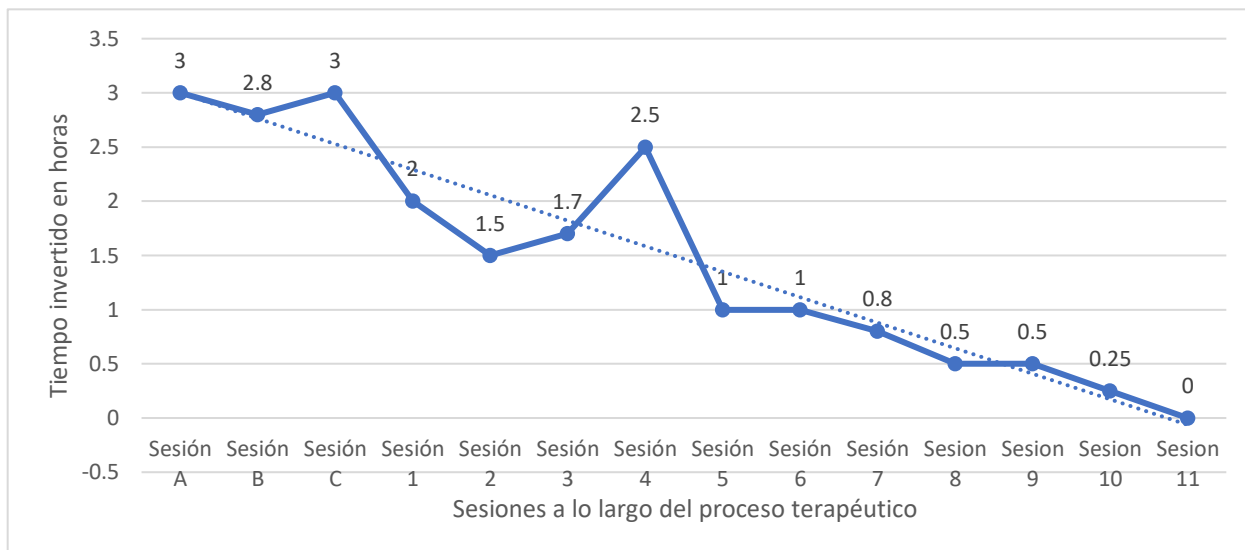
### Resultados generales:

A través del proceso, se logra una disminución clínicamente significativa de la interacción del consultante con material de tipo pornográfico como satisfacción y alivio de ansiedad. A su vez, demuestra un mejor manejo de su tensión generalizada. En los siguientes gráficos se evidencia dicha disminución.

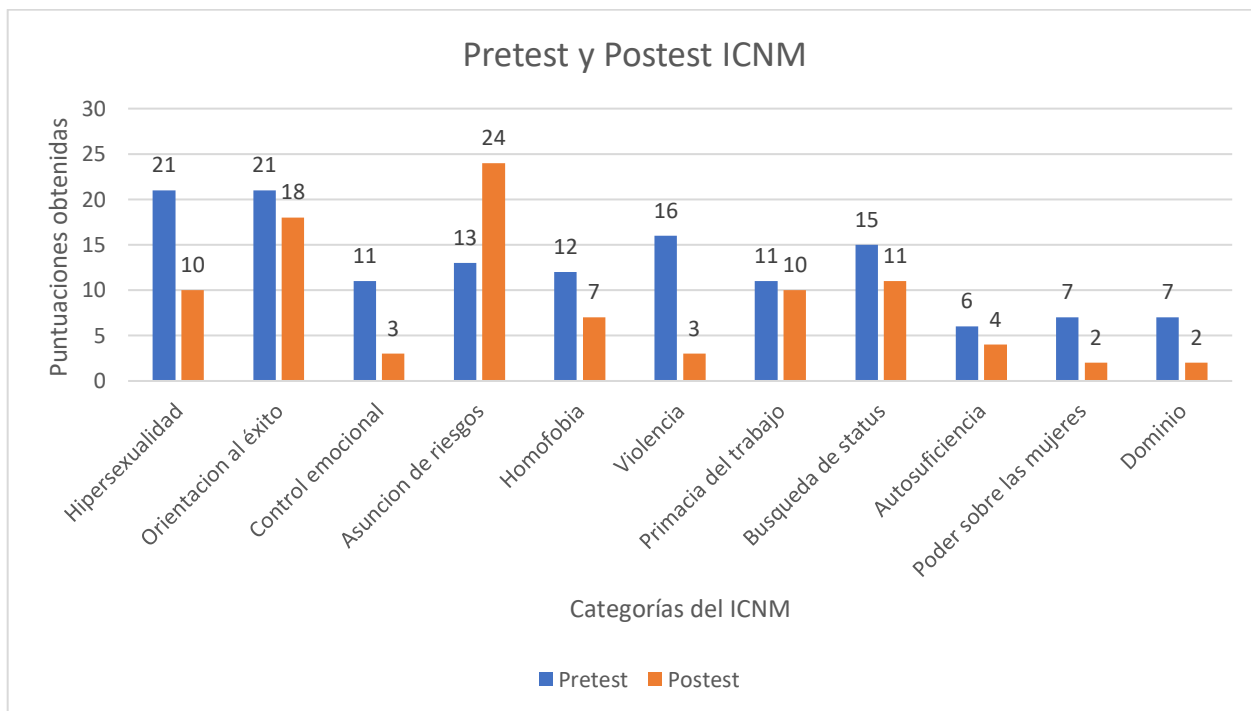
**Gráfico 46. Evolución de la frecuencia de consumo, caso Johnny**



**Gráfico 47. Evolución de la duración de consumo en horas, caso Johnny**



**Gráfico 48. Evidencias pretest-postest, ICNM caso Johnny**



El consultante refleja una disminución importante en algunos rubros como por ejemplo el de hipersexualidad que pasa de una puntuación de 21 a 10. Esto pues como en el resto de los casos se debe a que era el componente principal del proceso



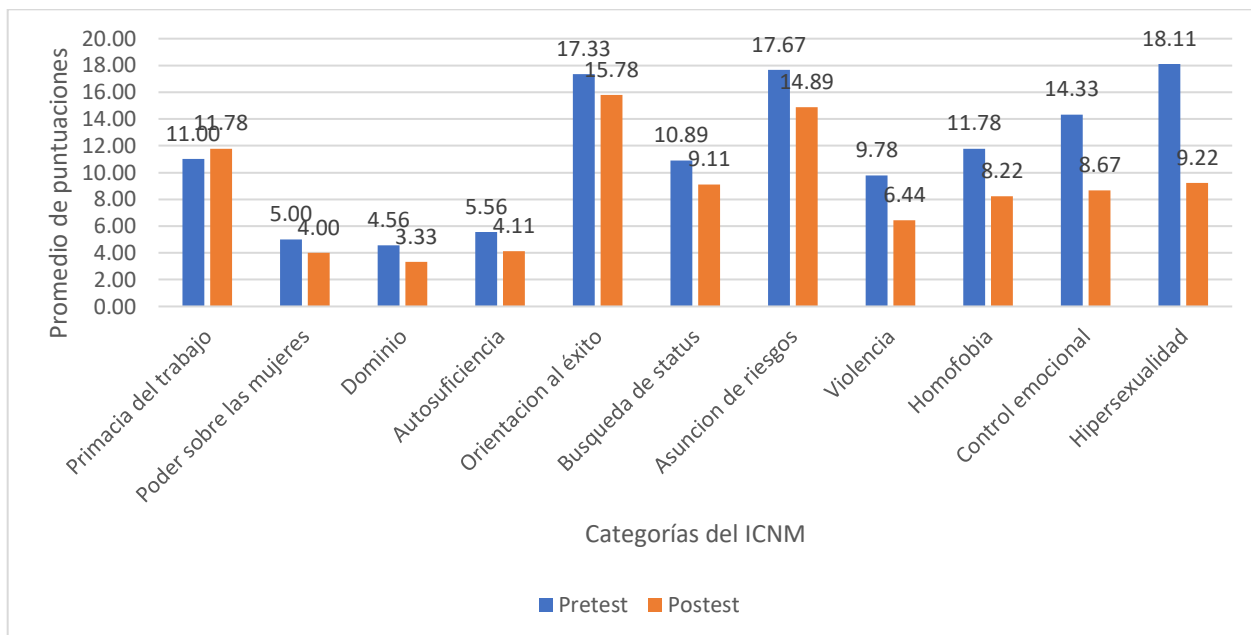
terapéutico. En segunda instancia el componente de *Violencia* atraviesa una gran disminución, pasando de una puntuación de 16 a una de 3. En diferentes sesiones se reflexionó sobre la forma en la que asume sus vínculos afectivos mediando un componente de violencia hostil hacia sus parejas. *Control emocional* es otro componente que presenta una disminución relevante pasando de una puntuación de 11 a una de 3.

El consultante al concluir el tratamiento es consciente de la necesidad de búsqueda de apoyo emocional. Otros ítems que demuestran una disminución es el de *Orientación al éxito, Homofobia, Búsqueda de estatus, Poder sobre las mujeres y Dominio*. Por el contrario, el ítem de *Asunción de riesgos* expresa un aumento considerable siendo explicado por la promoción durante la terapia de asumir mayores actividades con respecto a su autonomía personal, se le plantea al consultante no confundir ambos conceptos.

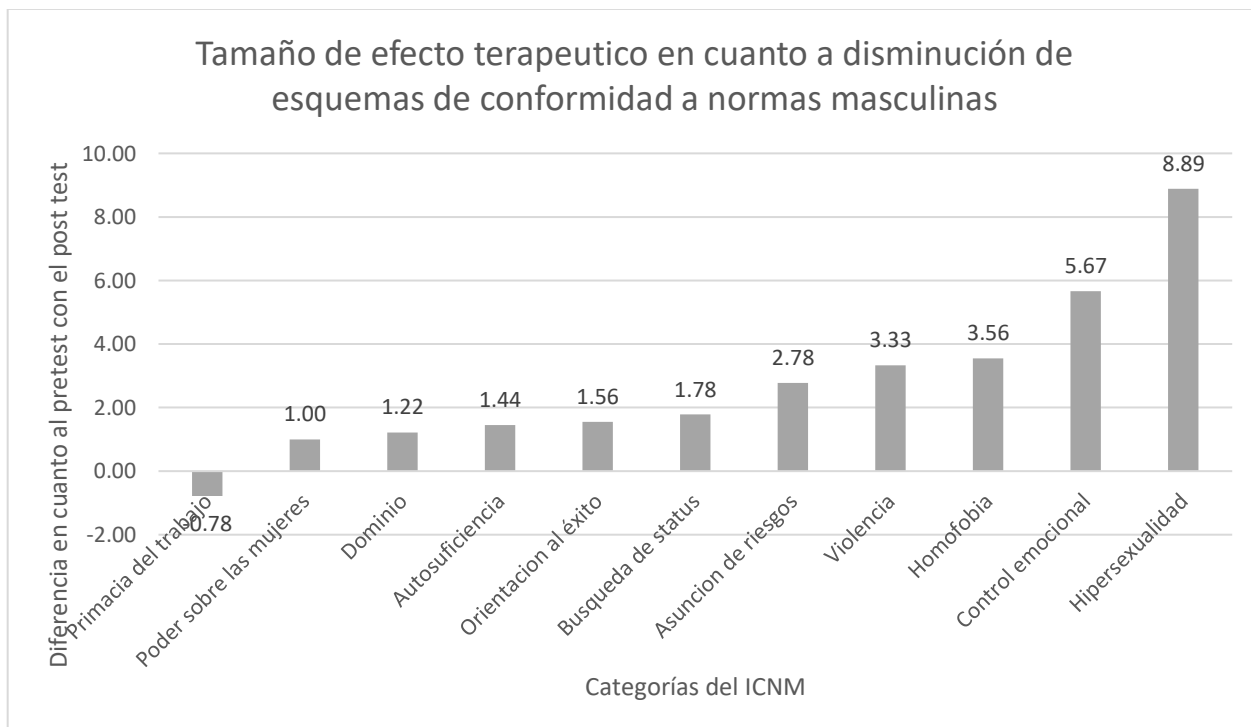
#### **6.4 Resultados Generales de los procesos terapéuticos en cuanto a indicadores de Conformidad a las Normas Masculinas**

El proceso de terapias a nivel individual finaliza con resultados adecuados con respecto a la finalidad básica planteada: cuestionar y disminuir las pautas de hipersexualización en los 9 participantes. El gráfico 37 muestra los resultados pretest-postest aplicados, muestran de forma común disminución en casi todos los factores excepto en primacía del trabajo. El gráfico 38 muestra la diferencia de puntuaciones por cada factor. El componente con una mayor disminución sería el de *Hipersexualidad*, seguido de *Control emocional* y *Homofobia*. Con un aumento se encontraría *Primacía del trabajo*.

**Gráfico 49. Variación de puntuaciones del ICNM con respecto al pretest-postest. Promedio para todos los procesos de terapia individual**



**Gráfico 50. Tamaño de efecto terapéutico en cuanto a disminución de esquemas de conformidad a normas masculinas**



# Discusión

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE PORNOGRAFÍA

## 7. Discusión

Se buscará reflexionar sobre el peso que tienen ya sea las normas o contingencias en la conformación de estilos de respuestas ligadas a la dependencia funcional del consumo de pornografía como mecanismo de afrontamiento de estímulos aversivos y vivencia de la propia masculinidad. Para ello se utilizarán dos modelos, cognitivos y conductuales.

La diferencia que subyace en cuanto a los modelos es acerca de la definición sobre que variable tiene mayor peso en la manutención de la conducta. En el caso de los de corte conductual, buscarían explicar la relación de la conducta problema y su ambiente mientras en los posicionamientos cognitivos se buscaría explicar la relación de la conducta con el esquema afectivo correspondiente. Por ende, en el primer caso se trataría de una relación de la conducta con el contexto del individuo mientras que en el segundo la conducta con lo intrapsíquico.

Una perspectiva conductual debe buscar comprender como las normas comienzan a adquirir un control diferencial sobre la puesta en práctica de acciones sobre el individuo<sup>385</sup>. Es en este sentido que debe plantearse que normas perfilarían dinámicas de consumo que más como búsqueda de placer pretenderían que el sujeto se acerque más a la pretensión de un modelo ideal de masculinidad construido en la historia de aprendizaje de cada consultante.

Al final, en una tercera parte se reflexionará sobre la relevancia de técnicas terapéuticas y su peso en el cambio terapéutico, así como los principios que podrían estar inmersos, ofreciendo una reflexión sobre las estrategias terapéuticas en función del rol asumido durante las sesiones, del cómo se utilizaron y para que objetivos.

---

<sup>385</sup> Grecia Herrera et al., «Seguimiento de reglas en función del desarrollo psicológico y de la comprensión del lenguaje», *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta* 27 (26 de enero de 2011): 403-29, <https://doi.org/10.5514/rmac.v27.i3.23584>.

## **7.1 Acerca del desarrollo de Conformidad a las normas masculinas y su relación con el consumo de pornografía**

Como primer eje de discusión, se plantea la influencia que tuvieron los procesos de aprendizaje de normas masculinas con respecto al consumo de pornografía de forma frecuente. En este sentido se abordarán los posibles esquemas mayormente reportados, guiones cognitivos en los cuales incidirían, así como la historia de aprendizaje sociocognitiva del consumo. Es relevante plantear que lo mencionado no deja de ser una mera discusión acerca de los casos vistos en los tres niveles de intervención: primaria, secundaria y terciaria; no pretendiendo alcanzar estatus de generalización a otros casos al carecer de criterios metodológicos propios en cuanto a alguna posible y pretendida extrapolación.

### **7.1.1 Esquemas de vulnerabilidad emocional como marcadores cognitivos de recurrencia al consumo**

El modelo cognitivo tal cual se abordó en el marco teórico ofrece una conceptualización basada en los diferentes posicionamientos teóricos vinculados al procesamiento de la información<sup>386</sup>. En ese sentido cobra especial interés la concepción sobre el constructo de esquemas, donde diferentes respuestas que una persona emitiría guardarían relación con dichas estructuras cognitivas que predefinirían la relación del individuo en su entorno<sup>387</sup>. Con base en el modelo de formulación de caso del modelo cognitivo, se propone aquí empatarle con las pautas estandarizadas del pensamiento machista, siendo que ya algunos autores han

---

<sup>386</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*; Gabalda, *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas*; Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

<sup>387</sup> Baldós, «Terapia cognitiva de Beck»; Young, Klosko, y Weishaar, *Terapia de esquemas*.

planteado la posibilidad de que los mismos estereotipos de género pueden abordarse como estructuras cognitivas<sup>388</sup>.

En los procesos de terapia individual de la presente práctica, fue posible interpretar varios patrones de pensamiento que darían cuenta de la presencia de estructuras cognitivas propiamente, que a su vez guardarían alguna relación con la recurrencia al consumo. Proceso similar se ha observado en otros análisis, por ejemplo, el de Estévez y Calvette, donde plantean la posibilidad de esquemas de pensamiento ligados a conductas de autocontrol por juego patológico, sobresaliendo los de desconexión y rechazo, y autonomía deteriorada<sup>389</sup>; o los reportados por Malacas donde en su investigación con consumidores de sustancias psicoactivas, se reporta un mayor componente de la misma dimensión de autonomía deteriorada<sup>390</sup>. Por su parte, en sintonía, con lo anterior, Irruaziga y colaboradores en una población de personas adolescentes que presentaban conductas sexuales compulsivas, plantean la presencia de esquemas de dependencia, derivados de esta dimensión de autonomía deteriorada, influyendo en la regulación emocional inclusive<sup>391</sup>. Situaciones similares en cuanto a lo verbalizado por los consultantes se notarían en las sesiones, dificultades de autonomía no relacionadas eso si con la ejecución de situaciones cotidianas, sino con el abordaje de conflictos sexoafectivos.

En términos generales y obviando la particularidad de cada caso, la mayoría de los consultantes describieron seguir un proceso similar de forma genérica, pudiéndose constatar en lo expuesto por los análisis funcionales. En primer lugar, un estímulo activador, que podrían ser dos posibilidades: alguno de corte ambiental que

---

<sup>388</sup> Barberá Heredia, «Perspectiva sociocognitiva: Estereotipos y esquemas de género».

<sup>389</sup> Ana Estévez y Esther Calvete, «Esquemas cognitivos en personas con conducta de juego patológico y su relación con experiencias de crianza», *Clínica y Salud* 18, n.º 1 (mayo de 2007): 23-43.

<sup>390</sup> Carlos Alexander Malacas Bautista, «Esquemas disfuncionales tempranos en consumidores de sustancias psicoactivas internados en comunidades terapéuticas», *Universidad Nacional Federico Villarreal*, 2013, <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/1069>.

<sup>391</sup> Itziar Iruarizaga Díez et al., «Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos, y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia», *Revista española de drogodependencias*, n.º 44 (2019): 79-103.

predispusiera la sensación de aburrimiento o inactividad, esto propiamente en los casos abordados en la prevención secundaria; o alguna discusión o gesto previo a esta, en los casos de prevención terciaria. A continuación, la respuesta de consumo. Entre ambas situaciones, los consultantes solían referir aspectos particulares con respecto a la interpretación del estímulo inicial, situación que desde el análisis cognitivo y de su propia masculinidad, se vuelve principal en este apartado.

Tal como Beck plantea, todo producto cognitivo es delimitado por creencias intermedias o atribuciones a manera de normas de comportamiento<sup>392</sup>. Diferentes explicaciones según lo reportado por los consultantes en terapia darían cuenta de reglas, suposiciones y actitudes ligadas con el acto de consumir y su relación con la masculinidad misma; el siguiente diálogo establece dichas normas cruzadas entre sí:

*"Yo necesitaba tener una muchacha bonita y buena como proyecto de vida. Pero a la vez estar con otras mujeres cuando era soltero, me daba tranquilidad. La pornografía ofrece la posibilidad de ser infiel, sin ser infiel."*

*Miguel Sesión 2*

Sobresale del diálogo anterior varias creencias entrelazadas entre sí, como una atribución: *"estar con varias mujeres otorga tranquilidad"*, junto con una regla: *debo estar con una muchacha bonita y buena como proyecto de vida*. En un contexto de vínculo matrimonial dentro del cual el consultante se encuentra inserto, precede un consenso que funcionaría a manera prohibitiva verbalizado por el mismo en otros momentos: la obligatoriedad de exclusividad sexual. De esta forma ambas creencias serían incompatibles entre sí. No obstante, la frase propone el establecimiento de una nueva a manera de suposición del tipo: *Si consumo*

---

<sup>392</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*; Baldós, «Terapia cognitiva de Beck»; Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión*.

*pornografía, puedo disfrutar de forma similar como si estuviese con alguien más sin ser infiel, entonces podré estar tranquilo.*

Tal como Festinger sugeriría en los años 60, las personas presentan necesidad de que sus creencias sean coherentes entre sí, evadiendo las contradicciones. En el caso de que dos ideas sean incompatibles entre sí, es posible que se busque una tercera idea que pueda manipular la conclusión, logrando encajar ambas ideas iniciales<sup>393</sup>.

En este sentido se ofrecería una solución parsimoniosa ante el dilema de una disonancia cognitiva como la descrita. Este fenómeno de dos creencias intermedias que se presentan como mutuamente excluyentes, se vería en otros casos, como por ejemplo el siguiente:

*A mí me da mucho miedo enojarme con mi pareja, aunque tenga derecho. Si eso pasara, discutiríamos y entonces tendríamos un conflicto, que puede llevar a la separación entre nosotros dos. Para bajarme la chicha, veo porno y entonces se me pasa. Creo que así, según yo, he salvado la relación.*

*Caso Luis, sesión 3*

Nuevamente se presenta un dilema que influye a manera de disonancia cognitiva: reclamar algo que asume tiene derecho, pero a la vez exponiéndose a un conflicto que podría terminar con la relación. Paradójicamente y por lo que el consultante Luis describe en otros momentos terapéuticos, el no desahogar su enojo ha terminado llevando a discusiones intensas en el pasado, por lo que debe focalizarse en dos tareas: en primer lugar, evitar el reclamo y en segundo lugar disminuir su ira. El consumo de pornografía como estrategia de afrontamiento pondría ambos deseos en sintonía: conservar la relación y a la vez desahogarse fisiológicamente.

---

<sup>393</sup> Leon Festinger, «Cognitive Dissonance», *Scientific American*, 1962; M. Keith Chen y Jane L. Risen, «How choice affects and reflects preferences: Revisiting the free-choice paradigm», *Journal of Personality and Social Psychology* 99, n.º 4 (2010): 573-94, <https://doi.org/10.1037/a0020217>.



Es relevante en este caso, como la estructura cognitiva parece partir de un supuesto: la posibilidad de abandono, como esquema cognitivo.

Beck propone el concepto de creencias adictivas, refiriéndose a las mismas como un conjunto de ideas centradas alrededor de la búsqueda de placer, resolución de problemas, alivio y escape. De la propuesta cognitiva se rescata el hecho de que este tipo de creencias suelen estar arraigadas en las personas, pero no se van a activar sino por una situación de vulnerabilidad como por ejemplo crisis de vida<sup>394</sup>. Si bien es cierto, este modelo cognitivo se plantea principalmente para drogodependencias, en los casos atendidos se lograron considerar algunas creencias centrales, en particular vinculadas con la indefensión, siendo que las mismas se componen de un talante de vulnerabilidad sobre el sujeto mismo en su esencia, ya que hablan de la estructura central de personalidad, es decir lo que la persona en el fondo asume de sí misma. De modo que las creencias intermedias van a guardar relación con las centrales, pero en el caso de la masculinidad van a tener un tono inclusive encubridor:

*"Cuando pienso en culearme a otra vieja, me reconcilio con mis esquemas vinculados al rechazo"*

Arturo Sesión 7

Es posible que la creencia central legitime el consumo, en función de que permite escapar del efecto vulnerabilizador y por tanto doloroso que evoca la primera ante la interpretación de diferentes señales sociales que contactan a la persona con eventos traumáticos del pasado. Beck plantearía que, en efecto, las diversas estrategias de afrontamiento disfuncionales de las personas en un principio buscarían escapar de una condena emocional que otorga el procesamiento emocional basado en creencias centrales ligadas con la privación y fracaso con

---

<sup>394</sup> Aaron Beck et al., *Terapia cognitiva de las drogodependencias* (Buenos Aires: Paidós, 1993).

la vida<sup>395</sup>. Los eventos traumáticos en la infancia fueron, de forma no esperada, comunes en los testimonios en el momento de consulta:

*Yo fui abusado. Y a partir de eso me vi en la misión de procurarme reafirmación sexual. Creo que el abuso me hipersexualizó y la pornografía fue una buena forma de vivir esa energía*

*Caso Luis, sesión 4*

Es decir que el poder y control derivado como común denominador de las creencias intermedias, en realidad hablan de la indefensión propia de la persona que se sobreprotege en dichas ideas al resultarle cómodas. Siendo así, la conformidad hacia las normas masculinas deriva de la evitación a la exposición de vulnerabilidad. Por encargo masculino, el individuo no quiere considerarse indefenso y mucho menos que los demás le vean como tal. Si bien es cierto que en la literatura cognitiva es reconocido que las creencias centrales suelen protegerse con cierto ahínco, en el caso de la estructura machista se hipotetizará en este escrito que lo será aún más, considerando a las creencias intermedias como de un valor mayor:

*Mi mama me pegaba con cables eléctricos. Era muy dominante y autoritaria conmigo. Aprendí un modelo de relaciones afectivas en el cual está basado en una relación de dominio y sumisión hacia los demás.*

*Luigi sesión 1.*

*La verdad mi mama era una psicópata, que si nunca la denuncié es porque aún le tengo miedo. Su nivel de autoritarismo era enfermizo, yo y mi hermano crecimos muy traumatados, había violencia de todos los tipos todos los días. Ahora que estoy adulto para mi ella no existe, me hizo mucho daño.*

*Arturo sesión 6*

---

<sup>395</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión.*; Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización.*

Un concepto importante en el cual la terapia cognitiva insiste es que rara vez las creencias se mantienen estáticas sino más bien con respecto al tema de adicciones van evolucionando, iniciando por las de corte anticipadoras, las cuales hablarían de expectativa y legitimación por probar el estímulo<sup>396</sup>. Posteriormente evolucionarían a las de corte permisivas que tienen que ver con aquellas que van a predecir la satisfacción o el escape<sup>397</sup>.

Dichas necesidades generarían esquemas de pensamiento que influirían en el desarrollo y mantenimiento de la conducta de consumir pornografía como estrategia válida de afrontamiento. El exceso comportamental estaría marcado por un esquema cognitivo de legitimidad. Si bien es cierto se desarrollaría alguna especie de rechazo a la figura paterna, los esquemas se mantendrían similares a que, en la niñez, siguiendo el concepto de perpetuación que plantearía Young, según el cual muchas elecciones se desarrollarían coincidente con los diversos esquemas<sup>398</sup>:

*Consultante. Mis dificultades de expresión se desarrollaron desde que me criaron. Mi papá es muy fuerte a la hora de decir las cosas.*

*Terapeuta. Te has visto expuesto ante personas muy dominantes.*

*Consultante. Si porque María (esposa del consultante) salió igual y me paraliza.*

*Miguel, sesión 5*

De forma general, los consultantes al inicio de las sesiones mostraban puntuar más alto en rubros como Hipersexualidad, asunción de riesgos y orientación al éxito. En función de ello, sería pertinente a futuro considerar si existe alguna línea o asociación entre dichos esquemas propios de la masculinidad y las necesidades de

---

<sup>396</sup> Jm Llorente Del Pozo y I. Iraurgi-Castillo, «Tratamiento cognitivo conductual aplicado en la deshabitación de cocaína», *Trastornos Adictivos* 10, n.º 4 (1 de octubre de 2008): 252-74, [https://doi.org/10.1016/S1575-0973\(08\)76374-8](https://doi.org/10.1016/S1575-0973(08)76374-8).

<sup>397</sup> Beck et al., *Terapia cognitiva de las drogodependencias*.

<sup>398</sup> Young, Klosko, y Weishaar, *Terapia de esquemas*.

infancia no cubiertas propuestas por Young. Al respecto, este diálogo del caso de Luigi ofrecería alguna sugerencia, la historia de consumo se basa en una diada de dominio/sumisión, obediente al esquema de vinculación afectiva que aprendió con su madre.

*Luigi: Yo veía pornografía por rebeldía al trato de mi mamá.*

*Terapeuta: todo lo contrario. Fue tu mamá quién te enseñó a ver porno,*

*Luigi: como así, jamás, si más bien una vez que me agarró viendo porno se enojó toda.*

*Terapeuta: Es que ver pornografía no es señal de rebeldía, sino de obediencia a un esquema de dominio hacia alguien más. Eso lo aprendiste de tu mamá.*

*Luigi: por eso es por lo que veo géneros violentos a las mujeres. También yo he sido muy machista en mis relaciones, ¿todo entonces es lo mismo?*

*Terapeuta: parece ser que se repite un mismo esquema.*

*Luigi Sesión 2*

Algunos autores también han abordado sobre la relación entre adicciones y diferentes manifestaciones de trauma, dirigido a reducir experiencias internas aversivas, constatándose que aquellos que presentan mayor gravedad junto a niveles elevados de evitación tienen mayor probabilidad de consumir<sup>399</sup>. En seguimiento a este patrón de trauma infantil planteado por la mayoría de los consultantes, refieren haberse visto envueltos en su adolescencia en dos procesos: Por un lado, una creciente descalificación de sus cuidadores como figuras de autoridad, guía y soporte emocional. Y como resultado de esto, una mayor

---

<sup>399</sup> Michael J. Bordieri et al., «The Moderating Role of Experiential Avoidance in the Relationship between Posttraumatic Stress Disorder Symptom Severity and Cannabis Dependence», *Journal of Contextual Behavioral Science* 3 (1 de octubre de 2014): 273-78, <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.08.005>.

propensión a la búsqueda de grupos de pares como estrategia de validación por lo que, lo concerniente a amistades ganaría amplia confianza como modelo sustitutivo de crianza. Y de esta forma según refieren algunos, las normas de la masculinidad serían introducidas con firmeza:

*Ahora me doy cuenta de que, por ese rechazo hacia mi mamá, me quedé sin una figura que fuera guía. Y entonces quienes me educaron fueron la tele y los compas. Y desde entonces quiero quedarles bien con estándares de masculinidad dañinos.*

*Arturo sesión 9*

La pornografía sería en este entendido como una guía de sexualidad, desarrollando el esquema de hipersexualidad como regla masculina de performance hegemónica. No obstante, en los procesos terapéuticos se evidenciaron otros esquemas, reporte también confirmado por lo asumido en la devolución del inventario de conformidad a las normas masculinas en cada participante. En el mismo, como se evidencia en el gráfico 49 expuesto en los resultados, los esquemas con mayor puntuación de forma promediada a todos los participantes fueron en primer lugar la esperada hipersexualidad, pero seguido de cerca por asunción de riesgos y orientación al éxito. Continúan los de control emocional, homofobia, primacía del trabajo y búsqueda de estatus respectivamente.

Esto daría cuenta de que la formación recibida en patrones de masculinidad tradicional a través del proceso de aprendizaje no sería exclusivamente de índole sexual, sino más bien mucho más integral, abarcando otras áreas de dominio y poder hegemónicos. Mahalick y sus colaboradores, creadores del inventario, también encuentran resultados similares: nunca un rubro muy superior a los demás, aunque sí podrían existir primacías de uno sobre otro<sup>400</sup>.

---

<sup>400</sup> Mahalik et al., «Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory».

De momento se han planteado dos situaciones clave: en primer lugar, el desarrollo de esquemas precoces relacionados con alguna vulnerabilidad cognitiva (ligada al rechazo para dotar de mayor precisión) y posteriormente la recurrencia a la aceptación e inclusión social como sustituto de valía y orientación en el mundo. Coincide con ello que en sesiones se emitieran con mayor consistencia verbalizaciones ligadas a la dependencia y abandono como marcadores cognitivos de consumo. Es así como, se vuelve sugerente de una propuesta de reflexión futura la discusión de como los mismos influirían en el manejo de diversas crisis en la época adulta activadas por situaciones propias de rechazo. En todos los casos se evidenció que las preocupaciones diarias no coincidían con la imagen de hombre construida en el proceso de socialización. En este sentido, la hipersexualidad actuaría con un rol apaciguador ante la posible crisis emocional de no alcanzar el pretendido estatus:

*Consultante: Uno aprende por la sociedad que mientras más hombre, más autoestima o ego tiene uno.*

*Terapeuta: Lo que pasa es que los rubros con los que fuiste socializado te llevan a priorizar ese ego masculino en la consecución de logros, pero como que por tu tema económico eso no se ha podido.*

*Consultante: Con razón me volví tan aficionado a los pelos. En el test sale que lo más importante para mí es la orientación al logro y eso es cierto, cuando yo lo tenía todo ni me acordaba de nada más, ahora que toca pellejearla por la crisis ando alborotado. Siempre quiero tener lo mejor, cuando lo tengo no existen tetas ni culos ni panocho en mi mente...*

*Sebastián Sesión 4*

La recurrencia a conductas ligadas a la hipersexualidad tendría entonces dos disparadores. Por un lado, uno contextual a manera de variable disposicional: crisis económicas o de sentido de vida, y en el caso de este escrito y por lo reportado en los procesos psicoeducativos y terapéuticos, las mismas amplificadas por razón de

las consecuencias en cuanto a la pandemia por Covid 19. La construcción de masculinidad tradicional, ligada en absoluto al control y poder de las contingencias del contexto cercano al ambiental sería en este sentido cuestionada. Situación que incidiría, como en otras producciones académicas se informa, en incrementar la sensación percibida de vulnerabilidad, llevando a la recurrencia de otras normas de masculinidad como estrategia compensatoria<sup>401</sup>.

Por otro lado, un disparador contingente, que activaría de manera inmediata la necesidad de consumo, estímulos que se relacionarían directamente con la percepción de rechazo o exclusión, como un conflicto con su pareja, alguna mirada o gesto ligado al distanciamiento. Cuando esto ocurre, conectaría a la persona con algún esquema de percepción de las señas sociales como invalidantes, ocasionando un estado de malestar aversivo por discriminación errónea de rechazo.

Rosen, Leiblum y Spector, acuñan el concepto de guion sexual, refiriéndose al conjunto de preferencias relativas a las circunstancias que rodean a la actividad sexual. Identifican dos tipos de guiones: a) el guion manifiesto que describe las prácticas conductuales de la pareja. b) el guion ideal o de fantasías, qué cada pareja tiene por separado<sup>402</sup>. En este sentido la puesta en práctica de contenido pornográfico ayudaría a evocar un guion de fantasías dónde es posible se busque llevar al acto lo fantaseado. Esto ampararía la hipótesis de que el consumo de pornografía sería un modelador de sexualidad. No obstante, podría cumplir otras funciones relacionadas con la relación con otras mujeres, consigo mismo y con su grupo de pares, que se abordará en los subapartados siguientes.

En todo caso, el consumo de pornografía según los reportes de consultantes y participantes de los procesos educativos tendría entonces una connotación cognitiva relevante, donde el sujeto se involucraría en un ejercicio de imaginaria

---

<sup>401</sup> Badinter, *XY: La identidad masculina.*; Connell, *Masculinidades.*

<sup>402</sup> R. C. Rosen, S. R. Leiblum, y I. P. Spector, «Psychologically Based Treatment for Male Erectile Disorder: A Cognitive-Interpersonal Model», *Journal of Sex & Marital Therapy* 20 (1994): 67-85, <https://doi.org/10.1080/00926239408403419>.

donde sustituiría a la presencia física, pero sin ir en detrimento de la excitación, a tal punto que, dicha señal social podría internalizarse y ser sustituido simbólicamente con un estímulo encubierto. No hace falta que la pareja sexual esté de forma física, basta con el estímulo y este de forma encubierta generará la respuesta de excitación sexual:

*Ver porno es como cogerse a unas guilas*

*Grupo de Alajuela, sesión 1*

El cognitivismo plantea como relevante la manera en que se percibe y evalúa un suceso sexual. El consumo de pornografía como procesamiento de la información, cobra especial interés en este apartado. Lo reportado por los participantes con respecto a su consumo de pornografía coincide con diferentes modelos cognitivos, como el de la secuencia de la conducta sexual propuesto por Donn Byrne en 1986. Según este modelo se basaría en tres niveles de observación que acontecería en de forma lineal: en primer lugar, los estímulos externos que poseerán una naturaleza erótica. En segundo lugar, procesos internos que pueden ser tanto cognitivos como fisiológicos. En el caso de los primeros intervendrían los esquemas de tipo afectivo y actitudinales. Y en último lugar la conducta manifiesta, que en este caso sería propiamente la del consumo de pornografía con estimulación sexual inmersa<sup>403</sup>. Wolfe y Wallen plantean que, en el procesamiento de la información y excitación sexual, existen varios eslabones que se entrecruzan entre sí dando como resultado la respuesta sexual humana<sup>404</sup>

- El primer eslabón es el de la percepción de un estímulo sexual. Entrarían en este, el primer contacto que tiene el individuo con respecto el material pornográfico. Las autoras insisten en que el hecho que un estímulo sea

---

<sup>403</sup> Donn Byrne y K Kelley, *Alternative Approaches to the Study of Sexual Behavior*, Lawrence Erlbaum Associates (New Jersey, 1986).

<sup>404</sup> Janet Wolfe y Susan Walen, «Factores Cognitivos en la Conducta Sexual», en *Manual de Terapia racional emotiva* (Bilbao: Descleé de Brouwer, 1990).



excitante o no depende del historial de aprendizaje del individuo mismo. Como se ha visto, usualmente existe una historia de condicionamiento de los individuos en su contacto con la pornografía misma.

- El segundo eslabón tendría que ver con la evaluación del estímulo sexual. En efecto cuando el mismo es identificado como erótico tendrá una evaluación positiva, en caso contrario la excitación podría bloquearse. En los casos analizados se reportó como, ante un intento de estimulación sexual no efectiva en el caso de que el estímulo careciera del apetitivo necesario, no se bloquea la intención de consumo, sino que se opta por buscar nuevo material.
- El tercer eslabón daría cuenta justamente de la excitación proveniente de la respuesta sexual humana. Dicha excitación en el caso del consumo de pornografía se pondría en marcha en función de dos mecanismos: por un lado, la proveniente de la autoestimulación por masturbación y por otro del factor cognitivo, en tanto el ejercicio de imaginación coincidente con los guiones sexuales propios del individuo, enmarcarían el material pornográfico cómo agradable.
- El cuarto eslabón concierne a la excitación. En los primeros momentos o etapas de la excitación sexual el individuo interpretará o etiquetará la emoción misma. En tanto el individuo perciba su propia excitación a manera de realimentación funcionará como aliciente para que la misma se siga incrementando.
- El quinto eslabón tendría que ver con la evaluación de la situación. En este sentido tal como rescatan las autoras si se aprendió a etiquetar la situación como inadecuada podría bloquear el ciclo de excitación. Según se ha comentado previamente, más bien el revisar contenido pornográfico goza de aceptación y normalización dentro del grupo de pares.
- El Eslabón 6 se refiere a la conducta sexual abierta. En el eslabón 7 se percibe la conducta sexual propia. Y en el 8 la evaluación de la conducta sexual. Estas tres estarían inhibidas en el sujeto que consume pornografía ya que requiere del contacto con alguien más. No obstante, es sustituida por

fantasías a manera de ejercicio de imaginación con la persona que observa en el video.

A manera de resumen, experiencias tempranas aversivas podrían tener un peso significativo en cuanto a la conformación de esquemas que suscitarían vulnerabilidad respecto a la recurrencia frecuente al consumo por el proceso descrito. En la adolescencia, muchos consultantes plantearían algún momento de rechazo a los estilos de crianza misma, repudiando inclusive las normas propuestas por las figuras paternas, pero conservando estilos comportamentales similares. Esto a su vez desembocaría en la conformación de una mayor propensión a la búsqueda de aceptación social, siendo que los encargos de masculinidad tradicional asumirían este rol educativo.

### **7.1.2 Guiones cognitivos relacionados con el consumo de pornografía**

Como se rescató anteriormente, la pornografía como modelo de propuesta sexual, ejercería notable influencia en la construcción de creencias asociadas a la sexualidad. Siendo tan importantes las normas masculinas, en caso de apreciarse alguna característica personal que no coincida con dichas referencias de ser hombre, a manera de protección ante la posibilidad de rechazo, en este caso, se suscitarían algunas estrategias de compensación, siendo aglutinadas en tres vías de reafirmación de valía, donde el consumo de pornografía actuaría como guion cognitivo:

- En su relación con otros hombres, desde la búsqueda de validación e inclusión homosocial
- En su relación consigo mismo, como permiso de contacto con el cuerpo
- En la relación con las mujeres, como guía de poder y dominio

Podrían existir muchas más funciones o guiones que el consumo de pornografía a manera de reglas podría asumir, pero las planteadas fueron las reportadas con

mayor frecuencia por la población participante en los espacios de consulta terapéutica. A continuación, se ofrece una revisión de cada uno.

### **Consumo de pornografía como recurso de validación e inclusión homosocial.**

Un primer guion derivado de la verbalización de consultantes en el proceso es el tema de la conformación de lazos socioafectivos entre los mismos hombres. Debido a la conformación de esquemas de vulnerabilidad por experiencias aversivas tempranas, goza de interés masculino encajar socialmente en sus grupos de pares como recurso de consecución de valía. El recibir material pornográfico es asociado como un saludo, un deseo de buen día o, una forma de establecer afecto a manera de camaradería, como los tres testimonios siguientes lo plantean:

*A mí me llegan videos porno en un grupillo en WhatsApp que tenemos y entonces por ahí alguno responde: Ah, ya no se muere fulanito...*

*Ronny, sesión 2*

*Un compa me envía un video, entonces yo lo recibo y antes de verlo, le doy reenviar. El mae que me lo reciba a la vez me agradece y supongo que se lo envía a otros.*

*Alberto, sesión 3*

*Esa dinámica de recibir videos y reenviarlos, es como en los tiempos de antes que los chamaquillos se sentaban en las esquinas a vacilar y hablar de mujeres. Ahora entre hombres estamos más separados, pero lo virtual y la pornografía nos unen.*

*Un participante, sesión 2 Escazú.*

Es en este sentido que el compartir pornografía por medio de diversas redes sociales, tiene una función añadida, la de socializar, pertenecer al grupo de pares.

De modo que, para ser parte de la comunidad hay que ver el video lo más pronto posible, mirarlo es una regla de pertenencia, y comentarlo de convivencia.

*A mi envía un compa del brete algún pack de fotos, pues entonces yo tengo que mirarlo, porque si no luego al ratito llega el y me pregunta que me pareció.*

*Danny, sesión 3*

El consumo de pornografía en grupos de hombres podría crear vínculos entre los mismos, puede depositarse la función de lazo social en el compartir videos. En esto yace inserta una regla que queda legitimada por el resto de la comunidad o grupo de la red social que aseveren haber consumido el video compartido: *los hombres para ser aceptados, debemos ver el video (Grupo de Alajuela, sesión 2)*. En medio de las medidas por el confinamiento de la pandemia, la función de aceptación social y de pertenencia a grupo es amenazada, por lo que es necesaria la búsqueda de refuerzos secundarios que compensen esa función. Por la disposición a nivel de medidas sanitarias en medio de la pandemia, los espacios tradicionales de socialización masculina desaparecen:

*Es que uno antes salía con compas, a jugar futbol a las sintéticas, o a jugar pool o simplemente birrear. Cuando se cierran esas cosas por la pandemia, ¿Díay como interactuamos los maes?, solo con porno. Una vez que ya se abran esas cosas, de fijo me dejan de mandar tanta porno.*

*Luis sesión 8*

*Yo tenía tiempo de no saber nada de un primillo ahí. Un día el mae me escribe por WhatsApp: ¡Que primo! E inmediato me manda un video porno y tres fotos de mujeres desnudas. Creo que esa era una forma de decirme que me quiere.*

*Un participante del grupo de Grecia, sesión 2.*

En estudios académicos sobre masculinidad, el concepto de validación homosocial es acuñado por Kimmel, en el sentido de visualizar la importante necesidad de aceptación por parte de otros hombres y ganar así reputación dentro del grupo, desde un estado permanente de juicio frente a sus pares<sup>405</sup>. De esta manera, la pornografía posibilitaría un rol de facilitador de vínculo social. Meza, plantea que algunas adicciones a sustancias proveen este rol<sup>406</sup>, de modo que fácilmente podría extrapolarse al consumo de pornografía como dinámica adictiva. En medio del panorama de la pandemia y el confinamiento asociado, el consumir pornografía, pero a la vez distribuirla es un gesto afectivo masculino, utilizando el concepto de Rita Segato, una hermandad o cofradía que legitima y a la vez acuerpa a través de un pacto de lealtad<sup>407</sup>.

En resumen, el consumir pornografía tiene una función de aceptación social desde una norma dominante de búsqueda de legitimación intragrupo. La presunción de aparente hipersexualidad es el guion cognitivo para conseguir aprobación de otros hombres.

### **Consumo de pornografía como contacto placentero permitido con el cuerpo**

En muchos de los casos entrevistados, el contacto que los hombres tenían con su cuerpo y su libertad en su niñez estaba marcado por estilos autoritarios rígidos. En algunos casos con presencia de castigo físico, donde a nivel cognitivo se generaba la creencia de que el cuerpo mismo era digno de castigo:

---

<sup>405</sup> Michael Kimmel, «Homofobia, temor, vergüenza y silencio en la identidad masculina», en *Masculinidad/es. Poder y crisis*, ed. Teresa Valdez y José Olavarria (Chile: Ediciones de las Mujeres, 1997).

<sup>406</sup> Kevin Meza Mesén, «Significado del consumo problemático de sustancias psicoactivas en la construcción de masculinidades en hombres del GAM: Un estudio de casos múltiples.» (Trabajo final de graduación bajo la modalidad de Tesis para optar por el grado de licenciatura en psicología., Ciudad Universitaria Rodrigo Facio, Universidad de Costa Rica, 2021).

<sup>407</sup> Segato, *La guerra contra las mujeres*.

*Tiempo después, con mi proceso de crecimiento en los grupos del Instituto Wem, me di cuenta de que había algo en mí que me hacía olvidarme de mi cuerpo, e incluso odiarlo. Creo que eso tiene que ver con mi mamá, pues ella al golpearme mucho me enseñó que mi cuerpo no era de bien, que no era hermoso o valioso como para cuidarlo, sino que podía ser castigado. A otros compañeros en la escuela no se les golpeaba, o al menos eso creo yo, por lo tanto, asumí que ellos estaban bien y yo no. Obvio que consumir pornografía, andar con mujeres culeando y demás cosas placenteras a nivel fisiológico, me devolvían la esperanza de ser importante. Era una pseudo reconciliación.*

*Luigi, sesión 9*

Desde los estudios de masculinidad se plantea que la construcción que los hombres realizan de sí mismos está relacionada con la percepción del propio cuerpo, Gilmore propone que este es escenario de batallas, mismas donde los hombres prueban a los demás su valía. Para el autor, los marcadores de virilidad son pruebas y tienen como territorio al cuerpo<sup>408</sup>. En esta misma vía el consumo de pornografía toma como escenario al cuerpo mismo y a su vez, como le va construyendo simbólicamente.

*Después de ser abusado y, como no le conté a nadie nunca, quise reparar mi autoestima con situaciones que me generaran placer en mi cuerpo. Me metí en drogas, adicto al sexo, a la pornografía. Yo quería sentir que mi cuerpo era digno, sintiendo y gozando.*

*Ronny sesión 10.*

Partiendo de que la cultura predispone lo que se conoce como identidad, al plantear como imperativos conductuales sobre el comportamiento, que pensar, que sentir;

---

<sup>408</sup> David Gilmore, *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad* (Barcelona: Paidós, 1994).

así también predispondrá el trato al cuerpo. El patriarcado, si bien proporciona privilegios históricos a los hombres, también, como lo plantea Kauffmann, de forma contradictoria convierte esos privilegios en desventajas<sup>409</sup>. Los hombres, jóvenes y niños son tanto privilegiados como dañados por el patriarcado, pero rara vez son conscientes de ello. Dicha imposibilidad de consciencia acerca del daño, legitima las prácticas de destrucción del cuerpo, normalizando conductas y desvalidando la búsqueda de autocuidado.

No obstante, en función de este imperativo de no escucha y distanciamiento del cuerpo, existen recovecos que el patriarcado permite, consentimiento que, no se dudará en exceder. Podría argumentarse que dicho permiso radica en el consumo de pornografía, tal vez único momento permitido desde la masculinidad de contactar al cuerpo propio:

*“Mae Diay uno llega vergueado del brete, después de tanta pichaseada. Ver porno es como un chineito merecido que uno se ganó”.*

*Sesión 2, grupo de Alajuela*

*Desde hace mucho tiempo me he descuidado, necesito una afición, lo que pasa es que en tiempos de pandemia tener esas cosas cuesta. El porno es la única manera de conectarme con algo agradable y a la vez posible, porque tengo la agenda muy apretada.*

*Sesión 1, Johnny*

Paradójicamente, si bien la recurrencia al consumo de pornografía tendría una intencionalidad aparente de contacto con el cuerpo, también distancia de este fin. Lejos de una finalidad basada en el disfrute erótico, la masturbación en hombres acompañada del consumo de pornografía se planteó más relacionada con la vivencia de una sexualidad consumidora, coincidente con normas patriarcales de

---

<sup>409</sup> Kauffmann, «Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres.»

androcentrismo, misoginia y falocentrismo. La mayoría de los consultantes tanto de los talleres como de los procesos de terapia individual reportan masturbarse a través de la pornografía no solo para obtener placer, sino para consumir cuerpos, por lo general de mujeres, es decir el ejercicio de la masturbación con pornografía más bien se realiza como exigencia de virilidad. Por tanto, se está más atento a lo que el material pornográfico ofrece, sin existir al final de cuentas una relación de escucha con el propio cuerpo.

*Era pornografía tipo erótica, me gustaba la lencería y recuerdo que una vez me prestaron la Revista Luz, que son historias escritas (sin imágenes). Siempre lo vi con el fin de excitarme y masturbarme, tenía momentos de ocio y los "aprovechaba" así. Llegué a masturbarme 3 veces en una noche.*

*Luis sesión 2*

En la sesión 4 o 5 de los procesos individuales, cuando se aborda el tema de la respuesta sexual humana ligado al consumo de pornografía, muchos hombres expresan en realidad no ser conscientes de las reacciones de disfrute de su propio cuerpo, sino que orientan su desempeño sexual a la obtención de metas, como durar más tiempo que las personas del video o superar el performance de quienes aparecen en el mismo.

*En mi caso, hasta ahora soy consciente que nunca he sentido como debe ser la sexualidad, al ver porno yo competía con los maes del video y si estaba con una doña, trataba de ver porno para desempeñarme mejor. Yo no disfrutaba, yo competía*

*Ronny, sesión 5*

*Cuando estoy viendo porno, me olvido hasta que yo existo. Cuando me doy cuenta me regué, pero ni por la mente me pasó escuchar mi cuerpo a ver si había señales previas*

*Sebastián, sesión 4*



En el entendido de lo anterior, consumir pornografía y por su contingente placer fisiológico ayudaría a los hombres en cuanto a contactar a su cuerpo mismo, validando a su vez de forma interna su necesidad de percibir valía y admiración. Sin embargo, por encargos de poder, haría que se diste de un placer fisiológico completo. Este guion cognitivo de consumo de pornografía como espacio de contacto consigo mismo se justificaría aún más desde la premisa de que el autocuido es censurado desde una masculinidad tradicional.

### **Consumo de pornografía como compensación de poder**

De momento, el consumir pornografía sería una estrategia que garantiza el cumplimiento al patrón de creencias disfuncionales asociadas a la sexualidad. Al final, la percepción de autoeficacia derivada del performance a manera sustitutiva generaría la sensación de cubrir con la demanda de consumo de lo femenino. El juego fingido dado en la pornografía involucra un acuerdo: el material evoca fantasías, ilusoriamente quien consume recrea una interrelación con el cuerpo que se presenta, por tanto, el sujeto se envuelve con un ejercicio de imaginación que involucra performatividad de conquista. Así, la pornografía tendría como propuesta una función sustitutiva: aunque el objeto sexualizado no esté ahí con el sujeto, pretende satisfacer un encargo patriarcal de pertenencia de este aún sin poseerlo realmente. Acción que a su vez refuerza un supuesto: el del carácter inofensivo de dicha práctica:

*Diay yo prefiero ver porno y sacarme las ganas con esas doñas, que andar con ganas y luego violar a alguien. Creo que el porno bien encaminado es una práctica sana.*

*Un asistente de grupo de Alajuela, sesión 2.*

Es común según el reporte de consultantes, una vivencia ambivalente con respecto a su posición respecto a la sexualidad y la vinculación afectiva. Por un lado, buscando cumplir patrones de exclusividad por encargo del contrato afectivo con su

pareja, pero por otro tratando de cumplir con el contrato hacia con su propia masculinidad, con su grupo de pares. Como se discutió líneas arriba, a manera de disonancia cognitiva, esta situación produce malestar emocional, siendo que el consumo de pornografía cubriría este dilema, permitiendo el desahogo e ilusión de dominio sexual de varias mujeres, de forma virtual, sin que medie un contacto físico que conlleve a una sanción social como tal:

*"Creo que por eso no le he sido infiel afectivamente hablando, pero si le he sido infiel en lo sexual, buscando prostitutas durante la relación de pareja o mejor aun consumiendo pornografía. Esa ha sido mi forma de no serle infiel en lo afectivo, pero si en lo sexual"*

*Miguel Sesión 4*

Elizabeth Badinter planteaba ya en 1993, en su libro XY: La identidad masculina, que los avances de las mujeres en materia social, conquistas que el feminismo plantea en terrenos de la igualdad, asustaban a los hombres, posibilitando una visión de crisis en cuanto a los cánones del patriarcado establecido<sup>410</sup>. José Manuel Salas afirma que al cuestionar el supuesto dominio social de los hombres y abrir espacios para la mujer, no queda más que compensar esta pérdida de áreas de dominio, asegurando otras, pues para muchos hombres aún es necesario mantenerse superiores en algo<sup>411</sup>. ¿Es la pornografía una búsqueda de mantener la sensación de poder del hombre sobre la mujer? El discurso del poder se verbaliza en muy diversos momentos de los procesos, donde los hombres mismos revelan consumir desde el poder:

*Algo muy fuerte que tiene la pornografía y en lo que yo mismo he caído es vendernos la idea de que las mujeres pueden ser dóciles, dispuestas al goce de los maes. Y es un mensaje muy tentador, en cierta manera a veces hace falta sentirse superior, aunque no esté bien.*

---

<sup>410</sup> Badinter, XY: La identidad masculina.

<sup>411</sup> Salas Calvo, Hombres que rompen mandatos. La prevención de la violencia.

*Un participante, sesión 2 grupo de Escazú*

En uno de sus estudios, Glick y Fiske<sup>412</sup> encuentran como los hombres establecen tres categorías de grupos de mujeres: las tradicionales, mujeres que representan el rol de amas de casa; las no tradicionales, mujeres profesionales que se desarrollan en esferas públicas o privadas; y las sexys, aquellas calificadas como atractivas desde una postura de consumo sexual. Según los autores, muchos hombres temerían al grupo de mujeres no tradicionales porque representan un riesgo para su poder; así como a las mujeres denominadas sexys, considerando que ellas con influencia seductora junto con el interés de los hombres por el sexo, les arrebatan también su supuesto dominio. ¿Es la pornografía una búsqueda de mujeres sexys, inmune a las posibilidades de arrebato de poder? En los relatos siguientes, se plantearía de forma directa:

*A mí me han dado ganas de buscar putas. Pero en cierta forma es problemático, también ese tipo de doñas andan buscando joderlo a uno, es riesgoso. Creo que estoy a salvo si me imagino a la doña del video y ya.*

*Caso Miguel, sesión 4*

*Tengo ya por lo menos dos años de tratar de estar con alguien para una relación. Y si me salen mujeres, las conozco, pero son todas iguales, interesadas y peligrosas para mi salud mental. ¿Entonces como no ver porno? Al menos ahí sé que la modelo no me jugaría sucio.*

*Caso Juan, sesión 3*

Es pertinente plantear que, en todos los casos abordados, no se evidenció una búsqueda de poder sobre las mujeres abierta desde una postura de sexismo hostil, sino más bien que la sensación de poder sería gratificante como ideal de

---

<sup>412</sup> Peter Glick y Susan T. Fiske, «The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating Hostile and Benevolent Sexism.», *Journal of Personality and Social Psychology* 70, n.º 3 (1996): 491-512, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.491>.

masculinidad y compensando el temor a establecer vínculos, de los cuales se ha aprendido que la otra persona podría tener el control más bien. Este tipo de discursos, por lo general se presentaban de la mano con historias marcadas por rupturas amorosas y heridas de apego. En muchos casos, esta dinámica de poder va a estar orientada por una operación de evitación, donde desde una creencia de vulnerabilidad se buscaría protección ante un inminente abandono:

*Cada vez que me masturbo viendo porno me siento en paz, es la única opción en la cual puedo tener sexo sin que haya presión. Creo que estar soltero es bueno porque me permite no exponerme a salir dañado otra vez.*

*Luigi, sesión 5*

*Tener sexo con mi pareja se ha vuelto cansado, no estoy cómodo. Hemos peleado tanto que ya estoy como traumatado de en qué momento volvemos a agarrarnos otra vez. Yo me siento como maltratado por ella. En cambio, en el porno no existe eso, en mi imaginación puedo pensar tonteras con la muchacha que sale y estoy tranquilo, no voy a pelear con ella.*

*Miguel, sesión 6*

*Si yo quisiera reclamarle algo a mi esposa sé que viene un conflicto y eso lo quiero evitar, que pereza. Es una mujer muy cerrada, tener poder sobre ella es imposible, yo en lo personal creo que he caído en el porno porque me imagino lo que no puedo hacer con mi esposa que es eso de dominarla.*

*Luis, sesión 4*

En los casos citados anteriormente, pareciera que existe una relación dual con la figura de mujeres: por un lado, deseo sexual a las mismas, aunque por otro, cautela. Esto segundo por la construcción establecida como sujetos peligrosos, coincidente con lo comentado por Glick y Fiske. En este sentido, una estrategia en algunos casos recurrente que el consumo de pornografía facilitaría es el contacto con mujeres guardando a su vez distancia:

*Yo consumía porno, pero no cualquier porno. Tengo algunas actrices que sigo, pero en realidad es que se parecen a amigas o guilas del pasado que conocí, que por alguna razón no pude ligar con ellas y me quedé con las ganas, entonces me imagino con esas actrices que me las ligo y así me quito las ganas. Masturbarme viendo esas actrices también me ayuda a imaginarme que estoy con ellas y si logré lo que me faltó...*

*Ronny, sesión 2*

*Una vara que me ha pasado con el porno es coleccionar fotografías de famosas desnudas. No sé, se volvió como una obsesión, tengo una carpeta en la compu en la cual está dedicada a famosas desnudas, como si fuera un álbum de postales.*

*Johnny, sesión 1*

*Tener las fotos de mis ex desnudas es un trofeo de glorias pasadas. Coleccionar a las famosas desnudas me genera una sensación de poder y posesión. Ya no es únicamente consumir porno ahora es también el poseer a las mujeres teniendo las fotos de ellas*

*Johnny Sesión 2*

En medio de un cada vez mayor, aunque no suficiente, empoderamiento de las mujeres; el poseer de forma real a las mismas se vuelve para muchos algo irrealizable. En este sentido, conservarles de forma simbólica a través de fotografías serviría como estrategia de compensación de poder sobre las mismas. Además, la sexualidad masculina ha sido culturalmente planteada para vivirse desde el control del cuerpo femenino con el objetivo de la obtención del placer coital. Dicho control se puede realizar desde cualquier dispositivo de poder, siempre y cuando evoque sumisión y pertenencia al goce masculino<sup>413</sup>. Para Figari, la pornografía sigue de

---

<sup>413</sup> Connell, *Masculinidades*.

forma estricta dicha lógica del consumo: Se mira, se desecha o se vuelve a mirar las veces que se le antoje al consumidor<sup>414</sup>.

*Muchas violaciones tienen que ver con la forma como vemos los hombres a las mujeres. En la porno se permite abusar y nos convencemos de que sea posible.*

*Grupo de Alajuela, sesión 2*

Tal como desde el feminismo se recuerda, la sexualidad patriarcal, está diseñada para plantear beneficios al hombre<sup>415</sup>. Simone de Beauvoir, en el segundo sexo, mencionando a Engels, plantea algunos de los privilegios históricos masculinos:

El derecho paterno sustituye entonces al derecho materno: la transmisión del dominio se efectúa de padre a hijo, y ya no de la mujer a su clan. Es la aparición de la familia patriarcal fundada en la propiedad privada. En semejante familia, la mujer está oprimida. El hombre reina como soberano y, entre otros, se permite caprichos sexuales: se acuesta con esclavas o con hetairas, es polígamo<sup>416</sup>

Es así como, ingeniosamente, se ha establecido una disociación en la misma, por un lado, la práctica de la sexualidad desde la reproducción con la figura de esposa, esto desde la esfera pública, mientras que la sexualidad desde el placer con la “otra mujer”, generalmente desde el secreto. En la antigua Grecia, se sostenía la figura de varios tipos de mujer, legitimadas en la vida de un hombre: *La Agatha* y *la Hetaira*. La primera se trata de una mujer dedicada al hogar, oficialmente esposa del varón, encargada del cuidado del hogar. Además, el hombre tenía derecho a recurrir a los servicios de una Hetaira o hetera, mujeres dedicadas al oficio de placer y erotismo. Demóstenes, político ateniense, lo planteaba así:

---

<sup>414</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros», 187.

<sup>415</sup> Facio y Fries, «Feminismo, género y patriarcado».

<sup>416</sup> Simone de Beauvoir, *El segundo sexo* (Paris: Editorial Siglo Veinte, 1962).

“Tenemos cortesanas para el placer, concubinas para nuestras necesidades cotidianas y esposas para que nos den hijos legítimos y sean las guardianas fieles de nuestra casa<sup>417</sup>”

La Hetera o “*La otra*”, es un recurso masculino milenario recurrente, el cual legitima la necesidad de satisfacción sexual fuera del espacio hogareño. Dicho recurso se ha mantenido con el paso del tiempo, muchas veces de forma encubierta. Rubén Darío, en *Prosas profanas*, escribe:

*Mira hacia el lado del bosque, mira  
blanquear el muslo de marfil de Diana  
y después de la Virgen, la Hetaira  
diosa, su blanca, rosa, rubia hermana<sup>418</sup>*

La dicotomía entre *Venus* y *Diana*, en el caso de este poema lo blanco versus lo rosa es un discurso del patriarcado, que clasifica a las mujeres desde esa posible diferenciación: cuido versus placer. O como lo planteara José Luis Perales en su canción *Tentación*: “*Tú eres la aventura, la risa la ternura, y ella la que espera en soledad ...Tú eres mariposa, que vuela entre las rosas; y ella es el cimiento de mi hogar*”<sup>419</sup>.

La recurrencia a la pornografía podría satisfacer esta necesidad de una mujer pasional moderna alterna a la figura de esposa encargada del hogar que no motiva a lo coital, posibilitando en la masculinidad actual el recurrir a alguien dispuesta sexualmente, y al ser de forma virtual, ahorrar los pormenores de búsqueda de esta. No obstante, el modelo de mujer hetaira, según la Grecia Clásica, más bien se le concebía como una mujer libre, educada, refinada en diversas artes y oratoria<sup>420</sup>.

---

<sup>417</sup> Demóstenes, *Juicio contra una prostituta*, trad. Helena González Vaquerizo, Edición: 1 (Madrid: Errata Naturae Editores, 2011).

<sup>418</sup> Rubén Darío, *Antología poética* (EDAF, 1979).

<sup>419</sup> José Luis Perales, *Tentación*, 1984.

<sup>420</sup> Hunter H. Gardner, «Ventriloquizing Rape in Menander's *Epitrepontes*», *Helios* 39, n.º 2 (2013): 121-43, <https://doi.org/10.1353/hel.2013.0008>.

Paradigma distinto del planteado en el esquema de pornografía mainstream, donde más bien la construcción de mujer realizada es uno basado en la sumisión absoluta, donde la mujer misma se muestra si bien es cierto atrevida, pero no confrontativa a la figura masculina. Las Heteras eran mujeres educadas, críticas y con perspectiva. Este esquema no encaja dentro de las pretensiones patriarcales, por lo que es necesario remitirse sobre otra figura de la mujer en la Grecia clásica: La porné o pornai.

Se trataba de mujeres explotadas sexualmente, pero no desde la variante de las heteras, sino más bien desde una imposición de sumisión<sup>421</sup>. Se trataba de esclavas con un trato inclusive marginal, con órdenes claras del proxeneta (por lo general otro hombre) de si bien es cierto mostrar atrevimiento y conseguir excitación, esto debían conjugarlo con un estilo basado en la sumisión y acatamiento sin discrepancia al hombre en sus deseos sexuales. Mientras que, sexualmente la Hetaira podía proponer, la Pornai permitía en si misma el imponer. La palabra Pornai, etimológicamente deriva de Pernemi, es decir “vendida”. La Pornografía como tal, mantiene en alusión a este juego de palabras, este carácter de mercantilización<sup>422</sup>. Esta construcción de la feminidad como objeto de deshecho, está presente según lo reportan algunos hombres:

*Uno con la pornografía comienza a ver a las mujeres como un objeto, incluso en el pasado por consumir porno, aprendí a no valorarlas. Tanto así que eso me llevó en el colegio y en el trabajo a acosar, creyendo que era permitido.*

Grupo de Escazú, sesión 2

En resumen, la conformación de esquemas de conformidad masculina plantearía en los hombres la sugerencia de búsqueda de mujeres tradicionales y conforme al

---

<sup>421</sup> Mireya Hinojal Casero, «Mujeres fuera de la norma: las prostitutas en la atenas clásica», 2018, <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/33355>.

<sup>422</sup> Figari, «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros».



rol de sumisión, esto para la atención del hogar. En muchos casos esto no se llega a cumplir, generando la tendencia de considerar el empoderamiento femenino como riesgoso. La recurrencia a la pornografía estaría marcada por un anhelo de posesión de mujeres *sexys* sin la inminencia de herida emocional supuestamente asociada. Relevante es el hecho que detrás de este ideal de poder sobre lo femenino, subyacen creencias de abandono, traición y amenaza.

El consumir pornografía construye un guion de cómo tratar a las mujeres, pero profundizando aún más, esa búsqueda de poder sobre ellas podría gozar de aún más urgencia como compensación a la necesidad de valía y escape de vulnerabilidad.

### **7.1.3 Evolución de consumo de pornografía conforme a las normas masculinas**

Cada uno de los diferentes mandatos o encargos a manera de estímulos, activarían uno o varios guiones cognitivos en específico, produciendo el desarrollo de conductas en forma de marcadores de virilidad. Al conseguir demostrar desempeño masculino, se conseguiría validación homosocial, la cual sirve como reforzador del guion cognitivo activado. A su vez, la validación homosocial por mecanismo de aprendizaje vicario modela actitudes en otros hombres. El comportamiento sexual compulsivo en específico debe ubicarse como marcador de virilidad recibiendo a manera de reforzamiento positivo validación homosocial. En el caso de la pornografía se estructura una operación sustitutiva donde, aunque no exista conquista de mujeres, se consigue una satisfacción similar.

Young plantearía que muchos de los esquemas se encuentran en el centro de problemas caracterológicos que influyen en el estilo y personalidad de cada individuo, debido a la existencia de necesidades emocionales nucleares, las cuales al no ser satisfechas conllevarían a la generación de esquemas desadaptativos precoces:

- Vínculos seguros con los demás
- Autonomía, competencia y sentido de identidad
- Libertad para expresar necesidades y emociones válidas
- Espontaneidad y juego
- Límites realistas y autocontrol<sup>423</sup>

Desde un componente de aprendizaje, tal como lo indica la figura 15, expuesta más abajo, es pertinente indicar la consecución de un patrón relativamente estable observado en las historias de vida de los distintos consultantes, en cuanto a la evolución de esquemas cognitivos. Como ya se ha venido mencionando es común en la gran mayoría de los casos la revelación de experiencias tempranas aversivas de distinta índole siendo posible catalogarlas en 3 subgrupos. En primer lugar, negligencia asociada a una figura desdibujada del escenario de cuidado, esto es posible corroborarlo en lo reportado por los casos de Juan y Danny. En segundo lugar, un estilo de paternidad autoritario combinado con castigo físico recurrente, esto en los casos de Sebastián, Arturo, Luigi y Miguel. Y, por último, abuso sexual, propiamente en los casos de Ronny y Luis. Si bien es cierto cada caso tendría su casuística, etimología, evolución y desarrollo propios; en términos generales desarrollarían esquemas de vulnerabilidad afectiva principalmente vinculados a la posibilidad de abandono

En la época adolescente principalmente, según lo reportado, se gestarían dos operaciones en paralelo, incentivadas por este esquema temprano de vulnerabilidad al abandono. En primer lugar, una creciente descalificación de las figuras de autoridad como referentes en cuanto al soporte emocional. Los consultantes revelaron haber vivido durante sus adolescencias alguna especie de distanciamiento con respecto a sus padres proveniente del rechazo en función de heridas vividas en su infancia.

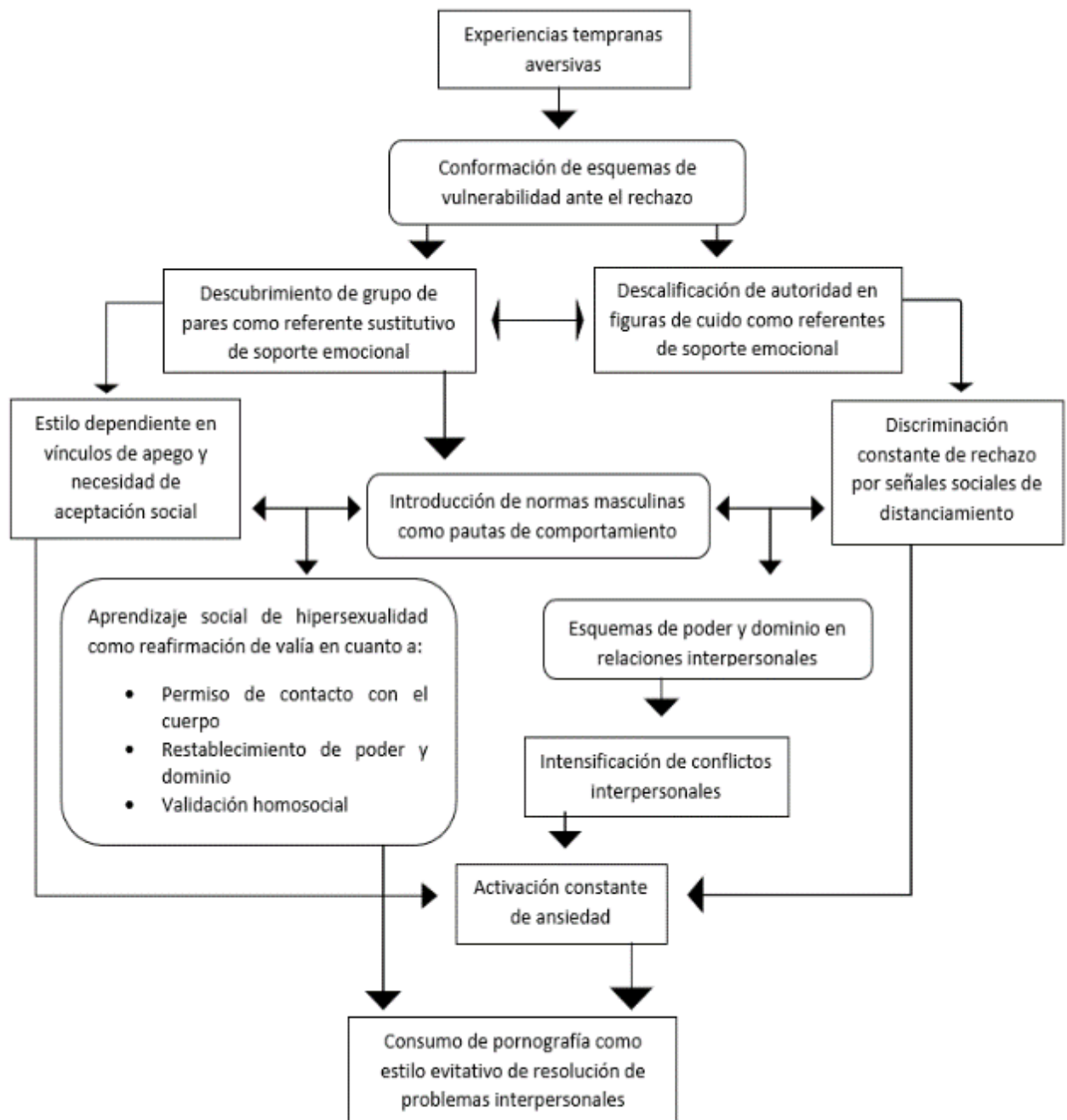
---

<sup>423</sup> Young, Klosko, y Weishaar, *Terapia de esquemas*.

En segundo lugar, una marcada recurrencia cada vez mayor a su respectivo grupo de pares procurando dicho soporte emocional. En este caso se fomentarían estilos dependientes en cuanto a los vínculos de apego hacia los mismos, pero con un constante temor al rechazo en cuanto a señales sociales de distanciamiento percibidas. En medio de este panorama en el que amistades gozarían de mayor credibilidad, influirían para la conformación de normas masculinas como pautas de comportamiento, por acción de aprendizaje social.

Esto traería la conformación de dos esquemas. En primer lugar, la adquisición de patrones de hipersexualidad como recurso de reafirmación de valía, Según lo mencionado anteriormente bajo tres guiones: de como relacionarse consigo mismo, con otros hombres y con las mujeres.

El otro esquema estaría ligado al poder y dominio en relaciones interpersonales ocasionando en muchos casos que, en asociación a la discriminación constante de rechazo, se incrementase el malestar percibido, con su consecuente conformación de estados de activación ansiosa. Finalmente, el consumo de pornografía se implantaría como una estrategia de evitación en cuanto a esta posibilidad de rechazo. En el esquema siguiente, se explicitan los procesos mencionados:



**Figura 15: Evolución de los esquemas ligados a las normas masculinas que predisponen el consumo de pornografía.**

De esta manera sería posible de forma conjetural, para futuras revisiones, plantear la existencia de distintos factores de vulnerabilidad con respecto al desarrollo de algún patrón de dependencia funcional hacia el consumo de pornografía:

- Factores relacionados a historia de vida: estilos de crianza rígidos con una estructura autoritaria por parte de figuras de cuidado, abuso sexual infantil y pobre educación sexual que obligaría a recurrir al consumo de pornografía como modelo o guía formativa.
- Factores relacionados al estilo de afrontamiento. Rasgos impulsivos estarían más relacionados con orientaciones al problema negativas, trayendo dificultades en diversas soluciones a tensiones cotidianas. Percepción orientada a la discriminación errónea de gestos sociales, trayendo como consecuencia celos y desconfianza en los vínculos afectivos.
- Factores relacionados al contexto: Principalmente un estilo de vida con constantes tensiones, figurando en un estado de ansiedad constante. Así mismo la presencia de legitimación y promoción constante de material pornográfico por parte del grupo de pares.
- Factores relacionados a la conformidad a las normas masculinas. Una socialización y aceptación personal de estándares de masculinidad tradicionales se volverían un factor relevante en el desarrollo y legitimación de consumo de pornografía. Al parecer este sería el factor de predisposición más relevante, pues inclusive en consultantes que no reportan ansiedad de forma constante, tal como el caso de Danny o Juan, de igual forma consumen.

Si bien se discutió la posibilidad de como el consumo de pornografía podría estar relacionado a la influencia de guiones cognitivos debido a los ejercicios de aprendizaje social masculino, en los distintos procesos los consultantes reportan una variable más: el consumo funcionando como estrategia de afrontamiento disfuncional de estados emocionales aversivos, derivados de ansiedad, celos o pensamientos disfuncionales. En el apartado siguiente al analizarse de forma más

precisa la influencia de análisis funcionales sincrónicos, se pretende dilucidar estos factores antecedentes inmediatos,

## **7.2 Acerca del aprendizaje del consumo de pornografía y las reglas conductuales asociadas.**

Tal como plantease Skinner: *"Solo cuando el mundo privado de una persona se convierte en importante para los demás adquiere importancia para ella misma"*<sup>424</sup>, en el apartado anterior se revisó como el consumo de pornografía como conducta privada únicamente adquiriría relevancia para el individuo si la misma ha sido reforzada por su ambiente social a través de las normas de conformidad masculina. En todos los casos analizados es posible repasar como la introducción al consumo de pornografía posee ya en algún momento refuerzo social volviéndole significativo para el individuo. En el presente apartado se revisaría la recurrencia al consumo de la pornografía como una función tanto de gratificación como de escape/evitación, realizando para ello un análisis conductual de los mecanismos implicados.

Según lo visto en los resultados, en el historial de aprendizaje de recurrencia de pornografía intervendrían de forma compleja tres procesos en los casos vistos por consultantes: condicionamiento clásico en tanto ciertas variables ambientales incitan la activación de deseo sexual que se enmarcan como antecedentes; condicionamiento operante en tanto la revisión de material pornográfico acompañada de masturbación busca obtener satisfacción sexual como refuerzo o escape de tensiones y como se expuso en el apartado anterior; condicionamiento vicario, el consumo de pornografía es aprendido de forma social, planteando un carácter inofensivo y a su vez de refuerzo de estándares masculinos: *"se ve pornografía para ser hombre"*.

Se pretende reflexionar a la luz de un análisis conductual aplicado al consumo, la función y topografía que rodea al fenómeno apreciado en los casos. Para ello

---

<sup>424</sup> Burrhus Skinner, *Sobre el conductismo* (Barcelona, España: Fontanella, 1974).

primero se analizarán las variables disposicionales mayormente reportadas por los consultantes.

### **7.2.1 Variables disposicionales y su influencia en la operación de establecimiento o abolición de la conducta de consumo**

En términos generales, la recurrencia adictiva hacia la pornografía está alimentada por elementos de la teoría de la triple A propuesta por Cooper: accesibilidad, anonimato y asequibilidad<sup>425</sup>. En ese sentido, el consumo en la población de participantes del presente abordaje reveló los mismos factores como variables disposicionales facilitadoras. Las tres funcionarían a manera de facilitación del inicio, otorgando un contexto de permisividad por el anonimato, facilidad por la accesibilidad y refuerzo por la asequibilidad.

Es pertinente plantear que los grupos abordados desde la perspectiva de prevención primaria reportaban pocas variables contextuales ligadas al consumo, aunque si resaltando en gran medida la historia de aprendizaje, priorizando sobre la influencia de no haber contado con una educación sexual plena, siendo pertinente según reportan investigar en algunos otros espacios como el de la pornografía a manera de compensación. También reportaron la influencia de estilos de crianza autoritarios e incluso violentos, funcionando el consumo de pornografía como alivio a tensiones propias del periodo adolescente.

En cuanto al segundo grupo, atendido mediante consulta individual y catalogados desde prevención secundaria, las variables disposicionales que sobresalen son las siguientes:

---

<sup>425</sup> Silvia Sánchez Zaldívar y Itziar Iruarizaga Díez, «Nuevas Dimensiones, Nuevas adicciones: La Adicción al Sexo en Internet», *Psychosocial Intervention* 18, n.º 3 (diciembre de 2009): 255-68.

- Privación de estimulación sexual sostenida durante varios meses. Usualmente al no contar con una relación de pareja estable o en el caso de tenerla carecer de vínculos sexuales recientes por conflictos.
- Pobres repertorios conductuales con respecto a conductas alternas. En este sentido, se reportaban pocas opciones válidas de aficiones o pasatiempos, volviéndose central la revisión de material pornográfico.
- Legitimación a manera de influencia social de consumo. La mayoría de los consultantes reportaron un círculo de amistades que ofrecen validación al acto de consumir y además lo propician enviando videos. Esto en cuanto a reglas asociadas a la legitimidad y validez relacionadas con normas masculinas que dotarán a la conducta de un carácter apetitivo.

El tercer grupo, ubicados desde la estrategia de exposición terciaria reportan aún más, sobresaliendo las siguientes:

- Estilos de vida con altas cargas laborales que predisponen a una respuesta ansiosa alta previa a los estímulos elicidores que propician el consumo.
- Estilos de afrontamiento conflictivos en sus relaciones vinculares cercanas. Por lo general media la impulsividad y la reactividad con respecto a desavenencias. Es posible considerar repertorios básicos de conductas basados en irritabilidad e impulsividad. Aumento de contacto con su pareja a razón del confinamiento por pandemia de covid-19, incrementando los conflictos entre los mismos.
- Privación sexual. La misma puede darse ya sea en presencia de un vínculo afectivo actual donde por situaciones de contexto el encuentro sexual no se da adecuadamente desde la percepción del consultante o que en efecto no exista una relación de pareja estable.
- Poco tiempo libre y una baja tasa de repertorios conductuales gratificantes trayendo a colación una baja tasa de refuerzos, volviendo explícita la exclusividad y primacía de la pornografía como única vía de refuerzo.



- Tendencia a la verbalización encubierta constante a manera de rumiación de pensamientos internos con contenido auto derrotista y de abandono. Esto intensificado por crisis económicas sostenidas en la pandemia.
- Variables ambientales relacionadas principalmente con la soledad y el ambiente nocturno, siendo que estas inducirían a verbalizaciones internas aversivas con mucha más frecuencia.
- Legitimación de personas cercanas. En este caso existirían redes de contactos que envían videos a través de plataformas variadas. Todo esto aún es validado por el hecho de que el envío de videos también se suscita como una forma de establecimiento de conexión masculina. Esto creando cierta sensación de compañía.
- Legitimación del consumo a manera de regla conductual, en cuánto consumir en sí mismo podría disminuir el deseo de ejecutar alguna conducta con un coste emocional superior, tal es el caso de infidelidad o violencia.
- Historial de abandono, rechazo o violencia en niñez. En todos los casos de prevención terciaria, hubo un reporte subjetivo de algún grado de violencia infantil. En los casos de prevención secundaria no fue nombrado en terapia del todo. Además, los estilos de crianza solían ser autoritarios.

Todas las variables anteriores funcionarían como operaciones motivadoras de establecimiento que incrementarían la necesidad de recurrencia. A pesar de que la lista podría ser extensa, algunas variables disposicionales son aún más significativas, siendo más relevantes los estados constantes de ansiedad generalizada en los consultantes, incluyendo estilos de afrontamiento evitativos, crisis constantes de vida, desorganización en cuanto a resolución de problemas y toma de decisiones, en conjunto con repertorios con pocas actividades gratificantes que generan una desproporción entre pobres y pocos refuerzos con abundancia en castigos. Todo lo anterior trayendo a colación un estilo ansioso de respuesta que induce a un estado fisiológico constante de activación. En este sentido, se buscaría al consumo de pornografía como única posibilidad de refuerzo.

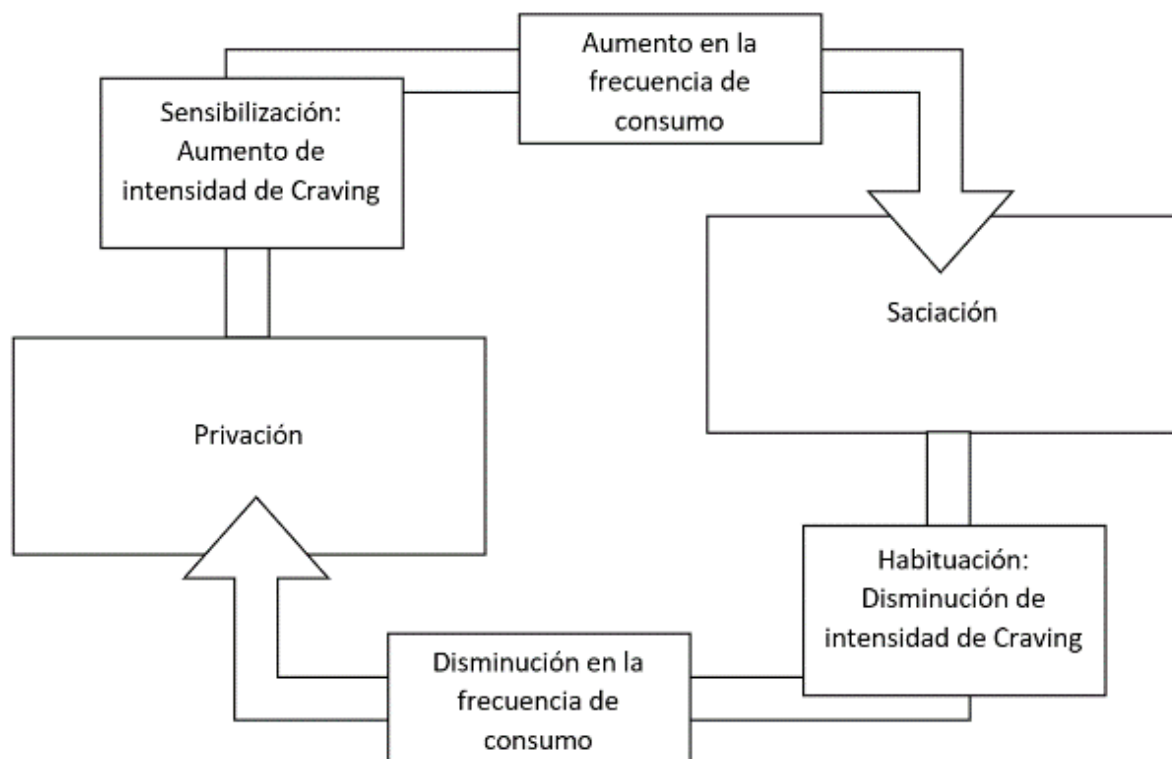
Se plantea la ansiedad como variable disposicional y no como conducta, en el entendido que, la constante presencia de esta la vuelve más contextual que respondiente, cumpliendo con un efecto de operación de establecimiento, en el entendido que cuando se presente de forma significativa, el sujeto recurrirá con mayor interés a la conducta de consumo. En este caso, la ansiedad no es un estímulo discriminativo, pues está presente de forma constante. El antecedente inmediato más bien estaría determinado por algún otro detonante mucho más concreto: sensación fisiológica de craving o verbalizaciones internas de corte rumiativo.

La otra variable disposicional significativa y relevante es en definitiva la conformidad a las normas masculinas. Las mismas incrementarían la posibilidad de emisión de una conducta, en tanto la misma esté gobernada a las reglas relacionadas principalmente con una hipersexualidad cosificante de lo femenino. Esta variable sería incluso más antigua que la de ansiedad generalizada, en tanto se desarrolla como se ha expuesto en este escrito con especial insistencia, desde la niñez. En todos los consultantes se apreció un considerable seguimiento a pautas de masculinidad tradicional, incluso reconocido por ellos mismos. Quedaría pendiente en futuros acercamientos explorar más a fondo lo correlacional en cuanto a parámetros de consumo y conformidad a las normas masculinas, situación que excede este trabajo final de graduación, en el que solo se trabajó con población que en apariencia si presenta de forma marcada patrones de corte *machista*, al ser población activa del Instituto Wem. De igual forma con la ansiedad, la conformidad a las normas masculinas no es un estímulo discriminativo pues no detona la aparición inmediata de la conducta, solo predispone de forma apetitiva el consumo: justifica, defiende y promueve.

Un tercer elemento relevante con respecto a las variables disposicionales fueron los estados de saciación/privación sexual. Los consultantes en general reportaron periodos de consumo y de abstinencia considerables, debido a intentos efectuados por sí mismos de sostener un cese a la recurrencia al material pornográfico previo al inicio de los procesos terapéuticos. De modo que esto pudo redundar en ciclos

de descontrol y deprivación a manera de compensación mutua. Es decir, un periodo de consumo seguiría a consecuencias emocionales de culpa que llevarían al individuo a sostener una abstinencia durante un periodo de tiempo suficiente para que el craving aumente, generando de nuevo descontrol, trayendo como resultado la dificultad por desarrollar estrategias para controlar la sensación del craving de manera regular y equilibrada.

En todos los casos no fue posible identificar alguna variable que ya contasen y que permitiera establecer un control estimular cuando los momentos de descontrol surgían. Entonces, se consume de forma intensa durante algún espacio de días, luego decrementa el consumo por habituación y saciación. Así, existirían dos cadenas, una asociada con la privación y la otra asociada al consumo de forma directa. Ambos suponen en conjunto un bucle conductual, tal como se aprecia en la siguiente figura:



**Figura 16: Bucle conductual de Privación y Saciación en la conducta de consumo de pornografía**

Siendo esto, en los momentos de privación se iniciaría una operación de establecimiento que aumentaría el carácter apetitivo de la conducta. Una vez se aumente la frecuencia del consumo, se iniciará una operación de abolición según la cual el consumir disminuirá su carácter reforzante o incluso tomar una función aversiva. No obstante, en función de la revisión de análisis funcionales, existen otras vías que modifican la función del estímulo y depende del carácter discriminativo asociado al mismo.

Podría considerarse que el no consumir pornografía acompañado de una disminución en la ocurrencia de masturbación aumentaría el interés sexual, debido a un efecto conductual de privación pues aumenta por sensibilización el factor apetitivo otorgado al estímulo, y por ende a nivel fisiológico la concentración de testosterona y demás hormonas necesarias para el deseo sexual. Diversos estudios endocrinológicos han planteado como la abstinencia sexual se encuentra relacionada con incrementos en los niveles de testosterona al cabo de unas tres semanas, situación que incrementaría el deseo sexual<sup>426</sup>.

Fue reportado también en repetidas ocasiones el tema de que la masturbación con una recurrencia cotidiana provocaba una disminución en cuanto al apetito sexual. Se ha relacionado la disminución de apetito sexual en aumentos de prolactina, hormona que en hombres está asociado con disminución de testosterona. Según algunos autores, la continuidad de actividad sexual como un exceso, conlleva a la necesidad hormonal de disminuir el deseo mismo a manera de biofeedback<sup>427</sup>. No obstante, este mecanismo de supresión de deseo se realizaría únicamente en

---

<sup>426</sup> M. S. Exton et al., «Endocrine Response to Masturbation-Induced Orgasm in Healthy Men Following a 3-Week Sexual Abstinence», *World Journal of Urology* 19 (noviembre de 2001): 377-82, <https://doi.org/10.1007/s003450100222>.

<sup>427</sup> T. Kruger, «Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men», *Journal of Endocrinology* 177 (2003): 57-64; Exton et al., «Endocrine Response to Masturbation-Induced Orgasm in Healthy Men Following a 3-Week Sexual Abstinence».

cuanto haya eyaculación, no en excitación sin orgasmo<sup>428</sup>. Esto podría contribuir a explicar como la disminución de deseo sexual era mayormente reportada en los consultantes catalogados desde la prevención terciaria, que en los de secundaria o primaria, los cuales observaban pornografía, pero con menor recurrencia sincrónica a la masturbación.

De este modo el mirar pornografía asume las características del acto sexual como tal cuando es modulado por variables disposicionales de privación del reforzador primario en sí. Esto ocurre por asociaciones de condicionamiento de segundo orden, donde una situación contingente con un programa de reforzamiento positivo puede condicionarse con un segundo estímulo. De modo que se emitirá la conducta de aproximación al estímulo del material pornográfico ya que del mismo se espera irá a la par de respuestas condicionadas apetitivas es decir las de respuesta sexual humana. En el caso del reforzamiento negativo, se buscaría la conducta de mirar pornografía en aquellas situaciones en las que se presenta estímulos aversivos que fuerzan la emisión de comportamientos con alto coste de respuesta percibido, como por ejemplo una discusión de pareja.

De modo que al evitarse llevar a cabo las conductas que podrían conllevar la exposición a la estimulación aversiva, se realiza una función de evitación. En otros casos el malestar ya está acentuado de modo que el consumir pornografía se realizará con el objeto de disminuir el impacto de dicho estímulo aversivo. En este caso se tratará de una función de escape.

---

<sup>428</sup> T. H. C. Krüger et al., «Effects of Acute Prolactin Manipulation on Sexual Drive and Function in Males», *The Journal of Endocrinology* 179 (diciembre de 2003): 357-65, <https://doi.org/10.1677/joe.0.1790357>; Tillmann H. C. Krüger et al., «Orgasm-Induced Prolactin Secretion: Feedback Control of Sexual Drive?», *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 26 (enero de 2002): 31-44, [https://doi.org/10.1016/s0149-7634\(01\)00036-7](https://doi.org/10.1016/s0149-7634(01)00036-7).

A la luz de lo anterior, siguiendo las fases propuestas por distintos modelos de respuesta sexual humana<sup>429</sup> se plantearían dos posibilidades en cada fase de la respuesta sexual:

- Con respecto a la fase de deseo, el mismo en etapas tempranas de consumo era elevado, pero disminuyendo conforme se evolucionaba en el consumo a través de los años. En los procesos de terapia desde la prevención secundaria, se reportaba un deseo normal o elevado. En la mayoría de los hombres desde el enfoque de prevención terciaria, una disminución de deseo como se comentó líneas arriba.
- Con respecto a la fase de excitación, la mayoría reportó una disminución con respecto a la duración de su rendimiento sexual, pero un incremento de la intensidad con respecto al abordaje de la excitación misma. Muy probablemente por el impulso de replicar modelos vistos en videos que por lo general son rápidos y con intensidad. En el caso de hombres con un consumo frecuente diario, las relaciones sexuales disminuyeron en cuanto a su excitación.
- La fase de meseta se extendía según los reportes de prevención terciaria, dado el caso que la estimulación fuese reportada como pobre en comparación a modelos vistos desde la pornografía. En los casos de consumo habitual aun no dependiente, no se reportaron alteraciones en cuanto a la duración de la meseta.
- En el caso del orgasmo, el mismo en la mayoría de los casos cada vez más distante o más bien no se presentaba.

Un aspecto relevante es que la mayoría de los casos de prevención terciaria revelaban índices mayores de saciación, en paralelo a un consumo más frecuente. No obstante, las conclusiones anteriores deben interpretarse con cuidado pues también se observó como la pornografía tenía funciones de estímulo distintas a lo

---

<sup>429</sup> Rubio Auriolos, *Antología de la sexualidad humana*; Janet Hyde y John Delamater, *Sexualidad Humana*, 9th edition (México D. F.: Mc Graw Hill, 2006).

largo de la vida del individuo que influiría en su carácter apetitivo. Situación que se volvía más evidente en tanto la historia de contacto con la misma fuera más extensa. A continuación, se presenta una tabla resumiendo tendencias desde la función de estímulo motivacional:

	<b>Privación de consumo</b>	<b>Saciación de consumo</b>
<b>Deseo</b>	Aumenta	Disminuye
<b>Excitación</b>	Intensa	Moderada o baja
<b>Meseta</b>	Corta	Se extiende cada vez mas
<b>Orgasmo</b>	Precoz	Retrasado o no se consuma
<b>Post-orgasmo</b>	Reincorporación rápida	La reincorporación es lenta o tarda horas en volver el deseo

**Tabla 10: Estadios iniciales versus avanzados de consumo y su relación con la respuesta sexual.**

El valor motivacional al cual está referido un estímulo configura un papel relevante en la función de este, en cuanto las variables disposicionales incrementan o decrementan su carácter apetitivo. Estados contextuales de saciación o privación tendrían un peso relevante en ello. A continuación, se reflexionará sobre la transformación que diversas funciones atraviesan, pero desde una perspectiva de instalación de la función misma a través de la historia del aprendizaje del individuo.

### **7.2.2 Transformación del valor discriminativo en la función de estímulos.**

Para comprender de forma inicial el proceso por medio del cual la conducta de consumo de pornografía asume una función, es necesario proponer a la respuesta de consumir como una de corte condicionada, es decir, de forma natural no se

abordan los conflictos de esta manera, sino que se aprende. Este proceso es similar al que describía Skinner con respecto al desarrollo de la conducta verbal interna. Un niño primero desarrolla una conducta, luego habla sobre esa conducta y al final hablará de forma interna sobre la conducta misma<sup>430</sup>. En el caso del consumo, el mismo se va interiorizando cada vez más, pasando de un acercamiento meramente exploratorio a uno en el que la conducta forma parte de un estilo de vida:

*Ya esto de la pornografía es tan cercano a mí, que yo no puedo pasar un día sin mandarme una dosis de pelos. Es como tomar café: es un yodito de pelos.*

*Sebastián sesión 3*

Una situación de conflicto marital que podría funcionar como un estímulo que elicitara la conducta de consumo, realmente tiene este poder en el sentido de que la misma situación de conflicto especifica conductas y consecuencias relacionadas con el abandono. De modo que en este caso el consumo de pornografía funcionaría como conducta gobernada por reglas, donde no se realiza meramente como búsqueda de reforzamiento positivo a manera de gratificación si no, como se ha planteado ya varias veces, para eludir estimulación aversiva, escape que se podría hacer de otras formas, pero por la historia de aprendizaje el consumir pornografía fue asociado cómo la estrategia predilecta:

*Siento como si mi esposa controlara todo el tiempo mi vida y mi único escape de momento es el consumo de pornografía. Creo que podría haber conseguido cualquier otro escape, pero es que éste es más factible para mí, me puedo refugiar en el baño, escuchar el video con audífonos y sin gastar dinero relajarme.*

*Miguel Sesión 2*

---

<sup>430</sup> Burrhus Skinner, *Conducta verbal* (México D. F.: Trillas, 1953).



*Hay doñas para coger, como el vínculo no es afectivo, me quedaba un vacío.  
Yo llego sufriendo a mi casa. Para enfrentar esos momentos de soledad  
consumía pornografía, a manera de calmante*

*Ronny Sesión 2*

En otros casos, como en el de Juan y Danny, el consumo si está relacionado con alguna función de refuerzo positivo. Y en otros casos, como lo describiese Sebastián, consumir pornografía se utilizaría como estrategias de sustitución de valía masculina.

*Con razón me volví tan aficionado a los pelos. En el test sale que lo más importante para mí es la orientación al logro y eso es cierto, cuando yo lo tenía todo ni me acordaba de nada más, ahora que toca pellejearla por la crisis ando alborotado. Siempre quiero tener lo mejor, cuando lo tengo no existen tetas ni culos ni panocha en mi mente...*

*Sebastián Sesión 4*

Estas tres funciones de refuerzo vistas: la de escape/evitación, la de gratificación y la de búsqueda de autoeficacia conforme a normas masculinas se reportarían con frecuencia a lo largo de las sesiones. Lo más relevante entonces, radica en la posibilidad de que el material pornográfico mude el valor asociado como estímulo, en cuanto a que el significado de este adquirirá diferentes funciones para el individuo, modificando la recurrencia al mismo.

Con respecto a este posicionamiento de transitoriedad con respecto al valor del estímulo, Pavlov describía un fenómeno conocido como condicionamiento de orden superior<sup>431</sup>. Cuando un perro había sido condicionado para salivar y el estímulo condicionado se ha presentado posteriormente asociado con un estímulo neutro como un destello de luz, ese estímulo neutro podía llegar a provocar la respuesta de salivación, incluso aunque nunca se haya asociado de manera directa con la comida. Es decir, el destello de luz se convierte en un estímulo condicionado

---

<sup>431</sup> Ormrod, *Aprendizaje Humano*.

mediante su emparejamiento, no con el estímulo incondicionado original, sino con otro estímulo condicionado. El condicionamiento de orden superior funciona de esta manera:

1. En primer lugar, un estímulo neutro (EN1) se convierte en un estímulo condicionado (EC1) al asociarse con un estímulo incondicionado (EI), de tal manera que provoca una respuesta condicionada (RC).
2. Después, un segundo estímulo neutro (EN2) se asocia con el EC1 y, también, empieza a provocar una respuesta condicionada; así pues, el segundo estímulo también se ha convertido en un estímulo condicionado (EC2).
3. Esto se puede seguir replicando de forma sistemáticamente sostenida, el EC2 se puede asociar a un nuevo estímulo neutro (EN3) y provocar un nuevo EC3, y así consecutivamente<sup>432</sup>.

De esta manera, es posible que el consumo de pornografía inicie como un mecanismo de validación social, explorando el fenómeno mismo a manera de incorporación como norma masculina, rápidamente se le otorgue un carácter de refuerzo positivo al conseguir gratificación, que con el paso del tiempo y con la elicitación de ansiedad propio de presiones en la introducción al mundo adolescente y adulto pasaría a tener una función de refuerzo negativo.

El cómo diferentes variables antecedentes pasarían a evocar a la conducta de consumo como predilecta en el alivio del malestar, sería explicado por mecanismos como el descrito por Pavlov de orden superior. Se revisarán a continuación dos planteamientos que acotarían teóricamente la posibilidad de este carácter variante en la función del estímulo: el posicionamiento del Interconductismo con respecto a la taxonomía de las conductas y la Teoría de los marcos relacionales del Contextualismo Funcional.

---

<sup>432</sup> Schunk, *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*.

Se pretende un acercamiento a este fenómeno siguiendo la línea de discusión, quedando pendiente para futuros acercamientos con naturaleza investigativa el establecimiento de variables con peso causal.

### **El consumo de pornografía y su progresivo desligamiento funcional.**

El Interconductismo o Conductismo de campo, propuesto por Jacob Kantor, presenta un posicionamiento conductual alternativo al conductismo radical, que si bien es cierto no se desarrollará de forma exhaustiva, se retomarán algunos conceptos ligados al aprendizaje del consumo de pornografía tomando como objetivo propiamente la argumentación académica pretendida de esta discusión. Es relevante considerar que la postura no posee suficiente evidencia empírica y que no avanza más allá de ser una propuesta teórica<sup>433</sup>, por lo que se considera cautelada en este escrito con respecto a la generalización y extrapolación de sus principios.

Se parte de que la conducta puede definirse como la interacción del individuo con los objetos estímulos, interacción que a su vez se vuelve posible por medio de los contactos previos de dicho individuo con los mismos u otros objetos estímulo<sup>434</sup>. Es decir que, en la emisión de una conducta, la misma no se realiza de forma aislada, sino que hay una historia de aprendizaje previa. Considerando, por todo lo desarrollado en este escrito, el consumo de pornografía es una conducta compleja en la cual interviene no solo una función de estímulo respuesta, sino que desde este posicionamiento sería pertinente esbozarle como un campo interconductual en el que interactúan un conjunto de factores descritos a continuación:

- La función estímulo respuesta. Consiste en aquellos segmentos concernientes a la reactividad del organismo que, producto de la

---

<sup>433</sup> W Schoenfeld, «J. R. Kantor's Objective Psychology of Grammar and Psychology and Logic: A retrospective appreciation.», *Journal of the Experimental Analysis of Behavior* 12 (1969): 329-47.

<sup>434</sup> Roberto Bueno Cuadra, «Una contribución teórica de la psicología latinoamericana: La taxonomía funcional de la conducta de Ribes y López.», *Cultura* 19 (2005): 87-104.

estimulación, son afectados de forma recíproca<sup>435</sup>. En el consumo de pornografía es identificable cómo la respuesta de consumo obedece a la aparición de un estímulo previo, cuya respuesta a su vez le refuerza por un factor de contigüidad, en este caso la gratificación sexual, que acompaña siempre la revisión del material pornográfico.

- Los medios de contacto. Se trataría de objetos y eventos que permiten la ocurrencia de la interconducta<sup>436</sup>. Los mismos pueden tener una naturaleza física, como por ejemplo el teléfono inteligente con el cual se reproducen los videos. O una naturaleza socio normativa, comprendiendo en esta el conjunto de reglas masculinas de las cuales se presenta legitimación para la revisión de material con contenido sexual.
- Factores disposicionales. No ocasionan la ocurrencia de la conducta, pero si afectan la probabilidad de esta<sup>437</sup>. En este sentido estarían los factores situacionales, como por ejemplo las condiciones ambientales a los que el sujeto está inmerso siendo relevante en este caso conflictividad en su relación de pareja, o fenómenos de privación o saciación con respecto al consumo, pero también los factores históricos, es decir el cómo se incorporó la conducta de consumo dentro del repertorio básico del individuo a la hora de enfrentarse a la cotidianidad.

Un aspecto relevante para que la respuesta de consumo se aplique en los casos de las personas participantes, pareciera que remite a la presencia de un mediador contextual. Dicho mediador podría ser el contexto de aburrimiento o inactividad en el espacio de trabajo, que elicitaba la necesidad de activación cognitiva. O la presencia de estimulación aversiva interna, ya sea por conflictividad en su relación de pareja o por aversión en función del contexto económico. En este segundo caso se

---

<sup>435</sup> Maximus Sefotho, «LA CONTINGENCIA COMO CONCEPTO CLAVE EN EL CONDUCTISMO TRADICIONAL Y EL INTERCONDUCTISMO», *INTEGRACIÓN Educación y Desarrollo Psicológico* 14 (1 de enero de 2002).

<sup>436</sup> Sefotho.

<sup>437</sup> Sefotho.

buscaría reducir tanto el nivel de rumiación cómo la desactivación fisiológica. De no existir un mediador la conducta de consumo no se daría.

El planteamiento de Kantor buscaría entonces considerar a la conducta no solamente como una respuesta en función de su ambiente, sino más bien a la interacción entre todos los elementos anteriores, considerando la noción de campo conductual, siendo este el espacio donde dichos elementos confluirían. De esta forma, el consumir no es solo una respuesta, sino una situación completa, un estilo de vida.

Basándose en la posición teórica de Kantor, sobresale el posicionamiento teórico de Ribes Iñesta y su concepto de desligamiento funcional. Se refiere a la adquisición de nuevas relaciones estímulo respuesta bajo el supuesto de que las respuestas de un individuo dejarán de estar exclusivamente conectadas a los estímulos que inicialmente eran los únicos funcionales con respecto a la misma<sup>438</sup>. Como ya se ha planteado, el caso del consumo de pornografía se iniciará bajo una función apetitiva desde el refuerzo positivo. Pero luego evolucionaría más a tener un carácter de abolición acerca de la estimulación aversiva precedente. El cómo se da esta evolución con respecto a la función de estímulo, a continuación, se refieren algunas reflexiones derivadas de la mencionada teoría.

Lo que determinaría la evolución de carácter adictivo en la conducta de consumo sostenida alrededor del tiempo sería la progresividad en cuanto a la función de la respuesta para el individuo, siendo útil para ello la consideración de la taxonomía de Ribes<sup>439</sup>. Existen en los casos vistos diferentes estímulos que evocan a manera respondiente respuestas elicidadas. En algunos casos dichos estímulos ya incitan a una respuesta de *aburrimiento*. En otros casos un gesto de su pareja elicita una respuesta inmediata de interpretación de conflicto. De modo que ciertas señales

---

<sup>438</sup> Enrique Ribes-Iñesta, «El desligamiento funcional y la causalidad Aristotélica: un análisis teórico», *Acta Comportamentalia: Revista Latina de Análisis de Comportamiento* 23 (2015): 5-15.

<sup>439</sup> Bueno Cuadra, «Una contribución teórica de la psicología latinoamericana: La taxonomía funcional de la conducta de Ribes y López.»

sociales por un proceso de condicionamiento han aprendido a desarrollar respuestas en el individuo de forma anticipada. De momento se trataría entonces de una **función contextual**, se responde ante ciertas señales sociales de una forma refleja, situación vivida desde la estimulación aversiva. Por historia de aprendizaje estos individuos han aprendido en algún momento el uso eficaz de la pornografía como respuesta que disminuye esa estimulación, iniciando la recurrencia al consumo.

Una conducta de consumo podría iniciar desde una **función suplementaria** con el objeto de obtener satisfacción sexual por la mediación de un estímulo señal cómo el aburrimiento. En este caso el desligamiento funcional es prácticamente nulo, meramente temporal. En un sentido clínico, resolviendo o ampliando el repertorio de conductas respecto al estímulo señal, podría abordarse adecuadamente la conducta de consumo.

Algunos consultantes refirieron otro tipo de conductas alternativas funcionalmente equivalentes a manera de operación de escape. Es decir, consumir pornografía solo es parte de una clase operante de conductas funcionalmente equivalentes. En otros casos enfrentaban la frustración con la búsqueda de otras parejas, otros aparte de consumir pornografía también consumían alcohol y algunos tenían explosiones instrumentales de ira. Avanzando con el fenómeno adictivo es posible plantear que llega un momento en el cual el solo hecho de consumir no es suficiente para alejar la estimulación aversiva, por lo que hay que recurrir a ampliar el repertorio de clase de conductas. En este caso el criterio para decidir si consumir pornografía o recurrir a alguna otra conducta disfuncional estará ya basado en una **función selectora**. En este caso, se vuelve sugerente no solo trabajar con la extinción de la conducta de consumo sino también con todas las conductas de su misma clase, ya que al eliminar una se podría recurrir a la otra por un criterio de dependencia. El desligamiento funcional acá además de temporal sería espacial, es decir que materialmente hablando se buscaría conductas diferentes.

En el caso de una **función sustitutiva referencial**, será necesario incorporar el concepto de una variable referente como mediadora en el consumo. Ante un conflicto de pareja, el estímulo señal que amenaza con el fin del vínculo funcionaría como elicitador de la respuesta de consumo. Un gesto de desaprobación tiene un trasfondo desde la sustitución de contingencias, es decir que las contingencias anteriores fueron sustituidas por otras que no estaban presentes. El gesto interpretado como de desaprobación o rechazo convoca a un referente, que sería el fin de la relación y por consecuencia la posibilidad de abandono, que como contingencia no está presente de forma directa, pero el estímulo de desaprobación basta para comportarse como si estuviera pasando. En este caso habría tres actores, primero el referidor, es decir el estímulo de desaprobación por parte de la pareja o amigos; segundo el referente, es decir la posibilidad de abandono y, tercero el referido, quién ejecuta la conducta. Desde esta función de respuesta consumir obedece más bien al abordaje de un estímulo mediador convocado por el referidor: la amenaza de abandono en la relación. El desligamiento funcional ya no será únicamente temporal o espacial sino situacional.

Una última posibilidad es el consumo de pornografía como **función sustitutiva no referencial**. Y esto se daría cuando el consumir en sí mismo se base en alguna regla, la intervención de alguna abstracción lingüística vivida como una pauta de funcionamiento. Es decir que consumir es a la vez una forma de hablar, de comportarse con la vida, esto moderado por un historial de aprendizaje.

El consumo de pornografía se puede catalogar en la mayoría de los casos de participantes de este proyecto como una interconducta sustitutiva referencial. Sí bien es cierto se responde a las propiedades físicas o ecológicas de algún estímulo, en realidad no se hace por las cualidades directas sino por eventos no presentes en la situación misma. Es relevante plantear que la sustitución referencial posee una morfología convencional, es decir que por normas sociales propias de la masculinidad es generalizado asumir que el consumo de pornografía puede aliviar la ansiedad. La sustitución referencial es en esencia un fenómeno lingüístico. El

proceso sustitutivo referencial consiste en la interacción del individuo con un estímulo a través de otro estímulo.

Como se mencionó al inicio del apartado, si bien el planteamiento interconductual se interpreta en este escrito con cautela, es meritorio resaltar dos sugerencias que hicieron pertinente la inclusión en este escrito. En primer lugar, la de un proceso de transformación en cuanto a la función que el estímulo de consumo adquiere y en segundo la de considerar a este con características conductuales lingüísticas, situación que vuelve relevante la incorporación a esta discusión de un posicionamiento que aborde ambas consideraciones y pueda confirmar la influencia de estas, en este caso la teoría de los Marcos Relacionales, que se estudiará a continuación.

### **Consumo de pornografía como conducta circunscrita al lenguaje.**

El contextualismo funcional, según Torneke, sostiene dos principios: en primer lugar, que toda conducta debe comprenderse según el contexto del que se desprende. En segundo lugar, que toda conducta debe comprenderse desde la función a la que está haciendo referencia<sup>440</sup>. De este modo el consumir pornografía debe también atravesar por esos dos filtros en cuanto a una construcción adecuada de su análisis funcional: de qué contexto parte y a qué función obedece.

Se incluyó a la teoría de los Marcos relacionales en esta discusión por una razón concreta: es posible que el consumo de pornografía sea una actividad relacional, es decir que las funciones de unos estímulos pueden asociarse a otros<sup>441</sup>, significando que la actividad no estaría limitada a un tipo concreto de topografía, sino bajo control

---

<sup>440</sup> Niklas Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas*. (Madrid, España.: Editorial Didacbook, 2016).

<sup>441</sup> Steven C. Hayes, Barbara S. Kohlenberg, y Linda J. Hayes, «The Transfer of Specific and General Consequential Functions through Simple and Conditional Equivalence Relations», *Journal of the Experimental Analysis of Behavior* 56 (julio de 1991): 119-37, <https://doi.org/10.1901/jeab.1991.56-119>.



de variables antecedentes con una función verbal. Es decir, la premisa aquí sería que consumir pornografía tiene un antecedente verbal, que podría ser manifiesto por parte de un tercero (la propuesta de amigos de consumir) o encubierto (el pensamiento ya internalizado de consumir como forma de elicitar la conducta). Este segundo en realidad sería no más que la internalización de lo primero a través de la historia de aprendizaje de los individuos.

Al respecto, esta teoría rescata como reglas verbales el *pliance*, *tracking* y *aumentals* que pueden aportar información sugerente a esta discusión. En el ***Pliance*** las consecuencias de una acción se cumplen cuando la misma se ejecuta por parte de la persona de la que procedió la orden<sup>442</sup>. En este caso la propuesta de consumir pornografía sería una orden de este tipo, en la cual la consecuencia resultante sería la aceptación social. Podría considerarse en futuras indagaciones si todos los encargos de la masculinidad se internalizan bajo este principio.

Rápidamente, es posible que el control de la conducta de consumo pase a depender más de un ***Tracking***. En el mismo, no hay alguien en concreto administrando las consecuencias, sino que la actividad misma se encargaría de reforzar<sup>443</sup>. Por el efecto gratificante del consumo de pornografía acompañado de masturbación, deja de ser necesario el aliciente del grupo de pares y más bien, la conducta puede ejecutarse en solitario. Finalmente, el ***Augmenting***, con especial relevancia en el sentido de esta discusión, tiene que ver con todas aquellas reglas verbales que pueden cambiar las propiedades reforzantes de un estímulo. Si la pornografía es apetitiva o no, tiene que ver con el lenguaje asociado a la connotación misma, esto se evidenció en los procesos grupales e individuales, construcción misma que antecede al primer contacto del individuo con el material sexual:

---

<sup>442</sup> Hayes, Strosahl, y Wilson, *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*; Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas*; Kelly Wilson y Soriano Carmen, *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores*. (Madrid: Pirámide, 2014).

<sup>443</sup> Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas*.

*Yo medio me imaginaba que era pornografía, sabía que los compas del cole veían y hablaban como si fuera algo interesantísimo. Una vez me preguntaron si yo veía porno, les dije que no y entonces me basurearon. Entonces me conseguí unos discos y los veía con el PlayStation.*

*Luigi sesión 4*

El hecho de relacionar palabras-objetos-eventos-funciones es el punto clave distintivo en cuanto al aprendizaje en especie humana, pues habla de su capacidad para simbolizar<sup>444</sup>. Esto porque distintos elementos de la vida cotidiana como palabras, gestos, cosas; tengan funciones que no tengan que ver con sus características físicas o topográficas sino más bien por los marcos de relación de los que se enmarcan. Esta teoría plantea que el significado que se le atribuye a algún estímulo en específico procede de la construcción simbólica con la que poco a poco se va asociando. Si algo es apetitivo o no, depende en buena parte de su definición y construcción de significado.

La teoría de los Marcos relacionales plantea algunas vías por las cuales algo puede asociarse con un significado concreto. Se centra en el fenómeno de las relaciones de estímulo derivadas buscando explicar la especificación de las contingencias y del gobierno de la conducta por las reglas<sup>445</sup>, todo esto a partir de varias propiedades. En primer lugar, **la combinación mutua**, la cual establece una relación bidireccional entre dos estímulos, de modo que uno hará referencia al otro a manera de semejanza o reciprocidad del tipo  $A=B$ <sup>446</sup>, como en el siguiente ejemplo:

*Se nos enseña que ser hombre es consumir porno*

*Grupo de Grecia, sesión 3*

---

<sup>444</sup> Wilson y Carmen, *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores*.

<sup>445</sup> Wilson y Carmen.

<sup>446</sup> Wilson y Carmen.

De forma bidireccional el concepto de la construcción de la masculinidad debe de forma inmediata basarse en el ejercicio de consumo pornográfico. En atención al apartado anterior sobre la construcción cognitiva que gira en torno al enfoque de la pornografía, es menester preguntarse si se consume pornografía cómo mecanismo de gratificación sexual o si más bien se consume como requisito de masculinidad únicamente. Indistinto de que sea una u otra, sí que existe una relación mutua, dónde placer y validación social se combinan frecuentemente:

*Yo voy a coger brutalmente cuando conozco una mujer, mi concepción de sexualidad ha estado ligada a lo coital. Yo cojo para mí y muchas mujeres han querido estar conmigo y yo no lo comprendía.*

*Ronny, sesión 3*

En la anterior frase es posible apreciar una vinculación mutua, en el sentido de que se asocia el concepto de sexualidad meramente ligado con la coital, de modo que: *Sexualidad=prácticas genito-coitales*. Es posible una asociación inversa, en donde lo coital sería directamente la única connotación de sexualidad. En el caso del consumo de pornografía, la misma puede asociarse con emociones, construcciones ideológicas, políticas o hasta religiosas. En el caso siguiente, se asocia el consumir, al parecer en cantidades medidas con la posibilidad de un beneficio saludable:

*Uno al año, no hace daño.*

*Un participante, grupo de Grecia, sesión 2.*

En este caso, estaría asociado el mirar pornografía con un carácter de permisividad por inocuidad, de modo que: *Pornografía=lugar inofensivo*. La siguiente forma en cuanto a la adquisición de lenguaje es la denominada **vinculación combinatoria**. En este caso, se trata de relaciones entre estímulos que no estuvieron emparentados de forma directa. En sentido si  $A=B$ ,  $B=C$  y  $C=D$ , A tendría alguna equivalencia funcional con D, aunque nunca se hubiese dado alguna relación

contingente entre ambos<sup>447</sup>. Este concepto es similar al de condicionamiento de segundo orden pavloviano. Algunos ejemplos:

*Consultante: Uno viene del brete y la mejor forma de desestresarse es con un yodito de pelos*

*Terapeuta: Me podés explicar mejor esa frase*

*Consultante: Entre compas le decimos al porno como yodito de pelos*

*Terapeuta: Me interesa comprender como asocias una cosa con otra para que se construyera esa frase*

*Consultante: Ok, se la dejo ir, yo lo entiendo así: los ticos tomamos café en las tardes y eso nos relaja. Eso es un café, un yodito. Cuando uno habla de un yodito de pelos, es como ese espacio de relajación en el que no tomo café, sino consumo pelos, porno. Unos minutos de relajación.*

*Sebastián, sesión 2*

En el caso anterior se establece una vinculación combinatoria entre: relajación=espacio para tomar café=consumo de pornografía. En este caso, el lenguaje demarca la función del estímulo para el consultante: la posibilidad de escapar de eventos aversivos acumulativos propios de la percepción de malestar asociado al estrés. No obstante, el consumo podría tener otras funciones desde vinculaciones combinatorias más complejas como, por ejemplo, en estas dos frases:

*Un hombre que se respeta consume porno y por ende su desempeño es el mejor con las mujeres*

*Grupo de San Pedro, sesión 1*

*"Yo no estaba muy seguro de ser apreciado y atractivo hacia las mujeres y empecé a consumir pornografía a manera de educación sexual con el objeto según yo de aumentar el rendimiento".*

---

<sup>447</sup> Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas.*; Wilson y Carmen, *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores.*

En primer lugar, se desprende un concepto introductorio: la incertidumbre sobre el atractivo sexual. En segundo lugar, la posibilidad de contar con conocimiento sexual como elemento asegurador de destreza y por tanto atractivo. Y en tercer lugar el consumo de pornografía como una manera fiable de conseguir destreza, que llevaría al atractivo y este finalmente a la sensación de valía, de esta forma:

*Consumo de pornografía=conocimiento y dominio de la  
sexualidad=destreza sexual=atracción=validación*

En paralelo y de forma inversa, existiría otra serie de conceptos asociados por vinculación combinatoria, que al parecer existiría de forma previa:

*Desconocimiento=Incompetencia sexual=Rechazo=Pérdida de valía*

En este caso, tal como la teoría lo plantea, todos los elementos de la serie guardarían igual equivalencia en cuanto a sus funciones, de modo que, aunque nunca se enlazaran directamente, el consumo de pornografía podría estar en consonancia con el concepto de validación. Cabe preguntarse, contrario a mucho de lo planteado, si hombres que consumen pornografía lo hacen desde un encargo masculino de dominio femenino o si en ese encargo se esconde una necesidad aún más primigenia, la de conseguir valía personal. El siguiente ejemplo, demuestra también esta vinculación combinatoria, con vocabulario urbano costarricense:

*Consultante: Veo a mis estudiantes y lo único que les estoy viendo es el panocho partido.*

*Terapeuta: ¿Que una mujer tenga el panocho partido que significa?*

*Consultante: Ósea que está bien buena y me la puedo coger. Cuando tienen un panochón que se les repinta me imagino que la andan buscando.*

*Terapeuta: Ah, ya veo, panocho partido significa disponibilidad sexual.*

*Consultante: Si, sí; uno que es mal hablado.*

*Terapeuta: Es decir que asumes que cualquier estudiante tiene disponibilidad sexual por presentar lo que llamas “un panochón”.*

*Consultante: Ese es mi problema, el hecho de que una mujer esté así de buena no quiere decir que esté pretendiendo nada sexual.*

*Terapeuta: ¿Como habrás llegado a imaginarte algo así?*

*Consultante: El porno doc, uno ve videos con mujeres con esas vaginotas hasta hinchadas e inmediatamente la mae ya está toda inyectada en el acto. Que estupidez verdad, uno si se enferma fácil con estas varas...*

*Sebastián, Sesión 1*

Sobresale en este relato, la declaración abierta del rol de la pornografía en cuanto a la asociación entre determinadas características físicas femeninas y la posibilidad de un acto sexualmente satisfactorio. Esto se generalizaría a otras mujeres fuera de los materiales sexualmente explícitos como lo es con estudiantes. En este caso la vinculación entre conceptos podría estar dada de la siguiente forma:

*Características calificadas como atractivas en la vulva de  
estudiantes=deseo sexual incondicional presente en las  
mismas=disponibilidad sexual inmediata=legitimación de iniciativa  
sexual*

Por último, **la transformación de funciones** plantea que, si algún estímulo es emparejado con otro, este le transferirá la función (aversiva-apetitiva)<sup>448</sup>. Esto ya venía siendo estudiado por parte de Hayes y sus colaboradores en sus inicios<sup>449</sup>, situación que se retoma en este escrito con el fin de ilustrar como la conducta de consumir pornografía ha sido asociada con alguna función, ligado a la historia de aprendizaje del individuo. En ocasiones validación social, gratificación sexual, hasta incluso escape/evitación contingente a la estimulación aversiva. Siendo así, siguiendo a Torneke, la respuesta relacional derivada no es una capacidad

---

<sup>448</sup> Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas.*; Wilson y Carmen, *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores.*; Hayes, Strosahl, y Wilson, *Acceptance and commitment therapy.*

<sup>449</sup> Hayes, Kohlenberg, y Hayes, «The Transfer of Specific and General Consequential Functions through Simple and Conditional Equivalence Relations».

preestablecida sino más bien aprendida<sup>450</sup>. En el siguiente caso, la historia de consumo se basa en una díada de dominio sumisión, obediente al esquema de vinculación afectiva que aprendió con su madre. De modo que, el consumo de pornografía no tendría una función de gratificación sexual, sino más bien de coherencia con un modelo de relaciones vinculares previas. En la primera sesión, el consultante Luigi plantea lo siguiente:

*Mi mamá me pegaba con cables eléctricos. Era muy dominante y autoritaria conmigo. Aprendí un modelo de relaciones afectivas en el cual está basado en una relación de dominio y sumisión hacia los demás.*

*Luigi sesión 1.*

Luego, una sesión más tarde revela lo siguiente:

*Luigi: Yo veía pornografía por rebeldía al trato de mi mamá.*

*Terapeuta: todo lo contrario. Fue tu mamá quién te enseñó a ver porno,*

*Luigi: como así, jamás, si más bien una vez que me agarró viendo porno se enojó toda.*

*Terapeuta: Es que ver pornografía no es señal de rebeldía, sino de obediencia a un esquema de dominio hacia alguien más. Eso lo aprendiste de tu mamá.*

*Luigi: por eso es por lo que veo géneros violentos a las mujeres. ¿También yo he sido muy machista en mis relaciones, todo entonces es lo mismo?*

*Luigi Sesión 2*

De momento, el consumo guardaría relación con una forma de sexualidad coherente con lo planteado por su madre. No obstante, años después el consumo de pornografía tendría otra función, ya no la de aprender como dominar a las mujeres, sino ahora si como búsqueda gratificante, aunque conservando un talante de violencia, en este caso sobre sí mismo:

*Llegó un momento en que la masturbación resultó ser muy hiriente cuando consumía porno. Es que ya me había acostumbrado tanto que veía y no tenía*

---

<sup>450</sup> Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas.*

*mucho efecto. Entonces podía durar mucho viendo porno sin eyaculación, pero eso hace que se vuelva poco gratificante, eso me puteaba mucho, realmente quería sentir rico, como en momentos anteriores pasaba. Yo estaba cansado y le daba y le daba y me dolía la mano. Entonces me golpeaba la mano por inútil, por no aguantar”*

*Luigi Sesión 2.*

Y al final el consumo en este mismo consultante pasaría a tener una función de refuerzo negativo:

*Ya lo más reciente es que yo me meto a ver porno, pero es más bien con el fin de relajarme, es que las deudas, los problemas con mi ex, el trabajo y la pandemia; todo se ha vuelto muy fuerte para mí.*

*Luigi sesión 2*

En el siguiente caso, expuesto por el consultante Johnny, el inicio de consumo se dio desde un pretendido fin pedagógico, donde buscaba la pornografía como sustituto de educación sexual:

*Diay la verdad es que yo me inicié tarde porque mi despertar sexual fue a los 21 años y yo veía que estaba atrasadito con conocimientos. Entonces cómo en esos tiempos no había nada de educación sexual y menos yo preguntarles a mis tatas, comencé a ver porno para aprender más y cuando me saliera una guila no quedarme atrás. Estuve en un colegio público y no tuve acceso a educación sexual. Mi educación sexual la recibí en el otro colegio: el café internet. Aun así, ir a estos lugares a ver por porno no era muy bueno porque a uno lo veían y uno no estaba tranquilo. Yo no me masturbaba en ese tiempo menos que estaba en un lugar público, sólo lo hacía a manera de aprendizaje quería saber cómo eran las mujeres.*

*Johnny Sesión 2.*

Mas tarde, la función pedagógica sería desvanecida y se implantaría una nueva, la del refuerzo positivo intrínseco orientado al control y posesión de mujeres:

*Tener las fotos de mis ex desnudas es un trofeo de glorias pasadas. Coleccionar a las famosas desnudas me genera una sensación de poder y posesión. Ya no es únicamente consumir porno ahora es también el poseer a las mujeres teniendo las fotos de ellas*



*Johnny Sesión 2*

En otros casos, el consumir pornografía podría iniciar desde una intencionalidad de descubrimiento y exploración de la propia sexualidad como en el siguiente caso:

*Yo me críe en el campo y mis papás, como gente de campo, con la sexualidad es muy reservada. Yo tenía preguntas y estaba en el colegio. Entonces me comenzaron a pasar revistas, luego tenía discos con películas y yo las veía y trataba de hacer lo mismo.*

*Miguel sesión 2*

Mas tarde, según lo revelado por el consultante, en cuanto tiene pareja comienza a desarrollar temor al abandono de esta, conectando señales verbales o gestos de ella con la posibilidad de rechazo. En ese sentido comienza a usar el material pornográfico para aliviar su malestar emocional:

*Siento como si mi esposa controlara todo el tiempo mi vida y mi único escape de momento es el consumo de pornografía. Creo que podría haber conseguido cualquier otro escape, pero es que éste es más factible para mí, me puedo refugiar en el baño escuchar el video con audífonos y sin gastar dinero relajarme*

*Miguel, sesión 2*

En este caso, en un inicio el consumo de pornografía podría suscitarse desde la búsqueda de satisfacción sexual a manera de refuerzo positivo, pero más tarde evolucionar hacia el escape de estimulación aversiva en el contexto de un conflicto conyugal, por ejemplo. O la evitación de la misma estimulación aversiva en cuanto a señales sociales de su pareja han sido asociadas a la posibilidad de un conflicto futuro. Una cierta expresión facial adquiere entonces una función discriminativa que evoca la respuesta de consumo. La expresión facial adquirió esta función de estímulo en medio de un proceso en el cual algunas similares precedieron ciertas consecuencias de corte punitivo. De todo lo anterior es necesario apuntar en concreto dos aspectos:

- Primero, que la alteración de funciones de estímulos podría explicarse desde el concepto de transformación de funciones.

- Segundo, que la emisión de una conducta no estaría, topográficamente hablando, gobernada solo por el estímulo que precede sino por otras claves contextuales. Dichas claves pueden ser frases, pero también podrían ser gestos o características del entorno social.

La conducta de consumo podría constantemente estar siendo moldeada por la interacción entre dos vías esenciales de aprendizaje: funciones de estímulo directas, pero también derivadas. Es decir que en ocasiones algunos estímulos ambientales elicitarían la conducta de consumo como respuesta, en ocasiones basta con que un estímulo esté relacionado de forma indirecta con la elicitación de craving para que este se suscite. En este entendido, cualquier gesto o señal social podría convertirse en un estímulo lo suficientemente capaz como para elicitar la conducta de consumo. Tal como señala Torneke:

Las situaciones amenazantes tienen funciones de estímulo aversivo y se convierten en objeto de evitación para todos los organismos. Para los humanos, los eventos privados adquieren rápidamente funciones de estímulo aversivo a través del enmarque relacional, y, por tanto, también se convierten en objetos de evitación.<sup>451</sup>

¿En qué momento se asociaría de forma indirecta un gesto desaprobatorio, una palabra de reclamo, una acción de desagrado como potencial precedente de conflicto? Sobre este punto, todas estas señales vinculares de amenaza se interpretarán en adelante de forma generalizada como variables sensibilizadoras de presunto conflicto que incrementarían la respuesta de ansiedad del individuo. Pero si bien es cierto, en algún momento serían variables disposicionales meramente, más tarde asumirían un papel potencial como estímulo discriminativo. Se responde a estos pensamientos aversivos de forma anticipatoria, aunque el estímulo inicial no necesariamente implica peligro alguno. Un estímulo neutro como lo es una mirada

---

<sup>451</sup> Torneke.

imparcial, puede cargarse de función aversiva. Esto ocurriría por transformación de funciones, que podría seguir esta vía en cuanto a su historia de aprendizaje:

1. En la mayoría de las historias escuchadas en el contexto terapéutico sobresalen variables ambientales históricas ligadas con el abandono, negligencia o abuso emocional violento de parte de cuidadores hacia con los mismos.
2. La conducta de consumo sería propuesta dentro del grupo de pares como una conducta válida y legítima. Es decir que el consumo en este caso se aprendería por *pliance* como mandato del grupo de pares. En este caso se consume para seguir una regla grupal, por aprobación social en conformidad a las normas de grupo que lo demandan.
3. El individuo comenzará un periodo de exploración de estimulación sensorial por sí mismo. Por acto de las contingencias directas, se enterará que la masturbación acompañada de pornografía es placentera. En este caso se podría hablar de *tracking*. El concepto de consumir pornografía como algo placentero ya quedó interiorizado, no se consume para satisfacer a alguien más, sino a sí mismo, es la consecuencia placentera lo que se busca y no la gratificación social.
4. El individuo continuará su estadio de exploración al tiempo que conoce o se involucra en variados vínculos afectivos. De modo que de momento se consume por gratificación a manera de reforzamiento positivo. A su vez el contacto con otros vínculos afectivos acompañado del consumo de pornografía ofrece la posibilidad de legitimación de la conducta como paralela al establecimiento de un vínculo sexual.
5. Al iniciar una relación de pareja, de forma sólida y estable se comienzan a suscitar conflictos, los cuales discriminarían respuestas de amenaza. Esto elicitaría eventos privados aversivos que, ante los mismos, el sujeto buscaría el patrón de consumo a manera de escape de la elicitación encubierta de malestar.

6. Más tarde el consumo de pornografía inclusive se adelantaría a la posibilidad de un conflicto siendo que las señales sociales que anteriormente elicitaban la respuesta no se presentan. En este caso se trataría sí bien es cierto del mismo reforzamiento negativo, más bien de una operación de evitación. A su vez las variables disposicionales del entorno como por ejemplo las señales sociales de rechazo funcionarían como *augmentals*, incidiendo en la intensidad de recurrencia.

En este sentido al final el consumo de pornografía se convertiría en una estrategia de evitación experiencial, en cuanto a la posibilidad de malestar por un pretendido conflicto. Como se corrobora de diferentes testimonios arriba mencionados, la pornografía como fenómeno implica un lenguaje. Es una forma de expresión acerca de la vivencia de masculinidad y sus respectivos valores asociados, una propuesta de performance sexual. Por modelado, se asocia al consumo de pornografía una función apetitiva que se volverá reforzante como regla conductual y, por consiguiente, el no consumo sería enmarcado como aversivo.

Como plantearía Torneke, una terapia hablada necesita una teoría del lenguaje<sup>452</sup> y, la de los marcos relacionales tiene un peso relevante en la atribución de significados en la masculinidad y la sexualidad. Las aproximaciones al lenguaje desde este enfoque plantearán justamente que un concepto adquiere significado por asociación relacional con otro evento. Cada enmarque relacional es una operante generalizada, formada por entrenamientos de condicionamiento.

En el entendido de que cualquier estímulo o evento tiene una función sobre la conducta de un organismo cuándo en la misma ocurre en relación o bajo la influencia de ese estímulo<sup>453</sup>, es posible considerar que el consumo de pornografía es una respuesta relacional derivada. Esto en el entendido de que un estímulo solo puede ser comprendido a través de un análisis del contexto en primer lugar y, del

---

<sup>452</sup> Torneke.

<sup>453</sup> Skinner, *Ciencia y conducta humana*; Skinner, *Sobre el conductismo*.

organismo y su propia historia de aprendizaje; de modo que, las funciones de estímulos pueden ser alteradas a través de los principios del condicionamiento operante y respondiente<sup>454</sup>. Sobre ese punto, se ofrece a continuación un análisis del papel del condicionamiento en sí.

### **7.2.3 Análisis funcional integrado de la posibilidad de recurrencia al consumo de pornografía**

En este escrito, de momento se analizó el fenómeno de que un estímulo antecedente a consumir pornografía se transforme y adquiera diferentes funciones desde tres posibilidades: La primera corresponde el planteamiento de Pavlov y el condicionamiento de primer y segundo orden, donde un estímulo neutro puede adquirir funciones discriminativas en función de procesos de emparejamiento sostenidos de forma sistemática. La segunda, el interconductismo de Kantor que establecería a la conducta misma como una interacción entre estímulos y variables disposicionales como un todo integrado. La propuesta interconductual sería relevante en este escrito porque ofrecería un marco explicativo relacionado con la transitoriedad del valor del material pornográfico como estímulo, desglosado del análisis desde el conductismo radical. Siendo esto, la perspectiva del desligamiento funcional podría dar cuenta de esta variabilidad del valor funcional, y la postura del contextualismo funcional que estipula la transformación de funciones de los estímulos con respecto a la asociación y su uso como un lenguaje.

En todo caso, sobresaldrían dos alternativas, acorde a los análisis funcionales vistos en este proyecto:

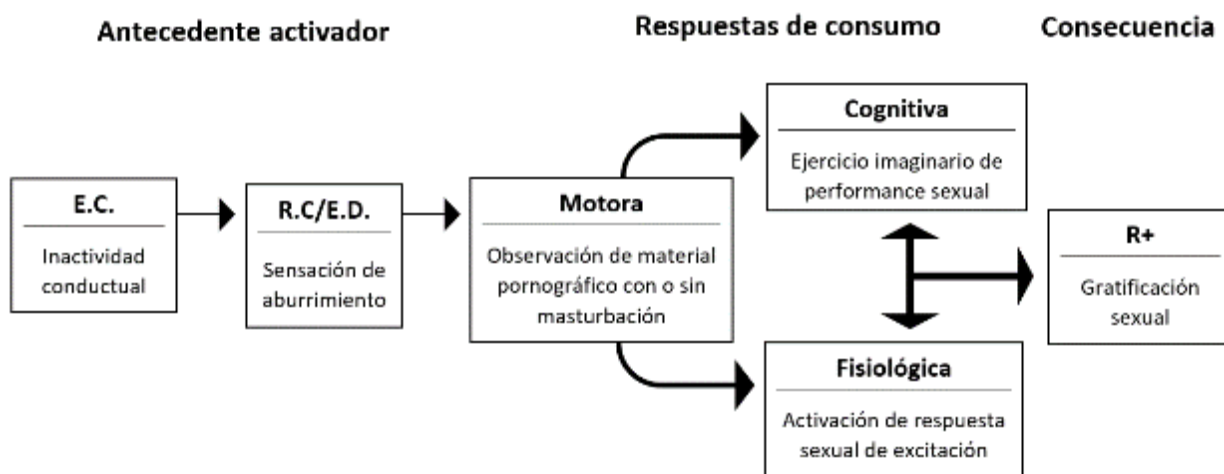
1. Que se aprende a consumir pornografía por condicionamiento clásico excitatorio apetitivo y se mantendría por condicionamiento operante

---

<sup>454</sup> Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas*.

2. Que se aprende por condicionamiento operante (búsqueda de estimulación) y se mantiene por condicionamiento clásico, es decir estímulos asociados al consumo serían suficiente para elicitare respuestas de craving.

A continuación, se ofrecerá de forma integrativa un análisis funcional de todos los casos analizados, siendo pertinente iniciar planteando dos posibilidades. En primer lugar, el consumo con una función de refuerzo sensorial interno positivo, esto en el entendido de que no exista estimulación aversiva previa a la operante misma. En este caso en primer lugar suele existir un estímulo discriminado que evoca a la respuesta, puede ser el ingresar a la habitación por la noche, o una señal de descanso en el lugar de trabajo. En todo caso se trataría de estimulación sensorial baja por inactividad.



**Figura 17: Consumo de pornografía como gratificación por refuerzo positivo.**

Un aspecto relevante en este primer grupo de casos es que se reportó con mayor frecuencia un fenómeno de privación con respecto a prácticas sexuales como variable disposicional, entendiéndose esto como la falta de intercambios sexuales con personas reales. La gratificación por tanto podría considerarse que ejerce una estimulación sustitutiva con respecto a un vínculo afectivo, ya que todos los participantes planteaban el anhelo de una relación de pareja.

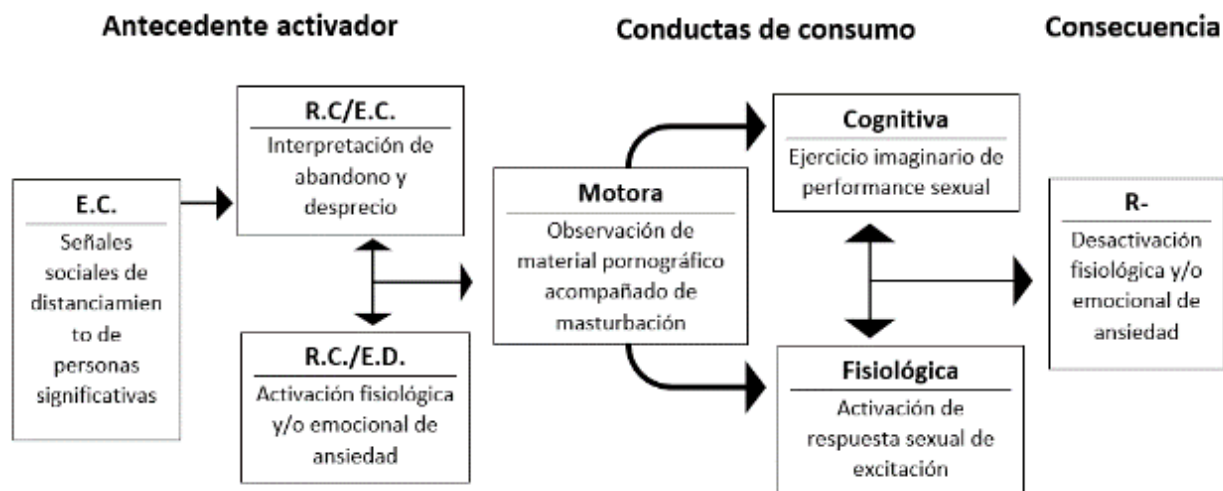
En estos casos también se reportaba una reducción significativa en cuanto a actividades gratificantes alternativas, obedeciendo a repertorios conductuales pobres. A su vez la mayoría de los consultantes reportan un fenómeno de habituación en el entendido que el refuerzo positivo cada vez es menor.

En el segundo de los casos la función de la respuesta estaría orientada hacia el escape de algún malestar emocional en este caso refuerzo negativo. Dicho estímulo aversivo por lo general se reportó como interno, ligado a la percepción de desconexión emocional con su respectiva pareja. En este sentido el consumo de pornografía funcionaría como un mecanismo de alivio al costo emocional asociado, presentando el consumo por lo general una latencia de respuesta menor que cuando se trata de reforzamiento positivo: se acude al recurrir al consumo lo más pronto posible.

Entonces, si las diversas señales sociales que predicen la activación fisiológica por lo general tienen una interpretación basada en la descalificación y desconexión emocional, a manera de respuesta se activarían las propias de ansiedad en cuanto a lo fisiológico, acudiéndose a la respuesta de consumir como un operante en búsqueda de alivio en tanto se distraiga de la situación problemática.

Aunado a lo anterior, en el caso de que el consumo cese por algún tiempo se inicia la emisión de conductas funcionalmente equivalentes con la misma dinámica operante a manera de refuerzo negativo desde la evitación del malestar elicitado por el primer antecedente. En el caso del consultante denominado Miguel, al disminuir por sí mismo el consumo, previo al ingresar al espacio terapéutico se percató a sí mismo utilizando respuestas ligadas a la ira. Esto también se logró apreciar en otros consultantes como lo son Johnny, Sebastián y Arturo. En el caso del consultante Luis, la sustitución funcionalmente equivalente de conductas se demarcaría por la búsqueda de relaciones sexuales alternas. Y en el caso de Luigi, la búsqueda de conductas de riesgo principalmente conducción temeraria. En este sentido, el consumo de pornografía no es más que una conducta propia de una clase operante más compleja, cuya extinción evocaría la recurrencia a las otras.

Otro estímulo interno capaz de activar la necesidad de consumo son las verbalizaciones encubiertas ligadas a la rumia con contenido auto desaprobatorio. En este caso la contingencia operante suele ser idéntica manteniéndose la respuesta de consumo con una función de escape ante dichos pensamientos elicitors.

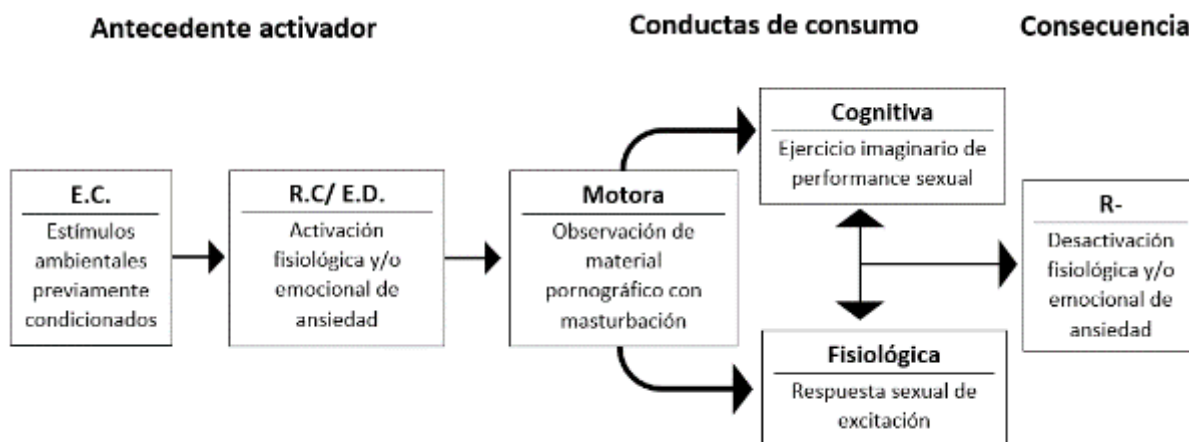


**Figura 18: Consumo de pornografía como operación de escape a estimulación aversiva**

En la mayoría de los casos habría procesos de condicionamiento que se mostrarían de forma contingente. En primer lugar, a manera de condicionamiento clásico, algún estímulo ambiental externo elicitó la aparición de cogniciones por lo general auto derrotistas. Esto a su vez llevando a una respuesta de activación fisiológica. Con esto se pondría en marcha el segundo proceso de condicionamiento en este caso operante. En este sentido la respuesta de ansiedad producto de la estimulación cognitiva aversiva, evocaría la conducta de consumo de pornografía acompañada de masturbación. Esto trayendo la ya mencionada operación de escape reduciendo la influencia del malestar fisiológico.

Es relevante que en algunas ocasiones se reportan más que operaciones de escape, las de evitación. En este caso, el primer estímulo ambiental elicitaría directamente la respuesta del consumo sin pasar por la interpretación de abandono. Esta situación en diversos casos como lo es el de Ronny, el de Luigi y el de Luis:





**Figura 19: Consumo de pornografía como operación de evitación a estimulación aversiva**

De lo derivado por el desarrollo líneas arriba, el consumir pornografía puede modificar su función como reforzador y, con respecto a la evolución de la recurrencia a dicha conducta problema, se suele seguir un camino común en prácticamente todos los casos, como ya se ha visto en los dos análisis anteriores sobre la historia del aprendizaje de consumo desde el modelo cognitivo y desde la teoría de los marcos relacionales. En un inicio el consumo de pornografía facilitado por refuerzos sociales que construirían un sistema conductual de normas asociadas a la recurrencia de material sexualmente explícito, es decir iniciaría como un **refuerzo social positivo**.

Posteriormente y en cuanto el contexto lo permitiera, se establecería con mucha mayor consistencia la exclusividad a material pornográfico como estrategia de gratificación. En este caso ya no sería necesario el refuerzo social, sino que el individuo por sí mismo reforzaría su propia conducta, tratándose de un **refuerzo interno positivo**. Además, en estas circunstancias se constataría la posibilidad de dicho refuerzo como efectivo en el alivio de estimulaciones ansiosas diversas.

Más tarde, por estimulación aversiva continua producto de demandas ambientales, se comenzaría a utilizar el consumo de pornografía como escape, tratándose de un **refuerzo social negativo**. Al final se consumiría de forma preventiva a la aparición de dicha estimulación, según como diferentes estímulos ambientales hayan estado

relacionados con la aparición misma. En este caso, la gratificación o alivio comenzaría a perder efecto, conllevando a que por habituación se incremente el consumo en función de diversos parámetros topográficos ligados a frecuencia e intensidad.

Además, el fenómeno de exclusividad a la estimulación sexual como mecanismo de neutralización ansiosa se volvería cada vez más marcado, limitando el repertorio básico de conductas a solo esto. Los consultantes considerados en la prevención terciaria mostraron precisamente una mayor dependencia al material en cuanto aparecían estímulos aversivos encubiertos. La repetición constante de esta cadena de contingencias impide el contacto con otras formas funcionales de reforzamiento alterno. A través de la monitorización de auto registros se reporta después de la mitad del proceso, un aumento repentino en cuanto a la frecuencia y tiempo dedicado al consumo, para después disminuir vertiginosamente, esto en consonancia con la amplificación de repertorios conductuales funcionales.

El tema del consumo de pornografía con una función de control inhibitorio de estados emocionales aversivos amerita una reflexión relevante. Levenson (1999), recuerda la interacción de dos sistemas emocionales:

1. Un sistema central de respuesta emocional que procesa entradas y salidas prototípicas de forma autónoma.
2. Un sistema de control que modula o regula estas respuestas estereotipadas a través de bucles de retroalimentación afectado por el aprendizaje y el contexto social inmediato para maximizar la adaptabilidad de la respuesta emocional.<sup>455</sup>

En la definición de Levenson, la distinción entre la generación de emoción y la regulación de la emoción es borrosa, sin embargo, es posible apreciar como los estados emocionales son inevitables en cuanto a su elicitación, siendo que muchos esfuerzos se estarían dirigiendo, por medio de conductas de una clase funcional

---

<sup>455</sup> Robert W. Levenson, «The intrapersonal functions of emotion», *Cognition and Emotion* 13 (1999): 481-504, <https://doi.org/10.1080/026999399379159>.

relacionada a la evitación como el consumo de pornografía, al control inhibitorio del carácter aversivo.

Los hombres entrevistados según sus propios reportes y por el efecto de sensibilización con el Instituto Wem, temen por su violencia. Es posible que traten de evitarla a como dé lugar, a razón de eventos en el pasado que, al haberla ejercido, las consecuencias han sido desfavorables. Por esa razón, utilizan estrategias disfuncionales de afrontamiento, aquellas que tengan una función inmediata autoregulatoria.

Las personas que han vivido experiencias aversivas tempranas usualmente presentan repertorios disfuncionales o incluso psicopatológicos en cuanto a sus estrategias de afrontamiento, a nivel general tienden a experimentar dificultades para reconocer que diferentes situaciones podrían pedir diferentes objetivos regulatorios<sup>456</sup>. Este reconocimiento e identificación de emociones puede reducir la conciencia de qué emociones podrían necesitar ser reguladas en primer lugar<sup>457</sup>. Para algunos autores, confirmándose a la vez por lo que sugiere este trabajo de graduación, esto puede ayudar a explicar por qué los problemas en la identificación emocional se asocian con una variedad de comportamientos mal adaptativos, tales como alcohol en exceso, agresión y autolesiones<sup>458</sup>.

Entre las posibles reflexiones que se realizan después de los procesos terapéuticos, sobresale que en el consumo de pornografía no se explicita con precisión si se trata de un fenómeno adictivo en todos los casos y en todos los momentos. Tomando en cuenta el concepto de que la adicción se compone de dificultades por manejar la

---

<sup>456</sup> Thomas Ehring y Dorothea Quack, «Emotion Regulation Difficulties in Trauma Survivors: The Role of Trauma Type and PTSD Symptom Severity», *Behavior Therapy* 41, n.º 4 (1 de diciembre de 2010): 587-98, <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.04.004>.

<sup>457</sup> Vera Vine y Amelia Aldao, «Impaired emotional clarity and psychopathology: A transdiagnostic deficit with symptom-specific pathways through emotion regulation», *Journal of Social and Clinical Psychology* 33 (2014): 319-42, <https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.4.319>.

<sup>458</sup> Todd B. Kashdan, Lisa Feldman Barrett, y Patrick E. McKnight, «Unpacking emotion differentiation: Transforming unpleasant experience by perceiving distinctions in negativity», *Current Directions in Psychological Science* 24 (2015): 10-16, <https://doi.org/10.1177/0963721414550708>.

ansiedad derivada por el craving a pesar de las consecuencias derivadas<sup>459</sup>, los consultantes reportan poder administrar mejor su necesidad de consumo en ciertas circunstancias, como en ámbitos laborales, pero grandes dificultades en el control en momentos que perciben posibilidad de consumo. Tratándose más bien de un fenómeno adictivo selectivo a factores estimulares específicos; a diferencia de otras conformaciones adictivas, principalmente a sustancias, donde el craving es inmanejable en todo momento; la combinación entre variables disposicionales y estímulos discriminativos marcaría un mayor impacto en la elección de un programa de modificación de la conducta. Es entonces que se plantea en este escrito considerar si la conducta de consumo de pornografía posee un funcionamiento generalizado, o si más bien, es un consumo discriminativo, solo se da en determinadas condiciones. Cuando una conducta se emite de forma sistemática ante un estímulo, es porque está bajo control de este.

Otra evidencia de lo anterior corresponde al hecho de que a pesar de que el fenómeno de saciación se llegara a implementar, aun así, se recurría a la conducta en muchos casos, no por necesidad fisiológica de consumo, sino como escape a estímulos aversivos internos. En este caso las técnicas cognitivas y las relacionadas con habilidades sociales terminaban de desvanecer la conducta.

Lo que se propone es que el control del estímulo no es absoluto, sino más bien discriminativo. Existen otros estímulos capaces de disminuir en primer lugar la aparición de craving o inclusive si se presenta, que la conducta no se emita. Y también existen estímulos capaces de incrementar el consumo a pesar de que el mismo ya se estuviera extinguiendo. Por tanto, es más plausible la consideración de consumo discriminativo y conforme se fuese generalizando y variables ambientales que usualmente inhiben la conducta perdiesen este poder, entonces pasar a la conceptualización de un posible consumo adictivo. En resumen, ningún consultante presentó esta orientación generalizada al consumo.

---

<sup>459</sup> Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT».

### **7.3 Acerca de los procesos técnicos en la intervención terapéutica**

Coincidiendo con Minarcik, a pesar de que la problemática del consumo de pornografía está en incremento, no hay estudios de evidencia clínica que hablen de eficacia para dicha situación<sup>460</sup>. De modo que, la elección de tratamiento no se basó en algún protocolo estandarizado previamente, sino más bien que para cada consultante se establecieron propuestas terapéuticas en consonancia con lo indicado por la fase de evaluación, en tanto que la devolución de la información obtenida posibilitaría alianza terapéutica y con la justificación de técnicas escogidas, adherencia al tratamiento. Con ello se detectaron distintos tipos de conformaciones respectivas al análisis funcional siendo que la conducta de consumo se desarrollaba en cada persona acorde a varias posibilidades:

- **Consumo de pornografía como control inhibitorio de estados emocionales aversivos.** En este caso, ciertos estímulos elicitarían estados emocionales displacenteros para el individuo, evocando a su vez la búsqueda de conductas de evitación, prioritariamente el consumo de pornografía en estos casos. Dichos estímulos fueron principalmente los siguientes:
  - Contexto de ansiedad y estrés. El consumo de pornografía acompañado de masturbación genera un alivio inmediato, con la consecuente activación de la rama parasimpática. En este caso se priorizó en el uso de estrategias de relajación desde la propuesta de inoculación en estrés. Esto se vió en casos como los de Sebastián, Luigi, Johnny
  - Desconexión emocional con su pareja. De modo que, conflictos conyugales les conectaba con esquemas de abandono y temor al

---

<sup>460</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

rechazo. Consumir pornografía se realizaba de forma inmediata a manera de desahogo, evadiendo el dolor ocasionado por la tentativa de separación. En este caso las estrategias se orientaron prioritariamente en habilidades sociales y solución de problemas. Esto en los casos de Luis, Miguel y Arturo.

- Estados de inactivación conductual. Consumir pornografía es de las pocas actividades que conocen para encontrarse consigo mismos y lidiar con la consecuente sensación de aburrimiento, actuando en ocasiones como sustituto a la vinculación afectiva, en tanto consumir pornografía se convertía en una gratificación sexual segura sin tener que exponerse a la búsqueda de pareja. Las principales herramientas terapéuticas irían orientadas a la activación conductual a través de la planificación de actividades consigo mismos o la búsqueda de actividades de vinculación emocional. En estos casos se encontrarían los casos de Juan, Danny, Ronny.
- **Consumo por conformidad a las normas masculinas.** Esto debido a una historia de aprendizaje social en la que, de forma vicaria, por conformidad al grupo y por internalización de reglas por convención social, el consumo de pornografía se realiza como mecanismo de reafirmación de la propia identidad masculina. En este caso, las sesiones priorizaron en la reestructuración cognitiva.

Es necesario plantear que las posibilidades etiológicas planteadas no se presentaban de forma exclusiva, sino más bien concurrente entre sí. Por ejemplo, el consumo de conformidad a las normas masculinas fue una constante en todos los usuarios, pero el consumo de pornografía como estrategia de manejo de estrés y ansiedad se presentó prioritariamente en los casos de prevención terciaria. Mientras que el uso de estrategias recreativas ante la inactivación conductual y sensación de aburrimiento se notó con mayor prevalencia en los casos de prevención secundaria. De modo que se puede proponer la posibilidad de varios modelos etiológicos, tomando en cuenta la tradicional triple relación de respuestas:

- **Modelo de desactivación ansiosa.** Esto debido a un estilo de afrontamiento impulsivo, usualmente generando crisis de vida y la consecuente activación simpática. Consumir tendría por ende una finalidad de búsqueda de relajación. El consumo sería un refuerzo interoceptivo interno negativo, se escapa de ansiedad. El correlato conductual sería mayormente fisiológico. Se detectó principalmente en casos de prevención terciaria.
- **Modelo compensatorio por déficit conductual.** Se trataría de casos donde se carece de habilidades sociales o conductuales básicas para lidiar con el tiempo libre. Consumir pornografía es una estrategia conductual relacionada a la implementación de un pasatiempo, por lo que es un reforzador de actividad positivo, se busca gratificación de forma exclusiva. El correlato sería principalmente motor. Se observó en casos de prevención secundaria y primaria.
- **Modelo de autorregulación de estados emocionales aversivos.** Donde habría verbalizaciones internas recurrentes ligadas a la posibilidad de abandono, rechazo o fracaso. Se consume para disminuir el impacto de dichas verbalizaciones, en el entendido que elicitan malestar. Por normas masculinas, en algún momento se aprendió que conductas de hipersexualidad serían una forma de conseguir valía personal. El consumo se trataría de un refuerzo intrínseco negativo. Se observó en casos de prevención secundaria y terciaria.

Si bien no se utilizó este modelo en la fase de evaluación, por justamente carecer de los resultados que pudiesen llevar a estas conclusiones, se propone utilizar el mismo de forma fiable en futuras evaluaciones clínicas sobre esta problemática. Es posible hipotetizar una posible evolución en cuanto a los modelos, donde los sujetos iniciarían con un consumo compensatorio por déficit conductual, pasando luego a un consumo regulatorio de emociones aversivas para finalmente, en cuanto estados de malestar se generalizasen: optar por un consumo dependiente para la desactivación ansiosa. Esto podría revisarse a futuro. En todos los modelos eso sí,

se mantiene una constante de evitación experiencial de algo: inactividad, ansiedad o procesos cognitivos negativos.

La elección de técnicas se debió ajustar a la dinámica cíclica en cuanto al consumo observada con respecto a la privación/saciación. En la fase de privación debieron priorizarse en técnicas de autocontrol por la propensión al consumo en cuanto el mismo aumenta su valor apetitivo. En la de saciación es cuando el individuo requiere reforzar diferencialmente otras conductas funcionalmente equivalentes a manera de activación conductual, aprovechando la disminución del mencionado carácter apetitivo, depositando esta función en otras conductas alternas y necesarias en el nuevo esquema funcional dispuesto para el individuo.

A manera de claridad metodológica, un esquema cognitivo se asumió como una variable disposicional, como un resultado de la historia de vida del sujeto. Un proceso cognitivo, como la rumiación, se consideró como un estímulo discriminativo. Y un pensamiento en tanto producto cognitivo, se abordó como respuesta conductual. Si bien es cierto esta conceptualización se encuentra susceptible a críticas, favoreció la elección de técnicas orientadas a principios. En futuros abordajes se podría realizar otra elección de técnicas, pero manteniendo la relevancia de una adecuada formulación congruente y consistente.

Se utilizaron varias técnicas de modificación de conducta, en especial con respecto a los procesos de terapia individual. Es difícil distinguir cuando el empleo de una técnica solo actúa en algún momento de la contingencia. En realidad, cada técnica implementada tiene impacto de forma general en toda la secuencia conductual, desde el estímulo hasta la consecuencia. Sin embargo, algunas son más efectivas en algunos términos que en otros. En continuidad con cada análisis de la conducta, se dividen las técnicas en 4 grupos correspondientes a cada elemento de la contingencia:

- Estrategias orientadas a variables disposicionales



- Estrategias orientadas a los estímulos discriminativos ya sea ambientales o encubiertos
- Estrategias dirigidas a respuestas alternativas
- Estrategias dirigidas a las consecuencias

Tal como plantean Froxán y Calero, es una tendencia que muchas investigaciones han obviado el análisis de los procesos de cambio clínico, conformándose si los resultados son eficaces o no<sup>461</sup>, crítica paradigmática que se comparte acá. Sin ánimo de establecer posicionamientos de causalidad o inferencias de significancia terapéutica, en el entendido de que escapan a las pretensiones de este escrito por su diseño metodológico, si se pretende la vía de la reflexión de procesos, que como indica Pérez, dirige el análisis a la consideración sobre cuáles son los mecanismos implicados en el éxito terapéutico<sup>462</sup>, que ya de por sí en los resultados del presente escrito se evidenció como satisfactorio.

Es de rescatar que la mayoría de las implementaciones técnicas se vieron enfocadas a la exposición de estímulos discriminativos como recurso de habituación a los mismos, en tanto desactivasen en mayor medida el resto de la contingencia, siendo las demás de apoyo a estas. No obstante, faltarían estudios clínicos seriados para poder concluir de forma satisfactoria, si la elección de técnicas de exposición debe ser central, por lo que se propone a manera sugerente. De paso, en la bibliografía consultada, no es común la referencia a técnicas de exposición sino más bien desde el abordaje del craving ya sea desde la reestructuración cognitiva en el caso de la tesis de Minarcik<sup>463</sup>, o desde una propuesta centrada en la defusión cognitiva como el trabajo de Twohig y Crosby<sup>464</sup>.

---

<sup>461</sup> María Xesús Froján Parga y Ana Calero Elvira, «Guía para el uso de la reestructuración cognitiva como un procedimiento de moldeamiento», *Psicología conductual = behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud* 19, n.º 3 (2011): 659-82.

<sup>462</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

<sup>463</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

<sup>464</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing».

### **7.3.1 Técnicas dirigidas a las variables disposicionales.**

Tal como se expuso en el apartado dedicado al análisis funcional integrado, la influencia de variables disposicionales fue relevante en los distintos consultantes. En este sentido, las estrategias dirigidas a abordarlas fueron de significativa importancia en tanto disminuían el carácter motivacional del estímulo discriminativo, o también aumentaban el de estímulos o conductas que se buscaban reforzar.

#### **Control de la activación.**

Objetivo: Disminuir la incidencia que repertorios conductuales de corte ansioso tienen, como variable disposicional, en la conformación de conductas de búsqueda de consumo.

La mayoría de los consultantes principalmente los ubicados en el grupo de prevención terciaria reportaron dificultades con respecto al manejo de ciertas crisis de vida por las cuales estaban atravesando, mismas que ocasionaban patrones de consumo como alivio de la ansiedad. Al parecer en muchos casos el consumo de pornografía era el único mecanismo con el cual se manejaba a la ansiedad, por lo tanto, la exclusividad hacia el consumo se sostenía de forma sistemática. Ya en otros momentos se ha reportado la relación entre ansiedad y conductas relacionadas al cibersexo<sup>465</sup>, legitimando las intervenciones orientadas hacia el uso de estrategias de relajación.

Si bien es cierto las técnicas de exposición con prevención de respuesta estaban dirigidas a la sensación de craving que ocasionaba la respuesta de consumo, las de control de activación irían dirigidas a la principal variable disposicional observada

---

<sup>465</sup> John Alexander Castro et al., «Ansiedad social, adicción al internet y al cibersexo: su relación con la percepción de salud», *Terapia psicológica* 36 (2018): 134-43, <https://doi.org/10.4067/S0718-48082018000300134>.

relacionada al consumo mismo: patrones de ansiedad que se mantienen estables y que fortalecen al consumo de pornografía como posible único refuerzo.

Se constató en algunos casos como el estilo de crianza de padres de los consultantes dificultó el desarrollo de habilidades de tolerancia y manejo de la frustración, intensificando estados de constante ansiedad. Fueron recurrentes las crisis en medio proceso terapéutico, producto de estilos desorganizados en la resolución de conflictos de pareja. El convivir se torna angustiante, posiblemente esto guarde relación con la recurrencia al consumo donde, se puede experimentar gratificación sexual sin la mediación de posibles confrontaciones. Conforme avanzaba la terapia y aumentaba el fenómeno de privación por disminución del consumo, también aumentaban las dificultades en el manejo de las crisis. Después de un tiempo, se normalizan, pudiendo funcionar como evidencia de habituación. Las principales técnicas utilizadas fueron las siguientes:

**Respiración diafragmática.** En otras intervenciones con fenómenos adictivos han gozado de recurrencia, debido a su oportuna disminución de ansiedad<sup>466</sup>. El entrenamiento en respiración se aplicó en momentos tempranos de los procesos terapéuticos, en tanto funcionara tanto para la desactivación pronta de la rama simpática, como para ejercicios posteriores de exposición con prevención de respuesta. Los consultantes en muchos casos demostraron dificultad al inicio, pero posteriormente exhibían adecuada pericia en función de la práctica. Dicho entrenamiento se realizaba de forma más intensa al inicio, dedicando todo el tiempo en sesión, pero luego únicamente en periodos de tiempo cortos, por lo general al comienzo de la sesión. El principio bajo el cual la respiración diafragmática podría operar se basa en su papel central en cuanto a la desactivación de la rama simpática

---

<sup>466</sup> Alessandro Massaro Bologni, «Tratamiento Basado en Mindfulness para Pacientes con Adicción al Alcohol y Cocaína.» (Madrid, España., Universidad autónoma de Madrid, 2017); Matías Tejada P, «Intervención psicoterapéutica cognitiva conductual grupal para disminuir la ansiedad relacionada a la adicción» (masters, Universidad de Panamá, 2017), <http://up-rid.up.ac.pa/1357/>.

y su consecuente disminución de ansiedad<sup>467</sup>. No obstante, la aplicación de la técnica por sí misma de forma exclusiva podría disminuir el consumo, pero no extinguirlo, como puede constatarse en la mayoría de los protocolos de registro y seguimiento vistos. Esto reafirmaría que no es la ansiedad generalizada lo que induce al consumo, sino más bien una variable de corte contextual que intensifica al malestar inmediato como estímulo discriminativo, denominado en este escrito como craving; y que el controlar la primera, no es garantía de que otras variables disposicionales también lo estén. En resumen, disminuyendo el impacto de la ansiedad constante en los consultantes se notó no una desaparición del craving, pero si una disminución de la influencia de este.

**Relajación con imaginería.** Barlow plantea que el uso de relajación con imaginería suele ser utilizado en algunas intervenciones de adicciones variadas, Marlatt y Gordon citados por Barlow, proponen el uso de la imaginería desde dos tipos: orientadas a la aceptación o a la acción<sup>468</sup>. En este caso se utilizaron protocolos relacionados con la imaginación de “lugares seguros” acompañado de respiración diafragmática. Este tipo de ejercicios se idearon principalmente para generar un protocolo de relajación en los consultantes como actividad conductual, al carecer los mismos de actividades relajantes en su repertorio de conductas. De esta forma, después de la visualización de imágenes agradables en terapia, se asignaba como tarea la práctica de estas, en al menos una ocasión diaria. Al parecer, no es la técnica de forma directa la que ocasionaba una disminución de ansiedad, como si ya estaba ocurriendo con la respiración diafragmática. Pero si obligaba a contar con un espacio de relajación que en otras circunstancias lo tomaría el consumo de pornografía. La imaginería también demostró ser versátil, pudiendo incluirse protocolos de reestructuración cognitiva y de condicionamiento encubierto en la misma. Por último, facilitaría la posibilidad de habituación a verbalizaciones

---

<sup>467</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>468</sup> David Barlow, *Manual clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso* (México D. F.: Manual Moderno, 2018).

encubiertas desde la tranquilidad, pudiendo inclusive servir de antesala para protocolos aún más complejos como el Mindfulness.

El uso de técnicas de relajación con imaginería dista de justificaciones como el modelo de respuesta única de Benson, según la cual da igual cual técnica se aplique, ya que todas tendrían un mismo efecto<sup>469</sup>. Lo encontrado en este abordaje dista de lo anterior, utilizando más una propuesta diferencial en cuanto al efecto de relajación, según la cual algunas técnicas tendrían efectos distintos. En este caso, relajación con imaginería propiciaría en el sujeto, acorde al modelo de Smith mencionado por Amutio, además de una simple disminución de activación simpática, el desarrollo de un conjunto de habilidades emocionales y cognitivas asociadas<sup>470</sup>. En este sentido sería relevante plantear si la relajación con imaginería no es más que proponer un nuevo sistema estimular en tanto el mismo con eficacia y precisión pueda imaginar un ambiente alterno al real, que dote de nuevas respuestas a su vez. En este sentido, de ser así, las técnicas de relajación y en especial las de imaginería no tendrían que catalogarse como dirigidas a la atenuación de variables disposicionales sino más bien como propuesta diferencial de estímulos alterna, es decir una técnica de control estimular.

**Mindfulness.** No se utilizó en todos los consultantes, por lo que no sería posible aseverar con exactitud algún impacto generalizado, pero con quienes se aplicó gozó de aceptación. A pesar que en otras investigaciones se asegure la relevancia del Mindfulness en el abordaje de adicciones<sup>471</sup>, en correspondencia se puede asegurar que también fue efectivo, pero queda pendiente determinar su impacto como estrategia de disminución de ansiedad, en tanto si es en sí una técnica de control de la activación o si más bien podría catalogársele más como una variante del

---

<sup>469</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>470</sup> Alberto Amutio Kareaga, «Componentes cognitivos y emocionales de la relajación: una nueva perspectiva», *Análisis y modificación de conducta* 26, n.º 109 (2000): 647-71.

<sup>471</sup> Massaro Bologni, «Tratamiento Basado en Mindfulness para Pacientes con Adicción al Alcohol y Cocaína.»; Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT».

protocolo de exposición con prevención de respuesta, en tanto facilita el contacto con estímulos aversivos interoceptivos, en este caso el craving, sin la usual conducta de escape de consumo de pornografía. En todo caso, a pesar de la dificultad de categorización en función de su formato de administración, a nivel de control de la activación tiene un peso significativo como se ha documentado en otros acercamientos<sup>472</sup>. Algunos autores como por ejemplo Fraumeni, plantean que estrategias de Mindfulness son eficaces en el abordaje del consumo de pornografía en tanto no se centran en la disminución o supresión del craving, sino más bien la aceptación y control de este<sup>473</sup>. Lo anterior es compartido por Twohig y Crosby los cuales proponen que el principal efecto de la técnica radica en el abordaje de pensamientos intrusivos y sus efectos, a la vez que incrementa la atención en otras experiencias<sup>474</sup>. En este caso, el mindfulness se estaría aplicando dirigida a los estímulos discriminativos internos, pero como un formato de exposición interoceptiva, por lo que de ahí radicaría su efecto.

En todo caso, en esta práctica de graduación no se aplicó como un protocolo de exposición directa al craving, sino como una forma de reexperimentación de variables disposicionales en la vida, utilizándose propiamente en la fase de seguimiento. Si bien es cierto, por la naturaleza de este escrito no podría argumentarse eficacia por carecer de controles de investigación adecuados, en los casos aplicados hubo buenas realimentaciones por parte de consultantes:

*Consultante: La pornografía implantó una visión de no disfrutar de la vida en general. Comer también es un acto de conquista, donde mientras más rápido*

---

<sup>472</sup> Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT»; Andrea D. Grabovac, Mark A. Lau, y Brandilyn R. Willett, «Mechanisms of Mindfulness: A Buddhist Psychological Model», *Mindfulness* 2, n.º 3 (septiembre de 2011): 154-66, <https://doi.org/10.1007/s12671-011-0054-5>; Alberto Amutio-Kareaga et al., «Aprendizaje y práctica de la conciencia plena en estudiantes de bachillerato para potenciar la relajación y la autoeficacia en el rendimiento escolar», *Universitas Psychologica* 14, n.º 2 (7 de septiembre de 2015): 433, <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-2.apcp>.

<sup>473</sup> Fraumeni-McBride, «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT».

<sup>474</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing».

*se conquista la comida, más me siento dueño de esta. Lo mismo me ha pasado con la comida. Creo que el comer debe ser un encuentro, donde entro en contacto en el momento presente con los alimentos. La sexualidad también es un acto de degustación, donde no se controla ni se busca poseer sino, apreciar y sentir”*

*Terapeuta: Es interesante como los ejercicios de mindfulness te llevan a esta equiparación...*

*Consultante: El porno se había convertido en algo tan natural como tomar agua. Tanto que estar con mujeres no me sorprendía, por más cuerpos perfectos que tuvieran. Yo no disfrutaba del sexo, lo usaba para demostrar virilidad. También aprendí a no disfrutar nada de la vida. Con esta nueva filosofía de vida estoy disfrutando de situaciones que antes no. Ayer me tomé el momento para verla a ella, me tomé el momento para parar, la contemplé, vi un ser humano conmigo*

*Ronny Sesión 9*

Tanto Fraumeni como Twohig y Crosby en sus respectivas investigaciones coinciden en que es necesario seguir estudiando al mindfulness como una técnica válida en el abordaje de consumo de pornografía, consigna que se comparte en este escrito. Además, debe estudiarse a futuro si su efecto se decanta únicamente por el control y aceptación de experiencias internas meramente o si también ayuda en el manejo de variables disposicionales como se justificó acá.

### **Estrategias informativas sobre la dinámica de consumo**

Objetivo: Aumentar el conocimiento del sujeto de su propia dinámica de consumo y con ello, favorecer la prevención, identificación y el control de las variables asociadas.

El desconocimiento científico sobre algún fenómeno que afecta al individuo se postula aquí como una variable disposicional también. La presentación informativa sobre alguna variable de la conducta problema, permite el empoderamiento del propio consultante sobre su situación, en tanto el conocer su propia manifestación en cuanto a características biológicas, epidemiológicas y funcionales; le brinda

elementos que facilitan una mayor adherencia al tratamiento y control sobre su propia conducta. También favoreció la prevención de incidentes y el manejo de factores asociados al craving. En este sentido, las estrategias utilizadas fueron las siguientes:

**Discusión conjunta sobre el análisis funcional.** Se utilizó de forma similar a la propuesta de Minarcik, tal cual la autora plantea al respecto identificar antecedentes que incrementan el consumo, excepciones o estímulos delta, así como conductas alternativas que lo disminuyan<sup>475</sup>.

En la sesión de devolución, usualmente la tercera de todo el proceso, se realizaba una devolución sobre lo indicado en el análisis funcional. En el mismo se discutía con los consultantes el resultado del proceso de evaluación, sobre las variables relacionadas con la conducta problema y que factores la mantenían. La relevancia de que el análisis funcional lo tuviese claro el consultante, tal cual lo plantea Froxan<sup>476</sup>, radica en que ayudaba a favorecer el compromiso con las técnicas futuras, comprendiendo el porqué de estas y su elección. A su vez generaba una mayor capacidad de análisis con respecto a su conducta problema, sosteniendo una mayor vigilancia con respecto a la misma. El abordaje del análisis funcional con el consultante obedece a una visualización crítica de su propia conducta, tal cual el siguiente ejemplo:

*Consultante: Es que vieras qué raro yo estaba tan enojado con ella que como que consumí porno con mucha fuerza como deseando castigarla*

*Terapeuta. ¿De qué forma se puede castigar a una persona consumiendo porno?*

*Consultante: no sé, súper ilógico yo lo que asumo fue como una forma de decirle a ella que puedo estar con otras que son más bonitas.*

*Terapeuta. El tema de que la única referencia que tengas de tu pareja sean sus cualidades físicas hacen que sea ahí donde quieras atacarla.*

---

<sup>475</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

<sup>476</sup> Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*.



*Consultante. Yo también me sentí muy herido por lo que ella dijo.*

*Terapeuta. En ese momento por su comentario, ¿Ella tenía control sobre usted?*

*Consultante. Si tenía demasiado control*

*Terapeuta. Entonces consumir pornografía es una forma de independizarte de su control. Te alivia.*

*Luigi sesión 4*

**Monitorización de avances.** El uso de auto reportes desde el enfoque cognitivo conductual es tal vez de las estrategias mayormente implementadas<sup>477</sup>, así que fueron constantes en los consultantes, permitiendo el análisis de progreso en los mismos en cuanto a la observación de la variabilidad del consumo de pornografía.

Los auto reportes sobre el consumo en función de los parámetros de frecuencia y duración fueron monitoreados a lo largo de todo el proceso, permitiendo que el consultante mantuviera una revisión activa de su progreso. En este sentido, tener control de su avance, ya sea en cuanto a disminución de la conducta o incrementos, posibilita tal como menciona Miltenberger establecer la evidencia de si el proceso avanza o no<sup>478</sup>. A su vez permite la toma de decisiones con respecto a situaciones que pudieran surgir y corregirse. Al final, facilitaron un indicador seguro sobre cuando finalizar el proceso.

**Psicoeducación sobre respuesta sexual humana.** Es reconocida la ventaja técnica que dispone el uso de psicoeducación de forma temprana en el tratamiento, en cuanto facilita la adherencia en función de la elección de técnicas por utilizarse

---

<sup>477</sup> Fernández-Ballester, «Los autoinformes»; Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

<sup>478</sup> Raymond Miltenberger, *Modificación de Conducta. Principios y procedimientos*. (Madrid: Pirámide, 2017).

en cuanto a los objetivos terapéuticos.<sup>479</sup> En el entendido de que la activación del sistema parasimpático por lo general se realiza en relación con la respuesta sexual humana, en la primera sesión del proceso interventivo, se dedicaba a abordar de forma teórica aspectos científicos ligados a la respuesta sexual humana y su relación con mecanismos fisiológicos de ansiedad. Esto facilitaba, en asociación con la revelación del análisis funcional en la sesión anterior, la toma de consciencia sobre cómo funciona el consumo de pornografía y las implicaciones sobre su funcionamiento biopsicosocial. Ruiz, Diaz y Villalobos plantean que la labor psicoeducacional promueve la alianza terapéutica, a través de la conceptualización del problema, origen y mantenimiento, en consecuencia, con las posibles relaciones funcionales<sup>480</sup>. La psicoeducación se realizaba de manera participativa, donde el consultante revelaba si se identificaba con lo visto o no. En el siguiente diálogo, se explicita la relación de la ansiedad con el consumo:

*Terapeuta: Tu principal vía de relajación, o de activación de la rama parasimpática ha sido principalmente por medio de tres situaciones: sueño, comida o sexo*

*Consultante: Claro por eso para mí relajarme es fantasear con un panocho.*

*Terapeuta: Entonces la sexualidad no la vives desde el disfrute, sino desde el alivio de tensiones. Miras a la mujer reduciéndola a un “panocho” debido a tu urgencia de utilizarla como objeto que te de paz.*

*Sebastián sesión 6*

## **Modificación de creencias afines a la masculinidad tradicional**

Objetivos:

- Generar un posicionamiento crítico del estilo de socialización recibida.

---

<sup>479</sup> Carina B. Lemes y Jorge O. Neto, «Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde», *Temas em Psicologia* 25, n.º 1 (2017): 17-28, <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>; Godoy et al., «Psicoeducación en salud mental».

<sup>480</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

- Moldear de forma verbal nuevas formas de disfrute de su propia sexualidad alternos a esquemas de poder masculinos.
- Disminuir el grado de legitimidad asociada a conductas vinculadas con hipersexualidad, como clase operante del consumo de pornografía.

Se constató que el consumo de pornografía estaba asociado a creencias que le dotaban de un carácter apetitivo y con permisividad. Esto en cuanto a su historia de aprendizaje, cargada de concepciones positivas. Con las técnicas elegidas lo que se buscó fue deslegitimar esta construcción de creencias y favorecer la búsqueda de unas nuevas. Si se evidenció que todos los consultantes tenían un camino de cuestionamiento a dichas creencias adelantado, debido a su propia sensibilización de género realizada en momentos anteriores por sus procesos grupales con el Instituto Wem. Quedaría pendiente indagar en otro tipo de población, sin procesos de naturaleza terapéutica previa sin esta deconstrucción fuese igual de bienvenida o si tuviese aún más dificultades de aceptación.

**Metáforas.** Las mismas lograron establecer conexiones entre significados del consumo de pornografía y abstracciones de la vida cotidiana. El uso de metáforas permite la asociación entre conceptos simbólicos, facilitando la conexión con circunstancias de vida del consultante<sup>481</sup>. La ventaja de esta técnica desde el concepto de la terapia de aceptación y compromiso es que facilita la defusión cognitiva, es decir que el consultante puede sostener una distancia sobre sus pensamientos facilitando el análisis.

Para Moix, las metáforas pueden ser aplicadas desde dos vías: expuestas por el terapeuta o identificando elementos en el relato del consultante y a partir de ahí construir la misma <sup>482</sup>. Con respecto a las primeras, se utilizaron algunas provenientes de la terapia de Aceptación y Compromiso, como la del “Hombre en el

---

<sup>481</sup> Wilson y Carmen, *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores.*; Torneke, *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas.*

<sup>482</sup> Jenny Moix Queraltó, «Las metáforas en la Psicología cognitivo-conductual», *Papeles del Psicólogo* 27, n.º 2 (2006): 116-22.

hoyo” o “La lucha con el monstruo”<sup>483</sup>, descritas en el marco conceptual del presente escrito. El siguiente es un ejemplo de la aplicación de metáforas en la consulta, desde la segunda vía, con elementos del consultante:

*Consultante: Busco libertad con mi hipersexualidad, pero más bien es como si estuviera en una cárcel.*

*Terapeuta: Como que vives tus vínculos desde una prisión. Cuando vivías con tus papás te sentías encerrado. Ahora vives con María y te sientes igual*

*Consultante: Y consumir pornografía se convirtió en una ventanita*

*Terapeuta: Como que necesitas salir de esa cárcel, sin dejar la relación.*

*Consultante: Si*

*Terapeuta: Ahora entiendo la importancia de la pornografía, era tu escape. Ahora, si dejas de consumir, tendrás que encontrar una salida real de esa cárcel.*

*Consultante: He buscado cosas que no me llenan. Rayitos de sol, pero no la libertad*

Miguel sesión 5

Tal como plantean Costa y López, el principio que subyace a las metáforas radica en cuanto a que las mismas a través de una función sustitutiva del lenguaje usando una fábula, historia, figuración; suplanta el significado construido obteniendo los mismos resultados a través de un principio de equivalencia funcional, sucesos que moldean conductas de forma indirecta.<sup>484</sup>

**Crítica de cine.** Podría entrar dentro del grupo de técnicas categorizadas como experimentos conductuales que, según Beck, buscarían cuestionar alguna idea irracional o disfuncional para el consultante<sup>485</sup>. Se ideó con el objetivo de fomentar

---

<sup>483</sup> Hayes y Lillis, *Acceptance and Commitment Therapy*.

<sup>484</sup> Miguel Costa Cabanillas y Ernesto López Mendez, «El uso de metáforas en psicología clínica», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>485</sup> Beck et al., *Terapia Cognitiva de la Depresión.*; Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

un posicionamiento crítico sobre la masculinidad hegemónica y su influencia en el consumo de pornografía. En sesiones avanzadas, prácticamente las de seguimiento, se les planteaba a consultantes mirar un video con material pornográfico de su selección, como tarea para la casa. Debían observar el mismo, bajo dos condiciones: en primer lugar, no masturbarse con el mismo y revisar la propia excitación. En segundo lugar, mirarlo de forma crítica, según parámetros de vestuario, iluminación, apreciación de la trama y calidad del argumento. La técnica se aplicó al final de los procesos terapéuticos y en consideración de que resultados en cuanto a la exposición con prevención de respuesta fueras significativos, es decir que el individuo tenga un dominio adecuado sobre su consumo a pesar de la exposición a material pornográfico. En todos los casos se revelaban algunos aspectos de interés: un argumento pobre, descuido en cuanto a elementos de vestuario, iluminación, fotografía; considerando la totalidad que el material pornográfico no es artístico y no contribuye al crecimiento personal desde esta vía. En ocasiones, los consultantes plantearon como la masturbación tendría relación con dificultades en cuanto a una consciencia crítica sobre el impacto de esta. Al parecer la excitación derivada disminuiría la capacidad de crítica y control sobre lo que presenta el estímulo:

*Consultante: Es que mientras uno está inyectado en la vara jalándose una no se detiene a pensar en todas esas varas violentas de fondo. Yo pienso que al masturbarse uno se vuelve más vulnerable de que le metan todas esas cosas en la jupa.*

*Terapeuta: en efecto al plantearse la respuesta sexual humana, es difícil procesar de forma crítica todos estos eventos incluso socioculturales*

*Consultante: tiene usted razón la mayoría de los videos pornos son súper violentos, uno ve a la chamaca que la agarran, la pichasean, le vuelven el hocico viendo para atrás y más bien uno lo ve de forma normal y hasta se excita uno con eso.*

*Terapeuta: ¿y eso cómo te ha afectado a vos?*

*Consultante: Diay que en media escena sexual uno fantasea con varas imposibles. A veces se lo he pedido a mi pareja la mae se niega y yo me emputo.*

*Terapeuta: y ahorita que lo estás viendo con detenimiento y de forma crítica, ¿qué piensas de ti mismo?*

*Consultante: que he actuado mal, que me enviciado, y esas varas hay que detenerlas. Y que el consumo si se va a dar en el futuro puede ser con videos eróticos, pero no violentos.*

*Sebastián Sesión 8*

Las reflexiones se dirigen hacia las consecuencias del consumir pornografía como en este ejemplo. En el mismo se aprecia como la estrategia de analizar al material pornográfico resulta en si adecuado para el individuo y su proceso de análisis crítico:

*Cuando la interacción es entre mujeres hay más calma, creo que entre ellas se cuidan y protegen porque saben que cuando llega un hombre, las cosas se ponen distintas, cuando llegan maes al vídeo las escenas se vuelven intensas. Aunque las escenas consten de consentimiento por parte de ambos, aun así, no es una propuesta de sexualidad que a mí me beneficie, hay disparidad en cuanto al acto sexual como tal. La propuesta que la masculinidad tiende a darle al porno es de invasión, violencia y posesión. No hay escucha del otro, no hay sensibilidad"*

*Ronny Sesión 11*

Quedaría pendiente plantear si la técnica pudiera aplicarse al inicio del tratamiento en cuanto aún el ver pornografía siga condicionado a una alta generación de excitación. El principio que subyace es el de la exposición diferencial al estímulo: es decir el consultante se expondrá no al material pornográfico desde una postura de excitación sino desde alguna otra faceta de este, como la atención focalizada en la tarea de establecer crítica; desvaneciéndola de la atención selectiva en su carácter apetitivo.

**Identificación de esquemas asociados al consumo.** Se emplearon numerosas estrategias de identificación de cogniciones, no obstante, se utilizaban las mismas asociándolas a la dinámica de consumo. Algunos autores como Mahoney

(mencionado por Froxan y Calero) plantean que la reestructuración cognitiva no debe ir dirigida solo a los pensamientos y la forma como estos se presentan, sino más bien a las estructuras cognitivas de las cuales aquellos parten<sup>486</sup>. Según Leahy, dicho proceso se basa en la indagación de patrones consistentes dentro del discurso del consultante, entre ellas se encuentra la flecha descendente o descenso vertical. El descenso vertical permite, a partir de una serie de pensamientos, identificar las reglas condicionales insertas en la conformación del estilo de pensamiento, llegando a la creencia central<sup>487</sup>. A continuación, un ejemplo de la aplicación de la técnica:

*Terapeuta. Hay algo en todo esto que te vuelve vulnerable a la desconexión emocional. ¿Qué es lo que hay en la misma que te afecta tanto?*

*Consultante. Yo pienso que el asunto es como que ella piense mal de mi*

*Terapeuta. Y eso que significa para vos*

*Consultante. Significa que soy un vago*

*Terapeuta. Y eso en que te convierte*

*Consultante. En una carga*

*Terapeuta. ¿Qué sucede cuando asumes eso?*

*Consultante. Ser descalificado me duele. Yo no soy un vago*

*Terapeuta. Y eso que significa para vos*

*Consultante. Cuando me juzgan, no se me valora realmente*

*Terapeuta. No te valoran... Qué pasa si no se te valora*

*Consultante. Me desensibilizo ante ella. Me frustró. Considero injusto que no me valore.*

---

<sup>486</sup> Froján Parga y Calero Elvira, «Guía para el uso de la reestructuración cognitiva como un procedimiento de moldeamiento».

<sup>487</sup> Robert Leahy, *Técnicas de Terapia cognitiva. Una Guía para Profesionales* (Buenos Aires: Akadia, 2018).

*Terapeuta. Cuando una persona nos trata de forma injusta, eso nos conecta con el temor a ser o no ser apreciado.*

*Consultante. Cuando me tocan esa fibra sensible, soy proclive de realizar conductas negativas*

*Terapeuta. Realizas conductas para apagar el dolor de no ser digno de ser amado.*

*Consultante. Con la pornografía puedo apagar ese dolor. Tengo un tema con el rechazo*

*Terapeuta. Todos tenemos un tema con el rechazo. Vos tenés un tema con la evitación del rechazo*

*Consultante. ¿O sea, el rechazo está bien?*

*Terapeuta. No sé si bien. Pero inevitable.*

*Consultante. El rechazo no está mal. Ella merece su espacio. Pero para mí, viene acompañado de desaprobación.*

*Terapeuta. Ahora entiendo para que consumes. Así no crees perder tu valía personal.*

*Miguel sesión 6*

En el ejemplo anterior se denota la conformación de creencias intermedias vinculadas a la asociación entre rechazo y desaprobación, del tipo: *Ser rechazado significa fracasar*. El consultante reveló varios esquemas sobre sí mismo, como el temor al menosprecio y la percepción de inadecuación.

Los discursos de los pacientes, tal como apuesta la terapia cognitiva, presenta patrones de pensamiento. Otra técnica utilizada a menudo en los procesos fue la de explicar el pensamiento esquemático, la cual para Leahy consiste en revelar al consultante su propia forma de procesar la información<sup>488</sup>. La identificación de cogniciones relacionadas con el consumo y en especial el tema del rechazo fue

---

<sup>488</sup> Leahy.



recurrente, en el ejemplo siguiente se constata como la misma elicitó estados de ansiedad:

*Terapeuta. Hay varias formas de descalificar. Por ejemplo, la corrección justificada cuando cometemos un error*

*Consultante. Esa desconexión no me afecta. Tal vez me moleste, pero no pasa nada*

*Terapeuta. Y una descalificación afectiva*

*Consultante. Es que esa va acompañada de rechazo. Esa sí me afecta mucho.*

*Terapeuta. No es cualquier descalificación, sino la que va acompañada de algún mensaje del tipo “no soy suficiente”*

*Consultante. Esas descalificaciones son fuertes para mí.*

*Terapeuta. No te duele que te descalifiquen tus conductas. Te duele que te descalifiquen como persona.*

*Consultante. Y me defiende menospreciándola.*

*Terapeuta. Que evidencia tienes que realmente te descalifica.*

*Consultante. No ninguna. Mi mente nada más.*

*Terapeuta. Sin ninguna evidencia, tus pensamientos terminan llevándote a dañar a tu pareja y a ti mismo.*

*Consultante. Esa forma de pensar como que me sabotea. Porque yo en realidad la amo. Y no la quiero dañar.*

*Terapeuta. Es bueno saber que puedes cuestionar tus pensamientos y modificarlos, cada vez que detectes desconexión emocional.*

*Miguel Sesión 6*

La identificación de esquemas facilita la observación del consultante consigo mismo, llevando a una mayor vigilancia sobre la conducta de consumo: tener en cuenta los esquemas de pensamiento, como variable disposicional hace que pueda disminuir este, pero al parecer según lo observado en los procesos, no extinguirse. La utilidad de esto radica más bien en que podría acelerar el proceso de extinción,

aunque es necesario más evidencia para afirmarlo de forma contundente. Otro aspecto importante para tomar en cuenta es el hecho sobre el proceso concreto que otorgaría una mayor consistencia a las técnicas de reestructuración cognitiva. Sobre esto, Froxan y Calero ya se han referido previamente, argumentando que, en realidad, esta estrategia no es más que un moldeamiento verbal, compuesto de verbalizaciones del terapeuta basadas en las leyes operantes del refuerzo y el castigo, en tanto se acerquen o no a la meta terapéutica<sup>489</sup>.

**Cuestionamiento de normas masculinas.** El cuestionamiento dirigido a esquemas de pensamiento masculinos tradicionales demostró una adecuada eficacia en tanto se formuló el pensamiento de corte machista desde la óptica de creencias intermedias: reglas, atribuciones y suposiciones sobre como las personas deberían comportarse en función de estándares patriarcales. En este sentido, las intervenciones no irían dirigidas al esquema del que parten, sino deteniéndose meramente a la norma como tal. Beck plantea que la identificación de creencias intermedias puede tener varias formas de indagación, lo relevante radica en la identificación de normas consistentes que fundamenten al origen de pensamientos automáticos como producto cognitivo<sup>490</sup>

Tal como se abordan las creencias intermedias, se realizó a través de constantes búsquedas de validación y argumentación, en función de criterios de validez, veracidad, trascendencia y utilidad<sup>491</sup>. Mas tarde, se constataba como es propio de técnicas cognitivas, que el consultante lo haría por sí solo con satisfactoria pericia. Como ejemplo de ello, se puede observar la refutación de esquemas de abandono entremezclado con ideas sexistas sobre los vínculos afectivos:

---

<sup>489</sup> Froján Parga y Calero Elvira, «Guía para el uso de la reestructuración cognitiva como un procedimiento de moldeamiento».

<sup>490</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

<sup>491</sup> Leahy, *Técnicas de Terapia cognitiva. Una Guía para Profesionales*; Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*; Baldós, «Terapia cognitiva de Beck».

*Consultante: me es difícil comunicarme con ella porque necesito aprender cuando me estoy exponiendo sin estar juzgando.*

*Terapeuta: ¿Como hablar desde esta forma que planteas cuando estás a la espera de que tu pareja te reclame algo...?*

*Consultante: En esta semana estuvimos recordando cosas de nuestra relación, como nos conocimos, y ella se reía. Por primera vez en mucho tiempo vi una María amena, y no sentí deseo de protección.*

*Terapeuta: Como que ser compas, hace que te sientas tranquilo. ¿Hace cuanto no son compas?*

*Consultante: Uy mucho tiempo, desde que estamos trabajando hemos perdido libertad.*

*Terapeuta: Y como no son compas, exiges más desde lo sexual*

*Consultante: Pero no lo recibo*

*Terapeuta: Lo tratas de recibir por medio del porno.*

*Consultante: Hemos postergado el tema de tener hijos, ella creo que se protege de mí porque asume que la abandonaré en la maternidad.*

*Terapeuta: ¿Vos te proteges?*

*Consultante: Sí, creo que sí. Si ahorita no hay sexo, menos en ese momento.*

*Terapeuta: Hay algo que no me queda claro, ¿le temes a no tener sexo, o le temes a la desconexión emocional?*

*Consultante: Que interesante, creo que más bien a lo segundo. Y no recibir sexo lo veo desde ahí.*

*Terapeuta: ¿Y si tienen hijos, eso los desconectaría?*

*Consultante: Al contrario, nos uniría más.*

*Terapeuta: ¿Entonces que piensas sobre el temor a tener hijos?*

*Consultante: Es irracional totalmente*

*Terapeuta: En algún momento, de algún modo, aprendiste a asociar sexualidad con conexión emocional. ¿Dónde entra aquí el consumo de pornografía?*

*Consultante: Busco pornografía para olvidarme de la desconexión. Pero teniendo hijos más bien la tendré*

*Terapeuta: ¿Tendrás hijos para conectarte?*

*Consultante: Uy no tampoco así. Mejor conseguir conexión antes de tenerlos*

*Miguel Sesión 5*

Según lo visto en los resultados, conforme se trabaje en el cuestionamiento de algunas normas masculinas otras podrían reducirse, aunque con un tamaño de efecto menor. Es decir, la respuesta específica producida por cada técnica con respecto al debate de algún componente de la masculinidad supondría un cambio en otros factores.

Según lo expuesto en los resultados, el componente que muestra una mayor disminución es el de *Hipersexualidad* justamente porque el proceso terapéutico se pensó desde un inicio para abordar esta temática, seleccionando para ello un conjunto de las técnicas basándose en dos ejes temáticos fundamentales, por un lado la disminución con respecto a la cantidad de consumo en función de frecuencia y duración, utilizando para ello en conjunto con el cuestionamiento a las normas masculinas, técnicas operantes a manera de reforzamiento diferencial, técnicas de activación como también de exposición con prevención de respuesta. A nivel cognitivo se utilizaron formatos de reestructuración y cuestionamiento de verbalizaciones encubiertas ligadas a los patrones sexualizados en cada consultante:

*Consultante: Es que uno ve a una guila toda rica en la calle y entonces me excito todo, llevo a la choza y fantaseo, como si la guila quisiera conmigo.*

*Terapeuta: Según he comprendido es muy recurrente. ¿Qué te lleva a pensarlo así?*

*Consultante: Es que ahora las mujeres andan muy guapas, como que andan buscando que uno las culee*

*Terapeuta: ¿Andan buscando que tengas algo sexual con ellas? ¿Como te diste cuenta?*

*Consultante: Ese es el problema, me imagino esas cosas y es solo eso, mi imaginación. Y me da miedo convertirme en un enfermazo, es más, ya lo soy, por eso busqué ayuda en realidad.*

*Terapeuta: Parece ser que has aprendido a reconocer que estas formas de pensar no son las correctas. También, aunque esos pensamientos te lleven a fantasear de forma indebida, estás decidido a pensar distinto. Aunque los pensamientos digan una cosa, cada uno puede decidir no obedecerlos, pero para ello es necesario cuestionarlos. ¿Qué tan válido son este tipo de pensamientos?*

*Consultante: Para nada válido, es una forma violenta de ver a las mujeres, que ya me ha llevado a sobrepasarme. Es válido para el fuck machismo, pero para lo que yo quiero de mí mismo, no lo es.*

*Terapeuta: ¿y de donde vendrá ese pensamiento, tiene alguna evidencia de que una mujer que vista con ropa cómoda significa que quiere tener sexo?*

*Consultante: solo se me ocurre una evidencia, la del porno. Esos videos usualmente inician así: una guila rica con ropa cómoda como de ejercicio y llega un mae cualquiera y rápidamente ella accede, y en dos manazos ya están encaramados.*

*Terapeuta: ¿Y qué dirías de esa fuente de evidencia?*

*Consultante: Nombre, terrible. El porno es como la lucha libre, está más montado.*

*Terapeuta: que fuerte debe ser llegar a un tema de violencia sexual, inspirado en el porno como referencia.*

*Consultante: sí, me siento patético inclusive.*

*Sebastián, sesión 4*

Esta discusión y análisis del pensamiento machista, en este caso la hipersexualidad, realizado desde la validez y búsqueda de evidencias, fue común en los procesos. En segundo lugar, el componente que tiene una disminución mayor es el de *Control emocional*, el cual en al menos 6 casos fue abordado a través de habilidades sociales de forma directa. Un aspecto relevante descubierto de la práctica misma

fue el tema de que en ocasiones el consumo de pornografía tenía una función de escape en cuanto a la eminencia de un conflicto con su pareja, significando a la vez esto la probabilidad de evocar estados de malestar interno. Siendo que, al contar cada individuo con mayores destrezas en cuanto a la expresión de sus emociones relacionadas a la disconformidad, disminuiría la ansiedad que elicitaba el craving por consumo. Las creencias ligadas a la dificultad de expresión fueron cuestionadas de esta forma:

De modo que la no expresión de emociones generó en los casos vistos un aumento con respecto a la activación de inseguridades conyugales:

*Consultante: Es que María no me permite tener espacios conmigo mismo. Los sabotea*

*Terapeuta: ¿Y tienes evidencia de ello?*

*Consultante: Que se enoja cuando se los pido*

*Terapeuta: Me dijiste un día que se los pediste desde una postura agresiva. ¿Tienes evidencia de que al pedir tus espacios de forma tranquila ella te critique?*

*Consultante: usualmente, no lo hago. He cometido el error de ser grosero con ella. Es que como me da miedo hablarle, para no iniciar una discusión.*

*Terapeuta: Pero al cargar esa tensión, al final lo pedís de forma agresiva y eso termina en una discusión.*

*Consultante: En todo caso, necesito esos espacios, tendré que solicitarlos de buena fe, porque estoy mal si sigo así.*

*Terapeuta: Tal vez María necesita escuchar algo así como: necesito ciertos espacios que no me he permitido tener.*

*Consultante: Yo se los he solicitado, pero desde la masculinidad que hemos hablado. Salir para tomar e irme de fiesta. Ella desconfía de mis espacios. Pero ahora solicitaré los espacios que necesito, los que tienen que ver con mi autocuidado y de forma asertiva.*

En tercer lugar, el factor de *Homofobia*, el cual llama la atención desde la perspectiva de que no fue del todo abordado durante las sesiones de terapia de forma directa. No obstante, podría deberse su disminución al enfoque otorgado de la sensibilización en masculinidades alternativas, generando cada consultante un encuadre distinto con respecto a la vivencia de la sexualidad distanciándose de la tradicional lógica de consumo patriarcal.

En cuarto lugar, se ubicaría el componente de *Violencia*, siendo el mismo abordado de forma crítica durante las sesiones bajo la perspectiva de que el consumo de pornografía sostiene patrones de pensamiento misóginos en los que se objetiviza la figura de la mujer. Se discutió en numerosas ocasiones como el consumir pornografía hubiese llevado a la implantación de esquemas de relaciones inadecuadas entre hombres y mujeres, desde una lógica de dominio.

*Consultante. Si yo quisiera reclamarle algo a mi esposa sé que viene un conflicto y eso lo quiero evitar, que perezca. Es una mujer muy cerrada, tener poder sobre ella es imposible, yo en lo personal creo que he caído en el porno porque me imagino lo que no puedo hacer con mi esposa que es eso de dominarla.*

*Terapeuta: ¿Dominarla? ¿Que buscas con dominarla?*

*Consultante, es que ese es el problema, busco tener poder sobre ella. Es la idea machista que nos venden a todos los maes y quiero salir de ella.*

*Terapeuta: Yo veo que hay dos formas de pensamiento en Luis, una que reconoce y está de acuerdo en dejar de ser machista, otro que no quiere renunciar a ese poder y privilegios masculinos y ver porno lo hacen seguir vivo.*

*Consultante: Si, me he engañado solo, quiero dejar de ser machista, pero en el fondo, ver porno me hace sostener poder y control.*

*Terapeuta: ¿Ya que identificaste ese esquema recurrente, que harás?*

*Consultante: seguir la propuesta que usted me indicó, cuestionarlo.*

*Luis, sesión 4*

En quinto lugar, se encuentra *Asunción de riesgos*. Este componente fue ampliamente trabajado a través de técnicas de autocontrol y mindfulness en los consultantes que reportaban un mayor componente de impulsividad en cuanto a su sintomatología de consumo. No obstante, no todos los consultantes presentaban sintomatología desde esta vía, siendo que podría afectar el promedio final, ya que la disminución no es pareja.

*Consultante: Yo necesito placer, euforia, por eso ando como loco con la moto manejando despichado. O buscar relaciones sexuales riesgosas, solo para sentirme pichudo. Y en la casa no estoy tranquilo si estoy quedito, entonces me pongo a ver porno, es la misma necesidad de tener euforia.*

*Terapeuta: Que evidencia tenés de que el porno te brinde esa sensación, si más bien hace rato me decís que ya no sentís ninguna sensación placentera con el porno.*

*Consultante: yo no sé qué ando buscando entonces, es cierto. Como que la costumbre me lleva a ver pelos, pero de verdad no sirve.*

*Terapeuta: ¿Y pasará lo mismo con las motos? Te generan euforia realmente*

*Consultante: la verdad tampoco, que ahuevado.*

*Terapeuta: ¿Es euforia lo que necesitas?*

*Consultante: No, no. Yo no quiero euforia ni riesgos. Lo que quiero es paz.*

*Luigi, sesión 7*

El componente de *Búsqueda de estatus* no fue comúnmente reportado de forma amplia por los consultantes, aunque sí descrita de forma ocasional a manera reflexiva cuándo mencionan su historia de vida y de cómo el seguimiento a ciertas normas masculinas los ha llevado a buscar aceptación social. En esta misma línea se encontraría *Orientación al éxito* y *Autosuficiencia* como marcadores de virilidad. En estos tres casos al igual que con el componente de homofobia habría una disminución indirecta, pues no se trabajó de forma atenta. En el siguiente ejemplo se citarían de forma indirecta los tres de forma referencial para comentar sobre la historia de vida:



*Consultante: A mis 18 vi una película, el lobo de Wall Street y desde ese día pensé que quería ser exitoso. Ahí comencé a construir esa imagen. A los 25 comencé a generar dinero y a los treinta ya lo tenía, eso me dio mucho confort.*

*Terapeuta: ¿Qué era lo que querías a tus 18 entonces?*

*Consultante: El poder del dinero.*

*Terapeuta: ¿Poder para alcanzar qué?*

*Consultante: Para alcanzar un nivel de vida, un nivel social y con todo eso: paz*

*Terapeuta: ¿Paz? Que interesante*

*Consultante: (Calla durante un momento)*

*Terapeuta: Lo que quieres desde hace mucho tiempo es paz*

*Consultante: Me doy cuenta de que la he estado buscando durante mucho tiempo. Y pensé que con el éxito económico la conseguiría.*

*Juan Sesión 10*

En secuencia se encontrarían los componentes de *Dominio y Poder sobre las mujeres*. Aspectos abordados durante las discusiones, pero cuya disminución es menor debido a que de todas formas inician en la evaluación pretest con puntuaciones bajas.

Finalmente se encuentra el componente de *Primacía del trabajo* el cual al parecer tiende a aumentar levemente al final de las terapias en los diferentes consultantes. Aunque dicho aumento podría no ser significativo es posible plantear qué al disminuir el consumo de pornografía muchos caballeros podrían recurrir a alguna actividad social que les genere estabilidad dentro de la conformación de su masculinidad cómo lo es lo laboral.

De forma general, con el cuestionamiento de normas masculinas se pueden observar dos fenómenos. Primero que la terapia demuestra evidencia sobre su valor en cuanto a la disminución principalmente del componente de *Hipersexualidad* y

*Control emocional* en la autoafirmación de masculinidad y la conformación de dinámicas adictivas en los consultantes. Segundo que trabajar dichos componentes como eje central del proceso terapéutico a través de la reestructuración cognitiva colabora en cuanto a la disminución indirecta de otros agentes de consumo como lo son el resto de los factores mencionados. Queda pendiente determinar si la reducción de dichos esquemas se debe a la reestructuración cognitiva o si podría lograrse sin ella, usando meramente recursos técnicos como habilidades sociales o activación conductual. Al tratarse de una práctica dirigida este asunto no se valoró como si fuera una investigación, por lo que podría plantearse a futuro.

### **7.3.2 Técnicas dirigidas a estímulos discriminativos ambientales**

Muchos consultantes reportaron una mayor incidencia de consumo en función de la elicitación de variables ambientales, como por ejemplo el hecho de estar solo, en contacto con su habitación o únicamente la variable noche. Si debe de resaltarse que quienes mostraron una predilección por el consumo en función de estímulos ambientales, fueron los consultantes del grupo de prevención secundaria, es decir quienes consumen desde el reforzamiento positivo. De esta manera se emplearon algunas estrategias para modificar el impacto de dichos estímulos.

#### **Técnicas de autocontrol.**

Estas estaban orientadas de forma directa al estímulo discriminativo que elicitaba la sensación de craving. En este sentido, se le restaría al ambiente influencia sobre la ejecución de la conducta, a través de modificaciones estímulares totales o parciales.

#### **Control estimular.**

Objetivo: Modificar la conformación de estímulos que predisponen a la respuesta de consumo, generando con ello diferentes respuestas.

Buscan la alteración de factores que preceden a la conducta, facilitando o incidiendo en su aparición<sup>492</sup>. Son comunes en el abordaje de otro tipo de adicciones como en el consumo de alcohol, tal como lo plantea Barlow, estas estrategias; las cuales están diseñadas para modificar señales ambientales evitando la conformación de estímulos, reordenándolos o estableciendo diferentes respuestas en el mismo ambiente<sup>493</sup>. También se han utilizado desde hace muchos años en otro tipo de intervenciones en condiciones sexuales donde priman las dificultades en el autocontrol<sup>494</sup>. En este sentido, se incluiría en las primeras fases del tratamiento la modificación del lugar físico, una vez identificados los estímulos que conllevan a que el consumo sea más frecuente, eliminar el acceso a los mismos. En ocasiones se solicitaron modificaciones en la casa del consultante; en otras, restricciones en cuanto al dispositivo celular.

De esta forma, siguiendo la propuesta de Ávila (1984), citados por Carrasco<sup>495</sup>, se utilizaron los siguientes recursos:

- Restricción física. Principalmente alteraciones en el acceso a videos, pornográficos borrándolos y retirando membresías de páginas variadas. En algunas ocasiones debían dormir lejos del dispositivo celular.
- Presentar estímulos discriminativos que incrementen la aparición de conductas alternas principalmente desde las habilidades sociales. En este caso, a manera de auto instrucciones, recordatorios físicos sobre las conductas prosociales.
- Reducir o eliminar estímulos discriminativos que evocaran la aparición del consumo, en este caso se solicitaron modificaciones en la habitación del consultante, eliminando posters de mujeres, por ejemplo. También fue

---

<sup>492</sup> Rosa Raich, «Condicionamiento encubierto», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Labrador Encinas (Madrid: Pirámide, 2009).

<sup>493</sup> Barlow, *Manual clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso*.

<sup>494</sup> Manuel Ibáñez Ramírez, «Parafilias: Su intervención a través del recondicionamiento orgásmico y el control estimular. Estudio de casos clínicos», *Análisis y modificación de conducta* 23, n.º 89 (1997): 427-49.

<sup>495</sup> Raich, «Condicionamiento encubierto».

necesario promover el retirarse de grupos de whats app que promovían el acceso al consumo.

- Configurar estímulos que dificulten la emisión del consumo. Sobre esto, se plantearon algunas estrategias que limitaran el deseo, por ejemplo, la puesta en práctica de ejercicio físico que consiguió mientras se practicase, eliminar la emisión de la conducta.

El principio detrás de ello serían los relacionados al condicionamiento clásico, en el sentido que eliminar la aparición de un estímulo también dificultaría la aparición de la respuesta consecuente. Es menester reflexionar si esto aplica en el caso de que la conducta se mantenga por otras motivaciones de corte intrínseco, en seguimiento a reglas conductuales. Se deduce que únicamente funcionaría si la conducta de consumo es respondiente, aunque a futuro podría desarrollarse mejor este aspecto. Se pensó la organización y distribución en el tiempo y en que ambientes el individuo se expondría en determinados momentos del día. Esto en el entendido de que el repertorio conductual solía ser pobre en muchos casos, además de no contar con una adecuada agenda de actividades diarias, el tiempo libre y la consecuente inactividad conductual se intentaba rellenar con consumo de pornografía. De esta manera, el individuo se expondría a estímulos variados que no necesariamente activasen la necesidad de consumo, sino algunos estímulos neutros que se condicionaran con respuestas diferentes. Si bien es cierto comparte aspectos similares a la planificación de actividades gratificantes, la diferencia metodológica radica en que no se exponía a conductas sino a ambientes distintos.

### **7.3.3 Técnicas dirigidas a estímulos discriminativos encubiertos**

Los estímulos discriminativos encubiertos podrían ser de dos tipos: los fisiológicos determinados por la sensación percibida de craving y a nivel cognitivo la rumiación con contenido de rechazo principalmente. De este modo, se utilizaron estrategias basadas en la exposición a dichos estímulos, consiguiendo habituación y así, desvaneciendo la respuesta de consumo como estrategia de evitación de malestar.

## Exposición con prevención de respuesta.

### Objetivos:

- Favorecer desde la desensibilización al estímulo, control del consultante con respecto a las variables antecedentes que ocasionan la recurrencia a consumir pornografía.
- Modelar conductas deseadas para su reproducción en los ámbitos cotidianos.
- Disminuir la intensidad de presentación de sensaciones vinculadas al craving.

Los procesos de exposición se conformaron como la técnica central de la mayoría de los procesos terapéuticos. Se buscaba justamente que el consultante se mantuviera el mayor tiempo posible en presencia del estímulo interno que elicitara la respuesta de ansiedad, evitando la respuesta del consumo, en el caso de reforzamiento negativo o a cualquier otro estímulo activador en el caso de reforzamiento positivo. El principio que subyace a todas las técnicas de exposición está delimitado en cuanto el sujeto pueda permanecer en confrontación directa con el estímulo elicitor sin que medie una conducta que se acompañe de algún reforzador<sup>496</sup>. En muchas ocasiones se utilizaron algunas estrategias conductuales que facilitarían la exposición misma a principios que funcionaron con eficacia en los procesos terapéuticos.

Las diferencias con el estudio de Minarcik<sup>497</sup>, es que el mismo tuvo un componente mayormente cognitivo, mientras que en el presente se incorporan elementos aún más de terapias de primera generación como las técnicas de exposición. En el caso del estudio de Twohig y Crosby<sup>498</sup>, se sustentaron en la terapia de Aceptación y Compromiso. Es posible plantear según lo revisado, que la utilidad de las técnicas

---

<sup>496</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>497</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

<sup>498</sup> Twohig y Crosby, «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing».

de exposición no ha sido mencionada previamente como mecanismo central en el proceso de desvanecimiento de la conducta de consumo en ningún otro estudio a nivel mundial.

**Elicitación de sensaciones interoceptivas.** Tal como indica Bados y colaboradores, se puede inducir a las sensaciones corporales problemáticas de forma artificial<sup>499</sup>, por lo que se ideó planteando un espacio en el cual el consultante observase un vídeo pornográfico pero que se mantuviese en pausa sin reproducirlo. Se le indicaba que él podía hacer uso de todas las técnicas de relajación vistas pero que mantuviese su vista sin apartarla del estímulo. Los consultantes reportaron en su mayoría dificultad con respecto a la ejecución de estas técnicas, debido a la sensación de craving que surgía. No obstante, reportaron una sensación mucho menor que la experimentada en su casa, esto debido a variables disposicionales propias del contexto clínico que disminuían la condición del estímulo como apetitivo. El uso de las técnicas de exposición interoceptiva es común en condiciones con sensación de ansiedad como requisito para la aplicación de esta<sup>500</sup>, utilizándose para una gran cantidad de situaciones. Partir de que hay craving previo al consumo ayuda a operacionalizar el uso de la técnica y utilizarla evocando dichas sensaciones.

**Reducción de la reactividad a las señales del craving.** Dicha reducción a la ansiedad se manejó a través de dos tipos de estrategias: las técnicas de relajación y las de distracción. El utilizar técnicas de control de la activación es básico en protocolos de exposición<sup>501</sup>. Con respecto a estas se les entrenaba a los consultantes en protocolos de respiración diafragmática. Sobresale la dificultad que mantenían algunos en cuanto a la incorporación de dicha técnica, siendo la respiración de tipo intercostal la predilecta previo al tratamiento. Emplear un protocolo de respiración diafragmática al tiempo de exposición al estímulo de

---

<sup>499</sup> Bados López y García Grau, *Técnicas de exposición*.

<sup>500</sup> Echeburúa, Corral, y Ortiz, «Técnicas de exposición».

<sup>501</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

craving por el retraso en la ejecución de la conducta ayudaba al consultante a permanecer de forma exitosa sin que mediara la respuesta tal como se reporta usualmente en los protocolos de aplicación de la técnica<sup>502</sup>. Esto coincide con la propuesta de relajación como estrategia de ayuda a la exposición, según la cual no es la relajación la que extinguiría la respuesta ansiosa, pero si disminuyéndola a tal punto que el individuo pueda estar el mayor tiempo posible sin que medie la respuesta de escape<sup>503</sup>, en este caso: consumo.

Por otro lado, las técnicas de distracción fueron aún más eficaces desviando la atención sostenida a las ansias descontroladas por consumir hacia otro estímulo. No obstante, como se planteó anteriormente cuando no existía algún estímulo al cual dirigir la atención, el craving se incrementaba, el sobre utilizarlas se convertía en algunos momentos en amuletos o estrategias de evitación, disminuyendo la capacidad del individuo para enfrentarse por sí mismo a los estímulos internos de ansiedad.

**Exposición en vivo con retraso en la ejecución.** Esta técnica se aplicó utilizando el principio de la exposición gradual de forma tal que se pretendía si bien es cierto el consumo, que él mismo pudiese retrasarse el mayor tiempo posible con el objeto de que la persona pudiese contactar la sensación de craving durante algún tiempo, finalizado este lapso podría consumir. Este tipo de protocolos son comunes en el tratamiento de adicciones variadas, buscando que el individuo pueda sostener el mayor tiempo posible sin consumir, desarrollando habilidades de resistencia al impulso y por ende habituándose al mismo<sup>504</sup>.

A manera de regla conductual se instauraba de forma auto instruccional la siguiente consigna: ***me prometo que voy a consumir, pero esperaré durante este tiempo.*** En la mayoría de los casos se iniciaba con tiempos de 5 minutos, pasando

---

<sup>502</sup> Bados López y García Grau, *Técnicas de exposición*.

<sup>503</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>504</sup> Barlow, *Manual clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso*; Becoña, *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínicas en formación*.

posteriormente a 10, luego 20 y al final 30 minutos. Justo cuando se buscaba estar en los 20 minutos, la mayoría de los consultantes reportó que al pasar ese tiempo inclusive disminuía el deseo sexual siendo que incluso algunos terminaban no consumiendo del todo. Cuando la sensación fisiológica de ansiedad superaba las posibilidades del individuo, se planteaba que utilizara algunas técnicas de reducción de dicha reactividad. En este sentido, la exposición interoceptiva sería en entornos reales, ayudando al desempeño del consultante lo practicado en terapia. Es probable que esta fuera la estrategia con un mayor peso en el cambio clínico, pero a la vez sin el acompañamiento de las otras no sería posible. Al dominar los lapsos de tiempo propuestos en el retraso de la ejecución, el consultante se focalizaba en otra acción que incluso podría reforzarla.

Bajo la premisa establecida de que consumo adictivo y no adictivo se diferencian en cuestión del grado de control del sujeto y que en función de ello sería problemático o no, que cada consultante logre sostenerse durante el mayor tiempo posible a pesar del craving previo, es garantía de que dicho control se está estableciendo. Otras técnicas utilizadas como la reestructuración cognitiva o la relajación no darían cuenta de este control sobre el estímulo y la conducta, siendo las mismas relevantes únicamente para fortalecer a la exposición con retraso en la ejecución o con una prevención de respuesta absoluta. De modo que, siendo el objetivo central del tratamiento que el individuo pueda controlar su propia conducta a través del manejo del craving, esta es la técnica fundamental. Llama la atención como se indicó atrás, que ningún protocolo utilice la exposición de forma prioritaria, en tanto las dos investigaciones antecedentes a esta, la de Minarcik y la Twohig y Crosby, la consideren de forma más superficial. A futuro es necesario revisar con mayor detalle el impacto que la exposición con prevención de respuesta tiene en otras adicciones sin sustancia. En el caso de las drogodependencias, ya se ha demostrado una eficacia significativa<sup>505</sup>.

---

<sup>505</sup> *The Reward Circuit: How the Brain Responds to Marijuana*, 2016, <https://www.youtube.com/watch?v=s27f7Jzy2k0&t=41s>; Beck et al., *Terapia cognitiva de las*



**Desvanecimiento y extinción.** Una vez que el consultante lograra durante un lapso de 20 o 30 minutos retrasando la ejecución de la conducta, se le instigaba de forma controlada extinguir la frecuencia o el tiempo de consumo a cero. Si bien es cierto ya venía disminuyendo la cantidad de consumo, la extinción es significativa en el sentido de que ya no estaría del todo con la misma. Se observó en algunos casos que cuando se buscaba disminuir el consumo de forma inmediata él mismo solía aumentar de forma súbita por el efecto de privación, así que, en los casos siguientes, se orientó hacia una disminución que se realizara de forma gradual, principalmente escalonada, en tanto no extinguiera de inmediato la frecuencia de forma absoluta para evitar dicho fenómeno. Al llegar a un consumo nulo, se procuraba en estas sesiones finales sostener el proceso al menos unas 2 o 3 sesiones más con frecuencia quincenal, con el objetivo de observar el mantenimiento de esta frecuencia. Al conseguirlo, las sesiones de terapia podían terminar. En algunos casos, los consultantes prefirieron no llevar el consumo a cero, sino mantenerse en una o dos ocasiones semanales, vigilantes eso sí del impacto que en adelante podría tener.

En el caso de recaídas, los consultantes estaban de acuerdo en repasar estrategias de autocontrol conductual ya vistas en terapia, con el uso de materiales brindados por el terapeuta que ayudarían a manera de Biblioterapia.

**Condicionamiento encubierto y exposición interoceptiva a verbalizaciones aversivas.** Se realizó utilizando frases provenientes de los pensamientos negativos característicos en la elicitación de malestar emocional, desglosados de los auto registros. De modo que el terapeuta verbalizaba las oraciones: *apenas pueda te abandonaré, sin mí no serías nada y puedo dejarte en cualquier momento*. Esto generaba ansiedad en los consultantes, de modo que se les solicitaba confrontarla con respiración diafragmática, a continuación, debían desde la reestructuración

---

*drogodependencias*; Carla López Núñez et al., «Sensibilidad a la ansiedad como factor de vulnerabilidad transdiagnóstico para el consumo de tabaco: implicaciones clínicas y para el tratamiento», *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol* 33, n.º 2 (2021): 85-94; Becoña, *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínicas en formación*; Barlow, *Manual clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso*.

cognitiva, comentar cuál sería su posicionamiento al respecto y debatir a la frase misma. En otras ocasiones, se solicitaba visualizar un recuerdo en el cual el malestar emocional hubiese sido intenso y a manera de condicionamiento encubierto combinando auto instrucciones, formularse frases distintas a las de sensibilización al rechazo. El mecanismo con el cual funcionaron estas técnicas podría provenir del principio básico de la habituación a dichos estímulos internos, pues las técnicas de control de la activación y reestructuración cognitiva servirían como moduladores de la ansiedad evocada por la exposición encubierta. Coincidiendo con Raich, el condicionamiento encubierto funciona en tanto la persona a través de la imaginería consiga evocar sensaciones lo más parecidas posibles en cuanto a la experiencia real y de la forma más vívida posible<sup>506</sup>. En resumen, el aplicar estas técnicas partió de un modelo de inhibición recíproca, donde a través del uso de estrategias de control de la activación se consigue disminuir las sensaciones de relajación y ansiedad, preparando al consultante para aplicarlas en vivo.

**Reestructuración cognitiva sobre pensamientos ligados al rechazo.** En otras experiencias investigativas, se utilizaron estrategias de cuestionamiento de análisis con buenos resultados, tal es el caso de la de Minarcik, en la cual la revisión de distorsiones cognitivas y la modificación de patrones desadaptativos de pensamiento fue constante<sup>507</sup>. Este fue un componente relevante en el proceso, como se aprecia en los análisis funcionales en ocasiones la aparición de la conducta de consumo obedecía a un estímulo interno previo ligado al rechazo emocional, ya sea con su pareja o con algún grupo social. Sobre esto, se entrenó en la identificación y cuestionamiento de pensamientos automáticos negativos, los cuales elicitaban emociones ligadas al malestar emocional siguiendo lo planteado por la

---

<sup>506</sup> Raich, «Condicionamiento encubierto».

<sup>507</sup> Minarcik, «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use».

terapia cognitiva de Beck<sup>508</sup>. Se observó como dicho debate interno contribuía a disminuir la necesidad de consumo como secuela:

*Consultante: es algo raro, cuándo consumo porno termino sintiéndome relajado, pero a la vez culpable.*

*Terapeuta: tal vez tendríamos que analizar qué del porno te relaja y que te culpabiliza.*

*Consultante: me pasa también con las doñas que visito para coger. Termino relajado y culpable*

*Terapeuta: Como es lo de la relajación*

*Consultante: como usted sabe, que ya hemos conversado, la situación con mi esposa me enchicha demasiado. Pero sí yo le digo algo, la mae de seguro me va a armar una bronca y eso yo no lo quiero.*

*Terapeuta: ¿detrás de esa posible bronca que se escondería?*

*Consultante: Uy la separación, a mí eso me atemoriza. Y yo a ella la amo mucho, suena contradictorio porque le doy vuelta, pero se lo juro que es así. No quiero perderla.*

*Terapeuta: entonces en este caso tu enojo podría ser una amenaza a la estabilidad de la relación.*

*Consultante: creo que es así, por eso me da miedo decirle algo.*

*Terapeuta: tan importante es lo que pensamos y sentimos como lo que hacemos. Sientes enojo y piensas que no es conveniente. Luego sientes miedo y entonces ¿qué haces?*

*Consultante: el miedo me lleva a ver porno y ser infiel.*

*Terapeuta: ¿y cuál es la consecuencia de esa acción?*

*Consultante: relajarme...*

*Terapeuta: ¿y entonces el enojo disminuye?*

*Consultante: ah si y llego tuanis a la casa. Culpable eso sí porque le di vuelta.*

---

<sup>508</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización.*

*Terapeuta: pero la culpa no es amenazante para la relación, el enojo sí. Preferís sentir culpa antes que enojo, ¿no es así? Al menos con la culpa la relación no terminaría, pero por un reclamo tuyo originado de tu enojo ahí sí.*

*Consultante: que loco sí, ¿quiere decir que ando buscando sentirme culpable porque es más fácil de manejar que el enojo?*

*Terapeuta: podría sonar paradójico, pero aquí la culpa te relaja... no es una amenaza para la relación.*

*Consultante: es cierto yo evito discusiones. Pienso que ver porno o ser infiel me ayuda a mantener la relación. Si yo estoy tranquilo, no reclamo. Si no reclamo, no hay separación.*

*Terapeuta: entonces sos infiel por fidelidad a la relación. Ha sido tu forma de proteger el vínculo. No lo haces meramente por disfrute sexual, sino por evitar una ruptura.*

*Consultante: Que despiche, creo que estoy lleno de paradojas, hago cosas obteniendo lo contrario.*

*Terapeuta: tal vez puedas relajarte sin necesariamente consumir pornografía.*

*Caso Alberto, Sesión 3*

Sobre el principio que subyace a la reestructuración cognitiva como estrategia de control de activación, al parecer y coincidiendo con otros análisis<sup>509</sup>, el consultante adquiere la habilidad de disminuir la influencia de pensamientos rumiativos constantes que servirían como predisposición a estímulos ligados al craving. En este sentido, la conducta se vuelve menos apetitiva, pues por condicionamiento encubierto, la misma empieza a emparejarse con un significado de evitación.

### **7.3.4 Técnicas dirigidas a Respuestas alternativas**

En algunos casos, se evidenció una exclusividad a respuestas del consumo, como una estrategia para lidiar con el malestar emocional ocasionado por conflictos de pareja, inactividad conductual o ansias de consumo. De este modo, se buscó en

---

<sup>509</sup> Beck et al., *Terapia cognitiva de las drogodependencias*.

cada individuo la implementación de habilidades de afrontamiento alternativas basadas en la comunicación asertiva.

#### Entrenamiento en Habilidades sociales.

Objetivo: Generar repertorios conductuales eficaces en cuanto a la expresión de disconformidad, disminuyendo la ansiedad derivada de la percepción de rechazo.

En este caso dirigidas a las respuestas, con el objeto de crear estrategias alternativas de comunicación en los consultantes. En algunos de ellos la expresión de disconformidad con su pareja presentaba dificultades, en el entendido que supondría un eventual conflicto, según interpretación de estos. Queda la duda de si el entrenamiento en habilidades sociales fue en este trabajo final de graduación en realidad un proceso de desarrollo de conductas nuevas tal como se propone usualmente<sup>510</sup>; o si más bien, el individuo ya las posee y existe algún factor que le inhibe la expresión misma, siendo en este caso más bien una técnica de exposición. Sobre esto, se observaron dos modelos en consultantes distintos, utilizando el enfoque de Bellack y Morrison (citados por Caballo y Irrutia)<sup>511</sup>. Por un lado, el de déficit de conductas, es decir las habilidades sociales como conducta objetivo no se encontraban dentro del repertorio del individuo. Ruiz, Diaz y Villalobos plantean que una de las causas de esto por lo general radica en familias de procedencia con cierta desestructuración<sup>512</sup>, apreciable en el caso de Arturo o Sebastián. El otro modelo observado fue el de ansiedad condicionada, en este caso las habilidades si se presentan, pero inhibidas por respuestas de ansiedad que dificultan la expresión misma. Tal es el caso de Luis y Miguel. En este caso, el desarrollo de habilidades si funciona desde la exposición.

---

<sup>510</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*; Caballo y Irrutia, «Entrenamiento en habilidades sociales».

<sup>511</sup> Caballo y Irrutia, «Entrenamiento en habilidades sociales».

<sup>512</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

La expresión de necesidades al parecer se había realizado en numerosas ocasiones, pero desde una conducta agresiva basada en una masculinidad tradicional. El consumo de pornografía funcionaría como una conducta que reduciría el malestar ocasionado, ocasionando la sensación de craving. En el caso de aumentar las respuestas de comunicación asertivas y, en el entendido de que se resolviesen o evitasen los conflictos, el craving no aparecía; volviéndose la expresión de emociones eficaz y desvaneciéndose la respuesta de consumo. En este caso se utilizaron como principales técnicas los entrenamientos en el consultorio a través de dramatizaciones con roles, así como modelado con imaginación. En este sentido, el modelado se utilizó a manera de reforzamiento diferencial de conductas funcionales al deseo de validación.

**Generación de sistema de creencias conforme a la asertividad.** Antes de iniciar un protocolo de modelado, se buscaba a través de psicoeducación aclarar dudas respecto a la concepción de respuestas asertivas, contextos y consecuencias de estas. También se buscaba dejar claro la forma en que expresarse podría ser asertiva en función de parámetros como tono de voz, palabras utilizadas, volumen de voz y demás aspectos no verbales. La ventaja de esto radica en que predispone al individuo sobre la necesidad de fortalecer su repertorio de conductas prosociales, comprendiendo que este tipo de conductas por lo general son más reforzadas que otras<sup>513</sup>. Esta construcción de creencias acordes a la asertividad se realizó en conjunto con el análisis funcional, en tanto el retomar como su conducta deficitaria en la expresión de emociones incide al final de una cadena de contingencias en la necesidad de consumo.

**Modelado encubierto** Consistía en la reconstrucción imaginaria de alguna persona con quien se tienen conflictos<sup>514</sup>, por lo general la pareja. La consigna por lo general planteaba el cerrar los ojos, implementar estrategias de respiración diafragmática, que en sesiones anteriores ya se habían entrenado, y la imaginación de la persona

---

<sup>513</sup> Caballo y Irurtia, «Entrenamiento en habilidades sociales».

<sup>514</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

que funcionaría como un sustituto del estímulo real. Una vez hecho esto, se debía expresar de forma imaginaria lo planteado en terapia, respecto a la expresión de disconformidad.

El modelado demostró tener un componente de aprendizaje basado en las aproximaciones sucesivas, pues al inicio de los entrenamientos con imaginación, los ejercicios resultaban más difíciles, adquiriendo maestría en los mismos con el avance de las sesiones. El uso de imaginación, en tanto genera menos respuestas ansiosas que la exposición directa, permite el automonitoreo de estas, permitiendo el uso de estrategias de relajación de forma factible. Así el individuo puede entrenarse de forma segura en esto. No obstante, según lo visto en los casos, su ventaja técnica no llegaría más lejos, el entrenamiento en habilidades sociales solamente sería posible a través de dramatizaciones simuladas como se explicará a continuación.

**Ensayos de conducta.** En este caso, el terapeuta actuaba como el consultante, para luego darse un intercambio de roles, el terapeuta asumiendo el papel de pareja y consultante expresando lo pretendido. Se buscaba que las dramatizaciones no superaran los dos minutos, facilitando realizar varios en la sesión y que además la conducta fuera fácilmente reproducible por el consultante. La ventaja de este formato acorde a lo planteado por Caballo e Irurtia<sup>515</sup> radica en su carácter de práctica directa, por lo que se convierte en la estrategia fundamental en el entrenamiento en habilidades sociales, donde el consultante puede modular conductas no verbales pues favorece la incorporación de habilidades necesarias en la expresión de disconformidad, en cuanto permite ser entrenadas a través de la repetición. Una vez que las mismas han sido desarrolladas, es posible pasar a escenarios reales como tarea para la casa.

**Ejercicios conductuales.** se utilizaron en el entendido de invalidar esquemas de pensamiento sustentados en el abandono. Algunos consultantes, tal es el caso de Luis y Miguel, tenían llevar a cabo la expresión de su disconformidad asumiendo

---

<sup>515</sup> Caballo y Irurtia, «Entrenamiento en habilidades sociales».

que la misma pudiese generar conflicto en la relación. Se instaba una vez abordado en sesión, que lo hicieran con su pareja, consiguiendo a la vez desvanecer la asociación entre expresión emocional y conflicto. De esta manera, es equiparable al principio de exposición en vivo, donde el contacto con el estímulo es el real. Estas tareas se realizan cuando el consultante ha alcanzado un adecuado nivel de competencia en el entrenamiento en consultorio<sup>516</sup>.

#### Activación conductual.

Objetivo: Aumentar la gama de conductas alternas al consumo de pornografía de las que dispone el consultante como estrategia de abordaje del tiempo libre.

A manera de reforzamiento diferencial como contracondicionamiento, una vez que el consultante aprendía a discriminar su análisis funcional y la relevancia de la rumia en cuanto a la aparición de la conducta de consumo, la misma disminuye, no solamente por tener conocimiento de algo que no lo estaba, sino también por la sustitución funcional de la conducta por otra más. Coincidente con otros acercamientos teóricos de la técnica con adicciones<sup>517</sup>, las estrategias de activación conductual resultaron relevantes, su efecto beneficioso se evidenció en la mayoría de los procesos donde se noten tendencias a la dependencia funcional del consumo, con dificultad para la incorporación de otras estrategias en el repertorio de actividades gratificantes en general.

Una vez que el individuo iba ampliando su cantidad de conductas, la recurrencia al consumo sería menor, al menos la relacionada con inactividad conductual. Cuando se activaba la percepción de rechazo social, el consumo se mantenía igual, pese a ya contar con actividades gratificantes diversas. Por ende, se plantea como el uso

---

<sup>516</sup> Díaz García, Villalobos Crespo, y Ruiz Fernández, *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*.

<sup>517</sup> Emmanuel Said Baeza Torres, Sara Eugenia Cruz Morales, y Jennifer Lira Mandujano, «Evaluación de activación conductual en universitarios que consumen marihuana: estudio piloto», *Revista Internacional de Investigación en Adicciones* 7, n.º 2 (16 de agosto de 2021): 13-22, <https://doi.org/10.28931/riiad.2021.2.02>.



de la activación conductual debe acompañarse de otras estrategias como las anteriormente descritas, en especial si de lo indagado en el análisis funcional, se deslinda al consumo como derivado de estímulos discriminativos opcionales al de inactividad conductual.

Coincidiendo con Marino Pérez, las estrategias de activación conductual descansan sobre el hecho de que se centran en la activación de conductas operantes y la inhibición de las disfuncionales, reconfigurando las contingencias usuales que conllevan a la conducta como tal<sup>518</sup>. Se buscaron conductas que se realizasen en momentos usuales de consumo, siguiendo el esquema tradicional de reforzamiento diferencial<sup>519</sup>: reforzando otras conductas, como por ejemplo jugar videojuegos, lectura o ver alguna película o videos; que fueran incompatibles con la ejecución del consumo, como asistir a un gimnasio o reuniones sociales, el reforzamiento de tasas bajas de respuesta no fue tomado en cuenta, salvo a manera de reforzador social en sesión por parte del terapeuta. A fin de facilitar la exposición al craving, al final se buscaba en una fase sustractiva disminuir estas conductas alternas, con el objeto de que el sujeto contactara con las ansias de consumo y permaneciera allí sin distracciones.

### Autoregistros

Objetivo: Facilitar la emisión de conductas alternas

Un efecto añadido de los auto registros radica en que permite la generación de respuestas cognitivas, motoras y fisiológicas alternas<sup>520</sup>. Los consultantes al registrar su comportamiento y las verbalizaciones internas asociadas podían analizar las mismas y crear nuevas normas que gobiernen la conducta futura. En este caso, después de algunas repeticiones consecutivas de uso del auto registro,

---

<sup>518</sup> Pérez, *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*.

<sup>519</sup> Francisco Labrador Encinas, «Técnicas Operantes 2: Reducción de Conductas», en *Técnicas de modificación de conducta*, ed. Francisco Javier Labrador Encinas (Madrid: Ediciones Pirámide, 2011).

<sup>520</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

el individuo puede “adelantarse” a la aparición de los estímulos que ocasionan la verbalización interna y escoger una nueva, superando así la influencia del condicionamiento previo. El utilizarlos facilitó un efecto usualmente descrito en la clínica cognitivo conductual, la de familiarizarse con la técnica al punto de realizarlo de forma mental, sin necesidad de escribir.

La autoobservación es un proceso de relevancia clínica, reconocido por muchos autores<sup>521</sup>, en el sentido que ofrece al individuo una posición activa respecto a su propia conducta, al registrarla, monitorearla y cuestionarla. Además, desde la postura de este escrito ayudó a recordar o “*mantener fresco*” de forma constante el análisis funcional de la conducta, pues ante cada consumo y su correspondiente registro, el consultante debía reflexionar sobre la contingencia misma.

En sesiones avanzadas, incluso reportan anticiparse a la conducta de consumo en cuanto aparecían estímulos precipitadores ya identificados, siendo que podían evitar el consumo mismo, reduciéndolo de forma satisfactoria.

### **7.3.5 Técnicas dirigidas a las consecuencias**

Finalmente, que la conducta tenga valor apetitivo tiene que ver con las eventuales consecuencias gratificantes que por lo general son inmediatas. De esta manera a través de principios operantes se establecieron algunas pautas de abordaje con el objeto de que la conducta perdiera su valor reforzante y por tanto una disminución en la consideración de recurrencia futura.

#### **Disminución del valor reforzante del consumo.**

Objetivo: Reducir el valor del estímulo consecuente como reforzante

Al conseguir este objetivo, la conducta resultaría menos buscada. Se evitaron técnicas operantes asociadas a castigos en este caso como el coste de respuesta, dejándolas como última opción, siendo que, del todo no fueron necesarias.

---

<sup>521</sup> Fernández-Ballester, «Los autoinformes»; Miltenberger, *Modificación de Conducta. Principios y procedimientos.*; Rojo, «Observación y autoobservación».

**Ejecución de la conducta antes del reforzador.** En algunos casos, se estableció como tarea que el consultante se masturbara procurando una eyaculación y posterior a ello viera un video de pornografía, aumentando las probabilidades de desvanecimiento entre ambas situaciones. Es un principio reconocido del aprendizaje que las contingencias deben presentarse lo más cercanas posible y, en segundo lugar, el refuerzo debe seguir a la conducta. Alterar estas dos condiciones disminuye la eficacia de la relación estímulo respuesta<sup>522</sup>. Miltenberger considera que existen algunos factores que influyen en la efectividad del reforzamiento, como lo son la inmediatez, contingencia, operaciones motivadoras, diferencias individuales y la magnitud<sup>523</sup>. En este sentido, con la aplicación de esta estrategia, consumir pornografía pierde valor porque no es ni inmediato a la masturbación ni contingente y por acción fisiológica de la saciación disminuye su carácter apetitivo. A razón de lo anterior, la necesidad de consumir como requisito de masturbación fue teniendo cada vez menos relevancia. Detrás de esto se encontraría la disociación entre la contingencia del estímulo y la respuesta, a través de la separación temporal entre ambos, cada vez se distanciaban más ambos eventos. Siendo que el efecto reforzante propio de la masturbación ya se había dado de forma previa, la conducta de consumo disminuía en cuanto a interés.

**Disminución escalonada del consumo.** En los momentos en que el individuo reportaba una disminución del efecto reforzante, se le planteaba no disminuirlo de forma súbita, sino más bien mantener la ejecución de la conducta similar en parámetros de frecuencia y duración, de modo que, aun no necesitando la ejecución de esta, aun así, la ejecutara. Esto sostenía de forma controlada ciertos niveles de saciación que producían una disminución del valor reforzante durante las sesiones siguientes, donde los consultantes reportaban: *“lo hago por obligación de la terapia, pero no me gusta”*. En los casos en los que la disminución no se realizó de forma

---

<sup>522</sup> Ormrod, *Aprendizaje Humano*.

<sup>523</sup> Miltenberger, *Modificación de Conducta. Principios y procedimientos*.

escalonada, no se experimentó una disminución del factor reforzante de forma tan significativa.

El principio detrás de ello se daría por una práctica negativa sostenida, en cuanto el consultante estaría obteniendo más de la conducta de lo que realmente desea, al punto de hacerle disminuir su valor reforzante. Tal como Labrador advierte, debe de tenerse cuidado con la misma ya que sus efectos son temporales, recomendando de forma paralela establecer el reforzamiento de una nueva conducta<sup>524</sup>. En este caso eso se realizó con el fortalecimiento ya sea de habilidades sociales o de conductas gratificantes alternas, tal como se describía en el apartado anterior.

En segundo lugar, la disminución se realiza de forma escalonada porque en momentos en que los consultantes disminuyeron el consumo de forma súbita, al poco tiempo por el efecto de privación volvieron a consumir en cantidades mayores y con mayor dificultad de control.

**Reforzamiento diferencial.** A la par que favorece conductas alternas como se describió en el apartado anterior, disminuye el valor apetitivo de un refuerzo. En ese caso, se traslada la gratificación hacia otras actividades, las cuales comienzan a frecuentarse más. Tal es el caso de conductas derivadas de los protocolos de activación conductual, donde los consultantes buscaron realizarlas al descubrirlas, tan satisfactorias que el impulso de consumo no era necesario. Entre las mismas se encuentra el tiempo de compartir en familia, actividad física y búsqueda de alguna afición, principalmente. Siguiendo la ley del efecto de Thorndike, alguna conducta que sea reforzada, hace más probable que se repita a futuro<sup>525</sup>, su eficacia radica en el tema de que combina tanto el reforzamiento como la extinción de forma paralela<sup>526</sup>. Posteriormente, algunos consultantes indicaron que el dedicar mucho tiempo al consumo de pornografía afectaría el desarrollo de otras actividades con mayor valor apetitivo para ellos mismos.

---

<sup>524</sup> Labrador Encinas, «Técnicas Operantes 2: Reducción de Conductas».

<sup>525</sup> Thorndike, «The law of effect».

<sup>526</sup> Miltenberger, *Modificación de Conducta. Principios y procedimientos*.

**Biblioterapia.** Es una constante en terapia de segunda y tercera generación el uso de Biblioterapia, con el objetivo de ampliar sus conocimientos sobre un tema. Para Beck, esto puede facilitar la extinción y cuestionamiento de sesgos cognitivos propios del desconocimiento de algún fenómeno relacionado a la situación del consultante<sup>527</sup>.

Como el tema es muy incipiente, se diseñaron folletos que se pueden encontrar en los anexos de este escrito. En los mismos, se buscaba la generación de una conciencia crítica con respecto al significado del consumo en la vida cotidiana, también un video en la plataforma en YouTube el cual debía verse como tarea y comentarse en sesión, usualmente las finales, desde la crítica social al fenómeno. Esto contribuía a la generación de un posicionamiento racionalizado al fenómeno de consumo mismo, disminuyendo en parte el carácter apetitivo y buscando que el individuo consuma desde una posición de conocimiento y, por ende, control.

### **7.3.6 Breve reflexión respecto al empleo de las técnicas seleccionadas**

De lo planteado anteriormente con respecto a todos los procesos terapéuticos, la técnica principal sería, como se ha mencionado con insistencia, la de exposición. A la par de ella, las otras asumirían un rol secundario de apoyo a esta, generando las condiciones necesarias para la implementación misma: desarrollo de habilidades de relajación, conocimiento y dominio teórico básico sobre los principios conductuales que subyacen al consumo, cuestionamiento del consumo como estrategia de valía masculina, disminución del carácter sensibilizador de diferentes estímulos, instauración de conductas alternas y funcionalmente equivalentes y, por último, disminución del valor reforzante del consumo mismo. Una vez esto se diese, con relativa factibilidad se incitaría al objetivo central del tratamiento: que el individuo mismo pueda regular de forma voluntaria su consumo, con las técnicas de exposición.

---

<sup>527</sup> Beck, *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*.

A la luz de este breve análisis, sírvase el mismo para proponer una conceptualización del consumo de pornografía como una situación completa, una condición de vida, en la cual el individuo está ahí, es decir la configuración de estímulos incitadores al consumo se han generalizado, llevando a la conducta como única alternativa. Instaurar nuevas conductas también conlleva a reestructurar las condiciones estimulares e inclusive, alterando las variables estimulares. En el contexto de la pandemia, estas configuraciones estimulares que incitan al consumo se generalizaron aún más, en medio de la reducción de conductas inhibitorias de consumo propio del confinamiento.

El consumo de pornografía tiene todas las características de una conducta operante, como se expuso en los análisis funcionales de los casos vistos. Por ende, a manera de facilitar el control sobre la conducta es menester una adecuada selección de técnicas en cada eslabón de la contingencia. Utilizar una sola técnica y depender de la misma es desaprovechar las bondades que el paradigma cognitivo conductual ofrece, reduciendo así, la eficacia.

La elección de técnicas no debe realizarse separada de una de procesos. En todo caso, lo más conveniente al parecer se desprende en uno con diferentes fases:

- Primero una adecuada evaluación que comprenda las características topográficas del consumo, la historia del aprendizaje de este y la devolución del análisis funcional.
- En segundo lugar, una fase de instrumentalización en la que predomine psicoeducación sobre las características del consumo de pornografía asociado a la respuesta sexual humana, así como entrenamiento en técnicas de control de la activación.
- En tercer lugar y tal vez el momento más relevante, lo relacionado con exposición con prevención de respuesta, realizándose de forma gradual, generando control del individuo con respecto a sus estímulos de momento inmanejables.
- En último lugar, una vez que se logró control de la conducta, algunas sesiones de seguimiento y monitoreo de la frecuencia de la conducta, en

tanto se aprovecharía para utilizar estrategias ligadas al cuestionamiento y deslegitimación del consumo de pornografía.

# Conclusiones

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA



## 8. Conclusiones

¿Es posible empatar al funcionamiento de las normas de la masculinidad tradicional con la construcción teórica que realizan los planteamientos cognitivos sobre el procesamiento de la información? De ser plausible, en el concepto de *esquema* se hallaría una posibilidad de legitimación teórica. Muchos esfuerzos académicos inclusive buscan visibilizar a las normas masculinas como una situación sociopolítica de relevancia dentro del panorama de la salud pública. No obstante, son pocos, los planteamientos que abortan el aprendizaje de la masculinidad de forma científica con criterios y constructos válidos desde la psicología. Vislumbrar a la conformidad a las normas masculinas desde el cuerpo teórico de la ciencia cognitiva abriría un portillo valioso para su estudio y por qué no, su implementación en una mejor calidad de vida desde la salud pública.

Desde una tradición conductual disidente con la propuesta teórica del cognitivismo, el mismo concepto de *esquema* presenta dificultades epistemológicas considerables que más bien podrían suscitar lo contrario a lo pretendido: que eso llamado aquí *normas de masculinidad tradicional* presente más bien complicaciones en su constatación científica. Pero si es posible considerarle como variable disposicional que predispone a la ejecución de ciertas conductas afines, por lo que puede emplearse la consideración de si está o no gobernada por reglas. En todo caso, la historia de aprendizaje de un individuo, desde la postura de género se vuelve fundamental tal como se visualizó en este escrito, por lo que lo cognitivo conductual podría dotar de un valor explicativo importante, aunque todavía es necesario desarrollar más.

En el caso del consumo de pornografía, ambas concepciones implicaron un desarrollo especial en la justificación epistemológica de la presente propuesta, en el sentido de plantear de que forma la construcción de significados y atribuciones sobre el mundo implica la conducta de consumir, afectado su incidencia, intensidad y duración y; llevando a un peso funcional para el sujeto desde lo biopsicosocial. Consumir pornografía, pese a que topográficamente sea similar para muchas personas, no lo es desde una postura funcional y esto deriva de la historia de

aprendizaje de cada sujeto y la organización de los eventos de su vida en diversos esquemas operativos.

En función de lo anterior descrito es posible la consideración por separado de los dos enfoques y su influencia en el aprendizaje del consumo de pornografía y las vías de adquisición del fenómeno por el individuo mismo, uno enfocado directamente en la naturaleza de la conducta como objeto de estudio, planteado por el condicionamiento clásico y el operante, respecto a la relación de contingencia realizado entre estímulos, respuestas y consecuentes y; otro más socio cognitivo y mediacional, dando relevancia a modelos centrados en el aprendizaje social.

### **8.1 Historia de aprendizaje del consumo**

Según se constató con lo reportado por participantes en este trabajo final de graduación, sí que se presentan algunas características de desarrollo en la niñez y adolescencia en común de forma general, que podrían funcionar como un predictor con respecto al desarrollo de conductas ligadas a la impulsividad, en este caso la hipersexualidad dirigida al consumo de pornografía. De forma generalizada diversos participantes revelaron dos situaciones en su adolescencia, por un lado, una creciente descalificación de sus figuras de cuidado como sujetos de autoridad, guía y soporte emocional. Llevando esto a una mayor propensión de búsqueda de pares como estrategia de validación, funcionando los mismos como figuras sustitutivas de crianza. Desde esta posibilidad la pornografía funcionaría como una guía de sexualidad, pero a la vez como mediador en las diversas relaciones afectivas del sujeto: consigo mismo, con otros hombres y con las mujeres. Esto abre un nicho de investigaciones para las cuales se podría precisar aún más.

Se reflexionó también sobre como existiría un proceso de transformación en cuanto a la función que una respuesta adquiere y como desde el posicionamiento del desligamiento funcional el consumo de pornografía posee características lingüísticas, es decir que existe un lenguaje que le configura cómo fenómeno conductual, asociado a ciertas normas. La teoría de los Marcos relacionales

pareciera que ofrece respuestas valiosas de ello, en dónde la actividad de consumo tendría un antecedente verbal que podría ser manifiesto en cuanto a un segundo sujeto que promueva la actividad (como el grupo de amigos o alguna pareja sexual) o encubierto dónde el pensamiento mismo funciona como antecedente. Esto se desarrollaría por reglas verbales como el pliance, tracking y aumentals. La capacidad de simbolización deriva de la habilidad que seres humanos tienen de relacionar palabras, objetos, eventos y funciones en medio de una contingencia conductual, en este sentido el consumir pornografía no sería solo de la estimulación sexual, sino también de aquello con lo que la misma esté vinculada: como búsqueda de estatus masculino, como alivio de angustia, como recurso pedagógico y demás. El trabajo que se realizó en cuanto a talleres con los 5 grupos de hombres seleccionados buscó describir estos significados funcionales desde el aprendizaje relacional del consumo de pornografía.

En el caso de la pornografía, al parecer se vuelve más potente el mirar sexo que el mantenerlo. Esto por acción del condicionamiento ya que el mirar pornografía acompañada de la respuesta masturbatoria, no solo refuerza a nivel fisiológico sino también de forma intrínseca al corresponder a ciertas reglas de conformidad a las normas masculinas, actuando como estimulación encubierta. En este caso al emitir operantes encubiertas la conducta de fantasear se ve reforzada por la presencia imaginaria del reforzador. De modo que, la pornografía como dinámica propone que cada persona busque su propia estimulación apetitiva autogenerada.

El fantasear con diversos estímulos presentados en el material pornográfico puede comprenderse como una emisión de operantes encubiertas que se vuelven reforzantes tanto en forma positiva cuando conlleva autoestimulación como negativa, por la reducción del efecto aversivo de la privación de lo que no está.

## **8.2 Análisis funcional del consumo de pornografía**

Los resultados indican concordancia con los enunciados de las teorías del Aprendizaje por varias razones. En primer lugar, se pueden determinar las variables

encargadas del control de la conducta de consumo, es decir, que estímulo asume la función discriminativa y cuál la consecuente. Incluso ciertos estímulos asumen características disposicionales haciendo más o menos probable la aparición de la conducta.

También porque, independiente del contexto y del individuo, en términos generales la dinámica de consumo parece seguir un patrón similar. Un estímulo que elicitaba la respuesta de forma refleja de craving, provocando a su vez con la ejecución de consumo la consecución de reforzamiento ya sea positivo o negativo. En el caso del reforzamiento positivo, el consumo de pornografía podría instaurarse cuando existe dificultad de acceso a un reforzador de intensidad mayor, propiamente el estímulo primario e incondicionado del acto sexual mismo. En cuanto al reforzamiento negativo, se reportaron operaciones de evitación o escape respecto a estimulación aversiva encubierta, en cuanto a la discriminación de señales sociales conflictivas por lo general en pareja

El consumo como respuesta puede darse de forma elicitada o evocada. En este caso el control del estímulo antecedente tiene una doble función: como estímulo condicionado de respuestas apetitivas fisiológicas y como estímulo discriminativo de respuestas de acercamiento al mismo estímulo. En los análisis funcionales, en cuanto a los antecedentes, se analizaron dos tipos diferentes de función: motivacional y discriminativa. Con respecto a la primera, cobra especial relevancia la consideración de variables disposicionales como la privación y la saciación en la conducta de consumo, estados de activación ansiosa constante y la legitimación masculina. En el caso de los antecedentes discriminativos, se plantean cuando los mismos se refirieron a la elicitación de conductas en contextos determinados y específicos únicamente, es decir que existirían estímulos delta capaces de disminuir la intensidad del craving.

Entonces, el control del estímulo no funciona de forma generalizada sino más bien desde un carácter discriminativo, es decir la sensación de craving solamente va a ser eficaz en tanto se presentan otras variables disposicionales a la vez que predispongan el consumo desde un carácter apetitivo y plausible. En ninguno de los

casos atendidos se observó un consumo del todo descontrolado, entendiéndose este como uno en el cual el individuo se desliga por completo de su funcionamiento biopsicosocial, sino que si seguía sosteniendo un nivel adecuado de adherencia a su propia cotidianidad.

En cuanto a las conductas, se logró apreciar la triple relación de contingencias en cuanto a la relación de conductas fisiológicas dadas por la activación de respuesta sexual de excitación, motoras en cuanto a la visualización del contenido pornográfico y cognitivas representadas por la intromisión del ejercicio de imaginación y la estimulación encubierta por medio de imaginación de conquista sexual. Con respecto a las consecuencias, los refuerzos pueden ser en efecto positivos cuando solo se busca gratificación, pero en la mayoría de los casos fueron de corte negativo, como escape o evitación de estimulación aversiva previa, en especial conflictos con figuras cercanas, a manera de control inhibitorio de estados emocionales aversivos. Así, la conducta de consumo tendría una doble función: la primera como estímulo condicionado que elicitaba respuestas fisiológicas de placer. La segunda como estímulos discriminativos de las respuestas masturbatorias.

Es necesario distinguir entre la conducta de consumo en cuanto a gobernada por reglas y por contingencias tal como propone Skinner<sup>528</sup>. El consumo de pornografía como conducta gobernada por reglas se enmarca en una construcción simbólica en la historia del aprendizaje del sujeto, como fenómeno implica la construcción de un lenguaje. Tal como plantea Froxan, *es en la conducta gobernada por reglas donde se encuentra el poder inmenso de las palabras para elicitarse o evocar comportamientos que de no ser por ellas no se darían no serían muy diferentes*<sup>529</sup>.

Es posible interrogarse, cuando la operación de establecimiento está supeditada a contingencias y cuando más bien a reglas. En el caso de que la pornografía se acompañe de masturbación, la consecuencia sería directa ya sea por la obtención de placer, o por el escape a la ansiedad. En este caso, los modelos mayormente

---

<sup>528</sup> Skinner, *Conducta verbal*.

<sup>529</sup> Froxán Parga, *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*. P. 208

sugerescentes serían los vinculados a un déficit conductual en respuestas alternas al consumo o en habilidades sociales o a uno de ansiedad anticipatoria, funcionando la pornografía como reforzador de la activación del sistema parasimpático.

En el caso de que el consumo esté marcado por un tema de conformidad a las normas masculinas, la conducta estaría gobernada por reglas. En este caso, los posibles modelos hablarían de uno cognitivo devaluativo marcado por esquemas de defectuosidad y bajas percepciones de autoeficacia, o uno cognitivo propiciatorio, vinculado a estándares de masculinidad hegemónica.

Según lo obtenido en los reportes de esta práctica, la dificultad en cuanto a la flexibilidad cognitiva viene dada por los estilos de crianza, propiamente experiencias aversivas en la infancia. Los hombres con dificultades en su regulación emocional utilizan estrategias como consumir pornografía a manera de control inhibitorio de emociones aversivas.

### **8.3 Procesos técnicos orientados a la disminución del consumo**

Con respecto a la intervención, como ya se mencionó, la conducta de consumo se encuentra bajo control antecedente de modo que, cambios en el contexto, dificultarán la emisión de la respuesta. Técnicas como el control estimular fueron adecuadas en este objetivo. La gran mayoría de las conductas de consumo evidenciaron ser mantenidas por contingencias de control aversivos: privación sexo afectiva y desconexión emocional. La emisión de esta conducta pretende distanciarse del entrar en contacto con dichas consecuencias aversivas. Skinner en más allá de la libertad y la dignidad planteaba que la conducta libre es aquella que no está controlada por contingencias de control aversivo, planteando lo que denomina *contra control*<sup>530</sup>. La estrategia más efectiva sería una combinación en cuanto a la manipulación de las variables antecedentes y procedentes.

---

<sup>530</sup> Skinner, *Más allá de la libertad y la dignidad*.

El mero uso de estrategias de reestructuración cognitiva podría no ser suficiente. El consumo de pornografía no pasa por una crítica y reflexión interna descontrolada e irracional marcada por sesgos cognitivos, sino a pesar de saber que el consumo le es desfavorable de todas formas se recurre a él. Al parecer pasa más bien por una dificultad en cuanto al control de los propios estímulos interoceptivos, llevando a consumir por urgencia de refuerzo, apoyado con un pobre repertorio de conductas funcionalmente equivalentes. De modo que, más que deberse a patrones de funcionamiento cognitivo irracionales, la hipótesis más plausible estaría orientada hacia un inadecuado control estimular, requiriendo a futuro mayor exploración e investigación.

No obstante, el hecho de que estrategias de reestructuración cognitiva se visualicen aquí como no centrales, no significa que sean prescindibles. El papel de la educación en género es vital y desde el moldeamiento verbal de nuevas reglas, la reestructuración cognitiva ofrece un aporte fundamental. La deconstrucción de normas masculinas pretende establecer nuevas relaciones de contingencias en el comportamiento, incompatibles con las aprendidas y anteriormente reforzadas del sistema patriarcal. Dichas nuevas reglas permitirían introducir modificaciones en la relación del individuo con su entorno. Cuestionar, realizar un análisis de pros y contras, indagar el conjunto de esquemas involucrados en la necesidad de consumo es necesario, pero no definitorio en el tamaño del efecto.

Las dinámicas de consumo que se volvieron más complejas son aquellas de intervalo fijo que las de intervalo variable. Es decir, cuando el sujeto de forma invariable consumía pornografía siempre a una misma hora. Las de intervalo variable eran más asequibles de extinguir. Por tanto, considerar el pasar el consumo a uno de esta naturaleza podría ser una alternativa sugerente de disminución, utilizando estrategias de reforzamiento de conductas incompatibles.

La probabilidad de que la conducta de consumo se reduzca también es mayor cuando el coste de respuesta es alto, como cuando la continuidad de la relación de pareja se encuentra condicionada a la extinción del consumo.

Es necesario tener cautela a la hora de desvanecer el consumo de forma inmediata. La privación funcionaría como una operación de establecimiento de la conducta, incrementando la probabilidad de la respuesta al modificar el valor del reforzador, resultando cada vez más apetecible para el individuo. Por tanto, la fase de reducción de la conducta debe acompañarse de una fase aditiva de estímulos que operen como reforzadores funcionalmente equivalentes.

En el caso de las conductas de consumo de pornografía derivadas por un pobre repertorio de actividades gratificantes, aumenta el valor discriminativo y reforzante de la pornografía como casi única conducta que se cuenta para emitir. En estos casos funcionó de forma satisfactoria el ampliar la posibilidad de conductas alternas.

En el análisis de conducta suele considerarse que conductas similares en el sentido de que cumplen una misma función pertenecen a la misma clase funcional. De este modo es relevante plantear cuál es la clase funcional a la que pertenece el consumo de pornografía, si su función está orientada a la búsqueda exclusiva de placer, podrían considerarse otras estrategias alternativas. Si por ejemplo su función estaría orientada a la evitación de malestar emocional, podría considerarse el abordaje de estrategias de afrontamiento funcionalmente equivalentes, pero con consecuencias adecuadas para el sujeto.

La conducta de consumo de pornografía suele ser solo una morfología de una operante general de reforzamiento negativo. Existen otras conductas de evitación/escape y es necesario identificarlas, pues en tanto se extinga la conducta de consumo el sujeto buscaría de estas otras a manera de reforzamiento diferencial. Identificar la clase operante es fundamental a nivel clínico desde este tipo de condiciones.

#### **8.4 El patriarcado, la(s) pornografía(s) y el sujeto**

El sujeto que consume pornografía es el sujeto de la posmodernidad. Vive tan solo que se relaciona con los demás en su vivencia erótica tendiendo a que sea únicamente por medio de la virtualidad. Tal como plantea Enrique Guinsberg, el



neoliberalismo propone un modelo de sujeto que se adecue a una sociedad de consumo y que responda a sus necesidades estructurales adaptándose la racionalidad social y política, pero ante todo a su sistema de producción<sup>531</sup>. En este sentido la pornografía permite una estética de la individualización que en tiempos de pandemia se presenta como un instrumento salvador ante el vacío existencial que genera la carencia de contacto entre los cuerpos.

Esto podría intentar responder al cuestionamiento sobre la diferencia entre pornografía convencional y la feminista, radicando propiamente en la función de estímulo. Mientras la convencional busca únicamente la estimulación sexual en el espectador sin que necesariamente haya un goce verdadero al producir, la feminista también procura dicho goce en quienes producen el material.

Así, existen propuestas que intentan salir de la propuesta misógina tradicional de pornografía, sugiriendo que lo patriarcal no define, aunque por el momento se posicione su influencia como hegemónica. La sexualidad es abierta y diversa y la pornografía también lo es. Pero el límite se encuentra en cuanto la misma no lesione los derechos humanos, la libre expresión de la corporalidad, el no reducir lo sexual a meramente lo coital, lo genital, sino ampliar.

Aun es necesario plantearse si la influencia de lo patriarcal aplica de igual forma con respecto a la producción pornográfica con mayor presupuesto económico, que con la últimamente popular grabación casera de escenas sexuales. Si está la pornografía feminista exenta de dinámicas de poder inscritas en el material y; si la intención de esta es meramente la de exhibir cuerpos de forma libre, ¿estaría exenta de incentivar dinámicas adictivas en su público meta, generando un consumo inclusive parafilico y dependiente de la pornografía en relación con sus prácticas sexuales?

El consumo como acción, en resumen, es libre. Pero dicha libertad debe basarse en un intento de reformulación, lo que se consume es lo que el sujeto tiene para sí, lo que la sociedad le envía. El ejercicio de mirar pornografía no es libre, tomando en

---

<sup>531</sup> Enrique Guinsberg, *La Salud mental en el Neoliberalismo* (México D. F.: Plaza y Valdés, 2004).

cuenta que las personas solo tienen un tipo de pornografía que mirar. Libertad es tener de dónde escoger y en base a ello, decidir. La gente al consumir pornografía no decide, mecánicamente hace uso de lo que otro le proveyó.

Con el tema de libertad, para finalizar, quedaría una pregunta que podría hallar nuevos planteamientos en la construcción de disertaciones futuras: ¿Qué pasa en el caso del deseo de consumir, basado en el imperativo del ejercicio de una sexualidad libre, pero desde una lógica adictiva? ¿Es realmente libre el sujeto?

## **8.5 Limitaciones**

El proyecto posee limitaciones, las cuales se discutirán a continuación desde varias vías, referidas en cuanto a su validez científica, epistemológica y metodológica. En cuanto a la primera de ellas, al ser un proyecto de naturaleza práctica, es común que surjan algunas consideraciones que limiten la posibilidad de extrapolar lo observado a otras poblaciones. Esto porque más que asegurar la validez de los resultados se busca el desarrollo de habilidades en la persona que realiza el trabajo final de graduación. Desde esta vía se resaltan las siguientes:

- El Cuestionario de conformidad a las normas masculinas no se encontraba adaptado sino únicamente traducido. Esto afectaría una posible validez de lo planteado. En futuros acercamientos se sugiere una traducción del inventario mismo.
- En función de lo anterior no se utilizó ninguna medida psicométrica que esté relacionada directamente con el consumo disfuncional de pornografía. Se encontraron algunas que no satisfacían con respecto a sus indicadores de validez o fiabilidad y desarrollarla hubiese superado las posibilidades del proyecto, más inclusive de lo aportado.
- En un inicio no se correlacionó la variable de craving o ansiedad con la conducta de consumo en los auto registros. Posteriormente se considera su relevancia.

- Los talleres psicoeducativos no tuvieron un instrumento de medida del cambio. Esto porque se trataba de procesos educativos sin ningún interés terapéutico, sino que se buscaba meramente una sensibilización. A pesar de ello se utiliza un formulario de evaluación del taller donde los asistentes revelan su valoración.
- Otra limitación para considerar es que la propuesta no surge de datos precisos de parte del Instituto Wem que plantearan la necesidad de trabajo en esta área ni de algún indicador de prevalencia, sino más bien de posicionamiento conjetural inicial sobre su relevancia.

Desde un punto de vista más epistemológico, el proyecto parte de un constructo poco estudiado y con un carácter ambiguo desde una construcción teórica. El posicionamiento de consumo adictivo de pornografía carece de criterios precisos sobre lo que topográficamente representa, por lo general los criterios son tomados prestados desde el estudio de otras adicciones a sustancias. Por otro lado, se encuentra el concepto de consumo problemático, que lo vuelve aún más ambiguo y porque no, moralista. Es necesario ahondar más en este planteamiento a futuro. Al parecer la recurrencia en el consumo se vuelve complejo en cuanto a que solo el análisis funcional dictaminaría si es beneficioso o no para el sujeto en medio de su contexto.

Y, finalmente desde una postura metodológica, sobresalen algunas consideraciones contextuales. A pesar de la anuencia del Instituto Wem con respecto a la facilitación de la muestra de participantes, el contexto de la pandemia dificultó el desarrollo pleno de los procesos principalmente grupales, ya que se debió recurrir a herramientas virtuales para lograrlo. Si bien es cierto facilitó la comodidad por evitar el desplazamiento no solo del facilitador sino de los asistentes al taller, disminuyó la posibilidad de expresión, pues muchos recibieron el proceso en sus propias casas y la temática de sexualidad requiere de entornos confidenciales y seguros para comunicarse libremente. Es posible que se perdieran participaciones y argumentos que hubiesen resultado ser valiosos para el proyecto.

Así mismo, es resaltable la dificultad para encontrar personas que se sumaran a los procesos tanto individuales como grupales. En realidad, hubo una adecuada participación, más de 100 personas en los talleres, por ejemplo. Pero en consideración de la extensión en tiempo del proyecto, para muchos investigadores se les dificultaría sostenerlo. Realizar un proyecto de este tipo requiere de un buen tiempo de logística.

Por último, el proyecto finaliza sin la posibilidad de realizar un grupo terapéutico relacionado al tema, aportes que hubiesen sido de gran valor en cuanto a conclusiones y discusión. Esto obligó a que las personas interesadas se les atendiera, pero desde la vía de la terapia individual con los criterios metodológicos dispuestos para el grupo de prevención terciaria. A pesar de esto se ganó especificidad en cuanto a los análisis funcionales de este grupo de prevención secundaria, aumentando la riqueza de la discusión.

## **8.6 Recomendaciones**

Desde la posibilidad de réplica a nivel terapéutico de esta propuesta, considerando las terapias individuales, pueden utilizarse los materiales brindados en los anexos, los cuales cuentan con garantía adecuada sobre su aporte técnico, pues prácticamente los mismos fueron validados a lo largo de todo el proceso. Los auto registros deben de revisarse asociando el consumo de pornografía en asociación con el control de la sensación de craving. Un tratamiento que se oriente únicamente a la disminución del consumo sin enfocarse en el control de las variables que predisponen al mismo es de dudosa efectividad. Para ello, como se sostuvo a lo largo del escrito, las técnicas de exposición con prevención de respuesta podrían ser relevantes.

En líneas de investigación futuras, en asociación a lo anterior, debe de investigarse la significancia clínica de dicha técnica en adicciones sin sustancia en general. Si bien es cierto mantienen una dinámica similar a las ligadas a fármacos, sostienen

algunas posibles diferencias como la que sugiere este escrito: la aparición de craving es más discriminativa y variable.

La propuesta metodológica se diseñó para hombres cisgénero, obviándose otro tipo de poblaciones de la diversidad sexual. En futuros acercamientos podría pensarse en la implementación de una propuesta de este tipo en otro tipo de comunidades y poblaciones socializadas desde otras dinámicas de género como mujeres o poblaciones de la diversidad sexual en general. En este caso, el componente de psicoeducación debe adaptarse, pues en la actual propuesta contenía un enfocado interés hacia la masculinidad.

El Instituto Wem debe fortalecer su sistema de educación sexual, en consonancia con sus objetivos de trabajo comunitario donde el eje de sexualidad sobresale. Se evidencia en los procesos psicoeducativos variabilidad con respecto a las opiniones en cuanto a la violencia sexual, si bien es cierto con un tono de condena generalizado, en muchos casos el discurso de algunos poseía ambivalencias. A su vez, desde la Institución debe marcarse un mayor componente investigativo, debido a la cantidad de participantes y la variabilidad de contextos a nivel nacional donde la misma opera. Si bien es cierto se requieren recursos para ello, existe urgencia en cuanto a la necesidad de una constante exploración basada en evidencia sobre la incidencia a nivel psicosocial que el constructo de masculinidad conlleva.

La sexualidad indiscutiblemente debe abordarse desde la presencialidad en el sentido que ofrece entornos seguros para la respectiva discusión. En futuros acercamientos a la temática, debe facilitarse espacios físicos confidenciales donde se pueda discutir sin censura o cautela familiar, distracciones domésticas, o problemas de red que alteren la concentración y debida reflexión.

En el caso de que a futuro el Instituto Wem pretende recrear un espacio de reflexión sobre el consumo de pornografía, puede utilizar los materiales de los anexos. La reflexión debe decantarse por una de corte neutro, sin juicios de valor ni moralismos. Tal como la visión de psicopatología de la que un análisis funcional propone, en este escrito se reafirmó que un hombre consume pornografía no meramente para satisfacción personal, sino que de forma encubierta se esconde una serie de

variables disposicionales que traen como resultado dicha recurrencia. Realizar un taller con varones debe basarse en un espacio de escucha sobre la historia de aprendizaje de cada sujeto con la conducta y sobre como el valor funcional de la misma fue evolucionando.

## 8.7 Cronograma de actividades

En este apartado se incluye el desglose de las fechas necesarias para concluir las tareas de selección de participantes, desarrollo de procesos de prevención, sistematización, evaluación e informe final:

Fases	Actividades	Metas	Productos	Tiempo
Traducción del Inventario de Normas Masculinas de Mahalick	Traducción del Instrumento. Adaptación de la versión resultante Pruebas Piloto	Traducir e instrumento del inglés al español  Determinar la validez de este	Instrumento traducido y adaptado	2 meses
Diseño de instrumentos	Diseñar los instrumentos que se utilizaran en el proyecto: Auto registros y análisis topográfico	Diseñar Auto registros estandarizados para todos los consultantes  Diseñar instrumento de análisis topográfico	Auto registros  Instrumento de análisis topográfico de conductas asociadas al consumo de pornografía.	1 mes

Selección de participantes	de Reclutar participantes que cumplan los criterios de Inclusión	que	Realizar afiches Convocar en los diferentes grupos de terapia del Instituto Wem	Afiche diseñado y publicado. Participantes convocados que cumplen con los criterios de inclusión.	1 mes
Charla a Hombres con Consumo relativo	Ofrecer el taller sobre las características y consecuencias del consumo	Convocatoria y exposición a través de psicoeducación.	y	El total de participantes han sido sensibilizados con la temática	9 meses
Proceso de intervención individual dirigido a Hombres con consumo recurrente	Ofrecer apoyo psicoterapéutico de acompañamiento a los cambios	Evaluación y disminución consumo	y	El total de participantes han sido sensibilizados con la temática	7 meses
Proceso de intervención individual dirigido a Hombres con consumo adictivo	Ofrecer apoyo psicoterapéutico de acompañamiento a los cambios	Evaluación y disminución consumo	y de	Generación de línea base Los hombres participantes manejan las técnicas de respiración y relajación.	5 meses



---

Al menos se redujo la frecuencia de consumo en un 80%

Se reestructuran creencias desadaptativas sobre la sexualidad

---

Presentación de experiencia sistematizada	de Sistematizar experiencia	y exponer la	Redacción documento final	de Se sistematiza experiencia	la 18 meses
					Divulgación de resultados

---

**Tiempo Total: 40 meses**

---

En este cuadro se ofrecen las actividades acompañadas de los meses en los que se ejecutó

Fechas		Prevención Primaria	Prevención secundaria	Prevención terciaria	Sistematización	
Mes	Fecha					
1	sep-20	Diseño de materiales audiovisuales				
2	oct-20					
3	nov-20					
4	ene-21		Diseño de instrumentos de evaluación y registro			
5	feb-21		Procesos de terapia individual		Sistematización de la información	
6	mar-21	Primer taller en Alajuela				
7	abr-21					
8	may-21					
9	jun-21	Segundo taller en Grecia				
10	jul-21					
11	ago-21	Tercer taller en Escazú				
12	sep-21					
13	oct-21	Campaña en redes sociales		Cuarto taller en Esparza		
14	nov-21			Quinto taller en San Pedro		
15	ene-22				Redacción de informe final	
16	feb-22					
17	mar-22					
18	abr-22					
19-38	May-22 hasta feb-23				Revisión de equipo asesor	
40	Abril-22				Divulgación de resultados	

# Referencias

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE PORNOGRAFÍA

## 9. Referencias

- Adulterio con un clérigo. El Decamerón*. Dibujo. Accedido 29 de agosto de 2021. <https://algunparaisoenalgunlugar.blogspot.com/2016/11/erotismo-en-la-edad-media.html>.
- Agélou, Jean. Fotografía. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://www.wikiwand.com/es/Fotograf%C3%ADa\\_er%C3%B3tica](https://www.wikiwand.com/es/Fotograf%C3%ADa_er%C3%B3tica).
- Alonso-Llácer, Lorena, Pilar Barreto Martín, Marta Ramos-Campos, Patricia Mesa-Gresa, Laura Lacomba-Trejo, y Marian Pérez-Marín. «Mindfulness and grief: The MADED program mindfulness for the acceptance of pain and emotions in grief». *Psicooncología* 17 (enero de 2020): 105-16. <https://doi.org/10.5209/psic.68244>.
- Alves, Gabriela Santos, y Liliana Rocha Fernández. «Producción audiovisual de pornografía feminista: reflexiones a partir de la película *Skin* (2009)». *TOMA UNO* 8 (1 de noviembre de 2020). <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/toma1/article/view/30760>.
- Amutio-Kareaga, Alberto, Clemente Franco Justo, José Jesús Gázquez Linares, y Israel Mañas Mañas. «Aprendizaje y práctica de la conciencia plena en estudiantes de bachillerato para potenciar la relajación y la autoeficacia en el rendimiento escolar». *Universitas Psychologica* 14, n.º 2 (7 de septiembre de 2015): 433. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.upsy14-2.apcp>.
- Asamblea Legislativa. Código penal costarricense, Pub. L. No. 4573, § 3. Corrupción, Proxenetismo, Rufianería (2013).
- Atanasio, Ángelo. «El dramático incremento del consumo de pornografía infantil durante el confinamiento por el coronavirus». *BBC News Mundo*, 25 de abril de 2020, sec. Internacional. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-52385436>.
- Ávila Agüero, María Luisa. «Violencia basada en género: un problema de Salud Pública». *Acta Médica Costarricense* 49 (octubre de 2007): 178-79.
- Badinter, Elizabeth. *XY: La identidad masculina*. Madrid: Alianza Editorial, 1994.
- Bados López, Arturo. *La técnica de la reestructuración cognitiva*. Universidad de Barcelona, España: Facultad de Psicología, Departamento de Personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, 2008.
- Bados López, Arturo, y Eugeni García Grau. *Técnicas de exposición*. Universidad de Barcelona, España: Facultad de Psicología, Departamento de Personalidad, evaluación y tratamientos psicológicos, 2011.
- Baeza Torres, Emmanuel Said, Sara Eugenia Cruz Morales, y Jennifer Lira Mandujano. «Evaluación de activación conductual en universitarios que consumen marihuana: estudio piloto». *Revista Internacional de Investigación en Adicciones* 7, n.º 2 (16 de agosto de 2021): 13-22. <https://doi.org/10.28931/riiad.2021.2.02>.

- Baldós, A. «Terapia cognitiva de Beck». En *Técnicas de Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Bandura, Albert, y Enrique Ribes-Iñesta. «Análisis del aprendizaje social de la agresión». En *Análisis de la agresión y la delincuencia*. México D. F.: Editorial Trillas, 1975.
- Barberá Heredia, Ester. «Perspectiva sociocognitiva: Estereotipos y esquemas de género». En *Psicología y Género*, 55-80. Madrid: Pearson, 2004.
- Barlow, David. *Manual clínico de trastornos psicológicos. Tratamiento paso a paso*. México D. F.: Manual Moderno, 2018.
- Barnés, Hector. «Una historia desconocida de la pornografía y lo que revela de nuestras preferencias». *El Confidencial*, 10 de mayo de 2014. [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-05-10/una-historia-desconocida-de-la-pornografia-y-lo-que-revela-de-nuestras-preferencias-sexuales\\_127279/](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2014-05-10/una-historia-desconocida-de-la-pornografia-y-lo-que-revela-de-nuestras-preferencias-sexuales_127279/).
- Barrio Álvarez, Elena del, y Eva Garrosa Hernández. «¿Educando en igualdad? Análisis de la triada pornografía-discriminación-violencia: Femenidad y masculinidad en la pornografía convencional». *Journal of Feminist, Gender and Women Studies*, n.º 1 (2015): 29-40.
- Barrios, David. *En las alas del placer*. México, D.F.: Editorial Pax México, 2005.
- Basch, Veronika. «El cuerpo mirado: entre psicoanálisis y pornografía». Universidad Complutense de Madrid, 2016.
- Baudrillard, Jean. *De la seducción*. Madrid: Cátedra, 2000.
- Beauvoir, Simone de. *El segundo sexo*. Paris: Editorial Siglo Veinte, 1962.
- Beck, Aaron, John Rush, Bryan Shaw, y Emery Gary. *Terapia Cognitiva de la Depresión*. Madrid: Descleé de Brouwer, 2002.
- Beck, Aaron, Fred Wright, Cory Newman, y Bruce Liese. *Terapia cognitiva de las drogodependencias*. Buenos Aires: Paidós, 1993.
- Beck, Judith. *Terapia cognitiva. Conceptos básicos y profundización*. Barcelona, España: Gedisa, 1995.
- Becoña, Elisardo. *Manual de adicciones para psicólogos especialistas en psicología clínicas en formación*. Barcelona: Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 2011. <https://www.iafa.go.cr/publicaciones/533-manual-de-adicciones-para-psicologos-especialistas-en-psicologia-clinicas-en-formacion>.
- . «Terapia de solución de problemas». En *Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Bordieri, Michael J., Matthew T. Tull, Michael J. McDermott, y Kim L. Gratz. «The Moderating Role of Experiential Avoidance in the Relationship between Posttraumatic Stress Disorder Symptom Severity and Cannabis Dependence».

- Journal of Contextual Behavioral Science* 3 (1 de octubre de 2014): 273-78.  
<https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2014.08.005>.
- Bosch Fiol, Esperanza, Aina Alzamora, y Victoria Aurora Ferrer Pérez. «Algunas claves para una psicoterapia de orientación feminista en mujeres que han padecido violencia de género». *Feminismo/s*, n.º 6 (2005): 121-36.
- Botella, Cristina, Rosa Baños, y Soledad Quero. «Nuevas tecnologías al servicio de la intervención». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Bourdieu, Pierre. *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama, 2000.
- Bronzino, Agnolo. *Alegoría del amor*. 1545. Oleo. National Gallery, Londres (Reino Unido). <https://historia-arte.com/obras/alegoria-del-amor-bronzino>.
- Bueno Cuadra, Roberto. «Una contribución teórica de la psicología latinoamericana: La taxonomía funcional de la conducta de Ribes y López.» *Cultura* 19 (2005): 87-104.
- Butcher, J, S Mineka, y J Hooley. *Psicología Clínica*. Madrid: Pearson, 2007.
- Butler, Judith. *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad*. Grupo Planeta Spain, 2016.
- Byrne, Donn, y K Kelley. *Alternative Approaches to the Study of Sexual Behavior*. Lawrence Erlbaum Associates. New Jersey, 1986.
- Caballo, Vicente, y María Jesús Irurtia. «Entrenamiento en habilidades sociales». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Campos, Álvaro. *Explotación Sexual Comercial y Masculinidad: Un estudio regional cualitativo con hombres de la población general*. San José, Costa Rica: Organización Internacional de Trabajo, 2004.  
[http://www.ilo.org/ipecc/Informationresources/WCMS\\_IPEC\\_PUB\\_6701/lang-es/index.htm](http://www.ilo.org/ipecc/Informationresources/WCMS_IPEC_PUB_6701/lang-es/index.htm).
- Campos, Álvaro, y José Manuel Salas Calvo. *El placer de la Vida*. San José, Costa Rica: UNFPA, Fondo de población de las Naciones Unidas, 2002.
- Capafons, Juan, y Dolores Sosa. «Técnicas de control del estrés». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Carrasco, Inés, y Isabel Espinar. «Terapia racional emotivo conductual y reestructuración cognitiva». En *Técnicas de Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. España: Pirámide, 2014.
- Castoriadis, Cornelius. *La institución imaginaria de la sociedad*. Barcelona: Tusquets, 1975.
- Castro, John Alexander, Stefano Vinaccia, Rafael Ballester-Arnal, John Alexander Castro, Stefano Vinaccia, y Rafael Ballester-Arnal. «Ansiedad social, adicción

- al internet y al cibersexo: su relación con la percepción de salud». *Terapia psicológica* 36 (2018): 134-43. <https://doi.org/10.4067/S0718-48082018000300134>.
- Castro-Calvo, Jesús, Rafael Ballester Arnal, María Dolores Gil Llario, Pedro Salmerón Sánchez, y Vicente Morell-Mengual. «Traducción y validación preliminar del Cuestionario de Adicción al Sexo en jóvenes». *International Journal of Developmental and Educational Psychology: INFAD. Revista de Psicología* 2, n.º 1 (2016): 319-28.
- «Catecismo de la Iglesia Católica». Accedido 21 de junio de 2020. [http://www.vatican.va/archive/catechism\\_sp/index\\_sp.html](http://www.vatican.va/archive/catechism_sp/index_sp.html).
- Chen, M. Keith, y Jane L. Risen. «How choice affects and reflects preferences: Revisiting the free-choice paradigm». *Journal of Personality and Social Psychology* 99, n.º 4 (2010): 573-94. <https://doi.org/10.1037/a0020217>.
- Cía, Alfredo. «Las adicciones no relacionadas a sustancias (DSM-5, APA, 2013): un primer paso hacia la inclusión de las Adicciones Conductuales en las clasificaciones categoriales vigentes.» *Revista de Neuro-Psiquiatría* 76 (2013): 210-17.
- CONACOES. Costa Rica: Plan Nacional para la Erradicación de la Explotación Sexual Comercial de niños, niñas y adolescentes. 2008-2010. (2007).
- Connell, Raewyn. *Masculinidades*. Polity Press, 1995.
- «Coronavirus Insights – Pornhub Insights». Accedido 3 de julio de 2020. <https://www.pornhub.com/insights/corona-virus>.
- Costa Cabanillas, Miguel, y Ernesto López Mendez. «El uso de metáforas en psicología clínica». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Cruzado, J. «Técnicas de Modelado». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Darío, Rubén. *Antología poética*. EDAF, 1979.
- Dawson, Kate, Saoirse Nic Gabhainn, y Pádraig MacNeela. «Toward a Model of Porn Literacy: Core Concepts, Rationales, and Approaches». *Journal of sex research* 57, n.º 1 (enero de 2020): 1-15. <https://doi.org/10.1080/00224499.2018.1556238>.
- Delacroix, Eugene. *Mujer de las medias blancas*. 1825. Oleo. Museo de Louvre. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).
- Demetriou, D. «Connell's concept of hegemonic masculinity: A critique». *Theory and Society*, 2001, 337-61.
- Demóstenes. *Juicio contra una prostituta*. Traducido por Helena González Vaquerizo. Edición: 1. Madrid: Errata Naturae Editores, 2011.

- Dennis, Diderot. *La Religiosa*. 1796. Novela. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).
- Díaz García, Marta Isabel, Arabella Villalobos Crespo, y María Ángeles Ruiz Fernández. *Manual de Técnicas y Terapias Cognitivo Conductuales*. Bilbao: Descleé de Brouwer, 2017.
- Dibujo en obra de Sade*. Dibujo. Accedido 29 de agosto de 2021. <https://sottoosservazione.wordpress.com/tag/marquis-de-sade/>.
- Díez, Itziar Iruarrizaga, Ana Estévez Gutiérrez, Janire Momeñe López, Leticia Olave Porrua, Lucía Fernández, María Dolores del Rocío Chávez Vera, y Francisco Ferre Navarrete. «Dificultades en la regulación emocional, esquemas inadaptados tempranos, y dependencia emocional en la adicción al sexo o comportamiento sexual compulsivo en la adolescencia». *Revista española de drogodependencias*, n.º 44 (2019): 79-103.
- Doidge, Norman. *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. Edición: Reprint. London: PENGUIN GROUP, 2008.
- Doltó, Françoise. *La imagen inconsciente del cuerpo*. Barcelona: Paidós Ibérica, 1986.
- Domjan, Michael. *PRINCIPIOS DE APRENDIZAJE Y CONDUCTA*. México: Cengage Learning, 2010.
- Echeburúa, E, P Corral, y C Ortiz. «Técnicas de exposición». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Echeburúa, Enrique. «¿Existe Realmente La Adicción al Sexo?» *Adicciones* 24 (1 de diciembre de 2012): 281-86. <https://doi.org/10.20882/adicciones.77>.
- Ehring, Thomas, y Dorothea Quack. «Emotion Regulation Difficulties in Trauma Survivors: The Role of Trauma Type and PTSD Symptom Severity». *Behavior Therapy* 41, n.º 4 (1 de diciembre de 2010): 587-98. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2010.04.004>.
- Rebelión Feminista. «¿Es machista la comunidad del manga y el anime?», 30 de agosto de 2019. <https://rebellionfeminista.org/2019/08/30/es-machista-la-comunidad-del-manga-y-el-anime/>.
- Escultura en Cantabria*. Escultura. Iglesia de Santa María de Yermo, Cantabria. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://www.educomunicacion.es/arte\\_erotico/romanico\\_medieval\\_arte\\_erotico.htm](https://www.educomunicacion.es/arte_erotico/romanico_medieval_arte_erotico.htm).
- Estatuilla erótica*. Tlatilco. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/mexico\\_antiguo\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/mexico_antiguo_arte_erotico.htm).
- Estévez, Ana, y Esther Calvete. «Esquemas cognitivos en personas con conducta de juego patológico y su relación con experiencias de crianza». *Clínica y Salud* 18, n.º 1 (mayo de 2007): 23-43.



- Exton, M. S., T. H. Krüger, N. Bursch, P. Haake, W. Knapp, M. Schedlowski, y U. Hartmann. «Endocrine Response to Masturbation-Induced Orgasm in Healthy Men Following a 3-Week Sexual Abstinence». *World Journal of Urology* 19 (noviembre de 2001): 377-82. <https://doi.org/10.1007/s003450100222>.
- Facio, Alda, y Lorena Fries. «Feminismo, género y patriarcado». *Academia. Revista sobre Enseñanza del Derecho de Buenos Aires* 6 (2005): 259-94.
- Favaro, Laura, y Ana De Miguel. «¿Pornografía Feminista, Pornografía Antirracista y Pornografía Antiglobalización? Para Una Crítica Del Proceso de Pornificación Cultural». *Labrys, Études Féministes/Estudios Feministas*, n.º 29 (2016). <https://openaccess.city.ac.uk/id/eprint/23948/>.
- Fernández Abascal, Enrique, y Alfonso Roa. «Evaluación psicofisiológica». En *Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Fernández-Ballester, Rocío. «Los autoinformes». En *Evaluación psicológica: Conceptos, Métodos y Estudio de Casos*, editado por Rocío Fernández-Ballester, 121-58. Madrid: Pirámide, 2004.
- Fernández-Ballester, Rocío, y María Calero. «Garantías científicas y éticas de la evaluación psicológica». En *Evaluación psicológica: Conceptos, Métodos y Estudio de Casos*, editado por Rocío Fernández-Ballester, 121-58. Madrid: Pirámide, 2004.
- Festinger, Leon. «Cognitive Dissonance». *Scientific American*, 1962.
- Figari, Carlos Eduardo. «Placeres a la carta: consumo de pornografía y constitución de géneros». *La Ventana*, 2008, 170-204.
- Figuras Itifálicas*. Escultura. Museo Arqueológico nacional de España. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/prehistoria\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/prehistoria_arte_erotico.htm).
- Foucault, Michel. «El cuerpo utópico», 1966.
- . *La Historia de la Sexualidad*. Vol. 1. New York: Vintage Books, 1980.
- . *Vigilar y Castigar*. New York: Vintage Books, 1980.
- Fragonard, Jean. *La cerradura*. 1777. Oleo. Museo de Louvre. <https://historia-arte.com/obras/la-cerradura>.
- Francois Lagrenée, Louis Jean. *Las dos amigas*. 1749. Oleo. <https://historia-arte.com/obras/las-dos-amigas>.
- Fraumeni-McBride, Julie. «Addiction and Mindfulness; Pornography Addiction and Mindfulness-Based Therapy ACT». *Sexual Addiction & Compulsivity* 26, n.º 1-2 (3 de abril de 2019): 42-53. <https://doi.org/10.1080/10720162.2019.1576560>.
- Fresco de Príapo*. s. f. Fresco. Pompeya. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/roma\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/roma_antigua_arte_erotico.htm).

- Fresco en las termas*. Fresco. Pompeya. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/roma\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/roma_antigua_arte_erotico.htm).
- Freud, Sigmund. «El problema económico del masoquismo». En *Obras Completas*, Vol. XIX. Buenos Aires: Amorrortu, 1924.
- . «Introducción al Narcisismo». En *Obras Completas*, Vol. XIV. Buenos Aires: Amorrortu, 1920.
- . «Pegan a un niño. Contribución al conocimiento de la génesis de las perversiones sexuales». En *Obras Completas*, Vol. XVII. Buenos Aires: Amorrortu, 1919.
- . «Pulsiones y Destinos de Pulsión». En *Obras Completas*, Vol. XIV. Buenos Aires: Amorrortu, 1920.
- . «Sobre el Fetichismo». En *Obras Completas*, Vol. XIX. Buenos Aires: Amorrortu, 1927.
- Fritz, Niki, Vinny Malic, Bryant Paul, y Yanyan Zhou. «A Descriptive Analysis of the Types, Targets, and Relative Frequency of Aggression in Mainstream Pornography». *Archives of sexual behavior* 49, n.º 8 (noviembre de 2020): 3041-53. <https://doi.org/10.1007/s10508-020-01773-0>.
- Froján Parga, María Xesús, y Ana Calero Elvira. «Guía para el uso de la reestructuración cognitiva como un procedimiento de moldeamiento». *Psicología conductual = behavioral psychology: Revista internacional de psicología clínica y de la salud* 19, n.º 3 (2011): 659-82.
- Froxán Parga, María Xesús. *Análisis Funcional de la Conducta. Concepto, metodología y aplicaciones*. Madrid: Pirámide, 2020.
- Gabalda, Isabel Caro. *Hacia una práctica eficaz de las psicoterapias cognitivas: Modelos y técnicas principales*. Edición: 1. Bilbao: Descleé de Brouwer, 2011.
- Galiani Llach, José Antonio, y Diego Isaac Salas Osorio. «Consideraciones psicoanalíticas acerca del fantasma y la pornografía». Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, 2014.
- Gardner, Hunter H. «Ventriloquizing Rape in Menander's Epitrepontes». *Helios* 39, n.º 2 (2013): 121-43. <https://doi.org/10.1353/hel.2013.0008>.
- Garrido, Diana. «¿Cómo fueron las primeras fotografías eróticas de la historia?» *Cultura Colectiva*, 2018. <https://culturacolectiva.com/fotografia/primeras-fotografias-eroticas-de-la-historia>.
- Gil, R. *Psicología de la Salud: Aproximación histórica, conceptual y aproximaciones*. Madrid: Pirámide, 2004.
- Gilmore, David. *Hacerse hombre. Concepciones culturales de la masculinidad*. Barcelona: Paidós, 1994.
- Gimeno, Beatriz. *La prostitución: aportaciones para un debate abierto*. Bellaterra, 2012.

- Glick, Peter, y Susan T. Fiske. «The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating Hostile and Benevolent Sexism.» *Journal of Personality and Social Psychology* 70, n.º 3 (1996): 491-512. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.491>.
- Godoy, Daniela, Andrea Eberhard, Francisca Abarca, Bárbara Acuña, y Rocío Muñoz. «Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares.» *Revista Médica Clínica Las Condes* 31, n.º 2 (marzo de 2020): 169-73. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2020.01.005>.
- Grabovac, Andrea D., Mark A. Lau, y Brandilyn R. Willett. «Mechanisms of Mindfulness: A Buddhist Psychological Model.» *Mindfulness* 2, n.º 3 (septiembre de 2011): 154-66. <https://doi.org/10.1007/s12671-011-0054-5>.
- Grubbs, Joshua B., Joshua A. Wilt, Julie J. Exline, Kenneth I. Pargament, y Shane W. Kraus. «Moral disapproval and perceived addiction to internet pornography: a longitudinal examination.» *Addiction* 113, n.º 3 (marzo de 2018): 496-506. <https://doi.org/10.1111/add.14007>.
- Guinsberg, Enrique. *La Salud mental en el Neoliberalismo*. México D. F.: Plaza y Valdés, 2004.
- Guzmán Ramírez, Gezabel. «Vista de Tlatilco: retorno al elogio del cuerpo femenino.» *Diálogos. Revista electrónica de Historia* 9 (2008): 2943-2961. <https://doi.org/10.15517/dre.v9i0.31637>.
- Hare, Tomas. «La condición del sujeto en el arte erótico de Japón.» En *Formas de Eros. Ensayos sobre arte y erotismo II*, 39-58. Málaga: Fundación Pablo Ruiz Picasso y Universidad de Málaga, 2011.
- Hayes, S., D. Barnes-Holmes, y B Roche. *Relational Frame Theory: A post-Skinnerian account of human language and cognition*. Nueva York: Kluwer Academic/Plenum, 2001.
- Hayes, S., y Jason Lillis. *Acceptance and Commitment Therapy*. American Psychological Association, 2012.
- Hayes, S., K. Strosahl, y K. Wilson. *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente (mindfulness)*. Bilbao: Descleé de Brouwer, 2014.
- Hayes, Steven C., Barbara S. Kohlenberg, y Linda J. Hayes. «The Transfer of Specific and General Consequential Functions through Simple and Conditional Equivalence Relations.» *Journal of the Experimental Analysis of Behavior* 56 (julio de 1991): 119-37. <https://doi.org/10.1901/jeab.1991.56-119>.
- Hayes, Steven C., Kirk D. Strosahl, y Kelly G. Wilson. *Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change*. Acceptance and commitment therapy: An experiential approach to behavior change. New York, NY, US: Guilford Press, 1999.
- Hernández Sampieri, Roberto, Carlos Fernández Collado, y María del Pilar Baptista Lucio. *Metodología de la Investigación*. México D.F: Mc Graw Hill, 2014.

- Hernández Serrano, Rubén, y Iván Arango de Montis. «Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo». En *Sexualidad Humana*. México D.F.: Manual Moderno, 2008.
- Herrera, Grecia, Martha Pelaez, Gerónimo Reyes, Sebastián Figueroa, y Marco Wilfredo Salas. «Seguimiento de reglas en función del desarrollo psicológico y de la comprensión del lenguaje». *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta* 27 (26 de enero de 2011): 403-29. <https://doi.org/10.5514/rmac.v27.i3.23584>.
- Hinojal Casero, Mireya. «Mujeres fuera de la norma: las prostitutas en la Atenas clásica», 2018. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/33355>.
- Hyde, Janet, y John Delamater. *Sexualidad Humana*. 9th edition. México D. F.: Mc Graw Hill, 2006.
- Ilustración del Kama Sutra*. Ilustración. Accedido 29 de agosto de 2021. <http://santosgzapata.blogspot.com/2021/02/arte-erotismo-y-representaciones-en-la.html>.
- Instituto Nacional de las Mujeres. «Política Nacional para la Atención y la Prevención de la Violencia contra las Mujeres de todas las Edades Costa Rica 2017-2032». San José, Costa Rica: Instituto Nacional de las Mujeres, 2017.
- . «Política Nacional para la Igualdad Efectiva entre Mujeres y Hombres. 2018-2030». San José, Costa Rica: Instituto Nacional de las Mujeres, 2018.
- Instituto Wem. «Historia - Instituto Wem (Masculinidad, sexualidad y pareja), Costa Rica». Accedido 23 de junio de 2020. <https://institutowemcr.org/index.php/nosotros/historia.html>.
- International Test Commission. «The ITC Guidelines for Translating and Adapting Tests (Second edition).», 2017. [www.InTestCom.org](http://www.InTestCom.org).
- Jara Murillo, Carla Victoria, y Alí García Segura. *Se' é' yawö bribri wa. Aprendemos la lengua bribri*. San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica – UNICEF, 2009.
- Jewkes, Rachel, Robert Morrell, Jeff Hearn, Emma Lundqvist, David Blackbeard, Graham Lindegger, Michael Quayle, Yandisa Sikweyiya, y Lucas Gottzén. «Hegemonic masculinity: combining theory and practice in gender interventions». *Culture, Health & Sexuality* 17, n.º sup2 (16 de octubre de 2015): 96-111. <https://doi.org/10.1080/13691058.2015.1085094>.
- Kafka, M. P., y J. Hennen. «The Paraphilia-Related Disorders: An Empirical Investigation of Nonparaphilic Hypersexuality Disorders in Outpatient Males». *Journal of Sex & Marital Therapy* 25, n.º 4 (diciembre de 1999): 305-19. <https://doi.org/10.1080/00926239908404008>.
- Kareaga, Alberto Amutio. «Componentes cognitivos y emocionales de la relajación: una nueva perspectiva». *Análisis y modificación de conducta* 26, n.º 109 (2000): 647-71.

- Kashdan, Todd B., Lisa Feldman Barrett, y Patrick E. McKnight. «Unpacking emotion differentiation: Transforming unpleasant experience by perceiving distinctions in negativity». *Current Directions in Psychological Science* 24 (2015): 10-16. <https://doi.org/10.1177/0963721414550708>.
- Kauffmann, Michael. «Los hombres, el feminismo y las experiencias contradictorias del poder entre los hombres.» En *Género e identidad. Ensayos sobre lo femenino y lo masculino*, de Arango, Leon y Viveros, 123-46. Bogotá: Tercer Mundo, 1995.
- Kimmell, Michael. «Homofobia, temor, vergüenza y silencio en la identidad masculina». En *Masculinidad/es. Poder y crisis*, editado por Teresa Valdez y José Olavarria. Chile: Ediciones de las Mujeres, 1997.
- Kruger, T. «Specificity of the neuroendocrine response to orgasm during sexual arousal in men». *Journal of Endocrinology* 177 (2003): 57-64.
- Krüger, T. H. C., P. Haake, J. Haverkamp, M. Krämer, M. S. Exton, B. Saller, N. Leygraf, U. Hartmann, y M. Schedlowski. «Effects of Acute Prolactin Manipulation on Sexual Drive and Function in Males». *The Journal of Endocrinology* 179 (diciembre de 2003): 357-65. <https://doi.org/10.1677/joe.0.1790357>.
- Krüger, Tillmann H. C., Philip Haake, Uwe Hartmann, Manfred Schedlowski, y Michael S. Exton. «Orgasm-Induced Prolactin Secretion: Feedback Control of Sexual Drive?» *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 26 (enero de 2002): 31-44. [https://doi.org/10.1016/s0149-7634\(01\)00036-7](https://doi.org/10.1016/s0149-7634(01)00036-7).
- Kuhn, S, y J Gallinat. «Brain structure and functional connectivity associated with pornography». *JAMA Psychiatry*, 2014, 827-34.
- Labrador Encinas, Francisco. «Técnicas Operantes 2: Reducción de Conductas». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Ediciones Pirámide, 2011.
- Labrador Encinas, Francisco Javier, y María Crespo, eds. *Psicología clínica basada en la evidencia*. Madrid: Pirámide, 2012.
- Lacan, Jacques. *Seminario 5. Las formaciones del inconsciente*. Editado por J. A. Millar. Buenos Aires: Paidós, 2005.
- . *Seminario 6. El deseo y su interpretación*. Editado por J. A. Millar. Buenos Aires: Paidós, 2008.
- . *Seminario 16. De otro al otro*. Editado por J. A. Millar. Buenos Aires: Paidós, 2008.
- Laplanche, Jean, y Jean-Bertrand Pontalis. *Diccionario de psicoanálisis: Bajo la dirección de Daniel Lagache*. Edición: 1ª. Barcelona: Ediciones Paidós, 1996.
- Larroy, Cristina. «Técnicas Operantes 1: Desarrollo de Conductas». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Ediciones Pirámide, 2011.

- Lawrence, David. *Pornografía y obscenidad*. Buenos Aires: Libros del Zorzal, 2018.
- Leahy, Robert. *Técnicas de Terapia cognitiva. Una Guía para Profesionales*. Buenos Aires: Akadia, 2018.
- Leda y el Cisne*. a.c de 350d. C. Cerámica Griega. Museo Paul Getty. [https://www.historia-del-arte-erotico.com/jupiter\\_leda/](https://www.historia-del-arte-erotico.com/jupiter_leda/).
- Lemes, Carina B., y Jorge O. Neto. «Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde». *Temas em Psicologia* 25, n.º 1 (2017): 17-28. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>.
- Lerner, Gerda. *La creación del patriarcado*. Traducido por Mònica Tusell. Edición: 1. Pamplona: Katakarak, 2017.
- Levenson, Robert W. «The intrapersonal functions of emotion». *Cognition and Emotion* 13 (1999): 481-504. <https://doi.org/10.1080/026999399379159>.
- Lim, Megan S. C., Elise R. Carrotte, y Margaret E. Hellard. «The Impact of Pornography on Gender-Based Violence, Sexual Health and Well-Being: What Do We Know?» *Journal of Epidemiology and Community Health* 70, n.º 1 (enero de 2016): 3-5. <https://doi.org/10.1136/jech-2015-205453>.
- Llavona Unibelarrea, Luis María. «Entrevista». En *Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Llorente Del Pozo, Jm, y I. Iraurgi-Castillo. «Tratamiento cognitivo conductual aplicado en la deshabituación de cocaína». *Trastornos Adictivos* 10, n.º 4 (1 de octubre de 2008): 252-74. [https://doi.org/10.1016/S1575-0973\(08\)76374-8](https://doi.org/10.1016/S1575-0973(08)76374-8).
- Hispanidad. «Los buitres de la pornografía aprovechan el coronavirus». Accedido 3 de julio de 2020. [https://www.hispanidad.com/confidencial/coronavirus-buitres-pornografia-covid-19\\_12017246\\_102.html](https://www.hispanidad.com/confidencial/coronavirus-buitres-pornografia-covid-19_12017246_102.html).
- Love, Todd, Christian Laier, Matthias Brand, Linda Hatch, y Raju Hajela. «Neuroscience of Internet Pornography Addiction: A Review and Update». *Behavioral Sciences* 5, n.º 3 (18 de septiembre de 2015): 388-433. <https://doi.org/10.3390/bs5030388>.
- Mahalik, James R., Benjamin D. Locke, Larry H. Ludlow, Matthew A. Diemer, Ryan P. J. Scott, Michael Gottfried, y Gary Freitas. «Development of the Conformity to Masculine Norms Inventory». *Psychology of Men & Masculinity* 4, n.º 1 (2003): 3-25. <https://doi.org/10.1037/1524-9220.4.1.3>.
- Malacas Bautista, Carlos Alexander. «Esquemas disfuncionales tempranos en consumidores de sustancias psicoactivas internados en comunidades terapéuticas». *Universidad Nacional Federico Villarreal*, 2013. <https://repositorio.unfv.edu.pe/handle/UNFV/1069>.
- Marshall, Ethan A., Holly A. Miller, y Jeff A. Bouffard. «Crossing the Threshold from Porn Use to Porn Problem: Frequency and Modality of Porn Use as Predictors of Sexually Coercive Behaviors». *Journal of Interpersonal Violence*, 22 de

noviembre de 2017, 088626051774354.  
<https://doi.org/10.1177/0886260517743549>.

- Martín, A, P Subías, y J Gené. «Actividades preventivas y de promoción de la Salud». En *Compendio de Atención Primaria: Conceptos, organización y práctica clínica*, de Amando Martín Zurro y Juan Francisco Cano Pérez. Elsevier España, 2010.
- Martin, Garry, y Joseph J. Pear. *Modificación de Conducta. Que es y cómo aplicarla*. Ciudad de México: Pearson, 2015.
- Martínez, Ariel. «La pornografía a debate. Notas sobre sexualidad e identidad de género en los argumentos feministas». *Nomadías*, n.º 11 (1 de enero de 2010). <https://doi.org/10.5354/n.v0i11.15155>.
- Martínez Ortiz, Efrén, ed. *Manual de psicoterapia con enfoque logoterapéutico*. México D. F.: Manual Moderno, 2013.
- Martinez-Salanova, Enrique. «Erotismo en el arte», 2020. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/index\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/index_arte_erotico.htm).
- Martos Montiel, Juan Francisco. «Arte y erotismo en Pompeya: las pinturas eróticas de las Termas Suburbanas». En *Formas de Eros. Ensayos sobre arte y erotismo II*, 59-82. Málaga: Fundación Pablo Ruiz Picasso y Universidad de Málaga, 2011.
- Maslow, Abraham. *Toward a psychology of being*. USA: Insight Book, 1968.
- Massaro Bologni, Alessandro. «Tratamiento Basado en Mindfulness para Pacientes con Adicción al Alcohol y Cocaína.» Universidad autónoma de Madrid, 2017.
- Mestre-Bach, Gemma, Gretchen R. Blycker, y Marc N. Potenza. «Pornography Use in the Setting of the COVID-19 Pandemic». *Journal of Behavioral Addictions* 1 (27 de abril de 2020). <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00015>.
- Meza Mesén, Kevin. «Significado del consumo problemático de sustancias psicoactivas en la construcción de masculinidades en hombres del GAM: Un estudio de casos múltiples.» Trabajo final de graduación bajo la modalidad de Tesis para optar por el grado de licenciatura en psicología., Universidad de Costa Rica, 2021.
- Miltenberger, Raymond. *Modificación de Conducta. Principios y procedimientos*. Madrid: Pirámide, 2017.
- Minarcik, Jennifer. «Proposed Treatment of Problematic Pornography Use: A Cognitive-Behavioral Approach». University of Arkansas, 2016. <http://rgdoi.net/10.13140/RG.2.2.19375.84649>.
- Ministerio de Salud. «Plan Estratégico Nacional en VIH y Sida 2016-2021.» San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2016.
- . «Política Nacional de Salud Mental 2012-2021». San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2012.

- . «Política Nacional de Sexualidad 2010-2021». San José, Costa Rica: Ministerio de Salud, 2011.
- Montgomery U., William. «Aspectos y enfoques éticos dentro del quehacer conductual». *Revista de Investigación en Psicología* 19, n.º 2 (12 de enero de 2017): 179. <https://doi.org/10.15381/rinvp.v19i2.12897>.
- . *Conductismo: un análisis paradigmático. Cuestiones teóricas, filosóficas y profesionales*. Lima, Perú: Saxo, 2018.
- Mora, Jorge Arturo. «Porno y coronavirus: ¿qué cambios ha provocado la pandemia en la industria?» *La Nación*, Grupo Nación. Accedido 3 de julio de 2020. <https://www.nacion.com/revista-dominical/porno-y-coronavirus-que-cambios-ha-provocado-la/3EKZC66SRFBRDJM4OINHSTFL4I/story/>.
- Moscovici, Serge. *Representaciones sociales: Exploraciones en psicología social*. New York: Polity Press, 2000.
- Muñoz, M., y J. Graña. «Tratamiento de un caso de trastorno obsesivo compulsivo». En *Terapia Psicológica. Casos prácticos*, 201-31. Madrid: Pirámide, 2004.
- Nabila Putri, Zahrah, Fadullah Iqsan, y Syarifah Nurul Ain. «Porn Addiction and Cognitive Behavior Therapy in Young Generation», 2017.
- Noticias, Córdoba Buenas. «La industria pornográfica: la máquina de hacer dinero, pero con consecuencias graves». Córdoba Buenas Noticias. Accedido 30 de agosto de 2021. <https://www.cordobabn.com/articulo/internacional/industria-pornografica-maquina-hacer-dinero-consecuencias-graves/20210525121929093743.html>.
- Universidad de Costa Rica. «Nuevas tecnologías: aliadas de la pornografía infantil». Accedido 18 de septiembre de 2021. <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2017/07/07/nuevas-tecnologias-aliadas-de-la-pornografia-infantil.html>.
- Núñez, Carla López, Alba González Roz, Sara Weidberg, y Sergio Fernández Artamendi. «Sensibilidad a la ansiedad como factor de vulnerabilidad transdiagnóstico para el consumo de tabaco: implicaciones clínicas y para el tratamiento». *Adicciones: Revista de sociodrogalcohol* 33, n.º 2 (2021): 85-94.
- Núñez Noriega, Guillermo, y Guillermo Núñez Noriega. «Los estudios de género de los hombres y las masculinidades: ¿qué son y qué estudian?» *Culturales* 4, n.º 1 (junio de 2016): 9-31.
- Ogien, Ruwen. *Pensar la pornografía*. Barcelona: Paidós, 2005.
- Organización Mundial de la Salud. «CIE-11 - Estadísticas de morbilidad y mortalidad». Accedido 23 de junio de 2020. <https://icd.who.int/browse11/l-m/es#/http://id.who.int/icd/entity/1630268048>.
- Ormrod, Jean. *Aprendizaje Humano*. Madrid: Pearson, 2005.
- Ortiz, José Miguel Parra. *La vida amorosa en el Antiguo Egipto*. Madrid: Editorial Alderaban, 2001.



- Páez Blarrina, Marisa, y Francisco Montesinos Marín. «Claves y evidencias en la aplicación de la Terapia de Aceptación y Compromiso en el tratamiento de las adicciones». *Análisis y Modificación de Conducta* 45 (2019): 1-24. <https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.33776/amc.v45i171-2.3682>.
- Paoletti, John T., y Gary M. Radke. *El arte en la Italia del Renacimiento*. Ediciones AKAL, 2003.
- Papiro de Turín*. Papiro. Museo Egipcio. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://www.educomunicacion.es/arte\\_erotico/egipto\\_antiguo\\_arte\\_erotico.htm](https://www.educomunicacion.es/arte_erotico/egipto_antiguo_arte_erotico.htm).
- Paret, Emilio Comas. «Breve historia de la pornografía». UNEAC, 18 de julio de 2017. <http://www.uneac.org/columnas/emilio-comas-paret/breve-historia-de-la-pornografia>.
- Paz, Octavio. *La llama doble*. Barcelona: Seix Barral, 1993.
- Peña Rivera, Lucía Fernanda. «El consumo de la pornografía en los adolescentes de 16 a 18 años del Colegio Juan de Salinas ubicado en Sangolquí cantón Rumiñahui en el periodo 2016-2017». UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR, 2018.
- Peña Sánchez, Edith Yesenia. «La pornografía y la globalización del sexo». *El Cotidiano*, n.º 174 (2012): 47-57.
- Perales, José Luis. *Tentación*, 1984.
- Pérez, Marino. *Las terapias de tercera generación como terapias contextuales*. Madrid: Editorial, 2014.
- Perry, Samuel L, y Cyrus Schleifer. «Till Porn Do Us Part? A Longitudinal Examination of Pornography Use and Divorce». *Journal of sex research* 55, n.º 3 (marzo de 2018): 284-96. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1317709>.
- Plato ático de figuras rosas*. Cerámica Griega. Museo de Nápoles. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/grecia\\_antigua\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/grecia_antigua_arte_erotico.htm).
- Pornhub. «2017 Year in Review – Pornhub Insights», 2018. <https://www.pornhub.com/insights/2017-year-in-review>.
- . «The 2019 Year in Review – Pornhub Insights», 2020. <https://www.pornhub.com/insights/2019-year-in-review>.
- Portada de película Garganta profunda*. Ilustración. Accedido 29 de agosto de 2021. <http://www.womensviewsonnews.org/2012/01/does-the-world-need-a-linda-lovelace-biopic-how-about-two/>.
- Portada de película Le couche de la mariee*. 1933. Ilustración. [https://www.cinema-francais.fr/les\\_films/films\\_l/films\\_lion\\_rogier/le\\_couche\\_de\\_la\\_mariee.htm](https://www.cinema-francais.fr/les_films/films_l/films_lion_rogier/le_couche_de_la_mariee.htm).
- Portada de revista La Perla*. Novela ilustrada. Accedido 29 de agosto de 2021. [https://educomunicacion.es/arte\\_erotico/siglo\\_XIX\\_obsesion\\_arte\\_erotico.htm](https://educomunicacion.es/arte_erotico/siglo_XIX_obsesion_arte_erotico.htm).

- Prada, Nancy Prada. «¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate». *La manzana de la discordia* 5, n.º 1 (2010): 7-26.
- Prause, Nicole, y James Pfaus. «Viewing Sexual Stimuli Associated with Greater Sexual Responsiveness, Not Erectile Dysfunction». *Sexual Medicine* 3, n.º 2 (junio de 2015): 90-98. <https://doi.org/10.1002/sm2.58>.
- Preciado, B. *Manifiesto contrasexual*. Traducido por J. Díaz y C. Meloni. Anagrama, 2011. <https://books.google.co.cr/books?id=DiFpzgAACAAJ>.
- Preciado, Paul B. «Mujeres en los márgenes». *El País*. 12 de enero de 2007, sec. Babelia. [https://elpais.com/diario/2007/01/13/babelia/1168648750\\_850215.html](https://elpais.com/diario/2007/01/13/babelia/1168648750_850215.html).
- Publímetro. «Dónde surgió y que significa la triple X del cine para adultos». Metro Ecuador. Accedido 27 de agosto de 2021. <https://www.metroecuador.com.ec/ec/entretenimiento/2016/03/18/surgio-que-significa-triple-x-cine-adultos.html>.
- Queraltó, Jenny Moix. «Las metáforas en la Psicología cognitivo-conductual». *Papeles del Psicólogo* 27, n.º 2 (2006): 116-22.
- Raich, Rosa. «Condicionamiento encubierto». En *Técnicas de modificación de conducta*, editado por Francisco Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Ramadurai, Charukesi. «Los imponentes templos dedicados al sexo en India». BBC News Mundo. Accedido 21 de junio de 2020. [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/10/151019\\_vert\\_tou\\_templossexo\\_india\\_yv](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2015/10/151019_vert_tou_templossexo_india_yv).
- Ramírez, Manuel Ibáñez. «Parafilias: Su intervención a través del recondicionamiento orgásmico y el control estimular. Estudio de casos clínicos». *Análisis y modificación de conducta* 23, n.º 89 (1997): 427-49.
- Redondo Alfaro, Dennis. «Rol del Profesional de Psicología en Atención Primaria de la Salud». *Wimb Lu* 8, n.º 1 (15 de mayo de 2013): 61-80.
- Redondo Alfaro, Dennis, Isaac Vargas Herrera, y Mariela Zúñiga Solís. «LA PERVERSIÓN». *Wimb Lu* 7, n.º 1 (2012): 119-74.
- Redondo, Dennis. «Recursos de legitimación en torno a prácticas encubiertas de dominación masculina en la sociedad costarricense. Subterfugios de una hegemonía en declive». *Revista Costarricense de Psicología* 38, n.º 2 (30 de diciembre de 2019): 125-48. <https://doi.org/10.22544/rcps.v38i02.02>.
- Restrepo O, Diego A., y Juan C. Jaramillo E. «Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública». *Revista Facultad Nacional de Salud Pública* 30, n.º 2 (agosto de 2012): 202-11.
- Ribes-Iñesta, Enrique. «El desligamiento funcional y la causalidad Aristotélica: un análisis teórico». *Acta Comportamental: Revista Latina de Análisis de Comportamiento* 23 (2015): 5-15.
- Rogers, Carl. *Psicoterapia centrada en el cliente*. Barcelona: Paidós, 1997.

- Rojo, Nieves. «Observación y autoobservación». En *Modificación de Conducta*, editado por Francisco Javier Labrador Encinas. Madrid: Pirámide, 2009.
- Román García, Óscar, Amaia Bacigalupe, y Cristina Vaamonde García. «[Sexual and reproductive health effects of mainstream pornography use in adolescents.]». *Revista española de salud pública* 95 (4 de agosto de 2021). <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=mdc&AN=34267175&lang=es&site=ehost-live>.
- Romeu, Vivian, Cynthia Cerón Hernández, y Maybel Piñón Lora. «¿Qué hacen los hombres con su cuerpo? Una exploración de los sistemas de significación y cognición en torno al cuerpo masculino en jóvenes universitarios en el DF.» *Razón y palabra*, n.º 92 (2016): 37-37.
- Rosen, R. C., S. R. Leiblum, y I. P. Spector. «Psychologically Based Treatment for Male Erectile Disorder: A Cognitive-Interpersonal Model». *Journal of Sex & Marital Therapy* 20 (1994): 67-85. <https://doi.org/10.1080/00926239408403419>.
- Ross, Michael W., Sven-Axel Månsson, y Kristian Daneback. «Prevalence, Severity, and Correlates of Problematic Sexual Internet Use in Swedish Men and Women». *Archives of Sexual Behavior* 41, n.º 2 (abril de 2012): 459-66. <https://doi.org/10.1007/s10508-011-9762-0>.
- Rubio Auriolas, Eusebio. *Antología de la sexualidad humana*. México D. F.: Porrúa, 1994.
- Salamanca, Alicia, y Cristian Giraldo. «Modelos cognitivos y cognitivo sociales en la prevención y promoción de la salud». *Revista Vanguardia Psicológica Clínica Teórica y Práctica* 2, n.º 2 (2011): 185-202.
- Salas Calvo, José Manuel. *Hombres que rompen mandatos. La prevención de la violencia*. San José, Costa Rica: Lara Segura & Asociados, 2005.
- Sánchez Chávez, Nora Patricia, Ulises Reyes Hernández, Diana Reyes Hernández, Armando Quero Hernández, Ulises Reyes Gómez, y Francisco Colón Cuesta. «Entorno de la consulta de pornografía y su repercusión en relación a la Sexualidad en un grupo de adolescentes masculinos.» *Boletín Clínico Hospital Infantil del Estado de Sonora* 24, n.º 1 (2007): 3-8.
- Sánchez Fernández, Carmen. *La invención del cuerpo: Arte y erotismo en el mundo clásico*. Edición: 1. Madrid: Siruela, 2015.
- Sánchez Zaldívar, Silvia, y Itziar Iruarrizaga Díez. «Nuevas Dimensiones, Nuevas adicciones: La Adicción al Sexo en Internet». *Psychosocial Intervention* 18, n.º 3 (diciembre de 2009): 255-68.
- SASH. «The Society for the Advancement of Sexual Health». Accedido 23 de junio de 2020. <https://www.sash.net/>.
- Schoenfeld, W. «J. R. Kantor's Objective Psychology of Grammar and Psychology and Logic: A retrospective appreciation.» *Journal of the Experimental Analysis of Behavior* 12 (1969): 329-47.

- Schunk, Dale H. *Teorías Del Aprendizaje. Una Perspectiva Educativa*. Edición: 6. México D.F.: PEARSON Education, 2012.
- Sefotho, Maximus. «LA CONTINGENCIA COMO CONCEPTO CLAVE EN EL CONDUCTISMO TRADICIONAL Y EL INTERCONDUCTISMO». *INTEGRACIÓN Educación y Desarrollo Psicológico* 14 (1 de enero de 2002).
- Segato, Rita Laura. *La guerra contra las mujeres*. Traficantes de Sueños, 2016.
- Seigfried-Spellar, Kathryn C., y Marcus K. Rogers. «Does Deviant Pornography Use Follow a Guttman-like Progression?» *Computers in Human Behavior* 29, n.º 5 (1 de septiembre de 2013): 1997-2003. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.018>.
- Símbolo paleolítico en forma de Vulva*. Pintura rupestre. Museo de Saint-Germain-en Laye, París. Accedido 27 de agosto de 2021. [https://es.m.wikipedia.org/wiki/Archivo:Vulve\\_stylis%C3%A9.JPG](https://es.m.wikipedia.org/wiki/Archivo:Vulve_stylis%C3%A9.JPG).
- Skinner, Burrhus. *Ciencia y conducta humana*. New York: Macmillan Company, 1953.
- . *Conducta verbal*. México D. F.: Trillas, 1953.
- . *Más allá de la libertad y la dignidad*. Barcelona: Fontanella, 1982.
- . *Sobre el conductismo*. Barcelona, España: Fontanella, 1974.
- Steve Robertson. *Understanding Men and Health: Masculinities, Identity and Well-Being*. Maidenhead, England: Open University Press, 2007. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=nlebk&AN=234286&lang=es&site=ehost-live>.
- Streeter, Rengifo. «La Pornografía en la obra de Andrea Dworkin: mujer y desconexión moral». *Revista humanidades* 8, n.º 2 (27 de junio de 2018): 1-34. <https://doi.org/10.15517/h.v8i2.33674>.
- Sun, Chyng, Ana Bridges, Jennifer A. Johnson, y Matthew B. Ezzell. «Pornography and the Male Sexual Script: An Analysis of Consumption and Sexual Relations». *Archives of Sexual Behavior* 45, n.º 4 (mayo de 2016): 983-94. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0391-2>.
- Taylor, Elisabeth. «Pornography as a Public Health Issue: Promoting Violence and Exploitation of Children, Youth, and Adults». *Dignity: A Journal on Sexual Exploitation and Violence* 3, n.º 2 (1 de mayo de 2018). <https://doi.org/10.23860/dignity.2018.03.02.08>.
- Tejada P, Matías. «Intervención psicoterapéutica cognitiva conductual grupal para disminuir la ansiedad relacionada a la adicción». Masters, Universidad de Panamá, 2017. <http://up-rid.up.ac.pa/1357/>.
- The Reward Circuit: How the Brain Responds to Marijuana*, 2016. <https://www.youtube.com/watch?v=s27f7Jzy2k0&t=41s>.
- Thorndike, E. L. «The law of effect». *The American Journal of Psychology* 39 (1927): 212-22. <https://doi.org/10.2307/1415413>.

- Tiranicidas*. a.c de 480d. C. Escultura. Museo de Nápoles. <https://www.historiadelarte.us/arte-y-erotismo/el-hombre/>.
- Titian. *Venus de Urbino*. 1538. Pintura. Titian and Sebastiano del Piombo. <https://www.tuttartpitturasculturapoesiamusica.com/2016/05/Titian-Tiziano.html>.
- Torneke, Niklas. *Una introducción a la Teoría del Marco relacional y sus aplicaciones clínicas*. Madrid, España.: Editorial Didacbook, 2016.
- TribunaMag. «Costa Rica's Porn Viewing Habits». TribunaMag.com. Accedido 21 de junio de 2020. <https://tribunamag.com/tribuna/2018/1/12/costa-rican-porn-viewing-habits>.
- Twohig, Michael P., y Jesse M. Crosby. «Acceptance and Commitment Therapy as a Treatment for Problematic Internet Pornography Viewing». *Behavior Therapy* 41, n.º 3 (1 de septiembre de 2010): 285-95. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2009.06.002>.
- Upper, Dennis, y Joseph Cautela. *Condicionamiento encubierto*. Bilbao: Descleé de Brouwer, 1983.
- Vallejo, M. «Guía de tratamientos psicológicos eficaces para el tratamiento obsesivo compulsivo». En *Guía de tratamientos psicológicos eficaces*. Madrid: Pirámide, 2010.
- Vallejo, Norma. «¿Drogadicción o drogadependencia?» *Revista Española de Drogadependencias* 43 (2018): 5-15.
- Velasco, A, y V Gil. «La adicción a la pornografía: causas y consecuencias.» *Drugs and addictive behavior*, 2017, 228-37.
- Venus de Willendorf*. s. f. Escultura. Museo de Viena. <https://diariosol.com/aparicion-primeras-obras-arte/>.
- Vine, Vera, y Amelia Aldao. «Impaired emotional clarity and psychopathology: A transdiagnostic deficit with symptom-specific pathways through emotion regulation». *Journal of Social and Clinical Psychology* 33 (2014): 319-42. <https://doi.org/10.1521/jscp.2014.33.4.319>.
- Whelan, Georgina, y Jac Brown. «Pornography Addiction: An Exploration of the Association Between Use, Perceived Addiction, Erectile Dysfunction, Premature (Early) Ejaculation, and Sexual Satisfaction in Males Aged 18-44 Years». *The journal of sexual medicine* 18, n.º 9 (septiembre de 2021): 1582-91. <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2021.06.014>.
- Williams, Linda. *Porn Studies*. Durham: Duke University Press, 2004.
- Wilson, Kelly, y Soriano Carmen. *Terapia de Aceptación y Compromiso. Un tratamiento conductual orientado a los valores*. Madrid: Pirámide, 2014.
- Wolfe, Janet, y Susan Walen. «Factores Cognitivos en la Conducta Sexual». En *Manual de Terapia racional emotiva*. Bilbao: Descleé de Brouwer, 1990.

- Wright, Paul J, y Robert S Tokunaga. «Men's Objectifying Media Consumption, Objectification of Women, and Attitudes Supportive of Violence Against Women». *Archives of sexual behavior* 45, n.º 4 (mayo de 2016): 955-64. <https://doi.org/10.1007/s10508-015-0644-8>.
- Wright, Paul J., Robert S. Tokunaga, y Ashley Kraus. «A Meta-Analysis of Pornography Consumption and Actual Acts of Sexual Aggression in General Population Studies: Pornography and Sexual Aggression». *Journal of Communication* 66, n.º 1 (febrero de 2016): 183-205. <https://doi.org/10.1111/jcom.12201>.
- Young, Jeffrey E., Janet S. Klosko, y Marjorie E. Weishaar. *Terapia de esquemas: Guía práctica*. Traducido por Jasone Aldekoa Arana. Bilbao, 2013.
- Zizek, Slavoj. *El acoso de las fantasías*. México D. F.: Siglo XXI, 1999.
- . *Pornografía, nostalgia, montaje: una tríada de la mirada*. Buenos Aires: Paidós, 2004.
- Zou, Zhiling, Huijun Wang, Federico d'Oleire Uquillas, Xiaomei Wang, Jianrui Ding, y Hong Chen. «Definition of Substance and Non-Substance Addiction». En *Substance and Non-Substance Addiction*, editado por Xiaochu Zhang, Jie Shi, y Ran Tao, 21-41. *Advances in Experimental Medicine and Biology*. Singapore: Springer, 2017. [https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1\\_2](https://doi.org/10.1007/978-981-10-5562-1_2).

# Anexos

ABORDAJE COGNITIVO CONDUCTUAL DEL CONSUMO ADICTIVO DE  
PORNOGRAFÍA

## 10. Anexos

### **Anexo 1: Lineamientos para la Adaptación de Pruebas según la International Commission Test**

- Contexto. Referido a la comprensión de que muchos de los constructos evaluados en psicología son dependientes de variables culturales y por tanto fácilmente susceptibles de sesgo ante la imposibilidad de equivalencia cultural.
- Desarrollo o adaptación de instrumentos. Plantea la necesidad de asegurar con fundamentación metodológica adecuada la adaptación misma, según la utilización en estudios transculturales, la equivalencia de test y de elementos y la validación para diferentes poblaciones.
- Administración. Se refiere a la construcción de normas relacionadas con instrucciones y condiciones contextuales que podrían afectar la equivalencia de los test.
- Interpretación. Comprende la consideración de las diferencias culturales en las normas de interpretación de un test.

(International Test Commission, 2010; Fernández Ballesteros & Calero, 2004)



## **Anexo 2: Consentimiento informado**

**UNIVERSIDAD DE COSTA RICA**

**SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO**

**MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA Y DE LA SALUD**

### **CONSENTIMIENTO INFORMADO**

**Proyecto:** Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía. Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem

Mi nombre es Dennis Redondo Alfaro, soy estudiante de la Maestría en Psicología Clínica y de la Salud del Sistema de Posgrados de la Universidad de Costa Rica y deseo realizar una práctica sobre el estado de ánimo en la gente.

### **PROPÓSITO DEL PROYECTO:**

Con este abordaje pretendo encontrar aspectos que se tornen de relevancia en el tratamiento de procesos vinculados al consumo de Pornografía en Hombres

### **¿QUÉ SE HARÁ?:**

El procedimiento consiste en participar de sesiones terapéuticas relacionadas con el abordaje de su relación con la pornografía y a lo largo de las mismas, ir disminuyendo dicho consumo. Se estima alrededor de 10 sesiones de terapia, semanales, de una hora a hora y media de duración cada una.

Los datos que se le soliciten se mantendrán en absoluta confidencialidad y todos serán manejados únicamente por mi persona. No se entregarán resultados a ninguna

persona acerca de lo que puntúe el cuestionario, ya que el mismo se manejará exclusivamente con fines investigativos. Al final del proceso, se revelarán los datos relacionados con la terapia de todos los participantes para fines académicos, pero nunca información sensible como su nombre o algún otro dato que le delate. Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica, pero de una manera anónima.

**RIESGOS:**

No está estipulado que el participar del tratamiento le conlleve alguna consecuencia a nivel físico, aunque es natural de cualquier proceso psicológico que se aborden como parte de la naturaleza del tratamiento aspectos de índole emocional que generen inclusive afectación en este nivel durante la sesión. Sin embargo, en caso de que alguna sesión le genere incomodidad extrema puede retirarse sin ningún compromiso.

**BENEFICIOS:**

Como resultado de su participación en este estudio, como beneficio directo usted podrá disminuir sus patrones de consumo de pornografía. Además, como beneficio indirecto, es posible que el investigador aprenda más acerca del fenómeno y su manejo clínico y este conocimiento beneficie a otras personas en el futuro.

No se debe preocupar por algún coste económico que puede tener el participar del tratamiento. Así mismo tampoco recibirá pago por su participación.

Siéntase con total libertad para preguntar sobre cualquier aspecto que le ayude a aclarar sus dudas al respecto. Antes de dar su autorización para este estudio es importante que hayan sido contestadas satisfactoriamente todas sus preguntas. Puede consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación a la Dirección de Regulación de Salud del Ministerio de Salud, al teléfono 22-57-20-90, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede

comunicarse a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201 o 2511-5839, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

En caso de disgustarle algún aspecto de las preguntas, usted puede abandonar el proceso en cualquier momento pudiendo informar o no, las razones de su decisión, la cual será respetada en su integridad. No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted, en caso de no colaborar.

### **CONSENTIMIENTO**

He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula, antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y éstas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar como participante en este estudio.

---

Nombre, cédula y firma del o la participante

Nombre, cédula y firma del Investigador que solicita el consentimiento

---

Fecha

### **Anexo 3: El Proyecto y el Covid 19**

#### **Propuesta de adaptación en caso de que se mantenga la emergencia de Covid 19 para el inicio del proyecto**

Dependiendo de las normas del Ministerio de Salud para el momento de arrancar el proyecto de graduación, la distancia de alrededor de dos metros dispuestos para evitar el contagio se respeta en el consultorio en que se atiende al consultante de forma presencial, situando los sillones a esa distancia. Además, se invertiría en máscaras plásticas para protección de tanto el consultante como del terapeuta, dichos accesorios se les solicitaría reutilizarlo en las próximas sesiones. Se estima unas 20 de estas caretas, una por participante que en total serían 10, quedando el resto de reserva. Antes de cada sesión la sala se desinfectaría con alcohol en aerosol. El Instituto Wem dispone de un lavatorio afuera instalado con el propósito de lavado y desinfección de manos, situación que se plantearía de acatamiento obligatorio.

De ser imposible lo presencial, al tratarse la mayoría del procedimiento de sesiones terapéuticas individuales, las mismas pueden ofrecerse por alguna plataforma de video llamada a cada participante, siendo que el autor del proyecto como terapeuta ya ha realizado varias sesiones de esta forma resultando las mismas con buen resultado. Instrumentos de uso necesario para el monitoreo de línea base, se compartirán con alguna forma por ejemplo correo electrónico o mensaje "WhatsApp". Los consentimientos se enviarían vía correo electrónico debidamente firmados. En caso de no poder firmarlos, deberá enviar un audio autorizando.

En el caso de las modalidades grupales que se plantean en el proyecto, como ventaja el Instituto Wem ya ha realizado por motivo de la pandemia sesiones con todos sus grupos vía "Zoom", situación ventajosa para el proyecto ya que la gran mayoría de participantes ya se encuentran familiarizados con la plataforma. El taller se ofrecería vía videollamada, facilitando inclusive la comodidad y no exposición de los participantes.

## **Anexo 4. Covid 19, confinamiento y consumo de Pornografía**

Diversos medios electrónicos de divulgación masiva han enfatizado el impacto de la coyuntura mundial vivida por la pandemia por Covid 19 y el consumo de pornografía. Ángelo Attanasio, enfatiza en dicho incremento, planteando incrementos de hasta 25% en tan solo las dos primeras semanas en que en España se declaró estado de alarma<sup>532</sup>. El periódico de La Nación comenta además sobre este incremento en la industria pornográfica, esto por las facilidades de acceso a dicho material y por el empate en cuanto a las condiciones de confinamiento en los cuales muchos se han expuesto<sup>533</sup>.

El autoaislamiento, el estrés por desempleo e incertidumbre son factores de los cuales la industria pornográfica mainstream ha salido ganando, multiplicando sus ganancias por concepto de vistas en sus respectivas plataformas de acceso. En el periódico Hispanidad, se comenta que muchas personas han reincidido en su conducta adictiva, algunos inclusive que ya habían dejado de consumir<sup>534</sup>.

La página web Pornhub plantea estadísticas con respecto al uso de usuarios con respecto al consumo durante este año. Es posible apreciar un incremento en las fechas después de la declaratoria de emergencia en la mayoría de los países a nivel mundial<sup>535</sup>:

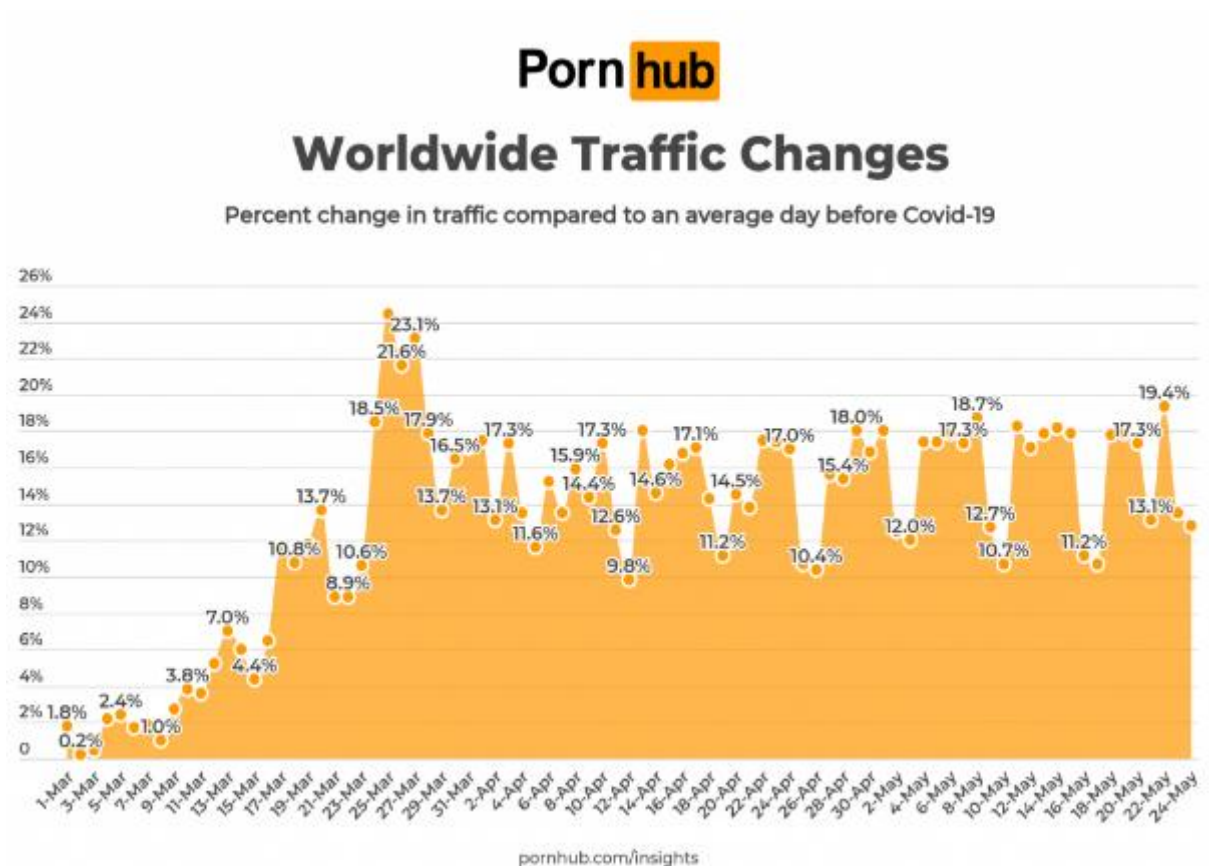
---

<sup>532</sup> Ángelo Attanasio, «El dramático incremento del consumo de pornografía infantil durante el confinamiento por el coronavirus», *BBC News Mundo*, 25 de abril de 2020, sec. Internacional, <https://www.bbc.com/mundo/noticias-internacional-52385436>.

<sup>533</sup> Jorge Arturo Mora, «Porno y coronavirus: ¿qué cambios ha provocado la pandemia en la industria?», *La Nación*, Grupo Nación, accedido 3 de julio de 2020, <https://www.nacion.com/revista-dominical/porno-y-coronavirus-que-cambios-ha-provocado-la/3EKZC66SRFBRDJM4OINHSTFL4I/story/>.

<sup>534</sup> «Los buitres de la pornografía aprovechan el coronavirus», *Hispanidad*, accedido 3 de julio de 2020, [https://www.hispanidad.com/confidencial/coronavirus-buitres-pornografia-covid-19\\_12017246\\_102.html](https://www.hispanidad.com/confidencial/coronavirus-buitres-pornografia-covid-19_12017246_102.html).

<sup>535</sup> «Coronavirus Insights – Pornhub Insights», accedido 3 de julio de 2020, <https://www.pornhub.com/insights/corona-virus>.



Mestre-Bach, Blycker y Potenza comentan a propósito de este incremento sobre los impactos que esto podría traer a la población que consume en cuanto a deterioro funcional, evitación emocional, disminución de la productividad y conformación de diferentes cuadros psicopatológicos; como también planteando las necesidades de mayor investigación sobre los patrones de uso podrían traer posterior a la pandemia<sup>536</sup>.

Este incremento justifica la necesidad de protocolos válidos que faciliten el abordaje terapéutico de este tipo de adicciones, en una era en que la informática se volverá cada vez más frecuente y donde el consumo adictivo de pornografía poseerá aún más facilidades de acceso.

<sup>536</sup> Mestre-Bach, Blycker, y Potenza, «Pornography Use in the Setting of the COVID-19 Pandemic».

## **Anexo 5: Guía de exploración clínica para conductas adictivas a la pornografía**

*(Adaptación Caballo y Salazar, 2005; Llavona, Carrasco y Carrasco, 1977)*

---

Primera Parte: Indagación General

### I. DATOS GENERALES

Nombre y apellidos completos: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Fecha y lugar de nacimiento: \_\_\_\_\_

Dirección:

\_\_\_\_\_

Tel. fijo: \_\_\_\_\_ Tel. móvil: \_\_\_\_\_ E-mail: \_\_\_\_\_

Ocupación: \_\_\_\_\_ Cédula: \_\_\_\_\_

¿Con quién está viviendo actualmente? \_\_\_\_\_

Estado civil: \_\_\_\_\_ ¿Desde cuándo? \_\_\_\_\_

En caso de emergencia:

Tel. \_\_\_\_\_ Nombre \_\_\_\_\_

### II. DATOS CLÍNICOS

#### **1. DELIMITACIÓN DE LA CONDUCTA PROBLEMA**

Describa con sus propias palabras el problema por el que ha venido (Consumo de pornografía)

## **2. IMPORTANCIA DEL PROBLEMA**

¿Cómo le afecta el problema? ¿En qué áreas de su vida?

¿Les afecta el problema a las personas que se relacionan con usted?

## **3. PARÁMETROS DE LA CONDUCTA PROBLEMA**

¿Cuántas veces sucede por semana/días?

Describa la vez que el consumo presentó más intensidad (la vez que fue más fuerte o que se sintió peor o que se preocupó más)



¿Cómo se sitúa ahora en relación con el tema de intensidad?

Cuanto tiempo calcula que le dedica al consumo de pornografía cuando aparece

#### **4. DETERMINANTES DE LA CONDUCTA PROBLEMA**

En qué tipo de situaciones o circunstancias ocurre el consumo

¿Qué está haciendo usted cuando ocurre?

¿Qué hace usted u otros después de que ocurre, o que cosas suceden posteriormente?

¿Qué se dice usted mientras consume?

#### **5. EVOLUCIÓN Y DESARROLLO**

¿Cuándo empezó a ser un problema lo que le ocurre?

El problema ¿se ha mantenido siempre igual o ha empeorado o mejorado?

¿Qué circunstancias hacen que el problema se agrave, disminuya o desaparezca?

¿A qué causas atribuye usted la aparición del problema?

### **6. EXPECTATIVAS Y OBJETIVOS**

¿Qué ha hecho usted hasta ahora para solucionar su problema?

¿Ha consultado previamente a alguien sobre su problema actual?

¿Qué tratamiento ha llevado o lleva?

¿Cuál ha sido (o fue) el efecto de este tratamiento?

¿Cómo se siente actualmente con su comportamiento? (¿su problema?)

XVII. DESCRIPCIÓN DEL COMPORTAMIENTO DEL PACIENTE DURANTE LA ENTREVISTA

	<b>Muy inadecuada</b>	<b>Poco adecuada</b>	<b>Normal</b>	<b>Bastante adecuada</b>	<b>Muy adecuada</b>
<b>Conducta general de interacción con el terapeuta</b>					
<b>Mirada/contacto ocular</b>					
<b>Expresión facial</b>					
<b>Sonrisas</b>					
<b>Latencia de respuesta</b>					
<b>Gestos</b>					
<b>Auto manipulaciones</b>					
<b>Postura corporal</b>					
<b>Orientación corporal</b>					
<b>Volumen de voz</b>					
<b>Entonación</b>					
<b>Fluidez del habla</b>					
<b>Tiempo de habla</b>					
<b>Pausas</b>					
<b>Sentido del humor</b>					

<b>Verbalizaciones auto derrotistas</b>					
<b>Verbalizaciones positivas</b>					
<b>Autorrevelación general</b>					
<b>Habilidad social general manifestada</b>					
<b>Ansiedad general manifestada</b>					
<b>Apariencia/attractivo físico presentados</b>					

## **Anexo 6: Entrevista semiestructurada de la historia de recurrencia a la pornografía**

1. ¿A qué edad inicia el consumo?
2. ¿En qué géneros?
3. ¿Con qué frecuencia consumía originalmente?
4. ¿Por qué motivos comenzó a consumir? (probar, pasarlo bien, algo prohibido, personas que le incitaban...)
5. ¿A qué edad y en qué sentido comenzó el consumo a ser un problema para usted?
6. ¿Coincide esto con algún acontecimiento en su vida?
7. ¿Cómo ha evolucionado el problema hasta ahora? (altibajos, períodos de no-consumo...)
8. ¿Ha tratado de eliminar el consumo? ¿Qué ha tratado de hacer?
9. ¿Ha recibido tratamiento alguna vez por este problema? En caso afirmativo, ¿cuál fue el resultado?
10. ¿Cómo ha repercutido este problema en la relación con:
  - a. su familia:
  - b. su pareja:
  - c. su trabajo:
  - d. sus estudios:
  - e. sus relaciones sociales:
  - f. sus actividades de ocio:
  - g. su economía:

## **Anexo 7: Circunstancias que ponen en marcha la conducta de consumo de pornografía**

Haga un listado de las circunstancias que puedan favorecer o aumentar su conducta de consumo de pornografía ordenándolas en intensidad de mayor a menor. Para ello utilice tanto estados emocionales (sentirse solo, aburrido, triste, enfadado, tenso...) como acontecimientos estresantes (problemas con su pareja, en su trabajo, con su familia...) y situaciones (pasar delante de un night-club o un bar, ver una persona atractiva o imaginarla, recibir un video en un grupo de red social)

<b>Estados emocionales</b>	<b>Acontecimientos estresantes</b>	<b>Situaciones</b>



**Anexo 9: Formato de Bitácoras**

Consultante

Sesión N.º

Fecha

Hora

---

Puntajes obtenidos (Línea base)

---

Fijación de orden del día

Objetivos del terapeuta:

Agenda del cliente:

---

Revisión de actualización (R.E.G.)



---

Aspectos destacados de la sesión:

---

Plan de acción, tareas:

---

Resultados

---

Sesiones futuras:

## Anexo 10: Cuestionario de evaluación de variables dependientes del consumo de pornografía

(versión para el paciente)

A continuación, encontrará algunas preguntas relacionadas con aspectos asociados al consumo de pornografía en la actualidad. Por favor lea cada una y señale o responda de la forma en que mejor se describe su conducta. En caso de presentar dudas con alguna de ellas, siéntase en la libertad de consultar al respecto. Responder este cuestionario le tomaría alrededor de 10 minutos.

1. ¿Con qué frecuencia consumo pornografía semanalmente?

Considero que esta frecuencia es:

Muy alta

Alta

Mediana

Poca

Nula

2. ¿Cuánto tiempo aproximado dedico al consumo semanalmente?

Considero que la cantidad de tiempo dedicado es

Muy grande

Grande

Mediana

Pequeña

Nula

3. ¿Tengo un tiempo reservado y/o planificado para el consumo?

Si

No

4. ¿He consumido alguna vez más tiempo de lo que tenía pensado?

Si

No

5. ¿Ha perdido alguna vez tiempo de trabajo o de clase debido a la necesidad de consumir pornografía?

Si

No

6. ¿En qué horario considera que hay mayor probabilidad de consumo?

---



---



---

7. ¿Hay algo que ocurra durante ese periodo de tiempo que pueda estar asociado al impulso de consumir?

---



---



---

8. Considero las ganas con las que pienso o planeo en consumir pornografía usualmente:

Muy intensas

Intensas

Algo intensas

Poco intensas

Nulas

9. Considero mi necesidad de recurrir a la pornografía:

Muy grande

Grande

Mediana

Pequeña

Nula

10. ¿Últimamente, cuándo culmino de ver pornografía, que sucede?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me siento relajado o con energías	Me siento igual, ya no tiene efecto	Me siento culpable o deprimido	Otra, _____ <span style="float: right;">especifique:</span> _____

11. ¿He intentado alguna vez dejar de consumir y no he sido capaz de ello?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Si	No

12. Anote los géneros o formas de pornografía que considera que consume con mayor frecuencia. No es necesario que rellene todos los espacios. Luego ordene cada uno de ellos de mayor a menor. Solamente coloque un numero a la par, siendo 1 el que más consume y consecutivamente.

- a. \_\_\_\_\_
- b. \_\_\_\_\_
- c. \_\_\_\_\_
- d. \_\_\_\_\_
- e. \_\_\_\_\_

13. Indique la fuente de procedencia usual del consumo de pornografía. En caso de ser varias, de igual forma ordene de la más relevante a la menos relevante escribiendo el número respectivo.

- a. Videos enviados por WhatsApp u otra red social
- b. Sitio en internet
- c. Videos descargados en computadora o smartphone
- d. Otro (especifique) \_\_\_\_\_

14. Si tiene algún comentario adicional sobre su consumo actual de pornografía puede realizarlo en este espacio:

---



---



---

## **Anexo 11: Traducción Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas**

Las siguientes páginas contienen una serie de afirmaciones sobre cómo las personas podrían pensar, sentirse o comportarse. Las afirmaciones se han diseñado para medir actitudes, creencias y comportamientos asociados con los roles de género masculinos tanto tradicionales como no tradicionales.

**Reflexionando sobre sus propias acciones, sentimientos y creencias**, por favor indique que tanto **su forma de ser coincide o no con cada una de las frases** encerrando en un círculo las siglas TD para “Totalmente en Desacuerdo”, D para “En Desacuerdo”, A para “De Acuerdo”, TA para “Totalmente de Acuerdo” a la izquierda de las frases. No existen respuestas correctas o incorrectas a las frases. Brinde las respuestas que mejor describan sus acciones personales, sentimientos y creencias. Es aconsejable que responda con la primera impresión que le genera cada pregunta.

1	Es mejor cuando mantengo mis emociones ocultas	TD	D	A	TA
2	En general, yo voy a hacer cualquier cosa para ganar	TD	D	A	TA
3	Si yo pudiera, cambiaría de pareja sexual con frecuencia	TD	D	A	TA
4	Si va a haber violencia, busco una manera de evitarla	TD	D	A	TA
5	Para mí es importante que la gente piense que soy heterosexual	TD	D	A	TA
6	Generalmente, siempre me salgo con la mía	TD	D	A	TA

<b>7</b>	Tratar de ser importante es la mayor pérdida de tiempo	TD	D	A	TA
<b>8</b>	A menudo estoy concentrado en mi trabajo	TD	D	A	TA
<b>9</b>	Solo estaré satisfecho cuando haya igualdad entre hombres y mujeres	TD	D	A	TA
<b>10</b>	Odio pedir ayuda	TD	D	A	TA
<b>11</b>	Tomar riesgos peligrosos me ayuda a probarme a mí mismo	TD	D	A	TA
<b>12</b>	En general, no gasto mucha energía tratando de ganar en cosas	TD	D	A	TA
<b>13</b>	Una conexión emocional con la pareja es la mejor parte del sexo	TD	D	A	TA
<b>14</b>	Debería aprovechar cada oportunidad para mostrar mis sentimientos.	TD	D	A	TA
<b>15</b>	Creo que nada justifica la violencia	TD	D	A	TA
<b>16</b>	Que crean que soy homosexual no es algo malo	TD	D	A	TA
<b>17</b>	En general, no me gustan las situaciones de riesgo	TD	D	A	TA
<b>18</b>	Debo ser “doña toda”	TD	D	A	TA
<b>19</b>	Es importante mostrar los sentimientos	TD	D	A	TA
<b>20</b>	Me siento miserable cuando el trabajo ocupa toda mi atención	TD	D	A	TA

---

<b>21</b>	Me siento mejor en mis relaciones con las mujeres cuando somos iguales	TD	D	A	TA
<b>22</b>	Ganar no es mi primera prioridad	TD	D	A	TA
<b>23</b>	Me aseguro de que la gente piense que soy heterosexual	TD	D	A	TA
<b>24</b>	Disfruto tomar riesgos	TD	D	A	TA
<b>25</b>	Me disgusta cualquier tipo de violencia	TD	D	A	TA
<b>26</b>	No me interesa llamar la atención	TD	D	A	TA
<b>27</b>	Me encanta explorar mis sentimientos con los demás.	TD	D	A	TA
<b>28</b>	Si pudiera tendría una cita con muchas personas diferentes	TD	D	A	TA
<b>29</b>	Pido ayuda cuando la necesito	TD	D	A	TA
<b>30</b>	El trabajo es la parte más importante de mi vida	TD	D	A	TA
<b>31</b>	El éxito no lo es todo, es lo único	TD	D	A	TA
<b>32</b>	Nunca tomo riesgos	TD	D	A	TA
<b>33</b>	Solo tendría sexo si estuviera en una relación seria	TD	D	A	TA
<b>34</b>	Me gusta pelear	TD	D	A	TA
<b>35</b>	Trato a las mujeres con igualdad	TD	D	A	TA
<b>36</b>	Demuestro mis sentimientos cuando hablo con los demás	TD	D	A	TA

---

<b>37</b>	Me molestaría que alguien pensara que soy gay	TD	D	A	TA
<b>38</b>	Solo me involucro sentimentalmente con una persona	TD	D	A	TA
<b>39</b>	No me afecta perder	TD	D	A	TA
<b>40</b>	Tomo riesgos	TD	D	A	TA
<b>41</b>	Nunca hago cosas para parecer una persona importante	TD	D	A	TA
<b>42</b>	No me molestaría en absoluto si alguien pensara que soy gay	TD	D	A	TA
<b>43</b>	Nunca comparto mis sentimientos	TD	D	A	TA
<b>44</b>	A veces es necesaria una acción violenta	TD	D	A	TA
<b>45</b>	Pedir ayuda es una señal de fracaso	TD	D	A	TA
<b>46</b>	En general, controlo a las mujeres en mi vida	TD	D	A	TA
<b>47</b>	Me sentiría bien si tuviera muchas parejas sexuales.	TD	D	A	TA
<b>48</b>	Es importante para mí ser exitoso	TD	D	A	TA
<b>49</b>	No me gusta darle toda mi atención al trabajo	TD	D	A	TA
<b>50</b>	Me siento incómodo cuando los demás me ven como alguien importante	TD	D	A	TA
<b>51</b>	Sería horrible si la gente pensara que soy gay	TD	D	A	TA
<b>52</b>	Me gusta hablar de mis sentimientos	TD	D	A	TA
<b>53</b>	Nunca pido ayuda	TD	D	A	TA



<b>54</b>	La mayoría de las veces, fracasar no me molesta	TD	D	A	TA
<b>55</b>	Es una tontería correr riesgos	TD	D	A	TA
<b>56</b>	El trabajo no es lo más importante de mi vida.	TD	D	A	TA
<b>57</b>	Los hombres y las mujeres deben respetarse como iguales	TD	D	A	TA
<b>58</b>	Las relaciones a largo plazo son mejores que los encuentros sexuales casuales	TD	D	A	TA
<b>59</b>	Tener estatus no es muy importante para mi	TD	D	A	TA
<b>60</b>	Me pongo con frecuencia en situaciones de riesgo	TD	D	A	TA
<b>61</b>	Las mujeres deben estar al servicio de los hombres	TD	D	A	TA
<b>62</b>	Estoy dispuesto a entrar en una pelea física si es necesario	TD	D	A	TA
<b>63</b>	Me gusta tener amistades gais	TD	D	A	TA
<b>64</b>	Me siento bien cuando el trabajo es mi prioridad	TD	D	A	TA
<b>65</b>	Tiendo a guardar mis sentimientos para mí	TD	D	A	TA
<b>66</b>	Los vínculos emocionales deben ser evitados al tener relaciones sexuales	TD	D	A	TA
<b>67</b>	Ganar no es importante para mi	TD	D	A	TA
<b>68</b>	La violencia casi nunca se justifica	TD	D	A	TA
<b>69</b>	Me siento cómodo al intentar salirme con la mía	TD	D	A	TA

<b>70</b>	Soy más feliz cuando me arriesgo al peligro	TD	D	A	TA
<b>71</b>	Los hombres no deberían tener poder sobre las mujeres	TD	D	A	TA
<b>72</b>	Sería agradable salir con más de una persona a la vez.	TD	D	A	TA
<b>73</b>	Me sentiría incómodo si alguien pensara que soy gay	TD	D	A	TA
<b>74</b>	No estoy avergonzado de pedir ayuda	TD	D	A	TA
<b>75</b>	La mejor sensación del mundo proviene de ganar	TD	D	A	TA
<b>76</b>	El trabajo es lo primero	TD	D	A	TA
<b>77</b>	Tiendo a compartir mis sentimientos	TD	D	A	TA
<b>78</b>	Me gusta involucrarme emocionalmente en una relación romántica	TD	D	A	TA
<b>79</b>	No importa cuál sea la situación, nunca actuaría violentamente	TD	D	A	TA
<b>80</b>	Si alguien pensara que soy gay, no discutiría con ellos al respecto.	TD	D	A	TA
<b>81</b>	Las cosas tienden a mejorar cuando los hombres están a cargo	TD	D	A	TA
<b>82</b>	Prefiero estar seguro y tener cuidado	TD	D	A	TA
<b>83</b>	Una persona no debe estar atada a salir con una sola persona	TD	D	A	TA

---

<b>84</b>	Tiendo a invertir mi energía en otras cosas además del trabajo.	TD	D	A	TA
<b>85</b>	Me molesta cuando tengo que pedir ayuda	TD	D	A	TA
<b>86</b>	Prefiero que los hombres estén a cargo de las mujeres	TD	D	A	TA
<b>87</b>	Se siente bien ser importante	TD	D	A	TA
<b>88</b>	Odio cuando la gente me pide que hable de mis sentimientos	TD	D	A	TA
<b>89</b>	Trabajo duro para ganar	TD	D	A	TA
<b>90</b>	Solo estaría satisfecho con el sexo si hubiera un vínculo emocional	TD	D	A	TA
<b>91</b>	Intento evitar que me perciban como gay	TD	D	A	TA
<b>92</b>	Odio cualquier tipo de riesgo	TD	D	A	TA
<b>93</b>	Prefiero controlar mis emociones	TD	D	A	TA
<b>94</b>	Me aseguro de que la gente haga lo que digo	TD	D	A	TA

---

## **Anexo 12: Formulario de análisis topográfico sesiones de grupo**

### **Bienvenida al taller: "Hombres que consumen"**

Cordial saludo,

Como parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem; del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica; se realiza una práctica relacionada con el consumo de pornografía en hombres. Como parte de las acciones de esta, se propone este taller, el cual se enfoca en reflexionar acerca de las implicaciones que conllevan el consumo de pornografía. Con el objetivo de obtener información valiosa que ayude al proyecto se solicita llenar el presente formulario, con algunas preguntas que se manejarán de forma absolutamente confidencial sobre la forma en que tal vez usted consuma pornografía. Responder este cuestionario le tomaría entre 5 y 10 minutos.

### **Consentimiento informado**

#### **PROPÓSITO DEL PROYECTO:**

Se pretende encontrar aspectos que se tornen de relevancia en el tratamiento de procesos vinculados al consumo de pornografía en hombres.

#### **¿QUÉ SE HARÁ?:**

El procedimiento consiste en participar de sesiones educativas relacionadas con el abordaje y reflexión de la pornografía. Se estima alrededor de 6 horas de taller.

Los datos que se le soliciten se mantendrán en absoluta confidencialidad y todos serán manejados únicamente por el investigador. Al final del proceso, se revelarán los datos de todos los participantes para fines académicos, pero nunca información sensible como su nombre o algún otro dato que le delate. Su participación en este estudio es confidencial, los resultados podrían aparecer en una publicación científica o ser divulgados en una reunión científica, pero de una manera anónima.

#### **RIESGOS:**

No está estipulado que el participar le conlleve alguna consecuencia a nivel físico, aunque es natural de cualquier proceso psicológico que se aborden como parte de la naturaleza del tratamiento aspectos de índole emocional que generen inclusive afectación en este nivel durante la sesión. Sin embargo, en caso de que alguna sesión le genere incomodidad extrema puede retirarse sin ningún compromiso.

**BENEFICIOS:**

Como resultado de su participación en este estudio, como beneficio directo usted podrá controlar sus patrones de consumo de pornografía. Además, como beneficio indirecto, es posible que el investigador aprenda más acerca del fenómeno y su manejo clínico y este conocimiento beneficie a otras personas en el futuro.

**COSTOS:**

No se debe preocupar por algún coste económico que puede tener el participar del tratamiento. Así mismo tampoco recibirá pago por su participación.

**CONSIDERACIONES FINALES**

Siéntase con total libertad para preguntar sobre cualquier aspecto que le ayude a aclarar sus dudas al respecto. Antes de dar su autorización para este estudio es importante que hayan sido contestadas satisfactoriamente todas sus preguntas. Puede consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación a la Dirección de Regulación de Salud del Ministerio de Salud, al teléfono 22-57-20-90, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m. Cualquier consulta adicional puede comunicarse a la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201 o 2511-5839, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

En caso de disgustarle algún aspecto de la terapia, usted puede abandonar el proceso en cualquier momento pudiendo informar o no, las razones de su decisión, la cual será respetada en su integridad. No habrá ninguna consecuencia desfavorable para usted, en caso de no colaborar. En caso de dudas se puede contactar al investigador:

Dennis Redondo Alfaro

[dnnnis@hotmail.com](mailto:dnnnis@hotmail.com)

**CONSENTIMIENTO:** He leído o se me ha leído, toda la información descrita en esta fórmula. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, accedo a participar en este estudio, autorizando el uso y la divulgación de mi información para los propósitos descritos anteriormente, a sabiendas de que no se me consultará por información personal que pueda identificarme públicamente.

**Datos Socio demográficos**

Las siguientes preguntas están relacionadas con sus datos socio demográficos

¿Qué edad tiene? \*

- a) Menos de 18 años
- b) Entre 19 y 25 años
- c) Entre 26 y 35 años
- d) Entre 36 y 50 años
- e) Entre 51 y 65 años
- f) Mas de 66 años

¿Cuál es su estado civil actualmente? \*

- a) Soltero sin pareja
- b) Soltero en una relación de pareja
- c) En una relación de convivencia (Unión libre o casado)
- d) Separado o divorciado

Nivel académico \*

- a) Escuela incompleta
- b) Escuela completa
- c) Secundaria incompleta
- d) Secundaria completa
- e) Educación técnica
- f) Educación universitaria incompleta
- g) Educación universitaria completa

Situación laboral con respecto al contexto de la pandemia \*

- a) No hubo afectación económica
- b) Hubo una reducción significativa de los ingresos (reducción de jornada, por ejemplo)
- c) Del todo no percibe ingresos (suspensión temporal, por ejemplo)

¿Cuántas sesiones tiene de asistir al instituto Wem?

- a) Entre 1 y 10
- b) Entre 11 y 25
- c) Entre 26 y 44
- d) Entre 45 y 100

e) Mas de 100

### **Cuestionario evaluación de consumo de pornografía en hombres**

A continuación, encontrará algunas preguntas relacionadas con aspectos asociados al consumo de pornografía en la actualidad. Por favor lea cada una y señale o responda de la forma en que mejor se describe su conducta. En caso de presentar dudas con alguna de ellas, siéntase en la libertad de consultar al respecto.

¿Con qué frecuencia consume pornografía? \*

- a) No consumo del todo
- b) 1 vez semanal
- c) Varias veces por semana
- d) Una vez diaria
- e) Más de una vez diaria

Considera que esta frecuencia es: \*

- f) Muy alta
- g) Alta
- h) Normal
- i) Poca
- j) Nula

¿Cuánto tiempo aproximado dedica al consumo semanalmente? \*

Considera que la cantidad de tiempo dedicado es: \*

- a) Muy alta
- b) Alta
- c) Normal
- d) Poca
- e) Nula

¿Tiene un tiempo reservado y/o planificado para el consumo? \*

- a) Sí

b) No

¿Ha consumido alguna vez más tiempo de lo que tenía pensado? \*

a) Sí

b) No

¿Ha perdido alguna vez tiempo productivo (de trabajo, clases, con su familia o seres queridos) debido a la necesidad de consumir pornografía? \*

a) Sí

b) No

6. ¿En qué horario considera que usted tiene mayor probabilidad de consumo?

a) Mañanas

b) Tardes

c) Noches

¿Hay algo que ocurra durante ese periodo de tiempo que pueda estar asociado al impulso de consumir?

Considera las ganas con las que piensa o planea en consumir pornografía usualmente: \*

a) Muy intensas

b) Intensas

c) Algo intensas

d) Poco intensas

e) Nulas

¿Últimamente, cuándo culmina de ver pornografía, que sucede? \*

a) Se siente relajado o con energías

b) Se siente igual, ya no tiene efecto

c) Se siente culpable o deprimido

d) Otros:

¿Ha intentado alguna vez dejar de consumir y no ha sido capaz de ello? \*

a) Si



b) No

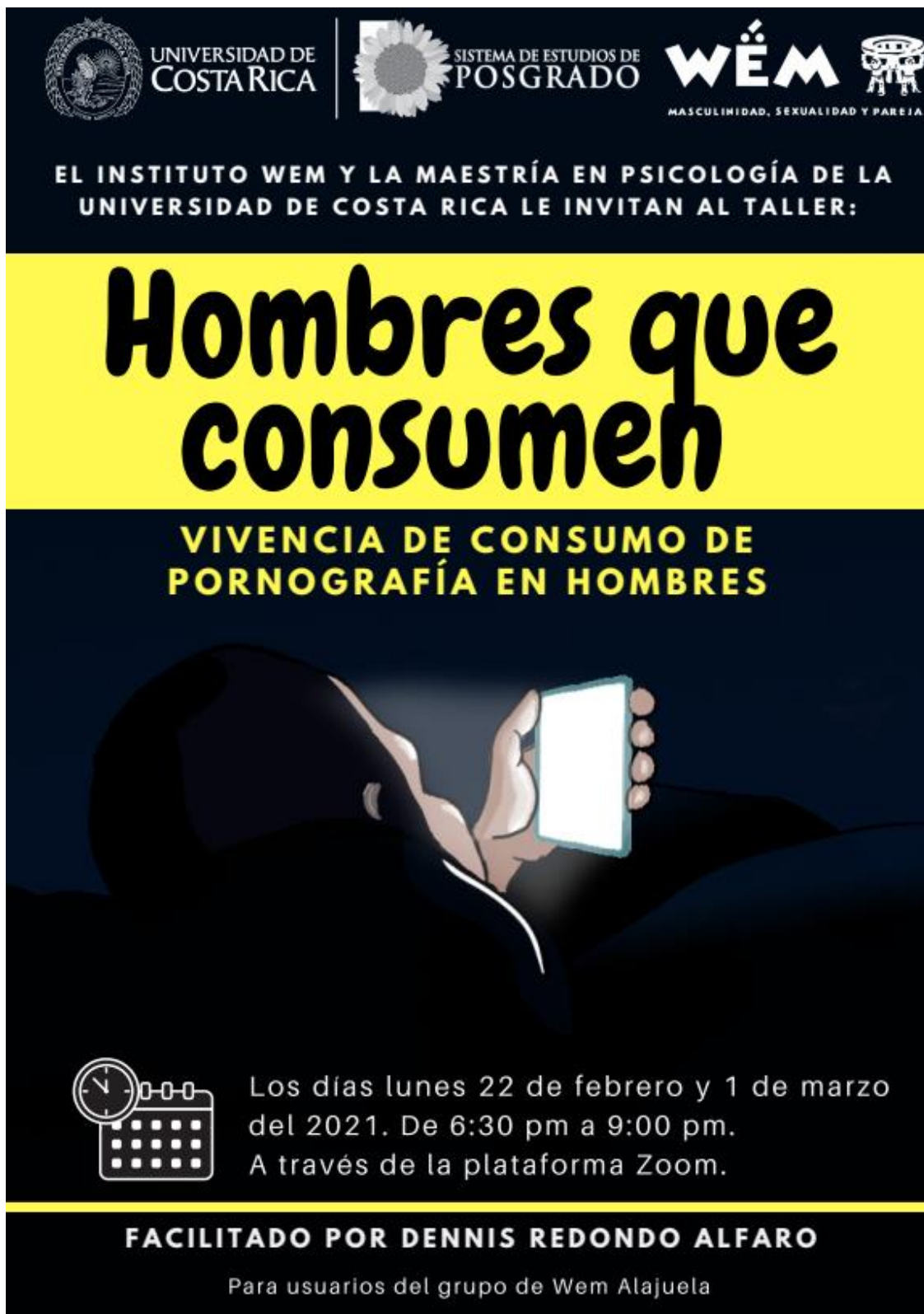
Indique la fuente de procedencia usual del consumo de pornografía.


- a) Videos enviados por WhatsApp u otra red social
- b) Sitio en internet
- c) Videos descargados en computadora o smartphone


Si tiene algún comentario adicional sobre su consumo actual de pornografía puede realizarlo en este espacio



Muchísimas Gracias por su participación

## Anexo 13: Afiche de Invitación a Taller




 UNIVERSIDAD DE COSTA RICA



 SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO

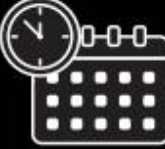

**WEM**

  
MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

EL INSTITUTO WEM Y LA MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD DE COSTA RICA LE INVITAN AL TALLER:

# Hombres que consumen

**VIVENCIA DE CONSUMO DE PORNOGRAFÍA EN HOMBRES**




 Los días lunes 22 de febrero y 1 de marzo del 2021. De 6:30 pm a 9:00 pm.  
 A través de la plataforma Zoom.

**FACILITADO POR DENNIS REDONDO ALFARO**

Para usuarios del grupo de Wem Alajuela



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO

WEM

MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA



# Taller: Hombres que consumen

## VIVENCIA DEL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA EN HOMBRES

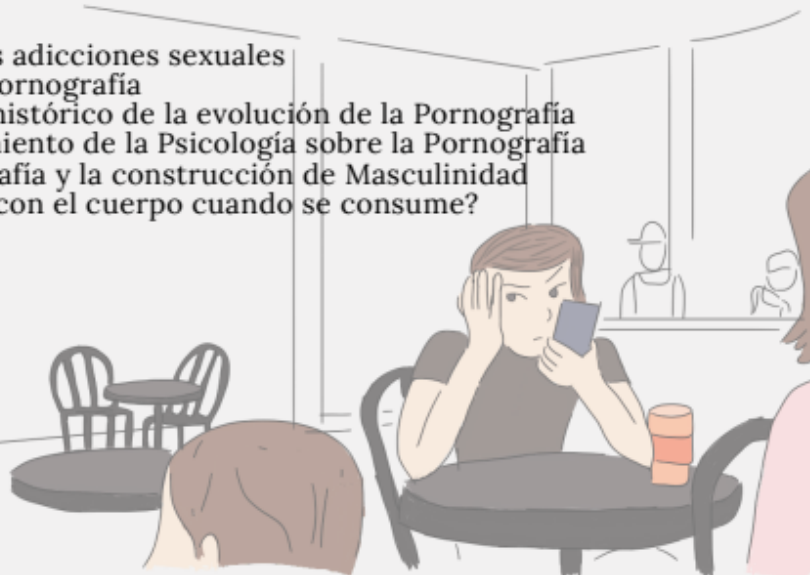
### DESCRIPCIÓN DEL TALLER

La incorporación de la tecnología en la vida cotidiana repercute en muchas áreas y una de ellas es la sexualidad, conformándose nuevas formas de relación de las personas con su cuerpo. El consumo abusivo de pornografía, como manifestación de una sexualidad compulsiva traen a colación, consecuencias en la vida de las personas, siendo en muchos casos difícil manejarlo por el propio individuo.

Este taller de 2 sesiones se enfoca en reflexionar acerca de las implicaciones que conllevan el consumo de pornografía. Se enmarca como parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem; del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica.

### CONTENIDOS

- Que son las adicciones sexuales
- Que es la pornografía
- Recorrido histórico de la evolución de la Pornografía
- Posicionamiento de la Psicología sobre la Pornografía
- La pornografía y la construcción de Masculinidad
- ¿Qué pasa con el cuerpo cuando se consume?



## **Anexo 14: Guion utilizado en el video “Hombres que consumen. Recurrencia adictiva a la pornografía”**

### **Introducción.**

Muchos hombres recurren a la pornografía como una alternativa de disfrute sexual. Algunos manejan el consumo adecuadamente, a otros se les complica. En este video analizaremos como la recurrencia a la pornografía puede o no volverse problemática, su impacto a nivel biopsicosocial y qué podría ayudar en cuanto al abordaje de un posible consumo adictivo.

Podemos plantear a la pornografía como la distribución gráfica de material erótico con el objetivo de propiciar estimulación sexual de la persona que observa. En buena teoría esto no tendría por qué tener repercusiones negativas, no obstante, las principales formas de producción de material pornográfico de hoy día tienden a adecuarse más a visiones sobre la sexualidad de corte machista, donde se posiciona a la violencia de género como algo permitido.

El ejercicio de la sexualidad debe estar siempre orientado al crecimiento personal, la práctica disfrute y ejercicio de esta debe ser libre. No se trata de desmeritar el consumo de pornografía y plantearlo como algo indebido por sí mismo, más bien se pretende con los elementos necesarios revisar de qué forma el mismo consumo puede estar afectando la vida propia o la de los demás, sí ayuda en la propia línea de crecimiento o la entorpece.

### **La Pornografía hoy día**

Actualmente, el contenido pornográfico se puede presentar a través de gran variedad de formas mediadas por la tecnología, ya sea a través de imágenes en movimiento o gifs, videos, audios, material escrito, pinturas y demás. Presenta diversos niveles de intensidad:

- Softcore o pornografía blanda. Las escenas de sexo no se muestran de forma explícita. En el cine y la televisión, en particular, no incluye primeros planos

de genitales (masculinos ni femeninos) y tampoco muestra en detalle penetraciones y felaciones.

- Mediumcore o pornografía convencional. Los cuerpos se enseñan en la totalidad en posturas más o menos provocativas. Puede haber actos sexuales como penetraciones, pero los mismos no se muestran de forma explícita. Muchas escenas suelen tener un alto contenido artístico.
- Hardcore o pornografía dura. Incluye penetración explícita, prácticas y actos sexuales gráficos y directos. Es posible ver todo tipo de prácticas sexuales dentro de este género. Esta pornografía dura es la más comúnmente conocida y notablemente la más consumida del mercado. Incluye Violencia y degradación de la mujer, fomenta patrones machistas.

La puesta en escena de una mujer sumisa y objetivizada, tiende a reducir a la sexualidad utilizando criterios de dominio masculino absoluto, subyugación femenina, invasión y posesión no consensuada del cuerpo y por ende permisividad de violencia. En algunas ocasiones el uso de pornografía deja de ser un pasatiempo más y se puede convertir en un fenómeno adictivo que afecta la vida desde diversas áreas.

Actualmente, el contenido pornográfico se puede presentar a través de gran variedad de formas mediadas por la tecnología, ya sea a través de imágenes en movimiento o gifs, videos, audios, material escrito, pinturas y demás. La pornografía se distribuye de forma virtual con el uso de la Internet y redes sociales o medios electrónicos dedicados a ello. En cuanto a los videos, la diversidad ha llegado a ser inmensa, desde producciones profesionales en grandes estudios, caricaturas, comics, anime y manga a través de gran variedad de subgéneros propios; hasta por las producciones aficionadas hechas de forma casera con algún smartphone personal. La industria de la pornografía también está presente con la evolución de la tecnología, a través de video juegos o realidad virtual. Por último, una plataforma que ha incrementado la presencia de contenido pornográfico es WhatsApp. El mismo se puede difundir por medio de videos, imágenes o gifs.

**¿Cómo puede convertirse el consumo de pornografía en algo problemático?**

primero que todo, es importante describir cómo funciona el placer. Cuando realizamos algo que nos gusta, el cerebro produce distintas sustancias, entre ellas la dopamina que, cuando se libera, buscaremos repetir el comportamiento una y otra vez y así liberar cada vez más dopamina, a esto se le conoce como circuito de recompensas, lo placentero lo activa. El consumir pornografía es una conducta que, de resultar placentera, hará que se produzca dopamina como premio, aumentando las posibilidades de que se repita la acción en un momento futuro. Cuando un individuo mira pornografía de forma compulsiva y crónica se produce una liberación continua de dopamina. La diferencia con practicar sexo es que la pornografía produce una “inundación” de dopamina.

Ante el exceso de dicha sustancia, la próxima vez que se vea pornografía se liberará cada vez menos, por lo que el sujeto buscará exponerse a dosis más intensas, frecuentes y duraderas. Esto ocasiona que los individuos necesiten ver contenidos cada vez más explícitos y gráficos. Es posible plantear que el consumo de pornografía evoluciona, identificando estos tres momentos:

- **Uso:** Consumo episódico relativo. Consumo que no produce consecuencias, o que al menos el individuo no las aprecia como negativas. Es posible plantearlo como una recurrencia episódica, se trataría de sucesos breves y aislados. Este grupo si bien es cierto consume, no lo hace desde la afectación psicosocial, eso sí, podría evolucionar de no tomarse las revisiones correctas a una siguiente etapa.
- **Abuso:** Consumo excesivo habitual. Este grupo ya presenta al menos de forma consciente para cada individuo algún grado de afectación y, por tanto, la persona se siente en desacuerdo con su conducta. Se trata de un uso continuado, a pesar de la afectación consciente. Ya en este momento es necesario trabajar en el consumo mismo para que no solamente no evolucione, sino que se revierta ya sea a la etapa anterior o del todo no se consuma si así lo desea la persona.

- Dependencia: consumo adictivo. Además del consumo excesivo y consecuencias negativas existe exclusividad sexual al material pornográfico, este grupo consume no desde el placer sino desde la evitación de la ansiedad. Además, presentar alguno de los siguientes tres criterios: dedicación de horas semanales al consumo; recurrencia al consumo, a pesar de ya haber intentado dejarlo previamente; consecuencias negativas directamente relacionadas con el uso compulsivo de la pornografía que afecten la salud física, económica y social. Llegará un momento en que el consumo se vuelva parafílico: esto significa que la excitación sexual solo se dará con el consumo de pornografía con una intensidad alta. También, como cualquier otra adicción, cuando no se consume por algún tiempo puede haber síndrome de abstinencia, una necesidad ansiosa por consumir, similar a la desesperación, que puede llevar a conductas impulsivas.

A manera de análisis, se puede desprender que la adicción puede fundamentarse si la conducta de consumo provoca disfunción conllevando a un malestar significativo en alguna de las áreas de la vida. Es decir, no es el consumo meramente lo que va a plantear si es problemático, sino el que escapa del control desde lugares inadecuados, en momentos no apropiados y en una frecuencia excedida y no deseada.

### **Elementos de apoyo al regular el consumo**

Como se ha afirmado, no se trata de plantear al consumo de pornografía como algo indeseable sino más bien que el mismo sea un consumo pensado, consciente y controlado. Es relevante ante todo reflexionar sobre los aspectos que están mediando en el consumo mismo. Cada persona tiene motivaciones distintas. Algunos consumen porque consideran que no es perjudicial, en ocasiones por su deseo de encajar socialmente con normas de aprobación masculinas. Algunas otras personas consumirán por sus dificultades a nivel personal en cuanto a sus necesidades de vinculación afectiva. Muchos hombres consumen debido a que en su vida cotidiana atraviesan diferentes situaciones problemáticas que les generan malestar. La ansiedad genera un impacto a nivel fisiológico, activando mecanismos

orientados al estrés. El consumir pornografía es un alivio a dicha ansiedad, ya que al acompañarse de masturbación automáticamente genera relajación a nivel fisiológico. Es relevante en este caso reflexionar a nivel personal sobre dichas situaciones y resolverlas. La pornografía genera un alivio provisional de las tensiones diarias debido a su carácter placentero, sin embargo, no resuelve los problemas de fondo.

En todo caso, de forma general las estrategias que mejor funcionarían son las siguientes:

- Técnicas de relajación. Involucran la desactivación de la activación de tensión, producto de las tensiones diarias. Dedicar unos minutos a la relajación disminuye este estado contante de malestar y tensión. Las estrategias de relajación van desde la respiración lenta y pausada hasta estrategias de meditación más complejas.
- Planificación de actividades gratificantes. Una baja frecuencia de actividades gratificantes en la rutina de cada persona incide en la vulnerabilidad al recurso de la pornografía como elemento de apoyo y generador de gratificación. Contar con un abanico variado de recursos personales incrementa el bienestar percibido y disminuye la propensión a la pornografía.
- Aumento de agenda social. De igual forma, aumenta la sensación de sentirse ocupado, en ocasiones la generación de metas personales a través de proyectos en grupos sociales aumenta la sensación de sentido de vida. El contacto humano inclusive facilita la formación de vínculos afectivos, funcionando como un factor protector en el desarrollo de una sexualidad integral. La sexualidad que brinda la pornografía de corte mainstream brinda de una imagen de la sexualidad centrada en lo coital.
- Adopción de estilos de vida saludables. La práctica de ejercicio físico, la adopción de hobbies y pasatiempos influyen en el estado en general. Si la recurrencia a la pornografía se debe en parte a un malestar generalizado con la vida y facilitan la distracción de este, adoptar posturas y practicas saludables ante la vida incrementa el bienestar en general.



- Control de estímulos. Disminuir todos aquellos precipitantes que involucran la posibilidad de consumo. Estímulos precipitadores en la habitación, grupos de WhatsApp, accesos directos en internet, videos y material en general.
- Revisión de producciones de pornografía alternativas. Hoy día existen propuestas distintas a las usuales como las de corte feminista, donde se presentan personas que producen material con libre consentimiento, sin guiones preestablecidos, sin influencias de visiones degradantes de las mujeres e incluso desde una óptica de diversidad sexual. Además, no se trata de cuerpos sesgados desde el estereotipo habitual. La Pornografía feminista se sustenta como una alternativa actual que pretende que la sexualidad y la emotividad se entrelacen; creando escenas pornográficas igualitarias y producción de imágenes fuera de los roles y cánones machistas.

Algunas personas que consumen pornografía han reportado conductas de tipo dependientes con el tiempo, por lo cual en los últimos años se menciona al consumo de esta como con potencialidad para generar adicción.

Lejos de plantear a la pornografía como algo indebido, más bien se busca una reflexión pensada sobre su consumo mismo. No existen parámetros claros sobre hasta qué punto el uso se vuelve problemático, sin embargo, cuando el consumir se escapa del control, es momento de iniciar un proceso de regulación de la conducta misma, de modo que se plantee sobre la frecuencia y duración, decisión basada en las características de cada persona y que no influya con su vida misma.

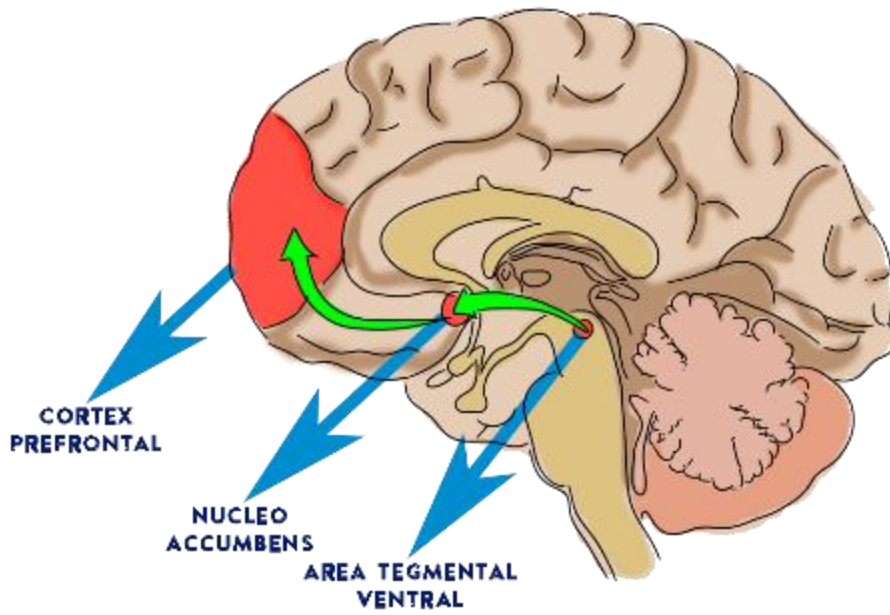
En caso de que la disminución y regulación de esta se dificulte, es recomendada la consideración de un proceso psicoterapéutico que posibilite el manejo adecuado no solo del consumo de pornografía misma sino también de todas las conductas relacionadas.

Algunos screenshot del video:



**Anexo15: Ilustraciones utilizadas en el proyecto**







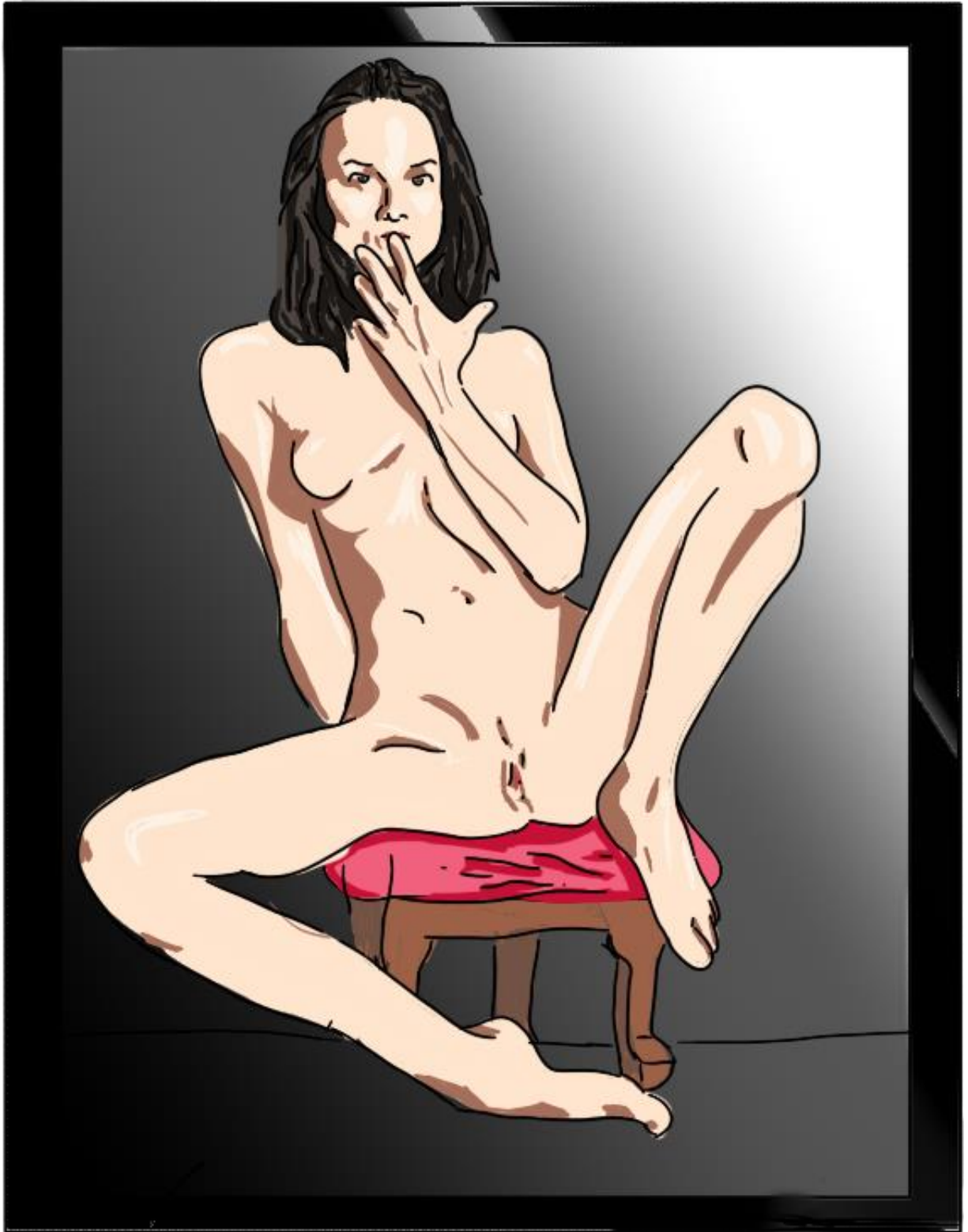














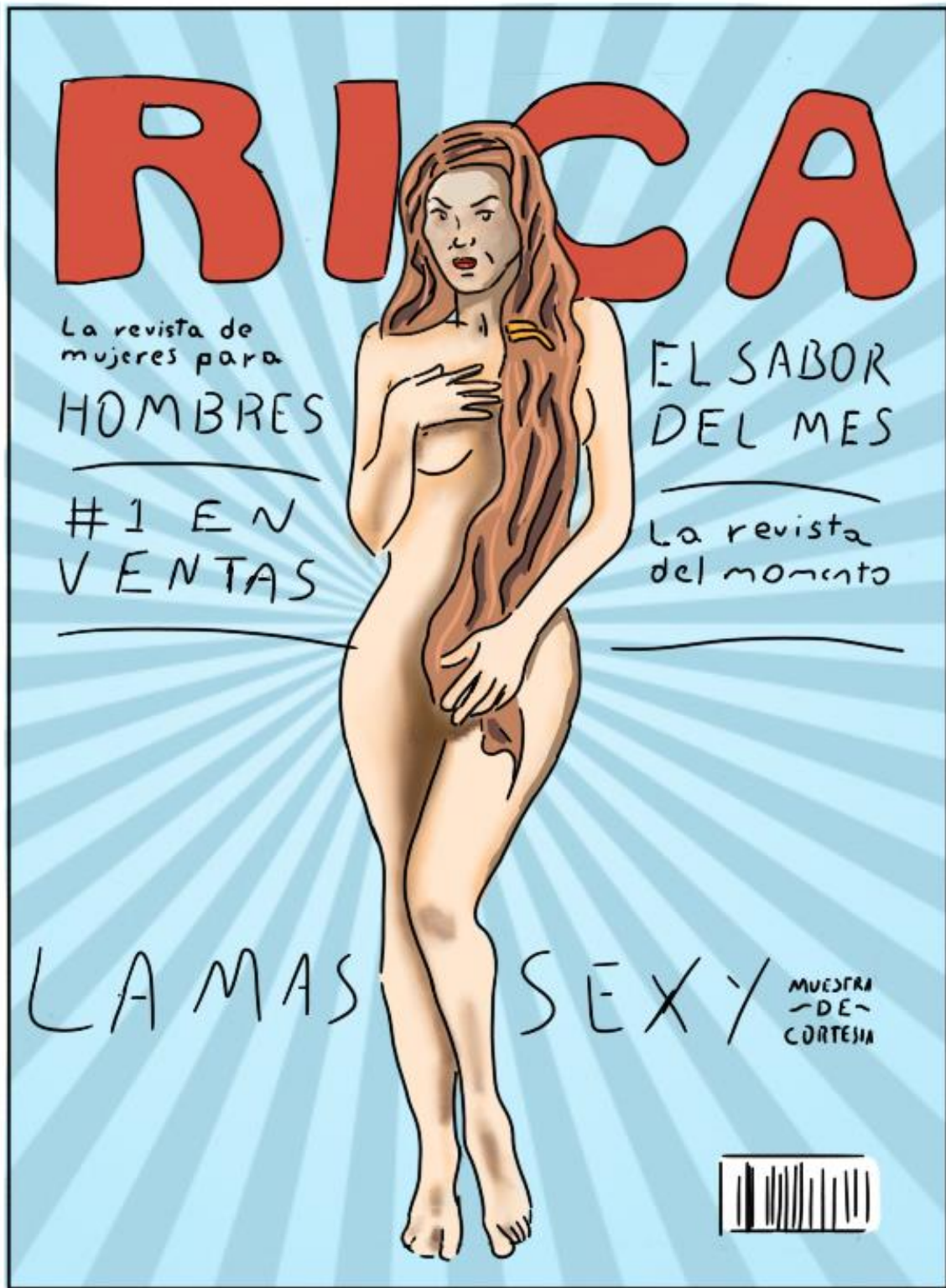














**Anexo 16: Fascículo 1. Hombres que Consumen**

# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres



**Tomo 1: Afectación al consumir pornografía.  
¿Uno al año hace daño?**



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO

**WEM**



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

Esta guía es un capítulo de la serie de fascículos: “Hombres que consumen” como parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem; del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005*.

#### #1. ¿Uno al año hace daño?

Afectación al consumir pornografía

Hombres que consumen. Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres.

2020© Programa de Postgrado en Psicología.

Universidad de Costa Rica.

Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.

Este fascículo se publica bajo una licencia Creative Commons BY-NC-SA, significa que se permite el uso educativo del material, así como su libre distribución pero reconociendo la autoría y no con finalidad comercial



# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres

Tomo 1: ¿Uno al año hace daño?  
Afectación al consumir pornografía.



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

## ¿Qué es la pornografía?

Para fines de esta serie de fascículos, se planteará a la pornografía como la distribución gráfica de lo sexual, por lo general en masa o pretendiendo llegar a masas, con el objetivo de la estimulación sexual retomando para dicha definición la acotación de Figari en que en lo pornográfico existe una intencionalidad de comercialización del sexo como tal (Figari, 2008). Es decir, que la pornografía se busca excitar a quien observa presentando a lo sexual de forma explícita.

Hablar de pornografía involucra también hablar de erotismo. Zizek comentará que, en el caso de la pornografía, el interés radica en la representación explícita de lo sexual con la intención de excitar a través de la revelación, no oculta nada, lo ofrece todo a la vista (Zizek, 2004). En el erotismo se puede excitar sin mostrar, es más artístico. La pornografía tiende a ser obligatoriamente explícita. Para Octavio Paz, el erotismo "es sexualidad socializada y transfigurada por la imaginación. Tiene una infinita variedad de formas de manifestación, es invención, variación incesante" (Paz, 1993). Desde este punto de vista, la pornografía deja de ser erótica cuando reproduce entonces un mismo esquema, que por lo general es la que siempre ocurre: la

trama lineal de la erección -penetración- eyaculación. La industria pornográfica usa de forma repetitiva esta misma trama en la producción audiovisual.

Figari (2008) comenta que la palabra pornografía, etimológicamente deriva de grafía, es decir una representación gráfica de una fantasía ligada a lo porno. A su vez, porno deriva del griego pornai (prostituta) y pornoi (prostituto), aludiendo entonces a la prostitución, siendo practicada por hombres o mujeres, pero a la usanza de la Grecia Clásica, con una clientela mayoritariamente masculina. De modo que, siguiendo a Figari:

Si lo analizamos con detenimiento aquí tenemos casi todos los trazos característicos de lo pornográfico: representación textual (grafía), mediada por un vínculo no-íntimo y erótico (prostitución), para la satisfacción esencialmente masculina, no exenta de dominación (esclavitud)

Haciendo esta división entre pornografía versus erotismo, hay otro concepto que es necesario plantear y es cuando la sexualidad sobrepasa su función recreativa y asume tintes de violencia. Si bien es cierto, la pornografía como industria se implanta bajo el precepto de la libertad en la expresión sexual como derecho,

las principales formas de producción de material pornográfico se adecuan más a visiones sobre la sexualidad patriarcales. El sexismo pretendido en la construcción de pornografía, posiciona a la violencia de género como algo permitido. La puesta en escena de una mujer sumisa y objetivizada, al tanto del deseomasculino, ideal patriarcal, por cierto, está presente en el material pornográfico de mayor difusión, el mainstream (Gimeno, 2012).

La trama argumental de dicho estilo pornográfico es sencilla: como se mencionó anteriormente una reducción de la sexualidad a un seguimiento lineal de erección-penetración-eyacuación sin variaciones, utilizando criterios de dominio masculino absoluto, subyugación femenina, invasión y posesión no consentida del cuerpo y por ende, permisividad de la Violencia.

Esto va en contra de la propuesta de encuentro libre y constructivo del erotismo. De modo que, la pornografía puede ser erótica como también

obscena, desde la primera cuando consumimos desde una postura de derechos humanos; desde la segunda cuando existen componentes destructivos de la sexualidad: adicción, deslegitimación hacia las personas, emociones negativas asociadas, y demás elementos de violencia.

Este continuo sutil, indistinguible y manoseado entre lo erótico y lo obsceno, ha sido toscamente retomado por el cine porno ideando la clasificación del contenido en una X, mostrando contenido ligero y frecuentemente denominado erótico. El XX incluyendo desnudos completos, más difundido en revistas. Y finalmente el XXX, conteniendo sexo explícito y en ocasiones rayando en la degradación por lo general misógina y androcéntrica de lo femenino. El fenómeno será más complejo que dicha clasificación si tomamos en cuenta la gran complejidad con que lo pornográfico se presenta cada vez más.





## La Pornografía hoy día

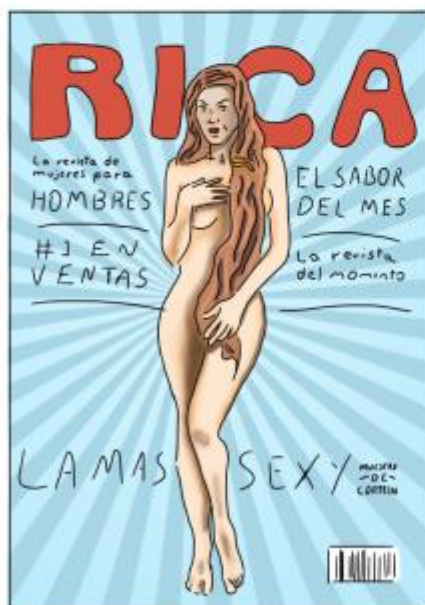
Actualmente, el contenido pornográfico se puede presentar a través de gran variedad de formas mediadas por la tecnología, ya sea a través de imágenes en movimiento o gifs, videos, audios, material escrito, pinturas y demás. Presenta diversos niveles de intensidad:

### **Softcore o pornografía blanda.**

Las escenas de sexo no se muestran de forma explícita. En el cine y la televisión, en particular, no incluye primeros planos de genitales (masculinos ni femeninos) y tampoco muestra en detalle penetraciones y felaciones.

### **Mediumcore o pornografía convencional.**

Los cuerpos se enseñan en la totalidad en posturas más o menos provocativas. Puede haber actos sexuales como penetraciones, pero los mismos no se muestran de forma explícita. Muchas escenas suelen tener un alto contenido artístico.



**Hardcore o pornografía dura.**

Incluye penetración explícita, prácticas y actos sexuales gráficos y directos. Es posible ver todo tipo de prácticas sexuales dentro de este género. La pornografía dura es la más comúnmente conocida y notablemente la más consumida del mercado. Incluye Violencia y degradación de la mujer, fomenta patrones machistas.

La pornografía se distribuye de forma virtual con el uso de la Internet y redes sociales o medios electrónicos dedicados a ello. En cuanto a los videos,

la diversidad ha llegado a ser inmensa, desde producciones profesionales en grandes estudios, caricaturas, comics, anime y manga a través de gran variedad de subgéneros propios; hasta por las producciones amateur hechas de forma casera con algún smartphone personal. La industria de la pornografía también esta presente con la evolución de la tecnología, a través de video juegos o realidad virtual. Por último, una plataforma que ha incrementado la presencia de contenido pornográfico es Whats App.



## ¿Es buena o mala la Pornografía?

Esta serie de fascículos pretende considerar algunas situaciones que suceden cuando se consume pornografía y aportar algunos elementos importantes para quienes quieran regularlo. El uso de ella a veces deja de ser un pasatiempo más y se puede convertir en un fenómeno adictivo, que afecta la vida desde diversas áreas. El exceso puede llegar inclusive a modificar la relación que se tiene con las personas, descuidando actividades sociales importantes, influir en la puntualidad y rendimiento con el trabajo, en algunas personas incluso afectar su estado emocional y desde luego, cuando el consumo es excesivo, volver en algunos casos la masturbación hiriente.

En momentos de mucha intensidad en cuanto al consumo, algunas personas se ven tentadas a avanzar hacia géneros de pornografía con los cuales no se hubiesen sentido bien en un inicio, como pornografía infantil, gore, con animales o demás variantes que explícitamente contienen elementos de violencia.

Otras personas, se ven tentadas a buscar llevar las prácticas a la realidad, siendo más proclives de caer en otras adicciones, recurriendo a prácticas de pago por sexo

como ejemplo.

El ejercicio de la sexualidad debe estar siempre orientado al crecimiento personal, la práctica, disfrute y ejercicio de la misma debe ser libre, siempre y cuando no afecte los derechos humanos de las personas, ni tampoco a nivel personal en las áreas mencionadas. Hay



algunas ocasiones en que el consumo de pornografía compromete dicho crecimiento personal, de modo que en este manual se mencionarán algunos factores, además de algunas estrategias que pueden funcionar para vivir mejor la sexualidad.



Se mencionarán a ciertos autores que de forma científica plantean algunos argumentos al respecto. Las referencias de dichos textos o artículos se incluirán al final por si el lector gustara investigar más.

La opinión hacia la Pornografía como fenómeno, es muy variada en la sociedad. Algunos sectores la acusarán como nociva, otros defendiendo su difusión

de forma tímida, otros de forma abierta. La posición en este manual es esta: no se trata de desmeritar al consumo de pornografía y plantearlo como algo indebido por sí mismo, más bien se pretende con los elementos necesarios revisar de que forma el mismo consumo puede estar afectando la vida propia o la de los demás, si ayuda en mi propia línea de crecimiento o la entorpece.



## Bibliografía

- Figari, C. E. (2008). Placeres a la carta: Consumo de pornografía y constitución de géneros. *La Ventana*, 170-204.
- Gimeno, B. (2012). *La prostitución: Aportaciones para un debate abierto*. Bellaterra.
- Paz, O. (1993). *La llama doble*. Seix Barral.
- Zizek, S. (2004). *Pornografía, nostalgia, montaje: Una tríada de la mirada*. Paidós.

# HOMBRES QUE CONSUMEN

Cuadernillos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres

Tomo 1: Afectación al consumir pornografía. ¿Uno al año hace daño?

La serie de fascículos: "Hombres que consumen" forma parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem. Como Trabajo final de investigación del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005*.

2020© Programa de Postgrado en Psicología. Universidad de Costa Rica. Se permite el uso educativo del material, pero no su reproducción comercial.

Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO

WEM



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

**Anexo 17: Fascículo 2. Hombres que consumen**

# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres



**Tomo 2: Cuando la pornografía se me  
escapa de las manos**



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

Esta guía es un capítulo de la serie de fascículos: “Hombres que consumen” como parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem; del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005*.

## #2. Cuando la pornografía se me escapa de las manos

Hombres que consumen. Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres.

2020© Programa de Postgrado en Psicología.  
Universidad de Costa Rica.  
Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.

Este fascículo se publica bajo una licencia Creative Commons BY-NC-SA, significa que se permite el uso educativo del material, así como su libre distribución pero reconociendo la autoría y no con finalidad comercial



# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres

Tomo 2: Cuando la pornografía se me  
escapa de las manos



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

## ¿Como consumir pornografía puede volverse problemático?

Primero que todo, como ya se comentó en el fascículo anterior, cuando involucra elementos de violencia dentro de la misma. Al reproducir dichos videos, indirectamente se apoya a los dueños de las páginas de distribución pornográfica por la cantidad de reproducciones, fomentando más la promoción de ese tipo de contenido que resulta más visto.

Tal como menciona Prada, la exposición a los patrones de videos pornográficos tradicionales aumenta la posibilidad de asimilar una visión de la mujer alejada de la realidad (Prada, 2010). Mujeres que por lo general cumplen con cánones

sociales muy propios dentro de la construcción social de belleza. De modo que al interactuar con mujeres "reales" surge como inmediata la tendencia a la comparación, generando frustración en el hombre. Para Kafka y Hennen, el consumo excesivo de pornografía como cualquier adicción, puede comenzar a afectar las relaciones y estilos de vida de las personas (Kafka & Hennen, 1999). Una de las consecuencias usuales es la disrupción del vínculo de pareja. La pornografía no es igual a la vida real. Eso hace que quien consume se imagine y quiera ejercitar practicas que en realidad no son tal cual.



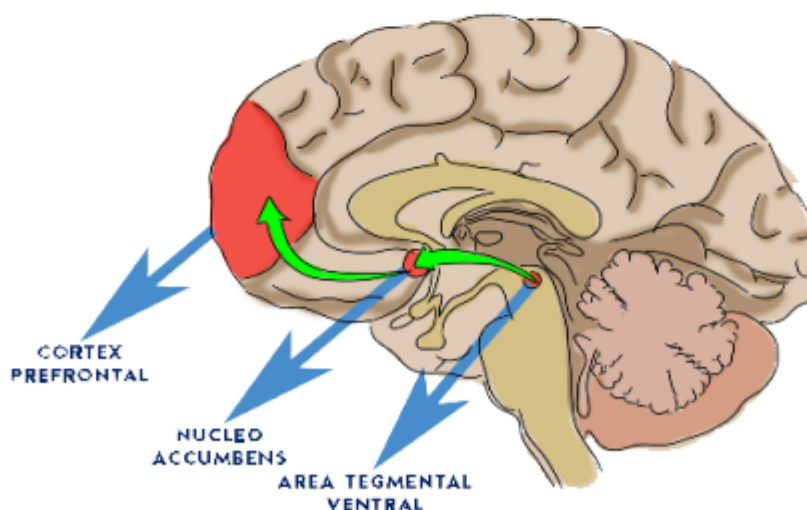
## Impacto fisiológico del consumo recurrente

Para hablar del impacto fisiológico, primero que todo, es importante describir como funciona el placer. Cuando realizamos algo que nos gusta, el cerebro produce distintas sustancias, entre ellas la dopamina que, cuando se libera, buscaremos repetir el comportamiento una y otra vez y así liberar cada vez más dopamina, a esto se le conoce como circuito de recompensas, lo placentero lo activa.

El consumir pornografía es una conducta que, de resultar placentera, hará que se produzca dopamina como premio, aumentando las posibilidades de que se

repita la acción en un momento futuro. Cuando un individuo mira pornografía de forma compulsiva y crónica se produce una liberación continua de dopamina. La diferencia con practicar sexo es que la pornografía produce una "inundación" de dopamina.

Ante el exceso de dicha sustancia, la próxima vez que se vea pornografía se liberará cada vez menos, por lo que el sujeto buscará exponerse a dosis más intensas, frecuentes y duraderas. Esto ocasiona que los individuos necesiten ver contenidos cada vez más explícitos y gráficos (Doidge, 2008).





# Evolucion del Consumo a lo largo del tiempo

Es posible plantear que el consumo de pornografía evoluciona, identificando estos tres momentos:

## Consumo episódico relativo

Es un consumo que no produce consecuencias, o que al menos el individuo no las aprecia como negativas.

Es posible plantearlo como una recurrencia episódica, se trataría de sucesos breves y aislados. Las personas ubicadas en este grupo si bien es cierto consumen, no lo hacen desde la afectación psicosocial, eso sí, podría evolucionar de no tomarse las previsiones correctas a una siguiente etapa.



## Consumo excesivo habitual

Este grupo ya presenta al menos de forma consciente para cada individuo algún grado de afectación y, por tanto, la persona se siente en desacuerdo con su conducta. Se trata de un uso continuado, a pesar de la afectación consciente. Ya en este momento es necesario trabajar en el consumo mismo para que no solamente no evolucione, sino que se revierta ya sea a la etapa anterior o del todo no se consuma si así lo desea la persona.







## Consumo adictivo dependiente

Existe exclusividad sexual al material pornográfico, se consume no desde el placer sino desde la evitación de la ansiedad. Se presenta alguno de los siguientes tres criterios: dedicación de horas semanales al consumo; recurrencia al consumo, a pesar de ya haber intentado dejarlo previamente; consecuencias negativas directamente relacionadas con el uso compulsivo de la pornografía que afecten la salud física, económica y social. Llegará un momento en que el consumo se vuelva parafilico: esto significa que la excitación sexual solo se

dará con el consumo de pornografía con una intensidad alta. También, como cualquier otra adicción, cuando no se consume por algún tiempo puede haber síndrome de abstinencia, una necesidad ansiosa por consumir, similar a la desesperación, que puede llevar a conductas impulsivas.

### Reflexione en torno a las siguientes preguntas:

1. ¿Prefiero ver pornografía antes que tener sexo con mi pareja?
2. ¿Prefiero ver pornografía a salir con mi pareja o amigos?
3. ¿Experimento problemas si quiero pasar un día entero sin ver pornografía?
4. ¿Poco a poco he ido sacrificando mis actividades recreativas habituales por el consumo de pornografía?
5. ¿El contenido pornográfico que busco cada vez tiene que ser más intenso?
6. ¿Veo pornografía incluso en los lugares que puede ser un problema como el trabajo, en casas de amigos o sitios públicos?

## Consecuencias a la Salud en los Hombres

Las conductas sexuales compulsivas también traen consecuencias hacia la Salud de los hombres. Según Prause y Pfaus diversos estudios han revelado que hombres que sufren adicción a la pornografía por lo general presentan dificultades en cuanto al rendimiento y erección con sus parejas reales, pero no con la exposición a la pornografía (Prause & Pfaus, 2015).

Para Hernández y Arango, las mismas son fuente de malestar que van desde lesiones genitales hasta deterioro psicosocial. Como se comentaba anteriormente al igual que cualquier adicción, produce dependencia, ocasionando que la misma ocasione consecuencias en el sujeto

(Hernández Serrano & Arango de Montis, 2008). También presenta relación con otras adicciones sexuales, siendo más proclive el individuo a la promiscuidad sexual y al pago por sexo, ocasionando el riesgo de contagio por infecciones de transmisión sexual. Muchos adictos que también son masturbadores compulsivos también participan en otras formas de comportamiento sexual adictivo. Por ejemplo, juegos sexuales virtuales, sesiones de masturbación mutua con cámara web, sexo casual y/o anónimo (en línea o en persona), clubes de striptease y prostitución.

Es necesario revisar a nivel individual si la



## Reflexión Final

afectación a influido en al menos tres puntos, tal como lo propone la Sociedad Americana de Medicina con respecto a los siguientes criterios:

1. Preocupación hasta el punto de obsesión con las imágenes sexuales. Se suele pasar horas por semana buscando y viendo pornografía.
2. Pérdida de control sobre el uso de la pornografía. Los adictos a la pornografía a menudo intentan abandonar o limitar el uso de la pornografía, pero sin éxito. Pueden detenerse por un día o dos. También suelen descartar toda su colección y detener las suscripciones en línea, solo para volver rápidamente a ellas.

3. Consecuencias negativas directamente relacionadas con el uso compulsivo de la pornografía, a nivel laboral, social, en la salud física y demás(SASH, s/f).

Amaneradeanálisis, sepuededesprender que la adicción puede fundamentarse si la conducta de consumo provoca disfunción conllevando a un malestar significativo en alguna de las áreas de la vida. Es decir, no es el consumo meramente lo que va a plantear si es problemático, sino el que escapa del control desde lugares inadecuados, en momentos no apropiados y en una frecuencia excedida y no deseada.

## Bibliografía

- Doidge, N. (2008). *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (Edición: Reprint). PENGUIN GROUP.
- Kafka, M. P., & Hennen, J. (1999). The paraphilia-related disorders: An empirical investigation of nonparaphilic hypersexuality disorders in outpatient males. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 25(4), 305–319. <https://doi.org/10.1080/00926239908404008>
- Prada, N. P. (2010). ¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate. *La manzana de la discordia*, 5(1), 7–26.
- Prause, N., & Pfaus, J. (2015). Viewing Sexual Stimuli Associated with Greater Sexual Responsiveness, Not Erectile Dysfunction. *Sexual Medicine*, 3(2), 90–98. <https://doi.org/10.1002/sm2.58>
- SASH. (s/f). The Society for the Advancement of Sexual Health. Recuperado el 23 de junio de 2020, de <https://www.sash.net/>

# HOMBRES QUE CONSUMEN

Cuadernillos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres

Tomo 2: Cuando la Pornografía se sale de control

La serie de fascículos: "Hombres que consumen" forma parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem. Como Trabajo final de investigación del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005*.

2020© Programa de Postgrado en Psicología. Universidad de Costa Rica. Se permite el uso educativo del material, pero no su reproducción comercial.

Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



**Anexo 18: Fascículo 3. Hombres que Consumen.**

# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres



Tomo 3: ¿Cómo me puedo ayudar?



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

Esta guía es un capítulo de la serie de fascículos: “Hombres que consumen” como parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem; del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005*.

### #3. ¿Cómo me puedo ayudar?

Hombres que consumen. Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres.

2020© Programa de Postgrado en Psicología.  
Universidad de Costa Rica.  
Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.

Este fascículo se publica bajo una licencia Creative Commons BY-NC-SA, significa que se permite el uso educativo del material, así como su libre distribución pero reconociendo la autoría y no con finalidad comercial





# HOMBRES QUE CONSUMEN

Fascículos reflexivos relacionados a la vivencia de  
consumo de pornografía en hombres

Tomo 3: ¿Como me puedo ayudar?



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

## Antes que nada, conoce la causa de tu consumo

Como se ha afirmado, no se trata de plantear al consumo de pornografía como algo indeseable sino más bien que el mismo sea un consumo pensado, consciente y controlado. Primero que todo es relevante definir el perfil de consumo y ubicarse en el mismo, en torno al modelo brindado anteriormente (Uso, abuso, dependencia). En el caso necesario, es menester buscar ayuda profesional. Para ello es relevante ante todo reflexionar sobre los aspectos que están mediando, pues cada persona tiene motivaciones distintas. Se puede catalogar las motivaciones de consumo de esta forma:

### 1. Personas que consumen por dificultades en su vida cotidiana.

Muchos hombres consumen debido a que en su vida cotidiana atraviesan diferentes situaciones problemáticas que les generan malestar. Es relevante en este caso reflexionar a nivel personal sobre dichas situaciones y resolverlas. La pornografía genera un alivio provisional de las tensiones diarias debido a su carácter placentero, sin embargo, no resuelve los problemas de fondo. Además, también el consumo se va a presentar cuando existen dificultades para insertarse en estilos de vida saludables, hobbies y pasatiempos.





## 2. Personas que consumen pornografía como forma de manejar su ansiedad

Este tipo de personas son proclives a reaccionar con ansiedad ante la vida cotidiana, trayendo a colación sensaciones de tensión y estrés constante. El consumir pornografía también es un alivio, en este caso de la ansiedad ya que al acompañarse de masturbación automáticamente genera relajación a nivel fisiológico. En este caso es necesario abordar distintas estrategias alternativas para el manejo de la ansiedad como el uso constante de técnicas de relajación, y una revisión de las situaciones que generan tensión. La practica de estilos de vida saludables también es recomendable como ejercicio físico.



## 3. Personas que consumen pornografía a razón de devaluación personal.

Este tipo de personas tienen dificultades a nivel personal en cuanto a la vinculación afectiva. Esto por una tendencia a la autodevaluación, así como al menosprecio. Presentan patrones de autoestima inadecuados que les hace no confiar en sí mismos. El consumo de pornografía es un sustituto de las relaciones de pareja que asume no puede tener. La inserción en grupos sociales es relevante en este caso, aumentando la interacción social. No se trata de encontrar pareja sexual, sino de abordar las temáticas relacionadas con el pobre autoconcepto en su imagen personal. El abordaje de una rutina de vida balanceada entre la actividad social e individual es clave.



## Algunas recomendaciones



### Técnicas de relajación

Involucran la desactivación de la activación de tensión, producto de las tensiones diarias. Dedicar unos minutos a la relajación disminuye este estado constante de malestar y tensión. Las estrategias de relajación van desde la respiración lenta y pausada hasta estrategias de meditación más complejas

### Planificación de actividades gratificantes

Una baja frecuencia de actividades gratificantes en la rutina de cada persona incide en la vulnerabilidad al recurso de la pornografía como elemento de apoyo y generador de gratificación. Contar con un abanico variado de recursos personales incrementa el bienestar percibido y disminuye la propensión a la pornografía.

Dichas actividades deben tener tres características: ser placenteras, voluntarias y contribuir al crecimiento personal. Incluso a veces se consume debido a que la cantidad de actividades reforzantes son pocas, de modo que es necesario aumentarlas.



### Control de estímulos.

Con estímulo se definen todas aquellas situaciones precipitantes que involucran la posibilidad de consumo.

Estímulos precipitadores en la habitación, grupos de WhatsApp, accesos directos en internet, videos y material en general. Desde esta perspectiva, será necesario alejarse de todo aquello que recuerde la necesidad de consumo.

## Aumento de agenda social

De igual forma, aumenta la sensación de sentirse ocupado, en ocasiones la generación de metas personales a través de proyectos en grupos sociales aumenta la sensación de sentido de vida. El contacto humano inclusive facilita la formación de vínculos afectivos, funcionando como un factor protector en el desarrollo de una sexualidad integral.



## Adopción de estilos de vida saludables.

La practica de ejercicio físico, la adopción de hobbies y pasatiempos influyen en el estado en general. Si la recurrencia a la pornografía se debe en parte a un malestar generalizado con la vida, adoptar posturas y practicas saludables incrementa el bienestar en general.

## Conclusiones

La difusión de material con contenido erótico es un hecho usual en smartphones. La facilidad con que los mismos pueden ser accedidos aumentan la posibilidad de un consumo que si bien podría ser problemático, no está claro si patológico. Algunas personas que consumen pornografía han reportado conductas de tipo dependientes con el tiempo, por lo cual en los últimos años se menciona al consumo de la misma como con potencialidad para generar adicción.

Lejos de plantear a la pornografía como algo indebido, mas bien se busca una reflexión pensada sobre su consumo mismo. No existen parámetros claros sobre hasta que punto el uso se vuelve problemático, sin embargo, cuando el consumir se escapa del control, es momento de iniciar un proceso de regulación de la conducta misma, de modo que se plantee sobre la frecuencia y duración, decisión basada en las características de cada persona y que no influya con su vida misma.

En caso de que la disminución y regulación de la misma se dificulte, es recomendada la consideración de un proceso psicoterapéutico que posibilite el manejo adecuado tanto de pornografía misma sino también de todas las conductas relacionadas.

Hoy día existen propuestas distintas a las usuales como las de corte feminista, donde se presentan personas que producen material con libre consentimiento, sin guiones preestablecidos, sin influencias de visiones degradantes de las mujeres e incluso desde una óptica de diversidad sexual. Además, no se trata de cuerpos sesgados desde el estereotipo habitual. La Pornografía feminista se sustenta como una alternativa actual que pretende que la sexualidad y la emotividad se entrelacen; creando escenas pornográficas igualitarias y producción de imágenes fuera de los roles y cánones machistas.

El uso y abuso de pornografía suele estar mediatizado por estándares de machismo. De modo que, desde una perspectiva de disfrute de la sexualidad integral, la pornografía con elementos machistas recrea mas bien una vision de mundo reduccionista que limita el ejercicio de los sexual a meramente lo placentero fisiologicamente, y viendo a las demas personas como objetos de consumo. Disfrutar la sexualidad va mas allá de ello, consiste tambien en encontrar un espacio de crecimiento personal desde la libertad, posibilitando a su vez, el crecimiento de la otra persona. Ya sea conmigo mismo o con alguien mas, la sexualidad es un espacio de encuentro, no solo coital.



## Bibliografía de todos los fascículos

Doidge, N. (2008). *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science* (Edición: Reprint). PENGUIN GROUP.

Figari, C. E. (2008). Placeres a la carta: Consumo de pornografía y constitución de géneros. *La Ventana*, 170-204.

Gimeno, B. (2012). *La prostitución: Aportaciones para un debate abierto*. Bellaterra. Hernández Serrano, R., & Arango de Montis, I. (2008). Síndromes clínicos relacionados con comportamiento sexual compulsivo. En *Sexualidad Humana*. Manual Moderno.

Kafka, M. P., & Hennen, J. (1999). The paraphilia-related disorders: An empirical investigation of nonparaphilic hypersexuality disorders in outpatient males. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 25(4), 305-319. <https://doi.org/10.1080/00926239908404008>

Paz, O. (1993). *La llama doble*. Seix Barral.

Prada, N. P. (2010). ¿Qué decimos las feministas sobre la pornografía? Los orígenes de un debate. *La manzana de la discordia*, 5(1), 7-26.

Prause, N., & Pfaus, J. (2015). Viewing Sexual Stimuli Associated with Greater Sexual Responsiveness, Not Erectile Dysfunction. *Sexual Medicine*, 3(2), 90-98. <https://doi.org/10.1002/sm2.58>

SASH. (s/f). The Society for the Advancement of Sexual Health. Recuperado el 23 de junio de 2020, de <https://www.sash.net/>

Zizek, S. (2004). Pornografía, nostalgia, montaje: Una tríada de la mirada. Paidós.



# HOMBRES QUE CONSUMEN

Cuadernillos reflexivos relacionados a la vivencia de consumo de pornografía en hombres

Tomo 3: ¿Cómo me puedo ayudar?

La serie de fascículos: "Hombres que consumen" forma parte del proyecto de Tesis llamado Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem. Como Trabajo final de investigación del Programa de Estudios de Posgrado en Psicología de la Universidad de Costa Rica. El título es un tributo al libro de Jose Manuel Salas: *Hombres que rompen mandatos, del año 2005.*

2020© Programa de Postgrado en Psicología. Universidad de Costa Rica. Se permite el uso educativo del material, pero no su reproducción comercial.

Redacción y Diseño: Dennis Redondo Alfaro.



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y PAREJA

**Anexo 20: Afiches de concientización en redes sociales**

*Con respecto al consumo de Pornografía...*

**Es necesario revisar...**

Qué tan involucrado se está con el consumo  
y si la recurrencia beneficia o perjudica



**HOMBRES QUE CONSUMEN**  
Reflexiones sobre la recurrencia adictiva a la pornografía

 UNIVERSIDAD DE COSTA RICA |  SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO | **WEM**  MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

*Con respecto al consumo de Pornografía...*

## **Es necesario revisar...**

Quando se puede salir de control,  
afectando otros planes de vida en lo  
laboral, familiar y social



## **HOMBRES QUE CONSUMEN**

Reflexiones sobre la recurrencia adictiva a la pornografía



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO

**WEM**



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA



*Con respecto al consumo de Pornografía...*

## **Es necesario revisar...**

Si lo prefiero antes que tener sexo con mi pareja

Si experimento problemas cuando quiero pasar un día entero sin ello

Si poco a poco he ido sacrificando mis actividades recreativas habituales

Si consumo incluso en los lugares que puede ser un problema como el trabajo, en casas de amigos o sitios públicos



## **HOMBRES QUE CONSUMEN**

Reflexiones sobre la recurrencia adictiva a la pornografía



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

*Con respecto al consumo de Pornografía...*

## **Es necesario revisar...**

Si ya te ves tentado a avanzar a géneros de pornografía con los cuales no te hubieras sentido bien en un inicio



## **HOMBRES QUE CONSUMEN**

Reflexiones sobre la recurrencia adictiva a la pornografía



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

*Con respecto al consumo de Pornografía...*

## **Es necesario revisar...**

Cuáles tipos de pornografía que hayas visto sobrepasan su función recreativa y asumen tintes de violencia



## **HOMBRES QUE CONSUMEN**

Reflexiones sobre la recurrencia adictiva a la pornografía



UNIVERSIDAD DE  
COSTA RICA



SISTEMA DE ESTUDIOS DE  
POSGRADO



MASCULINIDAD, SEXUALIDAD Y FAMILIA

## **Anexo 21: Instrumento de Evaluación de taller: Hombres que Consumen**

¡Saludos!

Este es un cuestionario que se realiza como parte del proyecto de Maestría: Abordaje Cognitivo Conductual del Consumo Adictivo de Pornografía Estrategia de Prevención Primaria, Secundaria y Terciaria en hombres que asisten al Instituto Wem, para obtener una valoración de la capacitación brindada.

La información que facilite aquí es de CARÁCTER CONFIDENCIAL, garantizándose total anonimato, ya que los datos serán utilizados solo por el facilitador de la investigación para uso interno. Contestarla puede ayudar a evaluar y sistematizar la experiencia. Se le agradece de antemano su colaboración e interés.

### **Organización del taller**

Sírvase evaluar cada una de las siguientes afirmaciones sobre aspectos del taller (seleccione una casilla para cada una de las preguntas según corresponda).

#### **Con respecto a la implementación metodológica**

	Muy en desacuerdo	En desacuerdo	De acuerdo	Muy de acuerdo
El propósito del taller cumplió con sus expectativas				
Los contenidos son				

congruentes con el propósito del taller.				
Los contenidos del taller enriquecen su vida personal				
El facilitador mostró dominio de los contenidos durante el taller.				
El facilitador mantuvo una comunicación fluida y oportuna con los participantes a lo largo del taller.				
La duración del taller fue adecuada				
La información suministrada me fue de interés				
El propósito del taller cumplió con sus expectativas				
Los contenidos son congruentes				

con el propósito del taller.				
Los contenidos del taller enriquecen su vida personal				
El facilitador mostró dominio de los contenidos durante el taller.				
El facilitador mantuvo una comunicación fluida y oportuna con los participantes a lo largo del taller.				
La duración del taller fue adecuada				
La información suministrada me fue de interés				

### Puntos fuertes del taller

---



---



---

**Puntos débiles del taller**

---

---

---

**Aprendizajes obtenidos**

Con respecto a lo aprendido, por favor responda lo siguiente:

Indique el aprendizaje más significativo alcanzado por usted en el taller:

---

---

---

A partir de lo aprendido en el taller, indique un cambio que espera incorporar en su práctica personal

---

---

---

Finalmente, en una escala del 1 al 10, donde 1 corresponde a la calificación más baja y 10 a la más alta, ¿Cómo calificaría este taller en general?

---

Muchísimas gracias por su participación

## Anexo 22: Evaluación cualitativa del taller

A continuación, se muestran los comentarios de la evaluación al Taller: “Hombres que consumen”, En primer lugar, los puntos fuertes y débiles del taller, así como los aprendizajes.

Puntos fuertes del taller	Puntos débiles del taller
Info clara y puntual	No hay
Aprendizaje	Ningún problema
Todos	Ninguno
Realista, congruente con la visión de un hombre masculino que deseo construir	Tener más tiempo para aumentar los contenidos, el tiempo siempre nos gana
Un gran manejo del expositor	Un poco más de análisis de las diferentes vertientes
Muy claros	Ninguno
Historia de la pornografía	Prácticas / Herramientas para evitar el abuso de la pornografía, debería haber más énfasis en esto. Menos historia.
muchos y muy claros, me gusto como a veces prefiero masturbarme que estar con mi pareja de años	que no sean más horas y más talleres
información real	interrupciones
Muy interesante	Ninguno
La aducción en la pornografía	...
información	falta de más profundidad
La historia de dónde nació la pornografía	No encontré punto débil
Muy explicativo	No
Uso, abuso, dependencia	Faltante de tiempo para abarcar los diferentes temas relacionados
Adicción... falo céntrico, gravedad	no sólo se ve porno heterosexual
Dominio del tema expresado con naturalidad	Ignora perspectivas espirituales... Quizás a propósito ;)
Dominio de tema.	Tiempo.
Que es la pornografía y que problemas trae.	Quedo más que claro muy bueno ☺
La claridad del tema y los puntos muy completos.	El taller lo haría más largo.
entender el punto de vista de la mujer, como se siente y como puede ver la pornografía	Que es muy corto para abordar tantos años de condicionamiento negativo
La información enriquecedora	Ninguno
Me hizo comprender las verdades de la pornografía	No tengo me pareció muy acertado
Claridad, puntos interesantes	Ninguno
información	falta de más profundidad
Muy certero	El tiempo



Información muy importante	No tengo
Historia	Consumo
Información	Ninguno
La información	Muy general(grupal)
Manejo de la pornografía	El tiempo y la respuesta de los compañeros
Excelente muy bien estructurado muchas gracias por tomar en cuenta el grupo de Grecia	Me hubiera gustado que fuera presencial, pero por situación qué afrontando es comprensible
Aportes novedosos, dominio fuerte del tema	La virtualidad impidió mayor participación
todo lo histórico trayéndonos al presente	no me parece que los tuviera
La información valiosa del taller	El tiempo, me hubiese gustado más tiempo
Concientizar,	Ninguno
Historia de la pornografía, dominio del tema del expositor	Ninguno
Me gustó mucho todo el taller	Ninguno
Mucha información que desconocía.	Tiempo
Permitió la participación de todos.	Poco tiempo para ver el tema con más profundidad. Pero fue muy bueno.
todo el taller	el tiempo
Domino técnico y humano del tema	La virtualidad producto de la pandemia. No es culpa de nadie
El manejo del tema	Ninguna
La información, dominio del tema y eficacia transmitiendo el mensaje	Es enriquecedor tener más tiempo
El despertar de la realidad de la pornografía asociada a la vida real	El horario
Historia de la pornografía	Muy poca participación de los integrantes
Historia de la producción y consumo de pornografía	La virtualidad obstruye la comunicación
El análisis, deducciones y respuestas.	Ninguno.
Me lleva a la autoevaluación y escrutinio personal para tener una mejor sexualidad y reafirmar mi correcta masculinidad.	Realmente ninguno. El expositor maneja ampliamente el tema y demostró poder evacuar cualquier duda.
El dominio hacía la mujer	Tal vez interactuar más
Muy práctico y entendible	El horario, fue difícil en algunos momentos
Logre un aprendizaje formativo y un conocimiento amplio del tema central	Para mi humilde opinión ninguno
Muy instructivo	Muy poco tiempo
Demostración de la información acertada	Tiempo
Mucha información y temas	No
Me demostró que la pornografía es una adicción	No los encontré

A continuación, se exponen los comentarios dirigidos a aprendizajes que se desprenden del taller como tal.

<b>Indique el aprendizaje más significativo alcanzado por usted en el taller</b>	<b>A partir de lo aprendido en el taller, indique un cambio que espera incorporar en su práctica personal</b>
Que soy un adicto al porno	Dejar la adicción al porno
Lo dañino de la dependencia	No consumir.
Uso, abuso, adicción	Valorar lo de pornografía machista.
Estereotipos de la pornografía	Mi actitud para con mi pareja
Mayor conocimiento personal y sobre el tema	Mayor control
Como controlar el consumo de pornografía	No consumir pornografía
La distorsión que genera en mí el consumo de pornografía.	Evitar el consumo de pornografía. Y escuchar más mi cuerpo.
que no puedo comparar a nadie con mi pareja y que me distorsiono	aunque solo veo una vez a la semana quiero dejar de ver
realidad del porno	seleccionar mejor lo que veo
La historia	Aprender
Q la pornografía dañina	...
aclaración de las consecuencias de la pornografía y la reflexión de lo mejor que se puede hacer, si ver o no ver.	No observarla y disfrutar más en pareja
Que en definitiva la pornografía es como una droga no es sano para nadie	No mirar a la mujer como un objeto sexual
Consecuencias del consumo de pornografía	Mejorar
N/A	N/A
dependencia	no tengo dependencia, pero sí caigo en el abuso.
Preparación solapada para aceptar inconscientemente la violencia sexual	Evitar el consumo
La parte "oculta" de la pornografía	Conocimiento
Que problemas tiene la pornografía	Ya no ver más pornografía
Estar claro de mi posición con respecto al tema.	Cambiar y mejorar las malas costumbres
Aprendí que no solo es perjudicial para mí sino para la sociedad y en especial para las mujeres y niños.	Dejar de consumir porno machista
Información para el desenvolvimiento de mí sexualidad	Tener una sexualidad más sana y placentera.
Me ayudó mucho para construir cada día mi sexualidad	Cuidarme mucho de lo que veo y tratar de eliminar la pornografía
Identificar los niveles de adicción	Dejar de buscar mi ideal en la pornografía
aclaración de las consecuencias de la pornografía y la reflexión de lo mejor que se puede hacer, si ver o no ver.	No observarla y disfrutar más en pareja

Como funciona la pornografía en el hombre	Ser más consciente al momento de consumirla
Historia y trascendencia	La forma de ver lo información
Bueno	Lo que me sirva a nivel personal
Historia e información desde el punto del hombre	No ver más pornografía
Problemas propios	Mejor sexualidad
Entender a la mujer en forma de sexual	Mejorar el dialogo sexual para la pareja y ver los videos de porno que son malo porque deja a la mujer como victima
Me ayudó para ver el tema del taller de manera diferente	Darle un mejor lugar a mi pareja
Concepto y comportamientos actuales	Ver la sexualidad como algo normal, sin tabúes
como la sociedad y los hombres tenemos pensamientos que denigran la mujer	no consumir tanta pornografía y tratar de no sexualizar todo
Muy bueno	Correcto
Conocimiento	Analizar mejor, los trasfondos
Entender lo dañino que es para mí el consumo de pornografía	Reducir el consumo de pornografía con contenido machista
El enfoque a la sexualidad derivado de la pornografía	Aprendí que una cosa es la ficción de la pornografía y otra la realidad humana y de pareja.
Validar lo que significa ser masculino.	Respetar más la figura femenina.
Identificar mi percepción del tema de la pornografía si estoy bien o mal.	Mejorar en mis relaciones sociales y de pareja.
que la pornografía es muy manipuladora	el respeto a la persona humana
La pornografía trae más consecuencias negativas que positivas, el planteamiento ideológico de la pornografía machista es nocivo al ideal feminista de la sociedad	Seguir sin consumir
El conocimiento de la pornografía	Un manejo integral de la pornografía
Ahora se más sobre el tema y su historia	Creo no juzgar a los que consumen porno y saber que es algo cotidiano para muchas personas
La pornografía es inadecuada	Despertar a la realidad con mí. Pareja
Conocer la historia	Querirme como persona
Entender factores que ligan con la pornografía	Ser más objetivo con la sexualidad y fomentar el erotismo
Las consecuencias científicas.	Controlar el uso de pornografía.
Conocerme mejor.	Reafirmar mi masculinidad correcta.
Bueno	Ver el sexo con respeto
Valorar mi relación	Nunca caer en adicción.
La parte física y la evolución en la historia	Mejorar la relación marital saliendo de casa
Lo educativo	Practicar y enseñar lo aprendido
Mi conducta sexual	Mi conducta
Con el tema de la ausencia de masculina en mi adolescencia	El hablar con mis hijos en la adolescencia. De la pornografía

---

El aprendizaje que encontré en el taller es que la pornografía es una adicción y por lo tanto a que tener mucho cuidado en su uso

En lo aprendido en este taller el cambio que tengo que hacer es tratar en lo posible es eliminar esta practica

---

## **Anexo 23: Bitácoras procesos individuales**

Se presentan a continuación las bitácoras de las sesiones individuales con consultantes. Las sesiones de evaluación se enumeran con letras (A, B, C) y las de tratamiento con números (1, 2, 3, 4...)

### **Sesiones caso Juan**

**Sesión A:** Fecha 4 de marzo 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de siete ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

Esta sesión consistió en realizar una exploración sobre como la conducta problema se presenta en el consultante. En la misma se escuchó y se le consultaron sobre las siguientes áreas:

- Delimitación de la conducta problema. Plantea estar consumiendo pornografía justo antes de dormir. Los géneros que más consume son los de lesbianas o de hombre mujer.
- Importancia de la conducta problema. Si bien es cierto comenta que no le afecta nadie pues sólo lo vive para consigo mismo, le preocupa en gran medida estar afectando su construcción ideal de mujer.
- Parámetros de la conducta problema. Comenta que el consumo se mantiene en unas 7 veces semanales. La cantidad de tiempo que le dedica es de alrededor de unas 5 horas.

- Determinantes de la conducta problema. Sucede principalmente en la noche, comenta que le ayuda a relajarse antes de dormir. Cómo consecuentes principalmente describen la sensación de relajación recibida.
- Historia y evolución de la conducta problema. Refiere el inicio del consumo en su época adolescente, con un gran aumento en los últimos años. inicia con revistas pornográficas o consumo de videos en salas cinematográficas, actualmente consume de forma digital.
- Expectativas. Plantea que considera reducir el consumo a un nivel mucho menor, aunque no tiene pensado reducirlo del todo a cero.

**Aspectos destacados de la sesión:**

La actitud del paciente en la entrevista fue sumamente anuente.

**Plan de acción:**

Se le plantea como tarea rellenar el inventario de análisis topográfico.

**Resultados**

La conducta de consumo fue explorada de forma exitosa.

**Sesiones futuras**

Continuar con historia de vida

**Sesión B:** Fecha 15 de marzo 2021. Hora 4pm

**Puntajes obtenidos:** consumo de siete ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Historia de la evolución de la conducta problema

**Revisión de actualización**

Esta sesión constó en una revisión de la evolución de la conducta problema del paciente. Dentro de lo que denota con mayor relevancia, es que el inicio del consumo se remonta a su época adolescente en la cual por exploración y a manera de información sexual acude a salas de cine dónde se transmitía este tipo de películas. También en ese tiempo consultaba por medio de revistas. Posteriormente a sus 22 años inició una relación de pareja la cual culmina en matrimonio. En este tiempo comenta que su pareja en cuanto a su desenvolvimiento sexual no cumplía con sus propias expectativas, por lo que el consumo de material pornográfico se incrementa. A su vez, tenía un negocio de un videoclub, por lo que podía conseguir con mayor facilidad películas pornográficas.

Posteriormente su esposa muere por lo cual, incrementa el consumo como medida de afrontamiento de la soledad. En ese tiempo viene a Costa Rica como un viaje de negocios y conoce a una nueva compañera sexual con la cual ve aún más pornografía en conjunto. Este consumo se mantiene de forma intensa hasta la fecha de la actualidad.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra en la sesión muy tranquilo a la hora de hablar de su exesposa. Al parecer dichas circunstancias las ha afrontado adecuadamente en el grupo de terapia para hombres que mantiene el Instituto Wem

**Plan de acción:**

Continuar con monitoreo de la conducta de consumo.

**Resultados**

La historia de vida del consultante fue abordada eficazmente.

**Sesiones futuras**

En la próxima sesión se debe trabajar con el análisis funcional.

**Sesión C:** Fecha 22 de marzo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Devolución de análisis funcional

**Revisión de actualización**

Esta fue una sesión de devolución en la cual se plantearon junto con el paciente los factores o elementos relacionados al análisis funcional de su conducta de consumo. De la misma sobre sale el hecho de que al parecer, el consumir pornografía tiene más que ver con un hábito derivado a lo largo de los años de su incapacidad por buscar otras formas alternativas de recreación. La función que tiene la conducta de consumo en el paciente tiene que ver más que todo con autoestimulación, utilizada como mecanismo de relajación. De modo que después de ello se realiza una aproximación inicial sobre la necesidad de incluir variables de control estimular, exposición con prevención de respuesta y activación conductual a través del tratamiento.

También se entregaron los resultados del inventario de conformidad a las normas masculinas y se planteó, la necesidad de establecer una línea base e ir controlando a lo largo de las sesiones su evolución.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente y en ocasiones aporta sobre su propio análisis funcional.

**Plan de acción:**

Monitoreo de conducta de consumo por medio de auto registros

**Resultados**

El consultante queda satisfecho con la devolución misma

## **Sesiones futuras**

Iniciar proceso de Desensibilización sistemática.

**Sesión 1:** Fecha 5 de abril 2021. Hora 11 am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Explicación de elementos en relajación Mindfulness
- Abordaje de relaciones interpersonales.
- Retraso en la emisión de la conducta

### **Revisión de actualización**

La sesión inicia a las 11 de la mañana. El consultante comunica que el consumo se encuentra en este momento en tres ocasiones semanales, con una duración en promedio de 30 minutos cada una. Se le plantea una extensión en el consumo mismo, sin afectar la línea base, se le plantea que cuando tenga deseos de consumir lo retrasa 10 minutos.

La sesión inició con una revisión de su vínculo con una mujer que conoce donde, en el momento del contacto sexual en sí, no puede iniciar con ella. Se plantea que existe una disonancia con respecto a la afinidad entre ambos. Plantea que está construyendo una nueva espiritualidad, la cual no es compatible con fanatismo religioso.

Se aborda en la sesión sobre la construcción de esta nueva espiritualidad y plantea que le interesa la meditación en ella, pero le cuesta concentrarse cuando ocurre. Al indagar comenta que pasa enojado consigo mismo. Se siente frustrado. Se le consulta sobre si es la vida que quería de joven. Plantea que en un momento sí, cuando tuvo éxito económico, familia unida. Al derrumbarse este proyecto de vida se viene recriminando. Se aborda el tema de la autocompasión como un estado



receptivo que observa sin juicios la experiencia personal de malestar en curso sin emitir juicios valorativos y que atiende a las necesidades personales. Como la calidez y comprensión a nosotros mismos cuando sufrimos, nos rechazan o experimentamos sentimientos calificados como inadecuados, aceptando la imperfección y que no tendremos muchas veces lo que deseamos. Y que los sentimientos de fracaso y dificultades es algo común y compartido por muchas personas.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El castigo interno excesivo (rumiación negativa) conlleva aun estado constante de autorreproche, en el cual la pornografía es una de las pocas recompensas que se da a sí mismo.

### **Plan de acción:**

Continuar con el consumo, pero con retraso en la ejecución de la respuesta

### **Resultados**

Anuencia por parte del consultante. Por sí mismo disminuye la frecuencia de consumo.

### **Sesiones futuras**

El tema de la autocompasión se utilizará en futuras sesiones, combinando mindfulness y aceptación y compromiso.

**Sesión 2:** Fecha 12 de abril 2021. Hora 8 30 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Mindfulness sobre sensaciones

## **Revisión de actualización**

La sesión inicia a las 8 y 30 de la mañana. El consultante comenta que el consumo se mantiene en 3 ocasiones semanales, comentando que realizó la tarea de postergar el tiempo y no tuvo dificultades.

Se plantea una reflexión inicial sobre la historia del Mindfulness, sus aspectos teóricos y filosóficos, en resumen, se abordó lo siguiente:

- La clave en la meditación es la observación plena
- Se centra en el presente
- No es valorativa
- Se pueden observar: sensación, pensamiento, impulso y emoción.

Se consideran varias trampas psicológicas, acorde a la teoría del mindfulness:

- Rumiación
- Evitación
- Conducta inducida por las emociones
- La autocrítica

El consultante revela que se identifica con todas.

Se realiza un ejercicio de mindfulness introductorio, con atención plena con la mano sobre una superficie, focalizando la atención las sensaciones percibidas de tensión, presión, temperatura. Luego se realiza un ejercicio de atención plena de los sonidos, y finalizando con uno del cuerpo completo.

## **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante tenía una imagen de sí mismo desde joven que no se cumplió, ha basado su vida en una evitación de sí mismo, por tanto, debe reconectarse y se escoge el mindfulness para ello.

## **Plan de acción:**

Se deja como tarea el mismo ejercicio de retraso del consumo, pero con atención plena de las sensaciones percibidas al evadir el consumo de pornografía.

### **Resultados**

El consultante realiza los ejercicios de mindfulness como era esperado.

### **Sesiones futuras**

En la próxima sesión abordar ejercicio de mindfulness con pensamientos

**Sesión 3:** Fecha 22 de abril 2021. Hora 8 30 am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

Comenta sentirse abrumado por la presencia de sus hijos en su casa ya que al ser adolescentes son constantes las discusiones. Plantea que sale poco, se conversa con el mismo la posibilidad de realizar ejercicios de meditación en espacios abiertos con todas las condiciones y cuidados por la pandemia del Covid.

También comenta sentirse frustrado por el hecho de no tener un automóvil ya que le han salido citas amorosas por las cuales no se han concretado por la no tenencia del vehículo. Se conversa con él al respecto y el asegura sentirse después de unos días tranquilo ya que se dijo a sí mismo que no era problema de él sino de las mujeres con las que salía sino les incomoda.

Se continúa con Ejercicios basados en Mindfulness, primero se realiza un ejercicio de conciencia plena basándose en la atención de la respiración. Posteriormente se realiza uno de atención en los sonidos. Al final se realiza un ejercicio de atención en

los propios pensamientos. Se comienza al igual que en la sesión anterior el tema de escuchar y observar sus sensaciones corporales cuánto tiene deseos de consumo.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante demuestra anuencia con respecto a los ejercicios propuestos, pero una mayor dificultad en el reporte de su rendimiento.

### **Plan de acción:**

Se plantea la tarea de masturbarse antes del consumo de pornografía. Con la intención de desvanecer la relación de contingencia dadas entre ambos actos con la masturbación funcionando como reforzamiento al final.

### **Resultados**

Es oportuna la reducción del consumo, con el fin de estudiar cómo se comporta el fenómeno de privación.

### **Sesiones futuras**

Continuar con el proceso de retraso en la ejecución.

**Sesión 4:** Fecha 26 de abril 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Abordaje inicial de valores

### **Revisión de actualización**

La sesión se realizó a las 9 de la mañana. En seguimiento a la forma de registro de las sesiones en primera instancia se realizó una revisión del estado general, planteando en líneas generales sentirse aburrido por el contexto de la pandemia.

Con el fin de mantener el consumo bajo y contrarrestar el fenómeno de privación, se plantean algunas estrategias de distracción y de reforzamiento diferencial de actividades incompatibles. Entre ellos se encuentra realizar actividad física, así como leer y ver series. También se le plantea el tema de la meditación como estrategia a la hora de enfrentar la necesidad de consumo.

Se realiza un repaso de meditaciones mindfulness iniciando por la atención focalizada en los sonidos provenientes del exterior la cual tardó alrededor de 5 minutos. Posteriormente se realizó un ejercicio de atención focalizada en sus sensaciones fisiológicas internas. Al final se le solicita realizar el ejercicio de atención plena en sus pensamientos.

Seguido a esto se le orientó a través de una relajación guiada, para introducir una intervención orientada a los valores. Con tal razón se realizó un ejercicio propuesto por la terapia aceptación y compromiso llamado el funeral. En el mismo el paciente se imaginaba su propio funeral planteándose las personas que estarían presentes y lo que a él le gustaría que dijese es en de sí mismo una vez que hubiera fallecido. Se solicita que reflexione sobre el significado de le quiere dar a su vida. Al final se le plantea que recree un epitafio corto que resuma cómo quiere ser recordado. Al final se reflexiona sobre la distancia entre los valores del consultante a nivel actual con respecto al sujeto que desea construir a través de este epitafio.

De forma seguida se reflexiona con el paciente acerca de una evaluación narrativa de valores. Cuál es el Juan que ha venido construyendo en diferentes áreas de su vida. Se reflexiona en esta sesión sobre el área de relaciones de pareja, planteando como valores los siguientes:

- El cuidado del otro
- Cultura de paz
- Empatía

**Aspectos destacados de la sesión:**

El paciente se mostró más analítico que de costumbre sobre sí mismo.

**Plan de acción:**

Continuar el proceso de mantenimiento de la conducta de consumo en cero.

**Resultados**

Al final de la sesión se reflexiona qué tan cercano o distante se encuentra de esos principios el Juan que consume pornografía. El consultante analiza el tema de que la visión de la mujer que se instauró desde el consumo de pornografía le ha asumido verla como un ideal de sumisión facilitando el objetivarla. De modo que el consumo de pornografía marca una disonancia con sus propios valores.

**Sesiones futuras**

Abordar su posicionamiento ante diferentes áreas de su vida y su intromisión en las mismas.

**Sesión 5:** Fecha 3 de mayo 2021. Hora 9 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Reflexión sobre dedicación en tiempo y energía de diferentes áreas de su vida.
- Reflexión sobre la intromisión del consumo de la pornografía en ello.

**Revisión de actualización**

En esta sesión el paciente continúa con el consumo de pornografía en cero ocasiones semanales. La estrategia que mejor le funciona es realizar actividades alternativas como leer o ver películas.

Se realiza una reflexión durante la sesión sobre cómo ha descuidado ciertas áreas de su vida y las cuales ahora debe retomar. El consultante reflexiona acerca de la

función adictiva de la pornografía generando distracción en las áreas importantes de su vida, al reducirles su atención.

Se le solicita para la sesión que sigue mirar un vídeo pornográfico desde un punto de vista crítico realizando un análisis desde el género y las dinámicas de violencia que se plantean. Se le comenta tener cuidado acerca de posibles impulsos de excitación que podrían surgir al ver el vídeo. En caso de surgir deberá exponerse a los mismos sin la respuesta masturbatoria, haciendo uso de Mindfulness.

También se solicita como tarea realizar un listado de decisiones del pasado con las cuales aún sienta culpa.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El paciente se mostró tímido durante la sesión, sobre todo con las áreas de su vida en descuido.

### **Plan de acción:**

- Mirar un video de pornografía sin masturbación y de forma crítica.
- Listado de decisiones del pasado que le representan culpa.

### **Resultados**

El consumo sigue estando en cero

### **Sesiones futuras**

Prevención de recaídas.

**Sesión 6:** Fecha 17 de mayo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de una ocasión semanal

**Fijación de orden del día.**

Abordaje sobre recaídas.

Abordaje de decisiones del pasado con auto modelado

### **Revisión de actualización**

La sesión inicia comentando acerca de la cantidad de consumo. Si bien es cierto venía consumiendo en ninguna ocasión semanal, para esta sesión planteo haber consumido en una durante los 15 días en los que no hubo terapia. Plantea que en esta ocasión de consumo los realizó porque se sentía cansado y además no lo consideró dañino.

Posteriormente se realiza una reflexión con el consultante sobre el carácter motivacional que cumple la masturbación en el asunto de internalizar patrones machistas en los videos. El consultante considera que aún con masturbación ciertas prácticas no las recibiría con agrado tratándose de las mismas de violencia o degradación. No obstante, posteriormente revela que, en realidad con el paso de la habituación, puede que sí se ve atentado a poner en práctica ciertos patrones que anteriormente no los ejecutaría.

Se comentan por las vías en las cuales se internalizan las propuestas de sexualidad vistas en la pornografía. Al parecer tiene que haber una variable disposicional para que los contenidos de la pornografía se impregnen. Aprobación social en su adolescencia y masturbación ahora en la adultez. Por tanto, se trataría de una contingencia de 4 términos, donde la conducta resulta placentera en tanto sea asociada con algo más como refuerzo, como aprobación social o excitación fisiológica.

Posteriormente se revisa la tarea. El consultante lo revela así: "Fui a hacer la tarea, era una película bastante prolija en cuanto a componentes machistas. Estaba cargada de escenas sin sentido, que no encajan en la vida real. No es real, no tiene lógica. Te las muestran de lo más normal y no es así como podría pasar. Como crítico de cine, no tiene ni un cero. Es vacía."



Se reflexiona al final sobre un listado de decisiones del pasado con las cuales aún sienta culpa. Entre las mismas se destaca lo siguiente:

- Infidelidad a mi ex. Lo tomé como algo muy normal.
- Migración a Costa Rica.
- Matrimonio por segunda vez, realizado de forma apurada.
- Abandono de sueño de ser empresario.

Se abordan las mismas desde la autocompasión, utilizando técnicas de auto modelado. Al estarse culpando constantemente, eso se convierte en estimulación aversiva encubierta, la cual por medio de consumo de pornografía busca aliviar.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

En esta sesión el consultante se muestra mucho más conversador que en sesiones pasadas, denotando una adecuada exposición con respecto a situaciones que le generan dolor.

### **Plan de acción:**

Se acuerda continuar con un consumo reducido, no mayor de una sesión.

### **Resultados**

El consultante satisfactoriamente ha logrado mantener su conducta de consumo a pesar del efecto de privación. Es posible plantear que le controla.

### **Sesiones futuras**

Se trataría de la última sesión de terapia, donde se deben abordar situaciones ligadas con la prevención de recaídas.

**Sesión 7:** Fecha 31 de mayo 2021. Hora 9 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de una ocasión semanal

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión final se trabajó con el consultante algunas estrategias de prevención de la aparición de la conducta de forma compulsiva. El mismo plantea que durante el proceso de terapia algo que le ha ayudado ha sido la práctica de ejercicio físico combinado con las estrategias de meditación y relajación, por lo que se insta a que se mantengan las mismas.

Se define una cantidad estimada de consumo semanal a futuro, siendo que el consultante se encuentra satisfecho con una cantidad de dos ocasiones semanales. Se plantean algunas condiciones para que el consumo se dé de la mejor forma, como la posibilidad de buscar vídeos que tengan que ver más que todo con dinámicas de sexualidad no basadas en el poder, violencia o misoginia.

Al final también se abordan como las diferentes formas de consumo guardan relación con la construcción de una masculinidad orientada en normas de vida que le han traído principalmente la obligatoriedad de ajustarse a las mismas:

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al final se termina la sesión planteando en que le ayudó la terapia y plantea que además en el aprendizaje de su dinámica de consumo, siente dicha de descubrir más de sí mismo y de su pasado.

**Resultados**

Al finalizar el tratamiento el consultante revela haber consumido en una ocasión. Siendo que se logró una disminución en la línea base de siete ocasiones semanales hasta una única vez.

## **Sesiones caso Danny**

**Sesión A:** Fecha 7 de junio 2021. Hora 6:30pm

### **Puntajes obtenidos (Línea Base):**

12 ocasiones semanales, 60 minutos semanales

### **Fijación de orden del día.**

Entrevista inicial

### **Revisión de actualización**

En esta sesión se rellenan datos básicos del participante, así como la asignación del consentimiento informado, que lo envía por fotografía, debido a que la sesión sería virtual.

Se trata de un hombre de 33 años vecino de una zona del GAM. Danny revela consumir pornografía a diario en espacios de desocupación en su trabajo. Su empleo es en un supermercado, cuando dispone de tiempo libre se dirige al baño a revisar fotografías y videos. Actualmente se encuentra casado y tiene una hija de tres años. Su esposa le descubre fotografías de pornografía que le envió un amigo, acto seguido la relación se vuelve tensa debido a la desconfianza creciente de ella. Revela requerir del consumo, debido al aburrimiento en su lugar de trabajo.

Esta sesión se trabajó con el protocolo de evaluación en la entrevista inicial, delimitándose la importancia que tiene el consumo como conducta problema, planteando que principalmente ha llegado a afectar en su relación de pareja ya que a manera de comparación ha visto reducido su deseo sexual con respecto a su esposa. Con respecto a los parámetros se estableció un promedio de dos ocasiones diarias de consumo que no exceden los 10 minutos y orientada explícitamente a fotografías de mujeres desnudas. Los antecedentes y consecuentes inmediatos están determinados por periodos de inactividad los cuales rellena viendo fotografías en su celular o en su espacio de trabajo. A manera de refuerzo consigue sentirse

entretenido consigo mismo al ver las fotografías tratándose por ende de uno de tipo intrínseco.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante conversa poco sobre sí mismo teniendo una conducta anuente pero poco expresiva.

### **Plan de acción:**

Cómo tareas se le propone llenar el inventario de conformidad a las normas masculinas, así como el instrumento de análisis topográfico.

### **Resultados**

Se obtiene el motivo y factores asociados al consumo. Se logra establecer una adecuada alianza terapéutica.

### **Sesiones futuras**

Para la próxima sesión debe abordarse su historia de consumo.

**Sesión B:** Fecha 28 de junio 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** 10 ocasiones semanales, 40 minutos semanales

### **Fijación de orden del día.**

Entrevista sobre la historia de consumo.

### **Revisión de actualización**

En esta sesión se procede a escuchar la historia del consumo en el consultante. En la misma se plantea como el consumo tiene alrededor ya de 20 años, que lo hacía desde adolescente. A su vez acompañado de conductas juveniles hipersexualizadas, donde buscaba relacionarse con las mujeres únicamente bajo

un fin sexual. A pesar de ello no se aprecia según el reporte que el consultante hace de sí mismo dinámicas de poder o control con las mujeres, sino únicamente recurrencia las mismas para el disfrute sexual con un debido consentimiento. Ya desde hace unos 4 años a la fecha actual inicia una relación de pareja de convivencia, situación a la que no estaba acostumbrado antes. Esto se le ha hecho difícil ya que, a pesar de mantenerse firme en temas de fidelidad, se le dificulta la disminución de contacto social con otras personas aparte de su relación de pareja. Por cierto, la relación que mantiene desde hace algún tiempo presenta momentos de conflictividad siendo que el consultante no sabe cómo responder a la misma y decide quedarse callado ante los reproches de su pareja.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente, es reflexivo y tímido.

### **Plan de acción:**

Para la siguiente sesión debe llenar el Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas.

### **Resultados**

Se consigue la historia de consumo adecuadamente, reflexionando sobre los momentos que han sostenido a las dinámicas de consumo mismas.

### **Sesiones futuras**

Para las próximas sesiones será necesario:

- Indagar contexto con su pareja.
- Estrategia de control estimular.
- Búsqueda de videos que contrarresten el craving.

**Sesión C:** Fecha 5 de julio 2021. Hora 7:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** 12 ocasiones semanales, 15 minutos

### **Fijación de orden del día.**

Devolución análisis funcional.

### **Revisión de actualización**

El consultante refiere sentirse tranquilo además de que el consumo de pornografía se ha dado en tres ocasiones denotando una adecuada evolución apenas inclusive con unas sesiones de evaluación. En el caso del consultante se determina su análisis funcional en el cual se asume que los estímulos antecedentes no necesariamente tienen que ver solo con la sensación del craving como usualmente ocurre en otros casos, sino por una operación de elicitación de respuestas donde por acto reflejo la mera asociación entre espacios libres en el trabajo los ocupa por medio de estimulación meramente visual ya que no está acompañado masturbación.

Comparte en sesión también la influencia que tienen variables disposicionales como por ejemplo su historia de vida marcada por una significativa hipersexualidad siendo que actualmente la misma ya no es ejercitada, además de conflictos de pareja recurrentes últimamente, situación que les aleja del entendimiento sexual propio de la relación de pareja.

Se entrena al consultante en estrategias de Contracondicionamiento, de modo que no pierda los espacios de distracción propios y necesarios de los recesos laborales, pero los utilicen en el consumo de otro tipo de material. Se plantea la visualización de videos sobre pesca ya que son actividades de gusto hacia el consultante a la vez de videojuegos.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante concuerda en sesión sobre tener carencias en cuanto habilidades sociales a la vez que demuestra un estilo más pasivo, en sesión se muestra colaborador.

**Plan de acción:**

Monitoreo de la conducta de consumo, a la par de estrategias de reforzamiento diferencial

**Resultados**

El consultante está al tanto de su análisis funcional

**Sesiones futuras**

En siguientes secciones debe repasar como el contexto de la relación de pareja ha influido en la necesidad de consumo estableciendo 1 programa de reforzamiento que incluye actividades gratificantes en solitario y con su pareja.

**Sesión 1:** Fecha 13 de julio 2021. Hora 7:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** siete ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre contexto de relación de pareja.

**Revisión de actualización**

A su vez el consumo se maximiza en función de las discusiones que tiene con su pareja las cuales últimamente se vuelven recurrentes debido al poco contacto sexual entre ambos. En sesión se comenta como el estilo de apego que mantiene el consultante tendría una orientación más evitativa, generando en su pareja confusión a la hora de interpretar diferentes señas sociales. Por consiguiente, esto lleva al consultante a desarrollar un estilo de comunicación pasiva. Al parecer su pareja requiere de una mayor cercanía afectiva y al no darse la misma tiende a ejercer un control coercitivo sobre él. Dicha fuerza el consultante la vive desde la invasión utilizando como estrategia conductual prioritaria el tiempo fuera retirándose de la situación estimular como tal.

Por tanto, se inicia una orientación teórica sobre los estilos de comunicación y de apego y de cómo los mismos influyen en su dinámica de pareja, siendo que guardaría una relación significativa con la necesidad de consumo en el consultante.

**Aspectos destacados de la sesión:**

De igual forma que en las sesiones anteriores, se muestra colaborador en sesión.

**Plan de acción:**

Monitoreo del consumo.

**Resultados**

El consultante comprende adecuadamente sus patrones de apego.

**Sesiones futuras**

Trabajar habilidades sociales

**Sesión 2:** Fecha 20 de julio 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día**

Abordaje de habilidades sociales

**Revisión de actualización**

En esta sesión, plantea que la sustitución de la pornografía con videos y videojuegos le funciona bien. En este caso el consumo de pornografía del consultante no se debe a un inadecuado manejo de la ansiedad sino más bien a estimulación sensorial baja, es decir aburrimiento.



Se destina esta sesión al entrenamiento en diferentes habilidades sociales necesarias en su convivencia de pareja siendo más que todo una sesión de psicoeducación con respecto a los diferentes estilos comunicativos: asertivos, pasivos, agresivos. El consultante se ubica en el estilo pasivo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra callado y reflexivo. Aun así, participa cuando se le solicita. El internet se fue en algunas ocasiones.

**Plan de acción:**

Expresar con su pareja disconformidad con respecto a espacios de convivencia desde una forma asertiva

**Resultados**

El consultante se muestra atento con la información brindada

**Sesiones futuras**

Indagar sobre dificultades de comunicación a lo largo de su vida. Monitoreo de la conducta problema.

**Sesión 3:** Fecha 26 de julio 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Sensibilización sobre habilidades sociales

**Revisión de actualización**

En esta ocasión el consultante refleja mantener un consumo de 3 ocasiones. Ha sustituido el consumo por ver videos de su agrado además de jugar videojuegos. Pasa más tiempo con su pareja, aunque le disgusta las conductas de celos y desconfianza que la misma tiene. Se reflexiona sobre la posibilidad de un estilo de apego evitativo en el consultante el cual hace que su pareja continuamente se muestre insegura ante la carencia de muestras de afecto de este.

Se repasaron algunas estrategias relacionadas con las habilidades sociales y en cómo incentivar estilos de comunicación asertivos. Por lo general el consultante evade las conversaciones conflictivas generando de esta forma un clima de desconexión entre ambos disminuyendo el intercambio de reforzadores positivos y con ello el contacto sexual. Por consiguiente, termina buscando el consumo de pornografía a manera de reforzamiento negativo con tal de evadir el conflicto mismo debido a sus carencias en habilidades sociales.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se propone en sesión mejorar la comunicación con su pareja.

#### **Plan de acción:**

Se plantea como tarea la propuesta de diario feliz, según la cual, deberá establecer de forma diaria una mayor tasa de intercambios positivos con su pareja.

#### **Resultados**

Ha mejorado el intercambio con su pareja.

#### **Sesiones futuras**

Debe trabajarse en las próximas sesiones a la par que indicaciones sobre las habilidades sociales, la construcción de valores.

**Sesión 4:** Fecha 9 de agosto 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Reflexión sobre instauración de nueva dinámica de vida.

**Revisión de actualización**

Se reflexionó sobre cómo un estilo de vida anterior basado en las fiestas y en los ligues además de un disfrute activo con sus amigos dista del estilo de vida actual monótono y mucho más tranquilo. De modo que el consumo de pornografía surge como una forma de sustituir ese estilo activo de los tiempos pasados en su vida.

Se plantea como ahora en su etapa adulta puede incentivar o construir nuevas formas de disfrute recreativas de una forma funcional. El poco repertorio de actividades gratificantes provocó que recurriera a la pornografía como una forma de sentirse joven. Además, en tiempos anteriores se caracterizaba por mantener una vida sexual polígama, situación que en el presente no se da debido a su compromiso matrimonial. Al parecer por lo planteado en sesión la pornografía sustituiría esta necesidad de diversidad en cuanto a prácticas sexuales.

En sesión se aborda teóricamente el concepto del efecto Coolidge, y de cómo a pesar de estar con una misma pareja podría aumentar la diversidad en cuanto a prácticas sexuales. Se realiza reestructuración cognitiva con respecto al concepto de disfrute de la vida pues el concepto estaba más basado en uno orientado a la diversión en fiestas.

Se plantea a manera de metáfora la necesidad de despedirse de su versión juvenil agradecido con la vida por lo vivido y recibiendo con entusiasmo la nueva etapa en su proceso de desarrollo personal.

**Aspectos destacados de la sesión:**

En esta sesión el consultante al final expresa agradecimiento. Coincide con la metáfora de despedirse de su vida juvenil, planteando que no lo había hecho en el pasado.

**Plan de acción:**

Monitoreo de la conducta problema únicamente.

**Resultados**

El consultante ha disminuido desde hace sesiones el consumo a cero.

**Sesiones futuras**

Trabajar prevención de recaídas.

**Sesión 5:** Fecha 16 de agosto 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Prevención de recaídas

**Revisión de actualización**

En esta sesión se abordan algunas situaciones que podrían generar un nuevo consumo, como por ejemplo el tema de una baja tasa de reforzadores. Además, se plantea en sesión que es necesario a futuro invertir aún más en su relación de pareja. El consultante revela que ella sigue desconfiando de él, por lo que se le propone la paciencia, ya que a pesar de que desde algunas semanas no requiere del consumo, es esperable desconfianza de su pareja. Además, se conversa sobre la necesidad de retomar estilos de vida saludables desde hobbies y pasatiempos.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al tratarse de la última sesión, el consultante expresa agradecimiento.

**Resultados**

El consultante finaliza el tratamiento con 0 ocasiones semanales.

**Sesiones futuras**

Se trataría de la sesión final, donde se trabajaría en valores.

**Sesión 6:** Fecha 23 de agosto 2021. Hora 6:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Sesión final de la terapia, ejercicio de imaginación "El funeral".

**Revisión de actualización**

Esta fue la sesión final ya que el consultante desde hace tiempo refiere estar teniendo un consumo de 0 ocasiones habiendo regulado su conducta adecuadamente. En esta ocasión el consultante refiere estarse llevando mejor con su pareja y tomando conciencia sobre la necesidad de incentivar una mayor tasa de actividades gratificantes en su vida.

Para esta sesión se realizó una reflexión sobre la conducta de consumo de pornografía en asociación con su masculinidad a lo que el consultante refleja que desde su punto de vista en definitiva se guarda una relación entre ambas

Se realiza el ejercicio desde la terapia de aceptación y compromiso del epitafio en el cual se imaginase a sí mismo el día de su funeral escuchando lo que los demás dijeran de él. Del ejercicio se derivan valores como la sociabilidad, la tranquilidad, la sencillez, la humildad y el disfrute por la vida. Se plantea una relación sobre cómo durante su época joven no ha podido dedicarse tiempo a sí mismo, sino que se lo ha dejado de los demás y en el momento en el que necesitase a solas no puede hacerlo recurriendo la pornografía. Al final de la sesión se plantea la necesidad de aprender a pasar tiempo consigo mismo como estrategia de autoconocimiento.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al tratarse de la última sesión, el consultante expresa agradecimiento.

### **Resultados**

El consultante finaliza el tratamiento con 0 ocasiones semanales.

## **Sesiones caso Miguel**

### **Sesiones**

**Sesión A:** Fecha 29 octubre 2020. Hora 11:30 am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de siete ocasiones

### **Fijación de orden del día.**

- Objetivos del terapeuta: Determinantes de la conducta problema
- Agenda del cliente: Exposición de su dinámica de consumo

### **Revisión de actualización**

La primera sesión se dedicó en un primer momento a la toma de sus datos generales. El paciente tiene 10 años de estar casado, trabaja en una verdulería en una zona rural del país. En esta sesión se escucha la dinámica de consumo del consultante. Revela consumir pornografía desde que era adolescente en los formatos típicos de ese tiempo, a través de revistas y posteriormente videos. Desde que era niño trabaja en labores del campo, resultando satisfactorio llegar a su casa a disfrutar de algún vídeo pornográfico. Conforme pasan los años el inicia el consumo cada vez experimentando con diversos géneros. Hasta que termina frecuentando videos relacionados con travestis. Situación que le comienza a producir culpa debido a que iba en contra de sus valores personales, pero a la vez resultando ser inmanejable.

Hace 10 años conoce a su actual pareja, la cual reporta sentirse enamorado. No obstante, el recurrente los conflictos en ambos, situación que le lleva a cierto grado de inestabilidad emocional. Cuando es así es más proclive que consuma. Recientemente su pareja logra detectar el consumo de pornografía revisando su teléfono, por lo que es desde esta lógica que empieza a buscar tratamiento.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se muestra colaborador e interesado en el tratamiento. Su tono de voz es adecuado, a primera vista no hay indicios de patología significativa.

**Plan de acción:**

Se le plantea analizar las sensaciones fisiológicas relacionadas con la sensación de craving

**Resultados**

Se consiguió información relevante acerca de la conducta de consumo

**Sesiones futuras**

Aumentar la información resultante del análisis topográfico

**Sesión B:** Fecha 5 de noviembre 2020. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de ocho ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Para esta sesión se planteó como objetivos el registrar la historia de consumo, así como los estímulos desencadenantes del mismo.

**Revisión de actualización**

Revela que en su juventud una actividad elevada confort desde su propia construcción de masculinidad era la búsqueda de mujeres, ya sea en bares o por medio de prostitución. Después, al casarse, comenta que inicia más fuerte el consumo, situación que en terapia se reflexiona si tiene como función sustitutiva la búsqueda de mujeres:

Conforme avanza la sesión revela que al enamorarse de su pareja tuvo con ella dos expectativas: una sexual y una afectiva. Sexualmente hablando el consultante se siente frustrado ya que ella no satisface sus pretensiones desde un inicio. La



describe como una mujer fría sin iniciativa y que cuando están en el acto sexual al parecer ella no disfruta. Se consulta sobre si esa expectativa que él se creó tiene también que ver con el ideal que se recibe desde los modelos de la pornografía, que corrompen las visiones del otro en cuanto a su sexualidad. El paciente revela que sí lo es pero que además su pareja en momentos anteriores de su vida sufrió abuso situación que la cohibe. *"En materia sexual ambos somos dos caras de una manera yo me he corrompido por la pornografía y ella se ha corrompido por el abuso. Yo buscando más de la cuenta sexualmente hablando y ella evitando más de la cuenta."*

También comenta que su pareja es bastante afectiva con él, situación que le impulsa y genera tranquilidad en el sentido de que es una mujer confiable. De modo que la expectativa afectiva se cumplió.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

En esta sesión su tono fue mayormente reflexivo y meditabundo. Al enunciar su historia de consumo, es notable una actitud culpógena.

#### **Plan de acción:**

Es relevante plantear en una próxima sesión la propuesta de análisis funcional y tratamiento.

#### **Resultados**

La conducta de consumo, funcionalmente planteándola, tiene una función principalmente de escape.

#### **Sesiones futuras**

Propuesta de análisis funcional

**Sesión C:** Fecha 12 de noviembre 2020. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Devolución análisis funcional.

**Revisión de actualización**

También se aborda con el mismo una devolución del análisis funcional, orientándose el mismo con las circunstancias que ponen en marcha la conducta de consumo de pornografía. Es relevante como los estímulos que activan el consumo tienen que ver con señales corporales y verbales que su pareja emite las cuales interpreta desde la desconexión emocional, es decir rechazo. Dicha desconexión emocional se puede deber a tres elementos:

- Primero cuando se encuentra enojado con su con su pareja. Esto es interpretado como si la relación fuese a terminar
- Segundo la sobrecarga emocional, es decir cuando ella lo presiona incesantemente.
- Tercero la poca interacción sexual es decir cuando se siente insatisfecho.

La sesión culminó con una reflexión del Inventario de conformidad a las Normas Masculinas. Puntúa alto con el tema de Control emocional. Es decir, la dificultad de expresión emocional, aspecto que se relaciona en gran medida con lo visto en sesiones pasadas y su dificultad por comunicarse. En segundo lugar, la búsqueda de éxito se reflexiona que también va muy de la mano en la época de vida en que se encuentra, donde busca conseguir logros.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Para esta sesión el consultante revela seguir con un consumo nulo a pesar de que en algunas ocasiones experimenta deseo.

**Plan de acción:**

Iniciar psicoeducación en Respuesta sexual humana, respiración diafragmática y exposición con prevención de respuesta.

### **Resultados**

El consultante está de acuerdo con lo planteado en el análisis funcional e inclusive ofrece realimentación de forma proactiva.

### **Sesiones futuras**

Desensibilización sistemática a las respuestas de consumo

**Sesión 1:** Fecha 19 de noviembre 2020. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de dos ocasiones

### **Fijación de orden del día.**

Psicoeducación

### **Revisión de actualización**

Se trabajó con él la respuesta sexual humana a manera de psicoeducación y sobre como el consumo de pornografía podría afectar a la misma desde el modelo de ansiedad condicionada. Se plantea como el consumo de pornografía está teniendo un efecto desde la habituación, disminuyendo la satisfacción sexual cada vez más, pero sensibilizándole con respecto a la ansiedad experimentada desde el malestar. El consultante revela como los conflictos de pareja cada vez se vuelven más grandes siendo consciente de que los mismos se deben a frustración de parte de él.

En esta sesión se retoma el tema de la fidelidad afectiva pero no sexual con el paciente. También se plantea como el triángulo del amor de Sternberg a manera de psicoeducación revelando, que efectivamente se siente abandonada su área de pasión.

Con respecto a lo reflexionado con los tipos de amor de Sternberg, se nota un amor de tipo sociable entre ambos caracterizado por la intimidad y compromiso. Se reflexión al final cómo es necesario en su proceso de bienestar personal comunicarse de una forma más asertiva con su pareja con respecto a sus necesidades pasionales. En función de que esto ocurra la necesidad de recurrencia al consumo de pornografía podría disminuir.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante sigue siendo colaborador e interesado en el proceso.

### **Plan de acción:**

Se inicia un protocolo de exposición al consumo con prevención de respuesta. Lo que se le plantea es abrir un vídeo de pornografía durante 30 segundos sin darle *Play* utilizando mientras tantas estrategias de respiración diafragmática.

Se plantea comunicarse con su pareja de forma incipiente y externar su insatisfacción.

### **Resultados**

El consultante sigue estando involucrado en el proceso de forma satisfactoria. Se trabaja con el paciente técnicas de relajación para el control de la ansiedad.

### **Sesiones futuras**

Continuar con el proceso de desensibilización sistemática.

**Sesión 2:** Fecha 3 de diciembre 2020. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Reflexión más profunda sobre la función de la conducta de consumo y su función de escape

### **Revisión de actualización**

Comenta que evadió comunicarse con su pareja sobre un tema de reclamo hacia la misma, comenta que no vio clima favorable para comunicarse, situación que la vive desde la culpa, ya que no soy capaz de comunicarme. Se le plantea que en realidad eso es parte de la comunicación asertiva, comprender el momento apropiado para comunicarse.

Con respecto al consumo se mantiene en cero. En la sesión anterior se le planteó exponerse al estímulo sin consumir, situación que se la comentó a su esposa para evitar malentendidos. El ejercicio de exposición lo logró con éxito.

Plantea que ha aumentado el contacto sexual por lo que se le señala que el iniciar la conversación fue útil, debido a que se abrió.

Esta sesión es relevante en el sentido en que se descubre una asociación entre consumir pornografía y obtener afecto. A través de su historia de condicionamiento, esta asociación se empezó a dar de forma intensa por la contingencia.

Posteriormente la sesión se destinó a analizar los factores que convocan la desconexión emocional, repasándolo de la sesión pasada. También se abordaron algunos incidentes que convocan su enojo y el malestar emocional con su pareja. Se inicia el entrenamiento en habilidades sociales, promoviendo la relevancia de asertividad siendo enfáticos en los beneficios para sí mismo y la relación. Revela sentir temor de solicitar mayor actividad sexual ya que al hacerlo puede experimentar rechazo. Al final de la sesión se realizó un ejercicio de relajación con el objeto de aprender a adquirir habilidades de abordaje de la ira.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Al final de la relajación el paciente llora, pues recuerda el hogar de sus padres. Plantea que en ese tiempo que vivía con sus padres sentía libertad, pero ya no, se siente insatisfecho con su pareja, herido por el rechazo.

**Plan de acción:**

Practicar relajación en su casa. Combinarla con la exposición de video pornográficos.

**Resultados**

De igual forma, continua adecuadamente con un posicionamiento responsable con su conducta

**Sesiones futuras**

Continuar con relajación y entrenamiento en habilidades sociales

**Sesión 3:** Fecha 10 de diciembre 2020. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Entrenamiento en habilidades sociales.

Reestructuración cognitiva de verbalizaciones internas de abandono

**Revisión de actualización**

Se aborda durante la sesión un seguimiento del entrenamiento en habilidades sociales. En este contexto afirma que se siente muy contento por una pregunta que le hizo a su pareja. Le consultó qué cómo se siente ella con él y ella le plantea que se siente segura con él. Posteriormente la paciente le consulta sobre qué significa el para ella y ella le reafirma una y otra vez el gran amor que le tiene. Para el paciente es muy importante esta respuesta ya que para él es difícil el expresarse

emocionalmente. Además de que le produce temor una respuesta desfavorable de su pareja. Con esto se entera que la expresión emocional no tiene por qué ser desfavorable.

Comenta que el fin de semana se darán un espacio de vacaciones. Significa para el consultante mucho, pues desea aprovecharlo para recuperar la cercanía emocional que había entre ambos. Además, para consultarle sobre la necesidad de incentivar los espacios de cada uno.

Paciente: Ella carga muchas inseguridades y eso me desestabiliza

Terapeuta: Y con esas inseguridades, cómo habrá vivido tu consumo

Paciente: imagino que se sintió amenazada. Como que si consumo es porque ella no me da la talla.

Terapeuta: de modo que el consumir pornografía también la hirió. Responsabilizarse sobre tu conducta también implica mejorar tu relación con ella, escuchar que tanto la dañó.

Se reflexiona sobre la naturaleza del consumo de pornografía. La función que tiene la conducta es de escape del malestar ocasionado por la desconexión emocional. En los momentos de la sesión, el paciente no consume debido a la culpa ocasionada por el consumo.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se brindan estrategias de reestructuración cognitiva para realizar en la casa.

### **Plan de acción:**

Continuar con exposición en prevención de respuesta

### **Resultados**

El consumo se mantiene en cero

### **Sesiones futuras**

Continuar abordaje de desconexión emocional

**Sesión 4:** Fecha 17 de diciembre 2020. Hora 11am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de una única ocasión

**Fijación de orden del día.**

Revisión de estado general, después de inicio de año

**Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante refiere mantenerse un bajo nivel de consumo, aunque en esta ocasión lo realizó una vez. Comenta haberse sentido en ese momento bajo mucha presión y estrés. Se aborda con el consultante el tema de que las recaídas en ocasiones surgen y que, no obstante, se ha mantenido durante mucho tiempo sin consumir del todo. Se trabajó con un ejercicio de condicionamiento encubierto con respecto a situaciones de desconexión emocional.

Se utilizó la técnica de proyección en el tiempo por medio de la cual debía construir una escena imaginaria en la cual se le estuviera rechazando afectivamente. En la misma el consultante refiere estar en una escena con su pareja con la cual ella le desprecia. Se le solicita que se concentre en sus sensaciones corporales al vivir de lleno el rechazo. Manifiesta sentirse tenso abrumado y con enojo. Al finalizar de expresar esto se le plantea que respire profundo como en sesiones anteriores ha aprendido. Al regular sus sensaciones fisiológicas, cómo siguiente paso se les solicita que verbalicen hacia sí mismo a manera de reestructuración cognitiva algunas frases tipo auto instrucciones que le ayuden a procesar la situación adecuadamente. Principalmente surgen las frases en las cuales se desculpabiliza de la situación que ocurre. Una vez hecho esto a manera de ejercicio de modelado con imaginería, se le plantea que converse con su pareja y le exprese su punto de vista de una forma asertiva.



**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra afectado emocionalmente con el ejercicio planteando como el temor al rechazo se basa en la dinámica vivida con sus padres.

**Plan de acción:**

Es plausible detener el proceso de exposición con prevención de respuesta en una próxima sesión de no presentarse el consumo.

**Resultados**

Una adecuada participación en los ejercicios de terapia

**Sesión 5:** Fecha 21 de enero 2021. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Revisión estado general

Modelado con imaginería

**Revisión de actualización**

El espacio de actualización con esta sesión fue mayor de lo acostumbrado eso debido a que el consultante debía comentar lo vivido durante el fin de año. Plantea mantener el consumo en cero, con un mayor nivel de convivencia con su pareja, aunque plantea seguir sintiendo temor a la hora de comunicarse. Con respecto al protocolo de exposición con prevención de respuesta lo ha ejecutado bastante bien, siendo que puede mantenerse hasta 15 minutos sin que surja el deseo de consumo. Plantea eso sí problemas con respecto al ejercicio mismo ya que cuando lo hace su pareja le reclama desconfiando del mismo.

Se vuelve a realizar un ejercicio de imaginación donde se imagina a su pareja y le plantea la situación es que lo tienen herido, principalmente gestos de rechazo. Se le entrena en habilidades sociales, con tal de que pueda poner en práctica la expresión de emociones con ella misma.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Demuestra cooperación con la terapia. A su vez entusiasmo ya que se mantiene con 4 meses sin consumo

### **Plan de acción:**

Es posible dejar el proceso de exposición con prevención de respuesta.

### **Resultados**

Satisfactoriamente, el objetivo central de la terapia relacionado con la prevención de recaídas ha sido exitosa.

### **Sesiones futuras**

Abordar en las dos sesiones siguientes el cierre de la terapia

**Sesión 6:** Fecha 4 de marzo 2021. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones

### **Fijación de orden del día.**

Prevención de recaídas. Trabajo con valores

### **Revisión de actualización**

Esta sesión se planteó a nivel de seguimiento con el objeto de monitorear posibles recaídas. En la misma el consultante refiere seguirse manteniendo en cero y que el deseo de consumo ha desaparecido del todo, además que ha logrado comunicarse cada vez mejor con su pareja. No obstante, hay áreas en las que revela que necesita

trabajar más como el tema de espacios personales para consigo mismo. Esto debido a que plantea no tener alguna afición o pasatiempo. Expresa que a veces se siente distante de su pareja y que eso le produce culpa. Se trabaja en sesión sobre el significado de los espacios y distancias necesarias en la relación. Se concluye de qué es normal en ocasiones sentir la necesidad de un distanciamiento breve a lo largo del día con el objetivo de tener espacio para sí mismo. A su vez reporta ser consciente de que la opinión de su pareja es muy relevante para él. Y que cualquier gesto de parte de ella lo interpreta como rechazo cuando no necesariamente es así.

En otro momento de la sesión se destinó a la inquietud surgida en él con respecto a la independencia de su pareja ya que revela no sentirse confiado si ella se vuelve cada vez más autónoma. Aun así, reporta conocer que esta incomodidad nace de un punto de vista machista en él, por lo que durante la sesión lo cuestiona.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

De igual forma que el resto de la sesión se muestra colaborador y reflexivo.

### **Plan de acción:**

En la próxima sesión, de cierre, es necesario trabajar el tema de construcción de sujeto en base a los valores.

### **Resultados**

El consumo sigue en cero

### **Sesiones futuras**

Sesión de cierre

**Sesión 7:** Fecha 29 de abril de 2021. Hora 11: am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones

**Fijación de orden del día.**

Cierre del proceso terapéutico

**Revisión de actualización**

Esta fue la sesión final del proceso, en la misma el paciente comenta haber experimentado deseo de consumo, no obstante, no ha consumido ni una sola vez por lo cual la línea base se sigue manteniendo en cero.

También plantea que le han funcionado muchas de las indicaciones planteadas a lo largo de la terapia en especial lo que concierne a planificación de actividades relajantes. Ha estado caminando y esto le ha ayudado bastante desde su percepción. Con respecto a los conflictos con su pareja los mismos han disminuido casi que a cero siendo que desde hacía semanas no tenían un solo conflicto inclusive han empezado a ir a clases de baile juntos situación que les ha unido bastante. Según comenta el consultante su pareja se ha vuelto mucho más receptiva con él, inclusive ella le planteó no continuar con la terapia debido a que desde hacía meses veía grandes cambios en él. Esto refleja un sentido de satisfacción con respecto a los resultados de esta.

El consultante sigue planteando que con respecto a las ansias de consumo las describe como una ansiedad o un deseo incontenible pero que no tarda más de algunos minutos y que luego se va.

Para culminar la sesión se realiza con él un ejercicio desde la terapia de aceptación y compromiso en la cual se abordarán sus valores como persona. El ejercicio descrito como "El funeral" plantea de forma imaginaria que se recree así mismo en el momento de su propio funeral, así como que construya un epitafio. Esto con el fin de retomar los valores que le caracterizan como persona. Revela dentro de los mismos la humildad la solidaridad honradez responsabilidad respeto y honor.

A su vez se reflexiona sobre si esos valores estaban presentes en su dinámica antigua de consumo de pornografía. Describe algunas características relacionadas

con su época de consumo como el mostrarse insensible ante los demás las dificultades de razonamiento y de empatía. Se le solicita que imagine un funeral a esas características negativas de su vida, a lo cual el consultante le termina destinando algunas palabras:

"Aquí yace una parte de mí que me trajo dolor. Fuiste un mentiroso desconsiderado porque sólo buscaba satisfacerte en el lugar equivocado"

**Aspectos destacados de la sesión:**

Así como el resto de las sesiones el consultante mantuvo una actitud colaborativa, de igual forma se evidenció en la sesión final

**Resultados**

Prevención de recaídas con respecto a la necesidad de consumo. Cuando el consultante ingresa al proceso terapéutico, no consumía del todo por lo que todo el proceso se orientó en el objetivo de mantener este consumo del todo en cero. Dicha meta fue conseguida exitosamente.

## **Sesiones caso Luigi**

**Sesión A:** Fecha 27 de agosto 2021. Hora 4:00 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 14 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

Esta sesión fue la entrevista inicial. El consultante revela consumir de forma diaria mínimo dos ocasiones, según lo que plantea podría ser mayor el consumo a no ser que por lo general está ocupado en el trabajo. Luigi trabaja en el sector salud como odontólogo.

El consultante revela ya en esta primera sesión tener un tema con su propia ansiedad, se describe a sí mismo como colérico y con dificultades de autocontrol. El consumo de pornografía le afecta en el sentido de que ha disminuido la atracción que experimenta hacia con su pareja, e incluso las relaciones sexuales se han vuelto cada vez menos placenteras. Consume de forma diaria mínimo en unas dos ocasiones.

Comenta que las ocasiones en las cuales el consumo de pornografía sido más intenso fue durante el período de separación con su exnovia donde no estaba teniendo relaciones sexuales desde hacía tiempo. En ese caso aumentó el consumo a cinco ocasiones diarias. Revela que durante esos momentos el consumo se volvió muy compulsivo.

También comenta que el consumo de pornografía le ha llevado a un problema de eyaculación retardada, ya que al no experimentar goce sexual se siente insatisfecho.

Revela en ocasiones comparar de forma continua a su pareja con otras mujeres que ve en los videos de pornografía.

El consumo se incrementa cuando antes de dormir presenta ansiedad, por lo que en estas ocasiones se masturba con el objeto de relajarse. Los estímulos que suelen precipitar el consumo son los de estrés y ansiedad. Después aparece una sensación de relajación, acompañada de culpa en el sentido de que asume que no debería masturbarse para sentirse relajado.

Actualmente la satisfacción sexual ha disminuido el punto de que ni siquiera viendo pornografía se siente cómodo.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente y colaborador. Conversa y se muestra elocuente en su discurso.

### **Plan de acción:**

Monitoreo de su respuesta de consumo

### **Resultados**

Se consigue un adecuado rapport y alianza terapéutica.

### **Sesiones futuras**

Abordar la historia del consumo

**Sesión B:** Fecha 3 de setiembre 2021. Hora 4:00 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 14 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Historia de la conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión se abordó la historia de consumo de pornografía de parte de Luigi. El consultante comenta que desde su infancia vivió episodios de abuso físico y un estilo de maternidad autoritaria desde el cual creció sintiéndose indefenso. Recibía continuamente castigo físico con cables eléctricos. A lo largo de la sesión se comenta sobre el tema del aprendizaje de un modelo basado en una relación de dominio y sumisión con respecto a las relaciones vinculares. Esta propuesta de vínculo afectivo fue obtenida por medio de su estilo de crianza con su madre donde según comenta al llegar su adolescencia fue la preparación para que modelos de pornografía fueran asimilados rápidamente.

El inicio de pornografía lo realiza con su hermano mayor el cual veía y el consultante le observaba desde lejos. Más tarde en la adolescencia ciertos amigos le conseguían pornografía. Estando en el colegio consumía por discos que había quemado o viendo un canal de televisión que transmitía un programa llamado puro platino que contenía pornografía. Cuando ingresa a la universidad ya existía la herramienta de internet. Además, el consumo ya era diario desde esta época.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Conversa y da detalles explícitos sobre su historia de vida adecuadamente.

**Plan de acción:**

Tarea sobre Inventario de conformidad a las normas masculinas.

**Resultados**

Se consigue comprender la historia de aprendizaje de consumo de pornografía.

**Sesiones futuras**

Devolución del análisis funcional

**Sesión C:** Fecha 10 de setiembre 2021. Hora 4:00 pm



**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 12 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Devolución análisis funcional

**Revisión de actualización**

Se trató de una sesión de devolución en la cual, se plantearon las diferentes relaciones que existen entre consumo de pornografía a la vez que se realizó la devolución de la prueba del inventario conformidad a las normas masculinas.

Se le planteo al consultante que el consumo de pornografía guardo una relación con su forma de vivir la ansiedad, en tanto la misma conlleva a una activación constante del sistema simpático consiguiendo que cualquier conducta eficaz de activar al parasimpático sea utilizada a futuro. El consultante revela estar teniendo problemas económicos fuertes los cuales le desestabilizan emocionalmente. En ocasiones anteriores de su vida se sentía pleno en cuanto económicamente estuviera estable, pero a razón de deudas que debe pagar suele sentirse en lo que describe indefenso. Plantea que consumir pornografía es un alivio para el en las noches ya que eso le lleva a sentirse relajado y que cuando no lo va a hacer comienza a rumiar acerca de los problemas económicos que atraviesa.

También se le planteó la devolución del Inventario de conformidad las normas masculinas según el cual la hipersexualidad sale en primer lugar y se reflexiona sobre los factores que inciden en que la misma tenga una repercusión en el consumo de pornografía.

Revela que de lo que se desprende del inventario, la orientación al éxito y la hipersexualidad han sido formas en las cuales se ha sentido tranquilo durante su vida, asume que la orientación al logro también se fundamentó en su niñez al vivir un constante maltrato infantil de parte de su madre. Cuenta que de niño se prometió un día que de adulto llegaría a ser alguien. Actualmente al económicamente verse presionado está promesa se ve difícil de alcanzar.

Se le plantea al consultante las técnicas que se utilizarían en sesiones siguientes, las cuales serían relajación, exposición con prevención de respuesta y psicoeducación.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra reflexivo y enojado por la influencia materna en su vida, planteando que necesita deshacerse de los mencionados patrones de conducta.

**Plan de acción:**

Monitoreo de su respuesta de consumo

**Resultados**

Se realiza adecuadamente la devolución del análisis funcional.

**Sesiones futuras**

Psicoeducación sobre modelo de respuesta sexual humana y ansiedad.

**Sesión 1:** Fecha 17 de setiembre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** 18 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión se abordó el tema del consumo de pornografía el cual indica estar en tres ocasiones diarias. Se trabaja con el consultante sobre una exploración con respecto a su relación de pareja y de estrategias con las cuales podría asumir un vínculo con ella. Revela sentirse apático de la necesidad de convivencia con ella debido a que el consumo de pornografía le ha restado deseo sexual. Se indaga en sesión sobre el tema de recuperar su relación de pareja planteando el consultante

que se siente enamorado de su pareja pero que además necesita desarrollar un mayor interés hacia con la misma situación que tampoco tendría con ninguna mujer más.

Además de la sesión se desprende un temor hacia desarrollar una relación de convivencia en el entendido de que le atemoriza un desencuentro amoroso que culmine en una separación tal como ya las ha vivido en el pasado. Se realiza en esta sesión reestructuración cognitiva, con tal de reflexionar sobre las evidencias a favor y en contra de que éste pudiese suceder siendo que como señala el consultante sería difícil. Este presentimiento de abandono proviene de un esquema de evitación hacia las relaciones vinculares aprendido de forma social por la relación que ha tenido con otras figuras significativas en su vida las cuales le han planteado el concepto de dificultad en cuanto al establecimiento de relaciones de pareja y la inevitabilidad de que el vínculo resulte herido. De esta forma el consultante evita constantemente los vínculos de pareja, utilizando el consumo de pornografía como sustituto de satisfacción sexual.

También en esta sesión se entrena al consultante en respiración diafragmática.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante es sumamente colaborador con lo planteado en la sesión, aportando de forma recurrente ejemplos sobre su vida.

### **Plan de acción:**

Práctica de respiración diafragmática a lo largo de la semana

### **Resultados**

Se reflexiona desde la reestructuración cognitiva sobre la relación entre consumo y sus inseguridades en cuanto a vínculos afectivos.

### **Sesiones futuras**

Es posible iniciar protocolo de mindfulness

**Sesión 2:** Fecha 24 de setiembre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 12 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión, el consumo vuelve a normalizarse, después de un incremento en la sesión anterior. Plantea que las ocasiones que consumió guardan relación con un conflicto que tuvo con su pareja en el cual se sintió humillado y rechazado y se mantuvo algunos días distante con ella incrementando en esos días el consumo.

Comenta que en otro momento de la semana le revela su pareja que la pérdida en el interés sexual ha tenido mucho en común el consumo de pornografía ya que ha hecho que el este más obsesionado en el material por no que en ella misma.

Se realiza un ejercicio basado en mindfulness en el cual se busca que introduzca un chocolate en su boca y espere hasta que el mismo se deshaga sin intervenir en el mínimo. Se realiza la metáfora de que la sensación de querer masticar el chocolate es homologable al craving que siente previo al consumo de pornografía y que dominando está sensación podrá a su vez dominar las previas a consumir pornografía.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante en esta sesión tal cual las sesiones pasadas se mostró anuente

**Plan de acción:**

Cómo tarea se le plantea practicar el ejercicio del chocolate varias ocasiones en la semana.

**Resultados**

El consultante consigue dominar el ejercicio

### **Sesiones futuras**

Continuar ejercicios de mindfulness

**Sesión 3:** Fecha 1 de octubre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 4 ocasiones semanales

#### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

#### **Revisión de actualización**

Plantea que en los últimos días comenzó a tener una necesidad de consumo fuerte pero que de igual forma se contuvo con ayudado con los ejercicios de relajación, siendo solamente 4 ocasiones en la semana. De modo tal que está evidenciando habilidades de autocontrol muchísimo mejores.

Plantea que cómo ha estado practicando relajación todos los días piensa las cosas con mucha mayor tranquilidad y eso le está ayudando a resolver los problemas de mejor forma. Siendo que inclusive puro resolver una deuda económica que está atravesando, solicitando un préstamo con mejores garantías de pago.

También maneja los problemas con su pareja de una mejor forma. Incluso va a convivir con ellas sintiéndose agusto. Cómo el consumo de pornografía ha disminuido sustancialmente has recuperado el apetito sexual hacia con ella. Se dedica un espacio en sesión para conversar sobre la influencia a nivel fisiológico del consumo excesivo de pornografía, en tanto reduce los niveles de testosterona.

Se dedica la sesión a realizar ejercicios de mindfulness, primero con la atención plena de la respiración, fomentando el consultante que adecuadamente logró percibir las sensaciones de esta. Luego con atención de sonidos, iniciando en la

concentración de sonidos de una fuente que hay en el consultorio, posteriormente del ventilador, luego sonidos de la calle y al final del propio cuerpo.

Se finaliza con mindfulness de pensamientos, planteando la necesidad de la difusión como una estrategia de distanciamiento de los pensamientos negativos cuando los mismos aparezcan.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente realizar los ejercicios y con una maestría adecuada.

### **Plan de acción:**

Para la próxima sesión se le plantea cómo tarea tres actividades de mindfulness:

Con la comida, al bañarse y una a elección de él.

El consumo en la próxima debe ser cero.

### **Resultados**

Se consigue adecuadamente la consecución de objetivos de parte del consultante, disminuyendo el consumo además de incorporar la relajación.

### **Sesiones futuras**

Continuar mindfulness, iniciar exposición con prevención de respuesta.

**Sesión 4:** Fecha 8 de octubre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 0 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante revela un consumo de 0 ocasiones diarias. Se trabaja con el consultante al inicio con técnicas de relajación con mindfulness, las acostumbradas hasta el momento, combinando con respiración diafragmática. Posteriormente se pasa a trabajar con él en un ejercicio de exposición con prevención de respuesta. En el mismo se le ponía a mirar un video, pero sin reproducir al mismo sino únicamente en pausa. Mientras tanto debía practicar las técnicas de relajación vistas.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante demuestra una soltura adecuada con el ejercicio mismo, mostrando si cada vez más diestro con las técnicas de relajación.

### **Plan de acción:**

De tarea se le plantea pensar en aquellas situaciones del pasado que aún no ha resuelto con su expareja y se buscaría abordarlas en la siguiente sesión de terapia.

### **Resultados**

El consultante demuestra manejar mucho mejor las técnicas de relajación. Además, revela utilizarlas a diario, situación que se vuelve evidente en las sesiones de terapia. El consumo ya lo lleva en cero.

### **Sesiones futuras**

Monitorear el consumo mismo, el mismo ha conseguido llevarlo a cero, en las próximas sesiones será crucial constatar si se mantiene así.

**Sesión 5:** Fecha 15 de octubre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 0 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Reconocimiento de objetivos terapéuticos abordados.

- Impacto del proceso terapéutico en diferentes áreas.

### **Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante revela un consumo de 0 ocasiones manteniéndose desde hace dos sesiones. Plantea que ha practicado relajación todos los días y que esto le ha ayudado en otros ámbitos de su vida. También practicó el ejercicio de exposición con prevención de respuesta en dos ocasiones expresando que el mismo pudo lograrlo adecuadamente sin embargo en un par de ocasiones noto un incremento de la necesidad del consumo, al identificarlo y reconocer dicha sensación pudo abordarla adecuadamente.

Se conversan con el consultante los cambios que ha visto en su vida a través del proceso terapéutico planteando básicamente tres áreas: en primer lugar, un reconocimiento sobre sus heridas de infancia acontecidas por su madre. En segundo lugar, la toma de decisiones sobre si convivir o no con su pareja. Y en tercer lugar una mejora en su habilidad para relajarse.

Se conversa con el consultante sobre su propio proyecto de vida y además se aborda el tema sobre qué hacer con su anterior pareja por la cual sigue teniendo apetito sexual. Aun así, el consultante revela que a pesar de ese deseo sexual hacia su expareja ya no la busca más y qué aprendizaje a manejarlo incluso lleva meses sin verla.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente y colaborador.

### **Plan de acción:**

Cómo tarea para la próxima sesión se le plantea ver un video pornográfico, pero a manera de crítica estableciendo su punto de vista al respecto, y a la vez tratando de que no haya excitación sexual.

### **Resultados**



El consumo se mantiene en cero

### **Sesiones futuras**

En la próxima sesión se puede trabajar el tema de valores y que se plantee qué tanto sus valores van de la mano con un consumo compulsivo de pornografía.

**Sesión 6:** Fecha 22 de octubre 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 0 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

Se trató de la sesión final, reportando el consultante un consumo nulo de pornografía. Para esta sesión el consultante se muestra motivado en función de que describe haber visto cambios muy importantes en su vida no solamente con la reducción del consumo sino la toma de decisiones llevadas a cabo.

Plantea mejoría con respecto a la relación con su madre, con sus compañeros de trabajo Y en especial, con su pareja con la cual plantea sentirse cómodo. El interés sexual hacia con ella ha retornado planteando que anteriormente no lo disfrutaba y ahora sí.

También se revisa la tarea con la cual debía ver un video porno y realizar un análisis crítico del mismo. Al respecto plantea lo siguiente:

*"Se me paraba el cacho, pero logré hacer la tarea y fui muy crítico. Noté que el video era muy machista con una trama muy mala, el vestuario era pésimo, las cámaras mal dirigidas y un audio muy mal trabajado. No puedo creer que a este tipo de producciones yo le dedicara entre 2 y 3 horas semanales ese*

*tiempo lo hubiera aprovechado con algo de mayor calidad, desde un punto de vista de mi propia dignidad como persona."*

Se realiza un ejercicio de meditación pasado en la aceptación y compromiso llamado el funeral en el cual debía imaginar sus propios valores y se reflexiona qué tan coincidente son los mismos con respecto a su consumo de pornografía.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra contento y satisfecho.

**Resultados**

El consultante domina técnicas de relajación y las aplica diariamente. La necesidad de consumir por ansiedad se desvanece. Además, disminuyó la conflictividad con su pareja.

## **Sesiones caso Luis**

**Sesión A:** Fecha 31 de agosto 2021. Hora 2:00 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 21 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

Esta sesión se trató del establecimiento de un contacto inicial, así como la delimitación de la conducta de consumo. El consultante planea sentir afectación por el consumo, en tanto le ha incrementado el deseo sexual al punto de optar por conductas de infidelidad. Revela que posee un gran peso el tema de que su pareja ha asumido una carga laboral importante a razón de la pandemia, situación que hace que ella descuidara la relación desde un plano sexual. En función de la privación sexual el consultante ha aumentado tanto el estar con otras mujeres como el consumir pornografía. Además de ello, su pareja expresa desde interpretación del consultante un trato menospreciativo, situación que le genera insatisfacción personal. En términos generales, la percepción de rechazo incita a un aumento de búsqueda de gratificación sexual, ya sea desde la pornografía o desde la infidelidad.

El consultante se muestra interesado en el proceso terapéutico, pues desea averiguar si el consumo de pornografía es resultado de algo más en su personalidad. Se muestra anuente en la entrevista.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra conversador y colaborador con el proceso.

### **Plan de acción:**

Monitoreo de su respuesta de consumo para la próxima sesión.

### **Resultados**

Se consigue una adecuada alianza terapéutica con el consultante.

### **Sesiones futuras**

Abordar la historia del consumo de pornografía.

**Sesión B:** Fecha 7 de setiembre 2021. Hora 4:00 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 20 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Historia de la conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante mantiene el mismo consumo registrado anteriormente. Se dedica la misma a expandir la sesión de entrevista, en tanto es necesario abarcar con mayor detalle aspectos de la afectación emocional a razón de la situación vivida con su pareja. Revela experimentar un trato de desprecio de parte de ella, en tanto que ella le rechaza desde hace varios años y no desde que inicia la pandemia.

En esta sesión se abordó la historia de consumo de pornografía de parte de Luis. El mismo plantea que el consumo de pornografía se dio en dos momentos de su vida, uno en su adolescencia antes de casarse con su actual pareja, en el cual veía videos en formato VHS, inicia a sus 14 años, plantea que bajo impulso de su curiosidad y en ocasiones presión de amigos. En esos momentos, tenía acceso a películas en VHS, revistas y tarjetas, el consumo en esos momentos lo estima en unas 2 o 3 veces semanales.

A sus 19 años se lesiona una pierna por lo que debe permanecer un tiempo de 6 meses en recuperación, lejos del estudio en un cuarto en su casa. En esos momentos descubre varios canales de televisión que transmitía pornografía en algunos momentos del día. Después de este tiempo, comienza a tener vida afectiva con su pareja actual, por lo que deja de consumir.

A sus 41 años vuelve de nuevo al consumo, ante diversos planes de estudio de su esposa que le obligan a pasar menos tiempo juntos. Algunos amigos le envían material pornográfico por redes sociales, es entonces que el consumo regresa.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Sin ningún temor, el consultante revela detalles de su vida sexual y consumo de pornografía.

### **Plan de acción:**

Se le deja como tarea llenar el Inventario de conformidad a las normas masculinas.

### **Resultados**

Se consigue comprender la historia de aprendizaje de consumo de pornografía.

### **Sesiones futuras**

Devolución del análisis funcional

**Sesión C:** Fecha 14 de setiembre 2021. Hora 2:00 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 18 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Devolución análisis funcional

### **Revisión de actualización**

Se realiza la devolución al consultante. Se estima que sus infidelidades provienen más bien de un deseo de protección de la relación. Al estar con alguna otra muchacha, disminuye su tensión hacia con su pareja por el enojo acumulado al no recibir atención sexual. El consultante le teme a la confrontación. De modo que prefiere relajarse para así disminuir las posibilidades de un conflicto por la acumulación de tensión.

¿Porque no escogió otras estrategias de relajación? Esto debido a que la hipersexualidad juega un marcado componente en la conformación de su masculinidad.

Se le plantean las dos causas de origen en cuanto a la conducta de consumo: inactividad y frustración. En ambas se llega a la conclusión de que representarían la posibilidad de ponerse en contacto con la soledad, situación que le atemoriza.

El consultante tiene una gran dificultad en la expresión de sus emociones, asumiendo no tener derecho a expresar algo justo. El reclamo de lo que sucede en la relación le atemoriza, ya que podría culminar en un conflicto que amenace la estabilidad de la relación como tal.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra consternado ante la devolución de análisis funcional, pero a la vez expresa agradecimiento, pues plantea que se identifica.

### **Plan de acción:**

Monitoreo de su respuesta de consumo

### **Resultados**

El consultante es consciente de su análisis funcional.

### **Sesiones futuras**

Psicoeducación sobre modelo de respuesta sexual humana y ansiedad.

**Sesión 1:** Fecha 24 de setiembre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** 18 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conductas pertinentes a manera de reforzamiento diferencial
- Control estimular

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante revela un consumo de 3 ocasiones diarias. Sí plantea con él como acuerdo reducir el consumo a dos ocasiones diarias y a la vez aumentar la cantidad de actividades que a manera de reforzamiento diferencial pudieran compensar la carencia de consumo pornográfico. De esta forma se acuerda también que cada vez que le llegue un video inmediatamente los borre. El consultante plantea que podría leer algún libro en el espacio de consumo pornográfico, como por ejemplo alguna novela de tipo policial.

Seguido a ello se aborda con el consultante una primera parte de entrenamiento en habilidades sociales ya que plantea como en sesiones pasada se ha visto que mucho de la razón del consumo radica en el rechazo que experimenta de su pareja situación que le hace además de consumir pornografía buscar parejas y mantener relaciones sexuales en paralelo.

En sesión se aborda el miedo a establecer un reclamo que pudiese traer algún conflicto entre ambos, a manera de reestructuración cognitiva se trabaja desde las evidencias en función de que no todos los reclamos tienen porque generar algún grado de conflictividad, sino más bien se puede establecer uno de forma empática y exponiéndolo en primera persona. Se plantea al final de la sesión qué es necesario a la vez que un acercamiento con su pareja una revelación de la disconformidad de forma sensible y compasiva hacia con ella.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se mostró contento con lo que se desarrolló en la sesión, planteando que tendría mayores herramientas para hacerle frente a esta revelación de disconformidad.

**Plan de acción:**

Cómo tarea debe realizar un acercamiento hacia con su pareja para al final terminar con la expresión de desacuerdo

**Resultados**

El consultante sigue mostrándose interesado en el proceso terapéutico, expresa una adecuada anuencia.

**Sesiones futuras**

Es posible iniciar protocolo de mindfulness

**Sesión 2:** Fecha 30 de setiembre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 12 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Psicoeducación sobre ansiedad
- Respiración diafragmática

**Revisión de actualización**

En esta ocasión el consultante revela un consumo de 2 ocasiones diarias excepto en un día en el cual no consumió del todo. De modo que de forma semanal se trata de 12 ocasiones. Con respecto al acercamiento afectivo que se le planteó de tarea plantea que funcionó bastante bien en el sentido de que pudo inclusive conectarse con ella y luego establecer la expresión de su insatisfacción de forma asertiva cómo se planteó en la sesión anterior.

Además de ello, plantea que tuvo relaciones sexuales con su pareja situación que la vivió desde la gratitud y motivación. Se trabajo en sesión sobre algunas



actividades gratificantes que puede realizar en paralelo al cese del consumo. El consultante revela estar viendo series con sus hijas y dedicarles tiempo de calidad a las mismas en actividades variadas como arte, juegos o conversar con las mismas.

También se aborda en sesión el tema de disminuir cada vez más las visitas a sus parejas paralelas, ya que dentro de algunas sesiones habrá que estipular si se queda con su esposa en función de avances de esta en materia sexual.

Al final de la sesión se introducen la respiración diafragmática, revelando el consultante dificultades en torno a la técnica misma por lo que se le plantea la necesidad de practicarlo antes de la próxima sesión.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra muy agradecido con la sesión planteando que le ha servido de mucho el proceso.

#### **Plan de acción:**

Cómo tarea se le plantea practicar el ejercicio del chocolate varias ocasiones en la semana.

#### **Resultados**

Existe una adecuada adherencia a las solicitudes terapéuticas.

#### **Sesiones futuras**

Para la próxima sesión debe continuarse con la práctica de relajación.

**Sesión 3:** Fecha 8 de octubre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 7 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante revela un consumo de una ocasión diaria. Plantea estar teniendo dificultades con respecto al consumo mismo ya que tiene deseos de ejecutar la conducta para él, pero ha logrado poderse autogobernar con la misma. Plantea a manera de reforzamiento diferencial que sustituye el consumo con el ver una serie la cual de alguna otra forma le ha generado bastante interés. También plantea que la conversación con su esposa se comienza a volver cada vez más amena incluso dedicándole ella tiempo sexual, situación que le hace estar satisfecho con la terapia.

Se destina el resto de la sesión a la práctica de relajación con respiración diafragmática. También se inició un protocolo de exposición con prevención de respuesta en el cual en la sesión se le presentaba un video pornográfico y sin darle play debía mantenerse 10 minutos bajo respiración diafragmática. Además, esto se combinó con un ejercicio de mindfulness basado en el saborear un chocolate sin masticarlo. El paciente revela que el ejercicio se le dificultó pues le daban ganas de poner el video. A la vez el ejercicio se acompañó de verbalizaciones instigadores por parte del terapeuta.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al final del ejercicio se comenta sobre las impresiones del consultante con el mismo, revelando que tuvo mucho deseo de consumir el video como tal, aunque logró sostenerse. Revela que en ocasiones comenzaba a respirar más rápido, pero que trataba de contener la respiración misma y volver a la de tipo diafragmático.

**Plan de acción:**

Al final de la sesión se le plantean como tarea continuar el consumo a una ocasión semanal pero además con un retraso en la ejecución de este de unos 10 minutos.

## **Resultados**

Al final de la sesión se muestra inspirado a seguir practicando respiración diafragmática para poder tolerar las sensaciones de craving.

## **Sesiones futuras**

Revisión de exposición con prevención de respuesta.

**Sesión 4:** Fecha 15 de octubre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 7 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Exposición con prevención de respuesta

### **Revisión de actualización**

Para esta sesión continua su consumo de pornografía a una ocasión diaria es decir 7 semanales. Comenta tener dificultades con respecto a la ejecución de la procrastinación del consumo, aunque logró adecuadamente todas las ocasiones.

Comenta que a la vez ha reducido al máximo las interacciones con las parejas sexuales con quienes interactúa de forma alternativa a su matrimonio. Inmediatamente se desarrolla la ejecución del ejercicio de exposición con prevención de respuesta en el cual debía observar un video de pornografía en pausa y a la vez practicar respiración diafragmática.

Como punto en agenda se le plantea decidir acerca de sí quedarse con su pareja o con las amantes como en sesiones anteriores se le había instigado. Plantea que su

esposa se ha vuelto cada vez más receptiva hacia con él desde el punto sexual por lo que le gustaría mantenerse con ella.

A continuación, se realiza reestructuración cognitiva en el sentido de analizar como la búsqueda de pareja sexual el consumo de pornografía obedece también a una búsqueda de reafirmación personal. El consultante plantea que desde que su esposa tiene menor interacción con él y lo ha vivido desde rechazo asumiendo que algo en sí mismo ha dejado de ser de interés hacia ella por lo que buscar a otras parejas funciona para buscar aprobación masculina. El consultante plantea que hubo un episodio de abuso sexual en su vida situación que lo hipersexualizó, enseñándole que su valía debe obtenerse a partir del sexo, le llevó a buscar dicha aprobación y valía personal en las mujeres

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra agradecido por la sesión y expresa que también de forma indirecta le está ayudando a perdonarse por la infidelidad.

#### **Plan de acción:**

De tarea se le plantea pensar en aquellas situaciones del pasado que aún no ha resuelto con su amante y se buscaría abordarlas en la siguiente sesión de terapia.

#### **Resultados**

El consultante muestra avances con respecto a su orientación hacia el consumo de pornografía.

#### **Sesiones futuras**

En la próxima sesión deberá revisarse como parte del trabajo con su proyecto de vida, la toma de decisiones con respecto a su esposa y sus amantes.

**Sesión 5:** Fecha 22 de octubre 2021. Hora 2:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 6 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Práctica de relajación
- Exposición con imaginería de su amante

**Revisión de actualización**

El consultante mantiene un consumo de 1 ocasión diaria. En esta sesión se continua con el protocolo de mindfulness, en esta ocasión percibiendo sensaciones y pensamientos. Además, se aborda en sesión sobre el tema de abandonar la frecuencia con la que visita a sus parejas sexuales alternas. Se realiza un ejercicio de relajación con respiración diafragmática, utilizando imaginería, bajo la cual debía imaginarse a su pareja alterna. Se le plantea que visualice una despedida, situación que se continuaría en la próxima sesión.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se encuentra decidido a continuar con su relación de pareja.

**Plan de acción:**

Se le solicita al consultante la escritura de una carta de despedida a su amante, a manera de exposición simbólica.

**Resultados**

El consumo de pornografía se mantiene en una ocasión.

**Sesiones futuras**

Se trabajará con exposición con imaginería respecto a su amante, a manera de despedida.

**Sesión 6:** Fecha 29 de octubre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 5 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Exposición simbólica como ejercicio de despedida con su amante

**Revisión de actualización**

El consultante reporta un consumo semanal de 5 ocasiones, plantea que el retraso en la ejecución de respuesta ha funcionado de forma óptima pues al momento de terminar el tiempo, se siente con menor deseo sexual. A continuación, se realiza psicoeducación a manera de explicar la influencia a nivel bioquímico del retraso en la ejecución de la conducta.

Posterior a ello, se le plantea iniciar con relajación, donde se le solicita imaginar a su amante y despedirse de ella de forma simbólica. Además de ello se lee la carta. Al final de la sesión el consultante plantea que el abordaje del consumo de pornografía en la terapia le ha traído grandes beneficios en su vida, no obstante, se conversa que el mismo parece tener una dinámica mayormente adictiva, pues a pesar de sus esfuerzos, el consumo le cuesta disminuirlo. También se aborda como el hecho de disminuir la interacción sexual con parejas alternas, trae a colación un fenómeno de privación que afecta un incremento en el valor apetitivo del consumo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se encuentra decidido a continuar con su relación de pareja.

**Plan de acción:**

El consumo lo disminuirá a 4 ocasiones semanales, además de incrementar el tiempo de procrastinación a 10 minutos.

**Resultados**

El consultante se encuentra satisfecho con la terapia, planteándose disminuir el consumo aún más.

### **Sesiones futuras**

Se iniciará el trabajo en valores a manera de prevención de recaídas.

**Sesión 7:** Fecha 4 de noviembre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 2 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante reporta un consumo de 2 ocasiones semanales. Plantea que la reflexión a lo largo de las sesiones sobre su dinámica de consumo le proveyó a manera de beneficios secundarios, de un mayor contacto con sus hijas, pues el tiempo que anteriormente dedicaba al consumo o a sus infidelidades ahora lo invierte en su familia. También, plantea que puso en práctica lo abordado en sesiones para comunicarse con su pareja, expresando no enojo ni reclamo hostil sobre el exceso de trabajo de ella y el consecuente abandono, sino más bien planteándolo como una preocupación desde el desgaste de ella misma. Comenta que después de la conversación, su esposa se siente a gusto con él. Se aborda a manera de reestructuración cognitiva que anteriormente establecía conclusiones de abandono sin evidencia, ahora se ha permitido darse cuenta sobre las intenciones reales de ella. Se reflexiona sobre su anterior análisis funcional, en tanto al experimentar cogniciones de abandono, las abordaba desde la evitación utilizando a la pornografía e infidelidad como mecanismo de alivio de ansiedad. No obstante, la percepción de abandono ha sido cuestionada y neutralizada.

Al final de la sesión se realiza un ejercicio de reflexión con imaginación a manera de proyección en el tiempo donde se imaginaria y describía los dos escenarios posibles en su futuro, uno en el que no manejara su consumo de pornografía y otro en que sí.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra contento y satisfecho al inicio. Luego, con el ejercicio final llora, argumentando sentirse aliviado por el futuro que dejó pasar.

### **Resultados**

El consultante revela sentir una mayor capacidad de dominio sobre su propio consumo. Ha iniciado otra variedad de actividades recreativas como jugar futbol.

### **Sesiones futuras**

Cómo tarea para la próxima sesión se le plantea ver un video pornográfico, pero a manera de crítica estableciendo su punto de vista al respecto, y a la vez tratando de que no haya excitación sexual.

**Sesión 8:** Fecha 11 de noviembre 2021. Hora 2:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 2 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Ejercicio sobre valores y consumo de pornografía.

### **Revisión de actualización**

Se trató de la sesión final, reportando el consultante un consumo nulo de pornografía. Para esta sesión el consultante se muestra motivado en función de que describe haber visto cambios muy importantes en su vida no solamente con la reducción del consumo sino la toma de decisiones llevadas a cabo.



Se realiza un ejercicio de meditación pasado en la aceptación y compromiso llamado el funeral en el cual debía imaginar sus propios valores y se reflexiona qué tan coincidente son los mismos con respecto a su consumo de pornografía.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra contento y satisfecho.

**Resultados**

El consultante domina técnicas de relajación y las aplica diariamente. La necesidad de consumir por ansiedad se desvanece. Además, disminuyó la conflictividad con su pareja.

## **Sesiones caso Ronny**

**Sesión A:** Fecha 17 de mayo 2021. Hora 4pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de catorce ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta primera sesión se recolectaron como parte de la indagación general los datos generales del consultante. Se trata de un hombre soltero de 43 años que trabaja para el sector público. El consumo de pornografía según comenta le ha llevado adoptar patrones sexualizados en los que se exige a sí mismo dar satisfacción plena a una mujer.

Todo esto le ha llevado como afectación que se exija a sí mismo y además verse en la obligatoriedad de utilizar películas para estimularse. Comenta ver pornografía casi todos los días al menos unos 2 o 3 veces diarias. Reporta tener almacenado más de 200 gigas en video acumulando material que en ocasiones no llega ni a ver. Resalta un gusto especial para algunas actrices porno, las cuales sigue conforme las mismas publican videos.

Con respecto al momento en que el consumo se presentó con más intensidad, revela su época de estudio donde pasaba casi que todo el día consumiendo alrededor de unas 10 ocasiones diarias. Actualmente consume cómo se mencionó anteriormente unas dos o tres ocasiones dedicándole entre una hora y 40 minutos al día. Confiesa perder la noción del tiempo cuando consume.

El solo hecho de estar en su cuarto hace que tenga deseos de consumir. La privación sexual juega un papel importante ya que como reporta: *“cuando ando*

*ganoso ese día de fijo toca ver porno".* Últimamente al masturbarse y consumir reporta quedar con más ganas ya que no siempre tiene el mismo efecto.

En ocasiones anteriores cuando tenía relaciones de pareja sus ideales sexuales eran altos y sus parejas no los cumplían. De modo que consumía para alcanzar cierto grado de satisfacción. Revela con sinceridad no haber visto el consumo de pornografía como un problema sino hasta en este momento en el que está siendo entrevistado ya que se ve desde afuera: *"no me había dado cuenta lo enfermizo que soy"*.

Las circunstancias que mayormente hacen que el problema se agrave tiene que ver con abstinencia sexual y falta de compañía. Comenta que el problema inició debido a una falta de amor propio ya que veía por carencia e inseguridad. *"Yo no estaba muy seguro de ser apreciado y atractivo hacia las mujeres y empecé a consumir pornografía a manera de educación sexual con el objeto según yo de aumentar el rendimiento"*.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se muestra sumamente colaborador con lo planteado, dando detalles frecuentes y ejemplos

### **Resultados**

Se consiguió escuchar las dinámicas de consumo desde la afectación y los parámetros mismos.

### **Sesiones futuras**

Ahondar en la historia del consumo

**Sesión B:** Fecha 24 de mayo 2021. Hora 4pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de catorce ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre historia de la conducta de consumo

**Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante remite haber consumido 10 ocasiones. Con una duración total de 3 horas. Plantea que el consumo mismo disminuyó debido a la reflexión que tomó consigo mismo tras la primera sesión.

Se le instruye en la forma de llenar el autorregistro. Posteriormente se dedica la sesión a escuchar sobre la historia del desarrollo de la conducta problema. Comenta que la primera experiencia con pornografía fue cuando era niño y en una ocasión vio a su papá viendo una película con alguna escena erótica. Él quería ver de qué trataba, pero el papá le ordenó que se metiera al cuarto ya que ese tipo de cosas solamente la podían ver los adultos. Eso generó aún más curiosidad en él, que cuando llegó la época de adolescencia pudo abordar. Justamente en sus años de colegio con compañeros se reunían y veían una película o coleccionaban revistas para verlas después de clases. También los fines de semana se reunían para ver películas mientras tomaban alcohol. De modo que el consumo de pornografía en este tiempo tiene más un componente de reforzamiento social.

Posteriormente inicia su época universitaria donde para cubrir el estrés académico comienza a consumir de forma individual. A sus 22 años conoce su primera pareja con la cual desarrolla la costumbre de consumir pornografía previa al acto sexual. Aquí inicia una asociación intensa entre el consumo de pornografía y el concepto de sexualidad. Según describe, ella había atravesado cierto recorrido sexualmente hablando, por qué fue iniciada en la materia desde muy joven así que él se comienza a ver orientado a superar a los hombres con quién asume estuvo ella. Al ver

pornografía también compite con los actores obligándose a durar más de lo que durase el video: *"Para mí durar poco es un fracaso"*.

Con el tiempo después de 10 años de relación culminan la misma por heridas de infidelidad mutua. Ella comenzó primero a serle infiel y entonces él por despecho busca otras mujeres e inclusive para realizar conductas que no podía realizar con ella misma como prácticas que requirieran más personas. En este momento comienza a consumir nuevos géneros ya que los primeros no le llenaron, motivándose a buscar mayor variedad sexual en la práctica.

Al terminar la relación se mantiene 4 años sólo, teniendo relaciones sexuales de forma ocasional, y a la vez desarrollando adicciones hacia diferentes drogas. A sus 35 años decide retomar su estudio y entonces alternaba lapsos de tiempo estudiando, con lapsus viendo pornografía acompañado de masturbación.

Con el tiempo conoce otras mujeres a las cuales no les gustaba ver pornografía y se siente incómodo. Plantea que cuando tenía una relación de pareja sexualmente activa no veía tanta pornografía. Pero si la relación de pareja no le satisfacía también consumía.

Con su última pareja si consumía pornografía, siendo compatible el estilo de comportamiento sexual con ella. No obstante, la misma termina la relación. Ahora está conociendo a una nueva mujer y su objetivo es iniciar la relación distinta, no tan sexualizado como siempre.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Al hablar, es notable un talante nostálgico, cuando recuerda exparejas.

### **Resultados**

Se consiguió información relevante vinculada a la historia de la conducta problema

### **Sesiones futuras**

Abordaje del análisis funcional

**Sesión C:** Fecha 31 de mayo 2021. Hora 4pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de quince ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Abordaje del análisis funcional

**Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante revela haber consumido en quince ocasiones, con un tiempo estimado de 4 horas entre todas. Se le comenta sobre la relevancia que tiene el fenómeno de privación a nivel sexual. Pasar mucho tiempo sin consumir genera privación y a la próxima vez que se consuma podría incrementar la intensidad de una forma disfuncional.

Posteriormente se realiza con él la devolución del análisis funcional siendo relevante la revelación que el mismo realiza sobre la asunción de riesgos tal como en el Inventario de conformidad a las normas masculinas indica. El plantea que tradicionalmente fue una persona impulsiva y que al practicar montañismo toma ciertos riesgos que no debería tomar. También ha tomado decisiones económicas con el objetivo de llamar la atención. Al consultarle sobre qué significa llamar la atención plantea que durante toda su vida ha pretendido ser validado.

Con respecto al desdén por la homosexualidad plantea no sentirse homofóbico, pero si descalifica le traten a él como homosexual porque eso le restaría relevancia con las mujeres. Y por último se plantea como la hipersexualidad podría haber salido más alta en el inventario, pero que en realidad salió así de baja porque no es el centro de sus necesidades emocionales, sino que la hipersexualidad tiene una función más dentro del repertorio conductual para obtener validación social.

Se plantea con él como la historia de su sexualidad ha ido evolucionando a través de tres etapas.

- Una primera etapa vinculada con el consumo comunitario de pornografía con sus amigos.
- Una segunda etapa vinculada con un consumo íntimo ya sea de él con su pareja. Aquí aprendió la concepción de vinculación afectiva en función de lo estrictamente sexual y no con la afectivo.

La sesión termina con un planteamiento de que el consumir pornografía tiene dos funciones por un lado la de disminuir el estrés y la ansiedad del día a día. Por otro lado, la de evitar el dolor emocional causado por un sentido de vida que todavía no se ha realizado.

Se le planteó como primera técnica él no reducir el consumo, pero si retrasar la ejecución de este.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

Reporta por haber podido disminuir la conducta de consumo.

#### **Plan de acción:**

Retraso en la ejecución de la conducta de consumo

#### **Resultados**

El consultante se encuentra al tanto del análisis funcional de su conducta de consumo.

#### **Sesiones futuras**

En la próxima sesión deben comentarse los objetivos terapéuticos y el plan de tratamiento.

**Sesión 1:** Fecha 7 de junio 2021. Hora 4pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de diez ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Psicoeducación Ansiedad y Respuesta sexual humana

**Revisión de actualización**

En esta sesión Ronnie llega a la consulta con un estado de ansiedad bastante fuerte debido a una sobrecarga de trabajo en las dos últimas semanas situación que revela le ha vuelto más irritable del usual. Inclusive tiene en sus planes terminar la relación de pareja que ha venido iniciando en las últimas semanas por las cuales se siente bastante ilusionado. Ronny plantea que su pareja la última semana no se comportó de una forma lo suficientemente afectiva como él lo necesitaba.

Después de abordarse por medio de reestructuración cognitiva la situación Ronnie se plantea que en situaciones de tensión se vuelve más vulnerable al rechazo. Es justamente en estas ocasiones de interpretación del rechazo que el consumo de pornografía se incrementa. Para esta sesión justamente consumió en cinco ocasiones.

Se plantea para esta sesión iniciar un protocolo de disminución del consumo, a su vez del uso de reforzamiento diferencial. Ronny plantea que ver series y jugar videojuegos podría competir con la necesidad de consumo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Se siente frustrado por temas de trabajo. El tema de estrés por exceso le lleva a generar conclusiones acerca de rechazo de su pareja. Conforme se conversa del rechazo mismo, su enojo disminuye.

**Plan de acción:**



Disminución del consumo desde el reforzamiento diferencial

## **Resultados**

Ronny se mostraba tenso y con dificultades de abordar la sesión.

## **Sesiones futuras**

Para la próxima sesión se debería iniciar un protocolo de psicoeducación de la respuesta sexual humana en conjunto con técnicas de relajación.

**Sesión 2:** Fecha 14 de junio 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.** Psicoeducación en respuesta sexual humana y modelo de ansiedad

## **Revisión de actualización**

Al inicio de la sesión Ronny expresa sentirse cómodo con la mujer que viene conociendo, planteando que incluso ya han tenido encuentros románticos sin que esto trascienda a la coitalidad. Se comenta sobre el tema de que es difícil para el no hacer uso de sus esquemas de hipersexualidad, ya que es la tendencia en cuanto conoce a una pareja, siendo que ahora se prepara en aprender nuevas formas de vincularse más enfocadas a lo afectivo.

Con respecto al consumo de pornografía, el consultante refiere haberse mantenido en tres ocasiones, sintiéndose orgulloso por ello. Comenta que le ayudó el tema del retraso en la ejecución de respuesta, además de actividades de distracción como jugar videojuegos y ver series.

Se inicia hablando sobre la influencia de las variables de masculinidad y ansiedad como determinantes en su consumo, siendo la de ansiedad por lo general estímulos

interoceptivos que marcan el inicio de consumo, pero potenciado por su orientación de demostración de virilidad, a través de la asunción de riesgos, desdén por la homosexualidad (entendida como búsqueda de validación homosocial) y la hipersexualidad. Es en este momento que Ronny llora y plantea que necesitaba revelar en terapia algo que no había podido, el tema de un abuso sexual vivido en su preadolescencia que comenta, no le había mencionado a nadie. Esta revelación la hace de forma emotiva, llorando.

Según comenta, un primo de unos años mayor le incita a tener encuentros sexuales, teniendo el consultante unos 11 años. Esto se mantuvo unas tres veces hasta que el consultante decide no volver a hacerlo. Al cabo de un tiempo, comienza a sentir vergüenza consigo mismo, situación que en su época de secundaria le llevaría a buscar constantemente la demostración de su virilidad con el fin de no ser catalogado como homosexual. En sesión se le pregunta sobre qué piensa haberse desestabilizado en su vida y asegura que: "A partir de ese momento dudé que tan valioso soy"

### **Aspectos destacados de la sesión:**

La revelación de su situación de abuso marca un giro en el proceso terapéutico que requerirá reconceptualizar el rumbo del abordaje.

### **Plan de acción:**

De momento se le plantea continuar con el proceso de disminución de consumo apoyado por retraso en la ejecución de la respuesta y reforzamiento diferencial.

### **Resultados**

La sesión a pesar de la revelación de abuso que obligó a desestructurar lo planeado por completo, ayudó a fortalecer la relación del consultante y terapeuta. El consultante se siente comprometido con el proceso.

### **Sesiones futuras**

Continuar con psicoeducación de la ansiedad y de la respuesta sexual humana.

**Sesión 3:** Fecha 21 de junio 2021. Hora 4:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cinco ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Revisión sobre estado general, después de la revelación de abuso
- Psicoeducación sobre ansiedad y respuesta sexual humana.

**Revisión de actualización**

Ronny plantea sentirse tenso por necesidades económicas que viene atravesando, situación que le representa preocupación. Además de ello, atraviesa una situación de salud en su pierna que le hace estar ansioso, ya que no se le resuelve a nivel laboral un tema de incapacidad.

Con respecto al consumo revela haber consumido en cinco ocasiones, habiendo ya controlado el consumo mismo, aunque revela sentir dificultad en muchas ocasiones. Para la próxima sesión se plantea como meta disminuirlo a 2 ocasiones.

Se realiza una revisión de su estado emocional después de la revelación del abuso comentando que se siente tranquilo y “liberado”. Se realiza en sesión un ejercicio de repaso por su historial de condicionamiento por medio del cual resulta lo siguiente:

- A sus once años por medio de coacción, es abusado sexualmente
- En ese momento, siente vergüenza e interpretando que su percepción de valía se había lastimado. De modo que la situación de abuso ocasionó un castigo positivo interoceptivo, al ir en contra de sus propias reglas.
- Entre sus 12 y 13 años trata de sobre involucrarse en actividades de aprobación social en su clase, como búsqueda de refuerzo negativo.

- Mas tarde a sus 16 años, consigue amistades con las que consigue esa aceptación social, por medio de sexualidad y alcohol
- En la década de sus veintes, la hipersexualidad es practicada con mayor intensidad y reforzada de forma continua.
- En la década de sus treintas el reforzamiento se vuelve intermitente, situación que le lleva a buscar con mayor intensidad a la misma por el fenómeno de privación.
- En todo esto, el consumo de pornografía podría ser catalogado como un reforzador secundario, a través de la siguiente cadena de condicionamiento:
  - Necesidad de autopercepción de valía
  - Búsqueda de aprobación social
  - Conformidad y practica de las normas masculinas
  - Hipersexualidad
  - Pornografía

Al final se trabajó con psicoeducación sobre el fenómeno de ansiedad.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se siente más tranquilo que en ocasiones anteriores en las cuales había situaciones de crisis

### **Plan de acción:**

Análisis de búsqueda de “autoeficacia” en relaciones pasadas.

Monitoreo de conducta de consumo

### **Resultados**

El consumo al igual que en la sesión pasada se mantiene en 3 ocasiones.

### **Sesiones futuras**

Trabajar relajación, para luego abordar con mindfulness.

**Sesión 4:** Fecha 28 de junio 2021. Hora 3:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Entrenamiento en técnicas de respiración diafragmática.

**Revisión de actualización**

Se entrena al consultante en técnicas de respiración diafragmática. Primero se realiza psicoeducación sobre la misma, posteriormente se enfoca el ejercicio en conseguir la respiración misma. De primero se realiza el ejercicio sentado, luego de pie y finalmente caminando por el consultorio.

**Aspectos destacados de la sesión:**

En esta sesión de hoy Ronny se mostró colaborador como siempre además de reflexivo

**Plan de acción:**

Ejercicio de relajación diafragmática tres veces al día, además de proseguir con el retraso en la ejecución de la conducta acompañado de respiración diafragmática.

**Resultados**

Cómo principales resultados de esta con el aprendizaje satisfactorio de las técnicas de relajación por respiración diafragmática.

**Sesiones futuras**

Para la próxima sesión debe de trabajarse una introducción al mindfulness primero teórica y después centrada en la respiración y en las sensaciones interoceptivas.

**Sesión 5:** Fecha 6 de julio 2021. Hora 3:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Ejercicios de Mindfulness

**Revisión de actualización**

Se inicia una psicoeducación sobre mindfulness, planteando que la clave en la meditación es la observación plena

- Se centra en el presente
- No es valorativa

Seguido a ello, se realizan ejercicios de atención plena, procurando estar atento de forma focalizada a varios estímulos:

- Mano sobre una superficie
- Escucha de sonidos
- Observación de la respiración

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante logra comprender adecuadamente los principios de mindfulness y poner en práctica los ejercicios adecuadamente.

**Plan de acción:**

Se le solicitan dos tareas:

- Atención plena de las sensaciones percibidas al evadir el consumo de pornografía

- traer un chocolate

## **Resultados**

Se logran abordar los principios de mindfulness adecuadamente

## **Sesiones futuras**

En la próxima sesión debe de abordarse introducción al mindfulness de forma práctica

**Sesión 6:** Fecha 12 de julio 2021. Hora 3:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 10 ocasiones semanales

## **Fijación de orden del día.**

- Protocolo Mindfulness, primero sensaciones respiración y gusto luego pensamientos.
- Entrenamiento en exposición con prevención de respuesta. Ver un video sin consumir.

## **Revisión de actualización**

Ronny comenta que se ha sentido abrumado económicamente. Pero que el ejercicio de respiración le ayuda a manejar el estrés.

Plantea que se sintió subvalorado con un comentario de su pareja ante un comentario de ella. Le ha costado, pero quiso comprometerse.

En esta sesión el consultante se muestra ansioso, además su consumo se intensificó. Plantea que el no recurrir a la pornografía se le dificultó esta semana, en función de la carga laboral que viene atravesando. Como ha tenido problemas con su pareja, aumentó el consumo. Se realizan indicaciones para el abordaje de la

ansiedad, utilizando al Mindfulness y observando sus pensamientos mismos. Al final de la sesión, plantea sentirse con nuevos puntos de vista, al parecer al no tener una relación aun, malinterpreta lo que ella comenta.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante viene a sesión con ansiedad. No obstante, al final se retira tranquilo.

### **Plan de acción:**

Puesta en práctica de relajación.

### **Resultados**

Los ejercicios planteados son bien atendidos, utilizando adecuadamente la técnica de relajación.

### **Sesiones futuras**

Revisar protocolo de exposición con prevención de respuesta.

**Sesión 7:** Fecha 12 de julio 2021. Hora 3:30pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 1 ocasión semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Protocolo Mindfulness, primero sensaciones respiración y gusto luego pensamientos.
- Entrenamiento en exposición con prevención de respuesta. Ver un video sin consumir.

### **Revisión de actualización**



En esta sesión el consultante se muestra receptivo, plantea que con la muchacha con quien viene saliendo ya tuvieron relaciones sexuales, las cuales describe como plenas. Plantea que le ha funcionado la propuesta de Sexualidad planteada en sesiones. El concepto de sexualidad integral le permitió vincularse de mejor manera en el acto sexual, ya que se permitió disfrutar de forma tranquila el encuentro.

Posteriormente se realiza una reflexión sobre como el consumo de pornografía impone también una visión apresurada de la vida, generando situaciones de ansiedad generalizada a distintas situaciones de la cotidianidad.

Se realiza una reflexión desde la psicoeducación sobre la Respuesta Sexual Humana y sobre como la misma en distintas fases se ve alterada ya sea disminuyendo la excitación (habitación a la pornografía) o aumentándolo (sensibilización).

Posterior a ello se ofrecen las indicaciones del proceso de exposición con prevención de respuesta ya que a manera de tarea debe buscar un video, dejarlo en pausa y por un lapso de 5 minutos contenerse en la conducta tanto de consumo como masturbatoria. Seguido a ello, se realiza el ejercicio como tal, buscando uno de una página porno y dejando al azar una escena en pausa. Mientras miraba la escena en pausa debía practicar ejercicios de respiración. Al finalizar plantea que se siente tranquilo al respecto, reforzándosele esto e indicándole que en un contexto artificial como el consultorio resulta más fácil pero que en su cuarto se puede dificultar un poco ya que es el contexto inmediato que estimula el consumo.

Al final de la sesión se realiza un ejercicio de mindfulness basado en el saborear un chocolate, donde se mantuvo unos 5 minutos permitiendo que el chocolate se deshiciera de forma natural sin interferir. Se realiza una reflexión al final sobre como la ansiedad generalizada lleva a tratar de poseer al objeto, sea comer, tener sexo, manejar. Mientras que una vida asumida desde atención plena solo disfruta de las sensaciones

**Aspectos destacados de la sesión:**

La postura del consultante es de anuencia y colaboración. La sesión debió extenderse debido a los ejercicios planteados.

**Plan de acción:**

Exposición con prevención de respuesta.

**Resultados**

El consultante disminuyó excesivamente el consumo, en adelante debe observarse el fenómeno de rebote por la privación.

**Sesiones futuras**

Revisar protocolo de exposición con prevención de respuesta.

**Sesión 7:** Fecha 20 de julio 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Revisión ejercicios de Mindfulness

**Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante plantea haber estado practicando más ejercicios de mindfulness situación que le ha funcionado bastante bien en su vida cotidiana y con respecto a la regulación de su ansiedad. El consumo en esta ocasión fue nulo. Los ejercicios practicados en diferentes situaciones cotidianas como por ejemplo comer, bañarse e incluso andar en transporte público.

También revela haber empezado a masturbarse sin consumo de pornografía, situación que se le hace difícil pero cada vez se habitúa más a lo mismo. Plantea

que notado una asociación entre la masturbación y el consumo de pornografía dificultándosele, por ende, separarlas. Cuando desea masturbarse nota una necesidad de consumir, pero con respiración diafragmática lo regula.

Posterior a ello se realiza a manera de reflexión, un recorrido analítico sobre sus patrones de interacción con las mujeres. Plantea compensar cuántas veces toma a una mujer y la hace sentir actriz porno. Esta situación revela que ocasionó que muchas de ellas se sintieran menospreciadas ya que inclusive le revelaron que había un rechazo hacia ellas por estar buscando modelos estereotipados.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Fue una sesión fuerte para el consultante ya que revela sentirse triste consigo mismo por el tema de haber lastimado mujeres. Se siente identificado con los principios de equidad de género.

### **Plan de acción:**

Cómo tarea se le plantea realizar una investigación sobre el concepto de sexo tántrico. También debe ver un vídeo pornográfico, pero desde un punto de vista crítico.

### **Resultados**

El consumo ha disminuido a cero ocasiones semanales.

### **Sesiones futuras**

Se trataría de realizar un seguimiento con respecto al consumo.

**Sesión 8:** Fecha 26 de julio 2021. Hora 3:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Imaginería con proyección en el tiempo

**Revisión de actualización**

Para esta sesión reporta un consumo nulo de pornografía, a excepción de la realización de la tarea con la cual se le solicitó ver un vídeo de forma crítica. El consultante plantea que no encontró ninguna forma de arte con respecto a los vídeos vistos, planteando que no hay nada artístico, sino que se tratan de un ataque a los genitales.

Con respecto a la tarea sobre la investigación sobre sexo tántrico, el consultante revela que le gustó mucho la propuesta ya que dista de las estrategias usual que disponía de sexualidad basada en el consumo voraz del cuerpo de la otra persona. "En esta propuesta existe un concepto mucho más integral y hasta espiritual de la sexualidad situación que me favorece en este nuevo proyecto de vida."

A continuación, se realiza un ejercicio de imaginería basado en proyección en el tiempo, con el cual se solicita imaginarse asimismo en algunos de los momentos de su vida con mayor intensidad en el consumo. Por medio de este se le solicita que se imagine viéndose desde afuera una versión joven de sí mismo en el cual hubiese algún consumo problemático de pornografía. El consultante plantea recordar una escena en la cual con alguna de sus parejas anteriores comienza a ver pornografía en la habitación en la que estaban para después excitarse y arremeter contra ella sin disfrute: "veo una cara pérdida de la vida, más enfocado en como utilizará a la otra persona que en crecer por medio del sexo. Ella está cosificada y el la cosifica. Veo a un hombre abandonado que no se quiere, que no sueña. Se siente vacío y llena ese dolor con consumo. Creo que no soy alguien enfermo, sino que estaba triste."

**Aspectos destacados de la sesión:**

Con el ejercicio de imaginación, deja escapar algunas lágrimas.

### **Plan de acción:**

Cómo tarea se plantea el borrado de pornografía del disco duro al cual recurre con mayor frecuencia.

### **Resultados**

La reflexión sobre el impacto de pornografía en su vida fue bastante importante.

### **Sesiones futuras**

Se trataría de la sesión final, el consultante debe abordar el tema de valores.

**Sesión 9:** Fecha 5 de agosto 2021. Hora 3:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Revisión de tarea: borrado de videos.

### **Revisión de actualización**

Para esta sesión final el consultante revela a manera de monitoreo de consumo uno de 0 ocasiones semanales, demostrando de esta forma control con respecto a su conducta de consumo. A su vez plantea que no ha tenido deseo del mismo, es decir que el craving ha disminuido.

Cómo tarea se le había solicitado para esta sesión borrar toda la información almacenada en el disco duro, relacionada con pornografía. Se muestra en sesión sorprendido al plantear que en realidad borró cerca de 272 gigas, que de ahora en

adelante ese mismo espacio lo utilizará para sus videos y fotografías sobre senderismo, práctica que le resulta edificante en su vida.

Sobre la tarea de investigar material feminista, revela que se le hizo muy complicado conseguir pornografía de este tipo, ya que la misma no es muy accesible y para proseguir la misma se requiere pagar.

Con respecto al tema de valores sobresale su sensibilidad, amor a las personas, sentido de ayuda y fraternidad. De igual forma que con el resto de los consultantes se realiza una reflexión sobre cómo vivir su vida en función de esos valores planteando que a su vez le corresponde a manera de tarea consigo mismo posterior a la terapia tratar de hacer a un lado todas aquellas prácticas que visten de los valores subrayados como por ejemplo cualquier forma de machismo.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

Al tratarse de la sesión final, se mostró agradecido con el proceso terapéutico.

#### **Resultados**

El consumo finaliza con cero ocasiones, habiéndose mantenido así desde 4 sesiones atrás.

## **Sesiones caso Arturo**

**Sesión A:** Fecha 1 de marzo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta primera sesión se trabajó con el consultante una primera exploración inicial sobre sus características de consumo como conducta problema. Revela experimentar frustración sexual en su relación de pareja debido a que su novia no es del todo complaciente como a él le gustaría. Han venido teniendo algunas dificultades y conflictos debido a diferencias de criterios con varios temas. En específico con una idea cada vez más fuerte en el consultante de dejar este país y emigrar a España. Esta situación ha provocado roces concluyendo en distanciamiento por parte de ambos. Cuando su pareja sale del apartamento por motivos diversos el consultante revela "ir corriendo hacia la Compu", mira pornografía y así escapar de la frustración.

Con el consumo de pornografía revela haber ido desarrollando a lo largo de los años ciertos estándares, ideas sobre la sexualidad que le hacen sentirse cómodo. Expresa predilección por videos de hombres con penes grandes que otorguen la sensación de que las muchachas "serán destrozadas".

Al parecer con todas las personas que le rodean se ha sentido defraudado. El consumo de pornografía se incrementa en situaciones que la tensión derivada de la percepción de rechazo es intensa e inmanejable.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se nota una actitud paranoide con respecto a ciertos aspectos de su vida reflejados en desconfianza y privación emocional. Continuamente emite comentarios

relacionados con actitudes de abandono por parte de seres queridos, de forma generalizada.

**Plan de acción:**

Registro de las conductas de consumo

**Resultados**

Se pudo realizar el proceso de entrevista de forma adecuada.

**Sesiones futuras**

Continuar el proceso de evaluación.

**Sesión B:** Fecha 13 de marzo 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cinco ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo e historia de vida

**Revisión de actualización**

En esta sesión se abordó su historial de consumo. El consultante comenta que su historial de consumo es necesario considerarlo a la par de su historia afectiva con sus relaciones de pareja. Comenta que desde adolescente ha tenido un ideal de pareja sexual, en el cual existe proactividad y disposición a una coitalidad con diversidad de propuestas y no meramente ritualista. Comenta sentirse fascinado por la desinhibición y actitud enérgica en las mujeres.

No obstante, en sus relaciones de pareja comenta tener expectativas que no siempre son llenadas, estándares altos sobre el cómo a nivel sexual una mujer debería comportarse. El consultante menciona los siguientes:



"Como no suceden las cosas como yo quiero que sucedan, me decepciono"

"He estado con varias doñas y en todas hay declive en la relación, siempre que pensé que hay algo malo en mi forma de ver las relaciones"

En algún momento de su vida conoce a una nueva pareja la cual poseía rasgos similares a los que su ideal le demanda. No obstante, dicha relación culmina debido a que comienza a idear desconfianza hacia la misma con respecto a la exclusividad sexual.

Es ahí donde decide iniciar una relación de pareja con su novia actual, tranquilo con el tema de que en cuanto a situaciones de infidelidad ella no le defraudaría. No obstante, no corresponde con su ideal de proactividad sexual, por lo que se comienza a defraudar de la misma en cuanto lo sexual y a consumir pornografía con mayor frecuencia. Plantea consumir de forma irregular, pero durante la semana pueden ser inclusive unas cinco o siete ocasiones. Sucede que cuando consume suele hacerlo varias veces ya que se siente inestable emocionalmente.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante revela un estilo adecuado de comunicación, aunque en ocasiones culpógeno.

#### **Plan de acción:**

No hay de momento

#### **Resultados**

El consumo se mantiene igual. Se obtiene información valiosa para el análisis funcional.

#### **Sesiones futuras**

En la próxima sesión se debe revelar el análisis funcional de la conducta, así como la propuesta de tratamiento.

**Sesión C:** Fecha 27 de marzo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Análisis funcional de la conducta

**Revisión de actualización**

La sesión fue psicoeducativa, revelando las variables antecedentes y disposicionales que aumentan la probabilidad de que la conducta de consumo aparezca. Se aborda con el consultante la necesidad de trabajar en las cogniciones resultantes de interpretaciones de fracaso y rechazo, las cuales tienen como punto en común la percepción de valía. Se comenta como dicha percepción de valía tiene que ver con su historia de vida debido a los estilos de crianza con sus padres. También se abordan los resultados del ICNM.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra con tristeza al recibir el análisis funcional, debido a que plantea que *“esas cosas no deberían haber sucedido con otra educación”*.

**Resultados**

Adecuada comprensión y compromiso para seguir con el tratamiento

**Sesiones futuras**

Iniciar el proceso de tratamiento

**Sesión 1:** Fecha 17 de abril 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cuatro ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Revisión de estado general, ya que pasaron 15 días sin sesión

Iniciar psicoeducación sobre impactos de consumo de pornografía

**Revisión de actualización**

Arturo plantea que durante las semanas que no hubo sesión sucedieron varias situaciones. Por un lado, conversó cada vez más con su pareja sobre sus problemas con ella. No obstante, como tema fuerte de la sesión, plantea que adelanta sus planes de irse a España, pues aplicó para varios trabajos. Esto hizo que su pareja se descompensara emocionalmente pues el acuerdo entre ambos fue que aplicara en agosto.

Al consultársele sobre las razones para precipitarse con el aplicar a puestos de trabajo, comenta que ello sucedió por un momento de frustración con su pareja. Al distanciarse con ella asumió el proyecto de viajar a España de forma impulsiva como escape.

Posteriormente, se revisa con el paciente sobre la decisión de viajar a España y sobre el momento oportuno, planteando que lo más conveniente sería irse en agosto, otorgándosele la oportunidad de ahorrar y planear asuntos pendientes.

Con respecto al consumo de pornografía, el mismo se mantiene, sintiendo culpa al respecto. La razón del consumo se debe a la percepción de desconexión emocional con su pareja. Al sentirse distante, recurre al consumo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

En este momento, Arturo atraviesa una situación de crisis que dificulta la posibilidad de iniciar con el posicionamiento y tareas del tratamiento

**Resultados**

El consumo decrementa, pero no a si la relación de contingencia.

## **Sesiones futuras**

En la próxima sesión debe monitorearse su estado de ánimo y abordar en primera instancia la situación de crisis.

**Sesión 2:** Fecha 24 de abril 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Psicoeducación: Impacto del consumo en la construcción de la relación de pareja

### **Revisión de actualización**

Revela como el consumo de pornografía ha alterado su forma de ver la sexualidad. Según las cuales en función de ciertas fantasías qué ha ido desarrollando buscaba que su pareja también las replicara. Como por ejemplo pegarle en la cara o escupir.

Comenta estar consumiendo pornografía alrededor de 3 veces. Se encuentra en un momento de tensión con su pareja. Se destina la sesión a dilucidar sobre la decisión de una separación con ella, debido a lo complejo qué es el ambiente conyugal en estos momentos.

En todo caso también se reflexiona sobre la posibilidad de incrementar el consumo en tanto esta separación se culmine. Debido a la distancia emocional que va a mantener con ella.

Se realiza un ejercicio de pros y contras con respecto al separarse o proseguir con la relación de pareja. Dentro de la reflexión los pros superan a los contras, pero el consultante insiste en sentirse incómodo con la relación misma.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Para esta sesión el consultante se muestra tenso y angustiado por la incertidumbre en su vida y la inevitable necesidad de asumir decisiones drásticas con respecto a su futuro.

De momento, mientras se dilucida el tema de la separación, el monitoreo y abordaje de consumo de pornografía debe esperar.

### **Resultados**

El consumo disminuyó, pero aun así el consultante comenta seguirlo haciendo por la misma operante, al percibir cualquier estímulo como de rechazo.

### **Sesiones futuras**

Es necesario plantear lo más pronto posible el abordaje de la crisis por la cual atraviesa.

**Sesión 3:** Fecha 1 de mayo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de seis ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Contención crisis emocional
- Solución de problemas

### **Revisión de actualización**

En esta sesión, el consultante se encuentra en estado de crisis. Precipitadamente discute con su pareja y toma la decisión de separarse de ella. Esto lo realiza debido a que interpreta rechazo por parte de su pareja, situación que a lo largo de la semana se fue acumulando. Al haber tomado la decisión, se plantea separarse físicamente al llegar el fin de semana, en unos tres días, por lo cual ella comienza a buscar lugares donde vivir. En estos tres días no durmió, debido a la situación de

inseguridad por la decisión. A su vez el consumo se incrementó en lo que refiere: como alivio y consuelo. Consumió en 6 ocasiones.

Un día antes de la sesión, conversa con su pareja y ella le plantea que no desea abandonarlo. En sesión se aborda sobre su deseo real y plantea que no la quiere dejar, pero teme seguir haciendo daño. Durante toda la sesión se realiza reestructuración cognitiva en conjunto con resolución de problemas ante la toma de decisiones. Asumiendo al final quedarse con ella.

Reflexiona que, mucho del displacer hacia con su pareja se debe a que tiene estándares de sexualidad muy altos y distorsionados producto del consumo de pornografía durante su vida. Como si tuviese una segunda personalidad que le domina, la cual describe como hipersexual egoísta y egocéntrico. Se reflexiona el final de la sesión que no se trata de personalidades sino de esquemas, los cuales se activan unos y otros en determinadas circunstancias y dependiendo de la percepción que tenga del entorno. Este esquema de hipersexualidad parece activarse en función de la percepción de abandono que vive de las señales en su ambiente. Por tanto, en función de la interpretación errónea que realiza del comportamiento de sus seres cercanos, es que viviría tales situaciones desde el rechazo, activando esquemas de grandiosidad en el caso con la banda y de hipersexualidad en el caso con su pareja.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante al encontrarse en crisis ha estado varias semanas con dificultades en la regulación de su consumo. Se muestra decidido a no abandonarla, pero sus interpretaciones de rechazo tienen un componente de malestar que dificulta el abordaje mismo.

### **Resultados**

Se llega a una decisión satisfactoria, no obstante, la misma debe revisarse en sesiones siguientes

## **Sesiones futuras**

Realizar una revisión del estado general y de ser posible plantear como todo ello tiene relación con sus esquemas de rechazo.

**Sesión 4:** Fecha 8 de mayo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cuatro ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Actualización sobre situaciones de crisis con pareja

### **Revisión de actualización**

El consultante inicia la sesión planteando que con su pareja se lograron equilibrar los conflictos no obstante cómo se había tomado la decisión precipitada de irse del lugar en el que alquilaron correspondió la consecuente mudanza situación que le dejó cansado. Plantea haber consumido unas cuatro ocasiones semanales, donde achaca el consumo al tema de estrés y cansancio.

Plantea que el concepto de los esquemas le llama la atención, en terapia se aborda el tema de que la formación de esquemas relacionadas con desconfianza y percepción de abuso tienen que ver en gran medida con el estilo de crianza que él tuvo en su niñez, ambivalente.

El consultante refiere que en esta situación de crisis que vivió con su pareja se dio cuenta como que había dos personalidades dentro suyo disputando tener el control cómo se comentó en la sesión pasada. Se menciona que cuando dos esquemas chocan entre sus ideas se produce un fenómeno de disonancia cognitiva. Se logran identificar tres disonancias:

- Resentimiento/proximidad
- Grandiosidad/comprensión empática

- Sumisión/agresividad

Posteriormente se aborda el origen de la recurrencia a la sexualidad como alivio al rechazo y revela que cuando era joven por sus gustos musicales, pasó mucho tiempo con personas con todo tipo de adicciones principalmente sexuales.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante mantiene una actitud mucho más tranquila y amena. La situación de crisis fue resuelta.

### **Resultados**

Se logra realizar reestructuración cognitiva de forma satisfactoria.

### **Sesiones futuras**

Para la próxima sesión será indispensable iniciar un proceso de reducción del consumo situación que no se había dado hasta el momento por los eventos de crisis en los que ha estado inmerso el consultante.

**Sesión 5:** Fecha 29 de mayo 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cuatro ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Indicaciones retraso en la ejecución de la conducta
- Psicoeducación respuesta sexual humana

### **Revisión de actualización**

Debido a la decisión tomada sobre continuar con ella y posponer el viaje que tenía pensado a España, plantea sentirse más seguro. Además, revela que aumentó la interacción sexual entre ambos, situación que le genera tranquilidad. Se comenta



en sesión sobre la asociación que realiza entre aproximación sexual de su pareja y validación.

Se inicia con instrucciones de procrastinación del consumo, planteando que cuando inicie la sensación de craving retrasar la ejecución de la conducta acordando treinta minutos.

Para la misma sesión el consultante revela haber consumido en 4 ocasiones, las mismas con relación a la necesidad de dormir ya que indica que le ayuda. A manera de psicoeducación se plantea como la respuesta sexual humana derivada de la masturbación se relaciona con la activación del sistema parasimpático.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Para esta sesión el consultante comenta sentir mayor tranquilidad con respecto a las sesiones anteriores con las cuales presentaba una situación de crisis relacionada a su relación de pareja.

### **Plan de acción:**

Retraso en la ejecución de la conducta

### **Resultados**

La crisis ya se atravesó, se puede iniciar con el proceso de forma satisfactoria.

### **Sesiones futuras**

Para sesiones siguientes se debe iniciar con la disminución del consumo.

**Sesión 6:** Fecha 5 de junio 2021. Hora 9 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

## **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante plantea sentir mayor tranquilidad con respecto a su vida que en momentos anteriores a la vez comentando que el deseo ha disminuido a cero ocasiones semanales. La razón de disminuir el consumo de una forma tan fuerte radica en que la técnica de retraso en la ejecución de la respuesta es sumamente exitosa. Cuando desea consumir, pero a la vez retrasa la ejecución por media hora al pasar ese tiempo ya no siente los mismos deseos.

También comentó que quiso ver con su pareja una película llamada Risky Business, la cual narra la vida de un joven que se asemeja a sus ideales machistas de vida, situación que su pareja le señala. De modo que en la sesión se desarrolló un diálogo sobre como dichos ideales de vida sobre la sexualidad y el afecto han sido desarrollados por la exposición que ha tenido a medios de comunicación. Surge la consulta del porque han tenido tanta influencia en él dichos estereotipos, por lo que se reflexiona sobre su estilo de vida en su infancia marcado por el abuso emocional y las negligencias, en tanto sus padres evitaron asumir un rol de guía y orientación. Esto obligó a Arturo a construir sus estándares de vida en lo que la televisión le planteara. De modo que años más tarde la pornografía asumiría este rol de propuesta de educación sexual.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se mostró molesto con sus padres una vez más al recordar el abandono vivido con los mismos.

### **Plan de acción:**

Para la próxima sesión el consultante debe ver un vídeo, pero dejándolo en pausa y a través de técnicas de relajación soportar la sensación de querer consumirlo. A manera de exposición con prevención de respuesta.

### **Resultados**

El consultante logra mantenerse una semana entera sin consumo, aunque puede se derive de varias posibilidades, incluida la no presentación de discriminativos que evoquen la aparición de la conducta.

### **Sesiones futuras**

Se pretendía para esta sesión iniciar la disminución de consumo, para la siguiente es necesario abordar que tanto se mantiene en cero o si incrementa por el efecto de la privación.

**Sesión 7:** Fecha 19 de junio 2021. Hora 9am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de una ocasión semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Reestructuración cognitiva sobre masculinidad y crianza
- Monitoreo de consumo

### **Revisión de actualización**

Arturo plantea mantener su consumo en 1 ocasión, incrementando brevemente el consumo. No obstante, se reflexiona en terapia sobre que la misma cantidad de momento es factible, no se trata de la frecuencia de consumo sino del grado de control sobre el mismo. Arturo plantea que la relación con su pareja ha mejorado mucho, en el sentido que expresar sus estados emocionales y sus preocupaciones de forma directa sin esperar a que ella “adivine sus pensamientos”. Las relaciones sexuales han aumentado, las expresiones afectivas también.

Con respecto a sus amistades, ha comenzado a sentir cada vez más distancia, situación que la vive de forma positiva, pues en ocasiones pasada tal como revela al inicio de la terapia sentía dependencia hacia con ellos.

Se plantea en adelante el seguimiento sobre su estado laboral. Se muestra reflexivo en cuanto a desaciertos del pasado sobre su elección vocacional, asumiendo el futuro de forma responsable y planteando que necesita estudiar algo que le guste.

Se comenta al final de la sesión sobre la influencia de su padre en su estilo de vida, ya que fue negligente y a su madre, que la recuerda con dolor por su violencia y autoritarismo. Se reflexiona como el estilo de ambos generó en él un pobre manejo de sus emociones, mostrándose inestable y generando ansiedad, situación que le lleva al consumo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Se muestra tranquilo y reflexivo. Esta actitud lleva semanas manteniéndose.

**Plan de acción:**

Monitoreo del consumo.

**Resultados**

El consumo se reduce y mantiene un promedio no solo bajo sino controlado.

**Sesiones futuras**

Se podría abordar sobre descubrimiento de valores.

**Sesión 8:** Fecha 10 de julio. 9 am.

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Sesión de seguimiento, monitoreo de situaciones difíciles

**Revisión de actualización**

Arturo demuestra una gran mejoría sobre consumo de pornografía habiendo consumido en una única sesión en un lapso de 22 días. Plantea que ya no experimentan necesidad con respecto al consumo y si lo hizo en esa ocasión fue más bien desde un consumo orientado a la gratificación más que al escape de estimulación aversiva como tradicionalmente era común en él. Plantea que ha resuelto cada vez mejores distintas cogniciones negativas al punto que ya ni siquiera necesita cuestionarlas si no más bien si surge, las asume desde un punto de vista objetivo sin perturbación emocional.

Arturo además ha mejorado la relación con su pareja revelando sentirse por primera vez en su vida pleno con ello, habiendo tomado la decisión de conservar la relación mismo. Expresa incluso orgulloso de como también ella ha manejado las situaciones con él. Con respecto al vínculo que tienen sobre la banda de metal en cierta forma le sigue produciendo malestar. La sesión se destina a una reflexión sobre el quehacer con la misma, determinando que la misma deberá *empezar a morir dentro de él* ya que no tiene futuro dentro de los planes consigo mismo. Revela sentir preocupación ya que sí se aleja de las bandas aún no ha descubierto qué situación podría sustituir las a manera de sentido de vida.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Ninguno, se muestra tranquilo y reflexivo.

**Plan de acción:**

Monitoreo de su conducta de consumo

**Resultados**

Consultante como ya se ha venido viendo varias sesiones atrás se muestra sumamente tranquilo al hablar sobre su vida.

**Sesiones futuras**

En la siguiente sesión deberá abordarse la construcción de valores y sobre como los mismos afectarán su vida en adelante, asumiendo a la vez que tanto el Arturo que consume tradicionalmente pornografía está cerca de esta construcción de valores.

**Sesión 9:** Fecha 7 de agosto 2021. Hora 9 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de dos ocasiones mensuales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

Monitoreo situaciones difíciles a nivel afectivo

**Revisión de actualización**

Esta fue la sesión final en la cual el consultante revela sentirse satisfecho con el proceso. El consumo lo revela en dos ocasiones en un mes, tratándose de uno en el que procura que no haya dominación ni coerción. En cuanto ve elementos de este tipo, busca cambiar de vídeo y poner alguno que no lo contenga. Encontró un género de consumo llamado "Vixen", con el cual se siente a gusto.

También se comenta con el consultante sobre sus valores. Arturo plantea que durante años ha construido su identidad en función de la aprobación externa y que en esta etapa de su vida y producto de las reflexiones abordadas en terapia ha estado pensando en las últimas semanas, que le da valor a su vida aparte de la opinión externa. Al final se plantea en esta sesión final que son sus valores como persona los que contribuyen a su construcción de valía. Dentro de los cuales el plantea que sobresalen la honestidad, honor, justicia, humanidad. Se reflexiona como diferentes patrones de comportamiento que ha tenido a lo largo de su vida son opuestos a estos valores y por tanto afectan su búsqueda de sentido. De esta

forma, en adelante se conversa sobre orientar su vida a la puesta en práctica de los valores mismos.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al ser la sesión final, la anuencia del consultante fue característica. A lo largo de la sesión se muestra agradecido con el proceso.

**Resultados**

El proceso culmina adecuadamente, con un consumo muy reducido que el inicial y con mayores habilidades de control de este.

**Sesiones caso Sebastián**

**Sesión A:** Fecha 4 de marzo 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de siete ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión se le planteó el paciente a manera de encuadre las características del proceso en cuánta frecuencia de reuniones y protección de la intimidad. Se escuchó lo planteado por el mismo en función de que asegura consumir pornografía desde hace muchos años asociado también a un tema de marcada hipersexualidad. Revela estar teniendo problemas en función del manejo de su control sexual, viéndose en situaciones comprometedoras con pacientes y estudiantes y llegando a conductas de infidelidad hacia con su pareja. Dicha hipersexualidad la ido manejando a través del consumo de pornografía, pero lejos de disminuir o controlar su deseo más bien lo incrementa.

También revela encontrarse abrumado por el estrés debido a deudas económicas y un inadecuado ambiente familiar y amoroso, situación que aumenta las posibilidades de consumo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra colaborador con la sesión, planteando con interés conseguir una disminución de consumo.

**Resultados**

Se logra comprender el contexto de la conducta problema, así como las variables disposicionales asociadas.

**Sesiones futuras**



Documentar la historia de la conducta problema.

**Sesión B:** Fecha 11 de marzo 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de ocho ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre historia de la conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión se indagó sobre el significado funcional que tiene el consumo de pornografía. Sebastián plantea que se asocia al estrés, revela tener problemas de autocontrol en otras facetas como con la ingesta de comida, situación que le sirve como válvula de escape.

También se trabaja en su historia de vida buscando paralelismos que pudiesen asociarse al inicio del consumo. Sebastián revela que para ello es necesario conversar sobre el inicio no sólo del consumo de pornografía sino con su marcada hipersexualidad. Revela en su adolescencia y niñez pasaba encerrado en su casa ya que su madre no le dejaba salir. A menudo llegan sus amigos a buscarlo, pero no se le permitía jugar con ellos. En muchas ocasiones llegaba a visitarle una prima un par de años mayor, con quién inicia una época de experimentación sexual a través de toqueteos y exploración visual. Revela que la situación vivida le resultó tan gratificante que fue imposible no recurrir a la sexualidad en un futuro como forma de alivio de sus tensiones.

Es después de los 21 años que consumir pornografía se intensifica, producto de una ruptura en una relación de pareja que sexualmente fue significativa.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al hablar sobre el estilo de crianza de sus padres hacia con él, suele mostrarse molesto.

**Plan de acción:**

De momento solo se plantea la necesidad de registrar su propio consumo

**Resultados**

Se aborda la evolución del consumo en sí mismo.

**Sesiones futuras**

Plantear el análisis funcional de la conducta

**Sesión C:** Fecha 25 de marzo 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Devolución análisis funcional

**Revisión de actualización**

La sesión inicia con una revisión de su estado general como es acostumbrado. Al iniciar comenta sobre el odio hacia sus padres ya que revela vivir en una relación en la cual los mismos le controlan su vida siendo que ya tiene 30 años. Describe a su padre como un hombre ausente en su formación y a su madre como déspota. Se plantea durante la sesión sobre la existencia de un paralelismo entre su época adolescente y su época actual. Ambos momentos tienen en común la tendencia de sus padres a “encarcelarlo” y él sin poder salir de la situación de encierro en que se encuentre, alguien de afuera llamándolo a salir de su casa ya sean sus amigos o pareja actual, sus padres compitiendo contra esa persona que le invita a salir de su situación y al final un Sebastián encerrado utilizando la sexualidad como escape, por tanto, cómo alivio de ansiedad. Cada una de las crisis que ha atravesado se convierte en un golpe a su masculinidad, utilizando la sexualidad como forma de afirmación.

La sesión también abordó la conformación del consumo en función de las consecuencias actuales, así como en relación con sus variables disposicionales. Por último, se aborda el tema de la hipersexualidad como recurso de demostración de poder masculina, ante las crisis vividas en años anteriores.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra cooperador y receptivo con la devolución del análisis funcional

**Plan de acción:**

Registro de las conductas

**Resultados**

El consultante comprende adecuadamente las variables relacionadas con la conducta de consumo.

**Sesiones futuras**

Iniciar protocolo de desvanecimiento de la conducta de consumo.

**Sesión 1:** Fecha 8 de abril 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de tres ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Planteamiento de exposición con prevención de respuesta

Reflexión sobre masculinidad y consumo de pornografía

**Revisión de actualización**

En esta sesión de primera entrada se realiza una revisión del estado general. El consultante viene saliendo de una semana de vacaciones que él mismo se regaló

así mismo en función del exceso de trabajo que ha venido teniendo últimamente. Por tanto, manifiesta sentirse en esta semana relajado. Se dedicó el inicio de la sesión al registrar la frecuencia de consumo. La misma la ubica en tres ocasiones semanales, por lo cual se han mantenido. Se inicia el protocolo de exposición con prevención de respuesta mismo que sería gradual. Se le plantea que no disminuya aún la frecuencia de consumo, pero que en cada ocasión en los que surjan las ansias, procure esperar 10 o 15 minutos, demorando así la respuesta y espaciándola del estímulo.

Posteriormente se realiza una reflexión sobre su propia masculinidad en función de lo que el inventario de conformidad a las normas masculinas apunta, en continuación a la sesión anterior. Se reflexiona sobre el tema de que cuando un hombre vive una crisis de primera entrada lo aborda desde sus esquemas de conformidad a las normas masculinas. No obstante, al ser los principales esquemas del paciente los relacionados con orientación al logro y Asunción de riesgos y al estar los mismos en este momento de su vida vedados por su situación económica eso le ha llevado a refugiarse en la hipersexualidad como forma de afrontamiento de su crisis. Se plantea como hipótesis el consumo de pornografía como reafirmación de masculinidad.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

El paciente se sigue mostrando colaborador con la sesión

#### **Plan de acción:**

Mantener la reducción de consumo. Se plantea el inicio de búsqueda de actividades gratificantes.

#### **Resultados**

Se reflexiona adecuadamente sobre la conformación de su masculinidad y la relación con hipersexualidad.

#### **Sesiones futuras**

Entrenar en técnicas de relajación.

**Sesión 2:** Fecha 16 de abril 2021. Hora 5pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cinco ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día**

Entrenamiento en relajación y ansiedad

### **Revisión de actualización**

La sesión inicia con el consultante comentando que terminó con su pareja, debido a que la relación venía siendo conflictiva desde hace algún tiempo y asume que lo mejor era distanciarse de ella pues venía experimentando malestar emocional desde hace mucho tiempo. Plantea que necesita una relación de pareja a futuro en la que emocionalmente él se sienta mucho más tomado en cuenta, ya que la relación con su ex, él la califica con una carga de interés económico fuerte hacia con él.

Se repasa con él las implicaciones que esta ruptura de pareja podría tener con respecto a su sexualidad. El deseo de consumir pornografía podría incrementarse durante estas épocas ya que el tener relaciones con su pareja le disminuía la carga de ansiedad que experimenta a diario.

Se acuerda con el paciente algunas acciones para aminorar el mencionado impacto. En primer lugar, acudir a ejercicio físico. El paciente comenta que irá al gimnasio y además practicará ciclismo. También se busca con el paciente algunas acciones alternativas para conciliar el sueño que no tengan que ver con el consumo de pornografía. Se acuerda con el mismo ver una película por noche ya que podría competir con el consumo.

Si le explica la dinámica de la relación de contingencia entre un estímulo y una respuesta, comentando el hecho de que cuando el estímulo se acompaña de una

respuesta de forma inmediata la relación misma va a ser más fuerte. Proponiendo que dicha relación de contingencia debe desvanecerse, se plantea la necesidad del retraso en la ejecución de respuestas. Se propone 20 minutos de retraso cada vez que surja el deseo de consumo.

El paciente revela sobre la necesidad de en algún futuro tener una relación de pareja mucho más armoniosa de la que tuvo ahora. Para ello se trabaja con el mismo el tema de que cuando esa relación llegue, pueda asumirla fuera de los cánones de una sexualidad machista. Por ello la terapia se va a enfocar en adelante en el trabajo de esos patrones cognitivos.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante ingresa en crisis, situación que obliga a la postergación de la agenda para ese día.

### **Plan de acción:**

Continuar con el retraso en la ejecución de la conducta. Acompañar de estilos de vida saludables que funcionen como Contracondicionamiento en el alivio de la ansiedad.

### **Resultados**

No se consiguió seguir en acuerdo a la agenda.

### **Sesiones futuras**

- Aumentar el espacio de tiempo del retraso en la ejecución de respuestas
- Entrenar en ansiedad (psicoeducación y relajación)
- Cuestionamiento de sus patrones de cosificación de la mujer. Ver un vídeo de forma crítica. Que tan real es lo que sucede.
- Exposición con prevención: ver el vídeo sin masturbarse.

**Sesión 3:** Fecha 22 de abril 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de dos ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Psicoeducación sobre Ansiedad
- Entrenamiento en relajación

**Revisión de actualización**

En esta sesión, indica sentirse mejor emocionalmente hablando, mejoró la relación con sus padres y pareja. Comenta haber consumido pornografía únicamente en dos ocasiones con 30 minutos semanales. Revela que la práctica de ejercicio físico y ciclismo le están beneficiando mucho. Comenta que la técnica de procrastinar el consumo cuando las ansias surjan le funcionó, lo administra a través de películas o series, a manera de reforzamiento diferencial.

Se comenta con el paciente a manera de psicoeducación la dinámica de activación del sistema nervioso simpático y parasimpático, comentándose que en su vida cotidiana existe una mayor tendencia a la activación del sistema simpático, debido a sus constantes crisis personales.

Se realiza un ejercicio de relajación con imaginería, de modo que al final de la sesión se le plantea realizar ejercicios de relajación una vez por día como mínimo.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Se muestra más tranquilo y relajado que en la sesión anterior. Resalta que ya para esta sesión vuelve con su pareja indicando una forma voluble de orientarse frente a la distancia prioritariamente sexual.

**Plan de acción:**

Continuar con rutina de ejercicio y con retraso en la ejecución de la respuesta.

## **Resultados**

Se consiguió adecuadamente entrenar en ansiedad y el manejo de esta por medio de respiración.

## **Sesiones futuras**

Abordaje con reestructuración cognitiva de sesgos machistas y el historial de estos.

**Sesión 4:** Fecha 29 de abril 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de dos ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Reflexión sobre historial de consumo y su relación con la masculinidad
- Reestructuración cognitiva.

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante denota sentirse a gusto consigo mismo. Ha estado practicando ejercicio en el gimnasio todos los días además de ciclismo los fines de semana. Esto hace que llegue a su casa con cierto cansancio, situación que le facilita el dormir. A su vez se ha mantenido con una dinámica constante en la que mira series por las noches. Esto ha facilitado en gran medida la disminución del consumo del cual comenta que se presentaron 2 ocasiones en la semana.

Se realiza durante la sesión algunas acotaciones sobre la planificación de actividades gratificantes, así como de psicoeducación respecto a la disminución de la ansiedad derivada por las nuevas y constantes altas tasas de refuerzo positivo.

El consultante revela de nuevo como dichas tasas de refuerzo nunca han sido una dinámica natural en su vida, debido a que desde que era niño el estilo de crianza derivado de sus padres le impedía el desarrollo de una actitud de gratificación. El consultante revela como en su niñez su padre y madre a través de una disciplina



autoritaria que califica como excesiva, le llevaron a desarrollar dichas dificultades. Recuerda con resentimiento las múltiples ocasiones en que su necesidad de juego fue limitada. Por esa razón años más tarde con el precoz descubrimiento de la sexualidad, encontraría la principal vía de gratificación en su vida.

Se aborda durante la sesión reestructuración cognitiva con respecto al planteamiento de sí como adulto continúa bajo la influencia de una disciplina autoritaria o de si puede hacer algo al respecto. Al final de la sesión el consultante revela sentirse a gusto al percibirse en este momento a salvo, pero reconociendo que muchos patrones no han desaparecido como la continua búsqueda de la sexualidad como refugio ante cualquier forma de malestar emocional.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

Sebastián muestra una actitud de interés. Es analítico con respecto al origen de su consumo y de los factores que guardan conexión

#### **Plan de acción:**

Monitoreo del consumo

#### **Resultados**

El consumo disminuye, ubicándose actualmente en un rango adecuado en cuanto a frecuencia y control de la intensidad.

#### **Sesiones futuras**

Monitorear si se mantiene el consumo bajo a razón de la privación.

**Sesión 5:** Fecha 7 de mayo 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de una ocasión semanales

**Fijación de orden del día.**

Posicionamiento ético y de género con respecto a la pornografía.

### **Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante reporta haber consumido una única ocasión en un lapso de 15 minutos. Plantea que a raíz de la pandemia y por las nuevas disposiciones recientemente tomadas, cerraron gimnasios, espacio donde estaba teniendo actividad recreativa. También se le dificultó la práctica de ciclismo y con su pareja no se ha podido ver. De modo que, ese único consumo de pornografía es un promedio positivo a la terapia, se discute con el que en condiciones usuales hubiese consumido mucho más de la cuenta.

Posteriormente se realiza un ejercicio psicoeducativo sobre como el consumo se encuentra relacionado con la producción de diversos materiales más orientados hacia la promoción de una sexualidad machista, con los siguientes componentes:

- Dominio masculino absoluto
- Subyugación femenina
- Permisividad de la violencia
- Invasión no consensuada del cuerpo
- Deleite con el sufrimiento del otro

Se conversa con el consultante como estos elementos al presentarse en un vídeo de pornografía, son escasamente criticados por parte del espectador debido al fuerte componente de placer inserto

Al final de la sesión se le plantea a manera de tarea y en función de que ha disminuido el consumo de pornografía de forma satisfactoria en su línea base, ver un vídeo pornográfico, pero desde una mirada crítica, tomando en cuenta los puntos vistos en sesión y con la condición de que no haya acto masturbatorio de por medio.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante mantiene un buen nivel de análisis y profundización sobre sí mismo.

**Plan de acción:**

Se deja como tarea ver un video de pornografía, pero de forma crítica, con los elementos vistos en la sesión.

**Resultados**

A pesar de la restricción por la pandemia, el consultante más bien disminuye el consumo, esto plantearía un significativo avance.

**Sesiones futuras**

Las dos siguientes sesiones serían de seguimiento.

**Sesión 6:** Fecha 11 de mayo 2021. Hora 2pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Revisión de tarea: Crítica de cine

**Revisión de actualización**

En esta sesión se le consulta sobre la frecuencia de consumo, la cual plantea mantenerse en cero. Comenta sentirse tranquilo, ha estado practicando ejercicio. Al parecer tiene una opción de un crédito el cual le alivianará mucho sus deudas, con la posibilidad de conseguir un automóvil. La comunicación con sus padres se mantiene distante, considerando el consultante que eso es lo mejor. Comenta haberse separado ya del todo de su pareja, situación que le abruma pero que al final es una decisión necesaria. Se reflexiona en sesión sobre el impacto de la misma decisión, resultando un buen abordaje del consultante.

Se revisa la tarea sobre ver un video pornográfico desde una posición crítica. El consultante plantea lo siguiente:

Consultante: En un video porno el mae está relajado. No hace nada. No tiene un papel activo erótico sentimental del hombre. La mujer hace el brete. Masturbarlo, le hace sexo oral. Cuando el mae está loco puede hacer con ella lo que quiere. Al final se riega, en la boca, en las tetas, en la panocha. También se hace una asociación entre excitación y violencia. No fue nada difícil hacer la tarea. Ya entro con un chip distinto para hacer la vara. Hasta ahora que hice la tarea noté el esquema de los videos. Si es muy distinto. La masturbación es una venda.

Después de ello se reflexiona sobre la construcción que requiere hacer de su vida como persona y en la misma, que lugar ocupará la pornografía. Comenta que no descartaría el consumo a futuro siempre que se trate desde una forma controlada y recreativa, no como opción obligatoria de vida.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

De igual forma que en sesiones pasadas, el consultante se muestra tranquilo y analítico.

#### **Plan de acción:**

Monitorear el consumo

#### **Resultados**

El consumo ahora se encuentra en cero. El consultante ha logrado un buen nivel de control sobre su conducta de consumo.

#### **Sesiones futuras**

Iniciar la conceptualización de valores.

**Sesión 7:** Fecha 21 de mayo 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

Esta fue la primera sesión de seguimiento en la misma se reflexionó sobre el impacto de la masculinidad y la adherencia a consumir pornografía. Se monitoreó el estado general del paciente con respecto a la vivencia de estrés. Siendo que el mismo revela sentirse tranquilo y a su vez con herramientas para el manejo de situaciones de carga laboral. Desde que ha estado haciendo ejercicio ha venido manejando muy bien su nivel de tensión fisiológica.

Con respecto a los indicadores de consumo los mismos se mantienen en cero. Para la próxima sesión y final se debe de abordar la construcción de valores ligados a la vida futura.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Sebastián se muestra optimista con su consumo, planteando que en un futuro cuenta con la seguridad de poder controlarlo a voluntad

**Plan de acción:**

Monitoreo meramente.

**Resultados**

El consumo continúa en cero ocasiones. Se ha mantenido así desde hace dos sesiones.

**Sesiones futuras**

Se trataría de la sesión final.

**Sesión 8:** Fecha 27 de mayo 2021. Hora 1pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Ejercicio de Aceptación y compromiso Funeral y Epitafio para el trabajo en valores.

**Revisión de actualización**

Esta fue la última sesión con el paciente. En la misma se realizó una revisión del Estado general planteando que se encuentra mucho mejor que cuando inició el proceso terapéutico valorizando que a pesar de que la terapia se ha enfocado en el consumo de pornografía le ha ayudado para conocerse en otras áreas de su vida.

Con respecto al consumo mismo, se mantiene en cero, situación que viene ocurriendo desde hace cuatro sesiones. El consultante plantea qué ha futuro considera adecuado consumir entre dos y tres ocasiones semanales sin que se pase de esa cantidad.

Como ejercicio final se aborda una reflexión sobre los valores en la vida del paciente. Esto se hace por medio de un ejercicio de la terapia de aceptación y compromiso llamado “el epitafio” en el cual debe recrear imaginariamente su momento de muerte y suponer la forma en que lo van a recordar seres queridos. Al realizarlo plantea que sus valores principales son los de la libertad y la tranquilidad, los cuales al realizar una reflexión sobre su vida son los que no ha podido obtener desde su niñez y por eso ha vivido frustrado.

El consumo de pornografía, así como de otras adicciones que haya tenido como por ejemplo al alcohol son una forma alternativa de conseguir esa sensación de paz y libertad. Al final de la sesión se reflexiona a manera de visualización cuáles podrían ser formas positivas en el futuro de alcanzar esa paz y libertad, planteando el consultante que lo que necesita es destinar mayor tiempo a sí mismo en contacto con la naturaleza y el ejercicio físico.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Al igual que el resto de la terapia, hubo colaboración adecuada, anuencia y reflexión.

## **Resultados**

De forma satisfactoria es posible plantear que la terapia fue efectiva en este consultante pues el autorregistro denota una disminución significativa de la conducta de consumo de pornografía, teniendo ahora un mayor control sobre la misma.

## **Sesiones caso Johnny**

**Sesión A:** Fecha 16 de julio 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 18 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

## **Revisión de actualización**

Para esta sesión se entrevistó al consultante el cual plantea tener 34 años y es oficinista. Actualmente sostiene una relación a distancia con una mujer uruguaya. Revela un consumo diario de dos a tres veces por día. Plantea en esta primera sesión tener dudas sobre si ese consumo lejos de relajarle y beneficiarle más bien le podría afectar.

Como parte de las variables disposicionales, revela que el año pasado en plena pandemia atraviesa una separación la cual le afectó a nivel emocional al punto que todavía no ha logrado recuperarse de la misma. Producto de esa relación tuvieron un hijo por lo cual inevitablemente debe mantener un contacto constante con su ex. Ella ya ha reiniciado su vida afectiva con alguien más, esa situación de celos hace que consuma más, pues el malestar emocional evocado por la ansiedad de imaginar que ella está con otro le hace buscar la pornografía a manera de neutralización de dicha ansiedad.

El consultante revela la siguiente frase: "no he sanado la relación con mi ex y el malestar no me ayuda a trabajar el porno".

En la actualidad cómo se señaló anteriormente tiene una relación a distancia de forma virtual con una mujer uruguaya. No obstante, a pesar de que el espacio entre ambos lo califica como positivo asume que se le dificulta manejar una relación de esta índole, ya que de nuevo aparece la respuesta de celos y la misma funcionando como estímulo, conlleva a dos respuestas, de enojo en primer lugar reclamándole a su pareja en Uruguay sobre supuestas infidelidades y la conducta de consumo como alivio de su ansiedad.

Los géneros que más consumen son usualmente tríos o hentai. También busca mujeres similares a su expareja o la actual, revela que lo hacen para imaginar qué es él quién puede tener acceso a ellas.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra anuente y colaborador.

### **Plan de acción:**

Monitoreo de su respuesta de consumo

### **Resultados**

Se consigue un adecuado rapport y alianza terapéutica.

### **Sesiones futuras**

Abordar la historia del consumo

**Sesión B:** Fecha 23 de julio 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 17 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**



- Exploración sobre conducta de consumo
- Historial de la historia de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión se escucha el historial del consumo del consultante. Comenta que el consumo inicia sus 14 años ya que en su adolescencia consumía con compañeros de colegio. Más tarde ya en su época universitaria comienza a consumir con mayor intensidad debido a la presencia de teléfonos inteligentes. Comenta en algunas ocasiones haberse ido al baño en su facultad y masturbarse mientras consumía pornografía. Revela que durante su época de adolescencia fue cohibido y tímido, pero es a los 21 años que comienza a verse más interesado en la sexualidad. Esta edad de inicio él la cataloga como tardía, de modo que consumía pornografía como forma de aprendizaje. El consumo se sigue dando de forma continua hasta el punto de que con el tiempo comienza a perder su función únicamente de refuerzo positivo y se comienza a acompañar de alivio de estrés producto de trabajo y tensión académica.

En el 2014 tenía una pareja y se entera de una infidelidad entonces amenaza con compartir fotos íntimas. Producto de esto es denunciado por esta mujer, aunque el proceso no culmina con acciones penales debido a que no compartió las imágenes mismas, sino únicamente fue amenaza. Revela que conserva fotos de sus exparejas con una clara orientación sexual, en archivos y recurre a las mismas para fines sexuales. Este tema de fotografías que conserva plantea que le preocupa mucho, pues las tiene almacenadas en diferentes cuentas en la nube hasta el punto de que no tiene control sobre dónde están esas fotografías y teme que en algún momento las cuentas puedan ser hackeadas y esas fotografías publicadas apareciendo el como responsable.

Con el pasar del tiempo conoce a su expareja y deciden tener una relación de convivencia. Cuando ella queda embarazada usaba más el porno. En la sesión también revela una preocupación relacionada con el tema de compartir imágenes de mujeres con otros hombres.

Actualmente dedica una cierta cantidad de dinero en una plataforma llamada "Only fans", con una amiga con la cual el mantenía un interés erótico. También revela tener una afiliación a coleccionar fotografías de mujeres famosas desnudas.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante cuenta su historia con cierto arrepentimiento, en especial el relacionado a conservar fotografías.

**Plan de acción:**

El consultante debe llenar el Inventario de Conformidad a las Normas Masculinas

**Resultados**

La historia sobre su consumo es abordada eficazmente.

**Sesiones futuras**

**Sesión C:** Fecha 30 de julio 2021. Hora 11 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):**

El consumo se mantiene en 18 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Establecimiento Jerarquía de Exposición

**Revisión de actualización**

En esta sesión se conversa sobre la lista de lugares en los que almacena pornografía, resultando la siguiente lista:

Lugares que le preocupan más:

- Carpeta del iPhone
- Drive del iPhone

- Drive de Gmail

Lugares que le preocupan de forma normal:

- Un disco duro en estado físico
- Correos que se ha enviado a sí mismo con fotografías.
- Una cuenta de una página llamada keepsafe

Lugares que le preocupan poco:

- Cuenta en Discord
- Chat en Telegram
- Cuenta en Reddit
- Carpeta de Only fans

Se plantea a manera de tarea empezar a ordenar dichas carpetas pues en momentos futuros de la terapia se tendrá que deshacer de las fotografías mismas.

También se destina un espacio para conversar sobre cómo le ha venido afectando la separación con su ex ya que la misma ha tenido una carga intensa sobre la aparición del consumo.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante al igual que en otras sesiones se muestra cooperador y motivado al cambio.

### **Plan de acción:**

Llenar el cuestionario de Conformidad a las normas masculinas.

Realizar un inventario de las carpetas donde aloja información.

### **Resultados**

Se logra establecer una jerarquía de exposición con respecto a los videos que de forma gradual empezará a borrar.

## **Sesiones futuras**

Se debe iniciar el proceso de borrado de videos a través de la jerarquía de exposición.

**Sesión 1:** Fecha 12 de agosto 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de alrededor de 14 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

Sesión de devolución.

### **Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante revela estar consumiendo igual que en las sesiones anteriores y que no ha podido disminuir el consumo mismo. No obstante, revela que logró borrar todas las fotografías y videos comprometedores que tenía, situación que es reforzado en terapia a través de la felicitación directa. Se trataba de ir borrando poco a poco y logró hacerlo de una vez.

Se trató de una sesión de devolución en la cual se le reveló la naturaleza del análisis funcional de la conducta. Se le planteó como la estimulación aversiva producto de la elicitación de pensamientos relacionados con celos evoca malestar emocional ansioso cuya neutralización corre a partir del consumo de pornografía. También se le plantean las diferencias variables disposicionales asociadas con el consumo. También se realiza una devolución del inventario de conformidad a las normas masculinas, desde las cuales sobresalen la propensión a vivir su masculinidad desde la hipersexualidad y la orientación al éxito.

En el momento en el que se le indica la necesidad de actividades gratificantes a manera de sustitución del consumo de pornografía, el consultante plantea que por más que se las quiera dar así mismo no las disfruta. Se reflexiona qué tanto tiene

que ver eso con un estado de decepción consigo mismo en el sentido que por las diferentes situaciones que ha estado viviendo se frustraron las expectativas que tenía de vida y por ende vive una vida que no quería tener. Ese estado de malestar generalizado a manera de variable disposicional hace que ante cualquier estímulo que le conecte con su frustración tenga la necesidad de consumir. El consultante revela sentirse “como un perdedor” en diferentes áreas de su vida tales como a nivel económico, en su paternidad y a nivel laboral.

Para la próxima sesión debe iniciarse un protocolo de entrenamiento manejo de la ansiedad por medio de relajación.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Al abordarse el análisis funcional de la conducta, al final de la sesión el consultante llora planteando que desde hace mucho tiempo se siente insatisfecho con la vida.

### **Plan de acción:**

Se motiva la iniciación de un protocolo de activación conductual con el cual recupere espacios de disfrute, aumentando la tasa de reforzadores positivos.

También se le envía como tareas las siguientes:

- Disminución del consumo a dos ocasiones diarias
- Procrastinación del consumo a 5 minutos

### **Resultados**

El análisis funcional es comprendido en detalle por el consultante.

### **Sesiones futuras**

Para la próxima sesión debe trabajarse en psicoeducación de la ansiedad.

**Sesión 2:** Fecha 17 de agosto 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 10 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Psicoeducación sobre asociación entre ansiedad y respuesta sexual humana

**Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante revela encontrarse bajo situaciones de tensión emocional derivadas de la relación que está viviendo con su pareja.

Se trabajó con el consultante sobre psicoeducación con respecto a la relación entre el sistema simpático y el parasimpático realizándose una distinción académica entre ambos términos. También se realizó una reflexión sobre como la activación de la respuesta sexual humana ofrecería una disminución de la actividad simpática generando por ende una mayor predisposición con respecto al consumo de pornografía.

El consultante se mostró muy anuente con respecto a la explicación ofrecida siendo constantes realimentaciones de él con respecto a cómo se expresan los diferentes mecanismos en su vida.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Son constantes los comentarios del consultante con respecto a la exposición de la teoría, aspecto muy positivo a manera de criterio de aceptación de lo planteado.

**Plan de acción:**

Cómo tarea únicamente se le plantea la disminución del consumo y el monitoreo de este.

**Resultados**

El consultante comprende los mecanismos fisiológicos de la ansiedad y como la misma predispone al consumo de pornografía.

### **Sesiones futuras**

En las próximas sesiones debe de trabajar se ejercicios de relajación, iniciando con los de respiración diafragmática

**Sesión 3:** Fecha 23 de agosto 2021. Hora 5:30 pm

### **Puntajes obtenidos (Línea Base):**

#### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

#### **Revisión de actualización**

En esta sesión se trabajó durante la misma en realizar reestructuración cognitiva acerca de percepciones que el consultante realiza de celos con respecto a su pareja. Se logra rescatar de forma positiva la percepción que estaba teniendo sobre la relación a distancia en la cual la calificaba de negativa. El consultante percibía la misma como una pérdida de tiempo en la cual no estaba teniendo la relación que necesitaba. Al final de la sesión llega a la conclusión de que en realidad la relación está siendo adecuada, pero es el quien la interpreta de forma negativa y qué son sus esquemas de abandono los que producen una interpretación errónea.

Se trabaja al final de la sesión con relajación exponiéndose la técnica de respiración diafragmática planteándosele que en momentos de ansiedad es conveniente practicarla.

#### **Aspectos destacados de la sesión:**

Se nota que al consultante se le dificulta la técnica como tal y se conversa en sesión que debe esto a que durante hace muchos años ha mantenido un estilo de

afrentamiento de sus problemas basada en una activación fisiológica de ansiedad, por lo cual haya incidido en que se le dificulta respirar adecuadamente.

**Plan de acción:**

Para la próxima sesión se deberá seguir con el entrenamiento en respiración.

**Resultados**

Se logra trabajar con el consultante en relajación adecuadamente.

**Sesiones futuras**

Continuar el entrenamiento en técnicas de relajación

**Sesión 4:** Fecha 31 de agosto 2021. Hora 4:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 14 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión el consumo continúa en dos ocasiones diarias. Se logró trabajar con el consultante de forma completa con ejercicios de respiración diafragmática. En la misma se logró un muy buen avance con respecto a las técnicas. Primero se le solicito respirar sentado. Posteriormente haciéndolo sentado, pero sin apoyar su espalda en el respaldar. Después de ello lo hizo de pie. Y al final de la sesión caminando por el espacio.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Con su pareja actual se siente mucho más tranquilo.



Para esta sesión el consultante logró un adecuado dominio de las técnicas de respiración

### **Plan de acción:**

Se le plantea como tarea practicar los ejercicios de respiración diafragmática unas 3 veces diarias.

A su vez se le solicita la disminución de consumo de pornografía a una única vez, haciendo uso de las técnicas de procrastinación y respiración diafragmática.

### **Resultados**

En esta sesión el consultante también revela sentirse más tranquilo con respecto a la relación con su expareja poco a poco aceptando la nueva relación que va a tener con la misma aun así expresando preocupación con respecto a la forma en la que van a tener que comunicarse.

### **Sesiones futuras**

Las próximas sesiones se podría iniciar un protocolo de mindfulness.

**Sesión 5:** Fecha 6 de setiembre 2021. Hora 1 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 7 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

El consultante ha disminuido el consumo de pornografía a una ocasión diaria. Esta sesión se iba a destinar al inicio en protocolo en mindfulness, no obstante, llega la sesión en crisis debido a un nuevo conflicto con su pareja. En esta ocasión comenta que se comportó de forma grosera con ella, ejerciendo violencia de forma emocional

con una alta carga de intensidad en cuanto a las palabras utilizadas. El motivo de la situación se debe a que su pareja requería ir a visitar a su madre que está hospitalizada y el consultante lo leyó desde una perspectiva de celos asumiendo que lo haría por infidelidad.

Esta situación ya se ha repetido en ocasiones pasadas por lo que el consultante acuerda el dejar la relación en un receso hasta que él pueda manejar mejor este tipo de situaciones.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante llega a la sesión ansioso y con verbalizaciones autodirigidas de fracaso.

### **Plan de acción:**

Continuar con las técnicas de relajación en casa.

### **Resultados**

Se evidencia el efecto de la privación por disminución del consumo. En el momento que inició, aumentó la dificultad de manejar con tranquilidad situaciones críticas. Fenómeno que se ha observado en otros consultantes.

### **Sesiones futuras**

En efecto el consultante tiene dificultades de autocontrol por lo que el manejo de sus emociones es fundamental, acompañado de estrategias para el control de la activación.

**Sesión 6:** Fecha 14 de setiembre 2021. Hora 5:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** No fue posible computar el consumo ese día, sin embargo, en la sesión siguiente reporta que fueron 7 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

Exploración sobre conducta de consumo

**Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante no llega la misma debido a dificultades laborales administrativas pese a que confirmo un día antes.

**Sesión 7:** Fecha 21 de setiembre 2021. Hora 10 a 11 am

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 6 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Puesta al día sobre su estado emocional

**Revisión de actualización**

Para esta sesión se trató de una recapitulación sobre cómo le había ido en los 15 días pues faltó a terapia la sesión pasada.

Plantea que las cosas han empeorado. Su padre le pone una denuncia por violencia a él y a su mamá y a los 3 días fue a retirar la misma. Esto le provocó mucha tensión durante la semana. Con respecto a su novia uruguaya, revela estar mejor, aunque en sesión se comenta la posibilidad de que la necesidad de conflicto vuelva una vez más.

Revela también haber llamado a su exnovia en estado de ebriedad situación que le hizo preocuparse bastante. El consumo de pornografía si ha disminuido mucho, ubicándose en tres ocasiones semanales. Plantea que las técnicas de retraso en la ejecución de la conducta funcionan adecuadamente en él. Ya cuando pasan algunos minutos la sensación de craving ha disminuido.

Se trabaja en esta sesión sobre la necesidad de mantener una distancia con su padre, recurrir de nuevo a trabajo presencial esto con el fin de disminuir el tiempo en su contexto familiar y prepararse para la salida de su hogar en los próximos meses.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se encuentra muy tenso y por eso no da tiempo de practicar técnicas de relajación debido a la cantidad de incidentes que comenta.

**Plan de acción:**

Seguir practicando relajación

**Resultados**

El abordaje de sus crisis ha sido meramente reflexivo en tanto el proceso terapéutico no da para asumir algo más aparte del consumo de pornografía.

**Sesiones futuras**

En la próxima sesión debe iniciarse el protocolo de mindfulness.

**Sesión 8:** Fecha 28 de setiembre 2021. Hora 4:30 a 5:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 3 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Inicio de protocolo mindfulness

**Revisión de actualización**

El consumo se mantiene en tres ocasiones semanales. En esta sesión el consultante revela sentirse más tranquilo que en la sesión anterior, planteando

inclusive haberse serenado como para tomar distintas decisiones de distanciamiento emocional con respecto a su hogar. Plantea que a manera de proyecto a corto plazo se posicionará para abandonar su casa, esto en unos meses con tal de ahorrar un dinero suficiente que le permita sentirse tranquilo en ese momento. Con respecto a su pareja conversa con ella y se mantiene aún en la relación pues se le dificulta el cierre con la misma.

Confiesa haber experimentado deseos de consumo y el mismo anticipado por incertidumbre con respecto a su relación de pareja.

Se dedica la sesión para iniciar entrenamiento en mindfulness planteándose que presenta problemas con autocontrol cuándo vive estimulación interna aversiva. También se comenta sobre el concepto de la evitación experiencial en tanto que la misma tiene que ver con operaciones de huida con respecto a su propio malestar, en tanto que sus arrebatos de ira se tratarían en realidad de operaciones de escape. Por tanto, se pretende que el consultante pueda entrar en contacto con su propia estimulación interna ver si va sin ejecutar la conducta de escape ya sea a través de el enojo o de consumo de pornografía.

De modo que se utilizó un chocolate con el cual se le planteó no morderlo sino dejar que se derritiera en su boca y de esa forma el paciente vivir el proceso. Después de algunos minutos comenta habersele dificultado pero que con respiración diafragmática consiguió abordarlo tranquilizándose al final.

### **Aspectos destacados de la sesión:**

Para esta sesión el consultante se mostró mucho más tranquilo que en sesiones anteriores.

### **Plan de acción:**

Cómo tarea se le sugiere practicar el ejercicio varias veces a la semana.

### **Resultados**

El consultante logra controlar su ansiedad recreada con la técnica de Mindfulness.

### **Sesiones futuras**

Para la próxima se puede continuar con el trabajo en mindfulness. Además de exposición con prevención de respuesta.

**Sesión 9:** Fecha 4 de octubre 2021. Hora 4:30 a 5:30 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 3 ocasiones semanales

### **Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo

### **Revisión de actualización**

En esta sesión el consultante revela tener un consumo de 3 ocasiones semanales. Se plantea para la siguiente sesión disminuir el consumo a dos. Asimismo, se dedica el inicio a escuchar cómo ha ido abordando el consultante a lo largo de las sesiones diversas temáticas con respecto a su vida asociadas también al consumo de pornografía. Plantea ya no dedicar dinero a la plataforma *Onlyfans*, la cual había cerrado. A su vez revela sentirse mucho más tranquilo con respecto a la situación con su expareja a pesar de que esto no se trabajó en la terapia. Con su pareja actual cuya relación lleva a distancia continúa sintiéndose insatisfecho, por lo que se dedica un espacio de algunos minutos a comentar si realmente la relación es edificante para su vida. El consultante revela quererla mucho pero no tener las herramientas para asumir una relación a distancia.

Se trabaja durante la sesión primero con relajación recuperando algunos elementos del mindfulness. Posteriormente se plantea un ejercicio a manera de exposición con prevención de respuesta. Se busca un video de pornografía en una tableta y se pone pausa el mismo planteándosele al consultante qué va a respirar profundo

mientras el video está en pausa, respiración por cierto diafragmática. Al final de la sesión se le instruye en replicar este ejercicio durante la semana.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra mucho más reflexivo en sesiones pasadas. Además, su consumo se ha controlado adecuadamente, a pesar de su ansiedad.

**Plan de acción:**

Replicar la exposición con prevención de respuesta en varias ocasiones a la semana por sí mismo, implementando relajación.

**Resultados**

La técnica de exposición fue abordada adecuadamente.

**Sesiones futuras**

Para la próxima sesión debe revisarse el mismo. También se trataría de iniciar con prevención de recaídas trabajando en el componente de valores.

**Sesión 10:** Fecha 11 de octubre 2021. Hora 2 a 3 pm

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de 2 ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Prevención de recaídas.

**Revisión de actualización**

Para esta sesión el consultante reporta un consumo de 2 ocasiones semanales. Se trató de la primera sesión de prevención de recaídas, por lo tanto, se trabajaron algunas áreas en las cuales el consultante revela tener una mayor vulnerabilidad en

cuanto al consumo las cuales tienen que ver con verbalizaciones auto derrotistas de conflictividad y celos. También se trabaja sobre su proyecto de vida y la necesidad de en el futuro conseguir un espacio personal lejos de su ambiente de conflictividad familiar. Se conversa en sesión que la tensión mantenida con sus familiares directos le genera ansiedad y que la misma puede afectar de forma apetitiva al consumo de pornografía.

**Aspectos destacados de la sesión:**

El consultante se muestra tranquilo y anuente

**Plan de acción:**

También se le pone de tarea para la próxima ver un video pornográfico, pero de una manera crítica.

**Resultados**

El consultante ha disminuido su consumo de pornografía satisfactoriamente.

**Sesiones futuras**

La próxima sería la sesión final.

**Sesión 11:** Fecha 18 de octubre 2021. Hora 11 am a 12 md

**Puntajes obtenidos (Línea Base):** consumo de cero ocasiones semanales

**Fijación de orden del día.**

- Exploración sobre conducta de consumo
- Cierre de proceso

**Revisión de actualización**



En esta sesión, por cierto, la final; el consultante revela un consumo de 0 ocasiones semanales. También plantea sentirse cómodo con la terapia ya que la misma aparte de ayudarlo disminuir el consumo de pornografía le trajo como un beneficio la reflexión de diferentes temáticas sobre sí mismo aparte de que los ejercicios de mindfulness le ayudaron a desarrollar una mayor tolerancia y habilidades de autocontrol. Se trabaja en esta sesión con sus propios valores y relacionados los mismos a su proyecto de vida. El consultante plantea sentirse motivado, aunque mucha de su sintomatología depresiva aun no desaparece. Se trabaja en sesión que la modificación de su contexto es vital a futuro en el abordaje de dicha sintomatología depresiva. También se destina un espacio a realizar reestructuración sobre el abordaje con la mamá de su hijo y desde la metáfora *del soltar y dejar ir*, atravesar la situación de duelo con respecto a la relación de pareja.

**Aspectos destacados de la sesión:**

Es un acuerdo al final de la terapia el distanciarse de su familia, manteniendo vínculos únicamente con su mamá.

**Resultados**

A lo largo del proceso si bien es cierto fueron constantes algunas decaídas el consumo mantiene una tendencia de disminución finalizando el paciente sensibilizado sobre la necesidad de buscar repertorios alternos en cuanto al manejo de su tensión cotidiana.

## **Anexo 24: Bitácoras procesos grupales**

### **Grupo de Alajuela**

Se trabajó con el grupo de Alajuela, el lunes 22 de febrero y el lunes 1 de marzo. Se realizaron tres sesiones, divididas en esos dos días. El primer día se conectaron 25 personas y el segundo 27. El primer día se trabajó en primera instancia la presentación y encuadre del taller. Posterior a ello se envió un documento tipo formulario en línea donde debían de llenar sus datos referentes al consumo.

Una vez hecho esto se inició con una pregunta de reflexión al grupo: *¿Que piensan que sucede con los hombres para que se interesen en el sexo?* Las principales respuestas iban dirigidas al tema de socialización y la relevancia de roles de género. En el grupo de hombres se apreció un cierto grado de profundización crítica hacia la socialización y relevancia que tiene la masculinidad, aspecto que podría comprenderse a la luz de qué se trata de un grupo reflexivo sobre género y que algunos integrantes acumulan inclusive años de asistir al mismo. Posterior a ello se consultó sobre la relevancia dentro de esta socialización que podría tener la pornografía. Las respuestas iban orientadas hacia varios sentidos resaltando dos orientaciones:

En primer lugar, aquellas dirigidas a que como hombres habían aprendido a vivir su sexualidad desde el consumo de los cuerpos de mujeres.

*“Los hombres desde tiempos inmemoriales hemos sido educados para consumir pornografía.”*

En segundo lugar, resaltando el papel que juega el consumo de pornografía en el manejo de las tensiones diarias de cada uno. Un tercer grupo de reflexiones desde la justificación biologicista del consumo sexual en general:

*“Siempre los hombres deben estar de cacería”.*

*“Los hombres están hechos para la lucha y el sexo”.*

Sobresalen también las referencias al consumo de pornografía desde un vocabulario con componentes machistas y misóginos. Algunos se referían al espacio de consumo de pornografía como:

*"tomarse un yodito de pelos"*

*"tirarse una cinta de voladera de sornaca"*

*"El momento de ver culos".*

Al comentársele sobre que dichos comentarios no hacían más que reducir la figura de una mujer alguna de sus partes, algunos comentaron que en efecto lo hacían, pero que era inevitable de una industria pornográfica que presenta a las mujeres como partes, evadiendo la presentación de la figura de la mujer como un ser integral, afectivo y humano:

*"Mae, es que uno pone un vídeo porno para matizarse y lo único que termina aprendiendo es que la mujer no es más que huecos, de verdad hay que concientizarse un poco y disfrutar sin tragarse esa visión y si uno nota que no puede mejor dejar de ver";*

*"yo me asusté el día que a mí güilla comencé a pedirle cosas similares a lo que se ve en las cintas. Ella me lo hizo saber".*

*"La vara es que un día me hice una maratón de porno porque con la pandemia llevaba días sin salir y sin hacer nada. Me tocó ir al súper y después de todos esos videos yo a las mujeres que me topé de camino de una vez me las imaginaba desnudas, que mal ride".*

Enseguida se realizó una exposición sobre la pornografía, los diferentes géneros y la forma en que los mismos están presentes hoy día. Los comentarios principales en este caso se fueron por la reflexión de qué en la gran mayoría de los asistentes al taller la forma de vincularse con la pornografía como tal fue con una menor intensidad con la que muchos adolescentes lo pueden realizar hoy día. Por tanto, la

mayoría dirigieron la reflexión hacia la necesidad de que como padres se concienticen sobre la naturaleza y las implicaciones que pueden tener en la constitución subjetiva de cada persona.

*"Mae yo me imagino que sí yo he quedado medio enfermo, no sé cómo me hubiera ido con la facilidad que existe hoy día".*

*"A mis hijos es mejor empezarlos a educar con Sexualidad integral, si ven porno que lo manejen mejor"*

Al final se dedicó un espacio para reflexionar de forma magistral sobre cómo el consumo del erotismo ha ido evolucionando a lo largo de la historia. Sección del taller que gozó de mucha aceptación ya que en especial la mayoría de los caballeros agradecieron dicha exposición. Se llegó al consenso de no mirar el consumo de pornografía como algo moralista, sino como un fenómeno humano que tiene una historia y qué es dependiente de cada contexto. Los hombres comentaron que es el patriarcado el que le ha dado la forma a la pornografía que se vive hoy día. Muchos inclusive plantearon su interés de investigar sobre pornografía feminista, aspecto que debe leerse con cautela sobre su posible significado: por un lado, viéndose como un ejercicio promotor de aceptación de una sexualidad integral. Por otro lado, cómo una posible permisividad hacia el consumo de cuerpos. al final del taller se les envía el fascículo número uno como material de apoyo psicoeducativo. En este primer día se tomaron en cuenta los contenidos planteados para la primera sesión y además parte de la segunda.

Para la segunda fecha de igual forma 2 horas 30 de duración, se inició con un resumen sobre lo que les había llamado más la atención sobre la sesión pasada. Muchos asumiendo que el componente histórico les llamó la atención, otros planteando sobre la necesidad de contar con una sexualidad integral que les permita ver de forma reflexiva y crítica fenómenos como los de la pornografía. Otros planteando que abiertamente no dejarían de consumir, pero si estarán vigilantes sobre factores de sumisión y violencia legitimados en los videos. La clase inicia con una exposición sobre el patriarcado y la forma cómo produce la gran mayoría de

material pornográfico. Se incentivó la reflexión acerca de si la pornografía es erótica u obscena. A lo que el consenso termina de apuntar de qué depende de la posición en la que se adopte la figura de la mujer en la misma:

*“Muchas violaciones tienen que ver con la forma como vemos los hombres a las mujeres. En la porno se permite abusar y nos convencemos de que sea posible.”*

*“Con un clic es super fácil acceder y eso hace que se vuelva adictiva. Es muy fácil acceder a ella, más fácil que ir a una cantina por una birra”.*

*“Por lo general el rostro de los hombres no se ve. Solo el de las mujeres. Porque está hecho para nosotros”.*

*“La pornografía nos vende un ideal imposible, porque vende estereotipos imposibles de cumplir.”*

Una consulta que se volvió sugestiva fue sobre si producciones feministas pudiesen desincentivar el dominio que se tiene sobre la mujer. A lo que se planteó el tema de que, independiente del género si hay dinámicas de poder no deja de ser de cuidado la influencia que podría tener en la construcción de la subjetividad del espectador. Después de abordar diferentes características que tiene la pornografía de tipo mainstream, se escucharon algunos comentarios.

El siguiente tema abordó sobre la posibilidad evolutiva que tiene el consumo de pornografía desde dos vías: desde el incremento de la frecuencia el incremento en las modalidades de consumo. Desde la frecuencia se plantearon los siguientes parámetros:

- Consumo episódico recurrente
- Consumo excesivo habitual
- Consumo adictivo dependiente

También se les comenta sobre el fenómeno de habituación, aspecto que la atención en muchos participantes, planteando que en efecto han sido testigos de cómo el consumo en sus casos se ha ido incrementando de alguna u otra forma siendo necesaria la puesta de límites y que en algunos casos a pesar de querer reducir el consumo no han logrado hacerlo del todo.

Al final del taller se plantean algunas reflexiones finales sobre la repercusión del consumo. Llenan un formulario de evaluación del taller y al final se les entrega por medio de la aplicación el fascículo 2.

## **Grupo de Grecia**

Se trabajó con este grupo las tres sesiones los lunes 31 de mayo y 7 de junio. En el primer día se conectaron 14 personas y en el segundo el mismo número. De igual forma con el resto de los talleres, al inicio se realizó un encuadre sobre los contenidos, así como un encuadre y la respectiva presentación. Luego se envía el formulario en línea donde debían de llenar sus datos y dar su consentimiento.

Luego se realiza un ejercicio donde divididos en dos grupos debían realizar un debate en el cual algunos estuviesen a favor y otros en contra del consumo de pornografía. El ejercicio sirvió de caldeo al grupo pues se notaban pasivos al inicio. De esta forma lograron sentirse en confianza. Del ejercicio se desprende una comprensión adecuada sobre el fenómeno en cuanto a la dinámica social, expresando alguna preocupación y sátira sobre como muchos sectores conservaduristas inclusive también consumen pornografía.

*Maes, lo vacilón de todo es que alguna gente se llena la boca diciendo que la sexualidad aquí y que es bueno y que no, pero de fijo uno les agarra el cel y encuentra de todo ahí*

*Un día a un tío mío que juega de santulón se le bloqueaba a cada rato, me lo dio para revisarlo a ver si tenía virus, eso parecía un virus con batería, ya no era ni celular. Y adivinen el montón de páginas que él se metía. Yo le dije y me desmintió, me dijo que nada que ver.*

Al inicio del taller se plantea la diferencia entre el concepto de lo erótico y lo obsceno. Al participar el grupo, muchos plantean que la diferencia se encuentra en función del nivel de violencia, de si hay diferencia de poder o si existen prácticas en contra de los derechos humanos. Se continúa comentando sobre si consideran que la pornografía representa una visión de la sexualidad realista de modo que se plantearon los siguientes comentarios:

- *En la pornografía no hay seducción, se busca ir directo al grano. Y en la vida real no es así, es necesaria la seducción para humanizar el encuentro. La pornografía no es humana.*
- *Se ve muy normal, la mujer sumisa, que le jalen el pelo. Luego muchos de nosotros queremos llegar a hacerlo igual.*
- *Hay escenas donde el hombre llega y la mujer está lista. Se le pega y ella está dispuesta. Entonces asumimos que lo normal es la condición de estar dispuesta cuando no es así, en sexualidad hay que negociar. La sexualidad trae una condición: La negociación. La pornografía vende la falsa sensación de que la mujer siempre está dispuesta.*
- *En Sodoma y Gomorra la pornografía obscena estaba presente, porque se exhibían los cuerpos como objetos sexuales.*

Posteriormente se inició con la exposición de la evolución histórica del arte erótico, orientando la reflexión de que la pornografía siempre ha existido, solo que desde diversos contextos.

Al final de la sesión, el grupo quedó satisfecho con el taller, expresando motivación hacia el mismo. Al final se les envía el fascículo número 1, diseñado justamente posterior a esta sesión.

En la sesión se continua con la exposición de lo histórico de la pornografía, donde los hombres mostraron interés en la evolución. Algunos plantearon que, en efecto, el arte erótico no tiene ningún problema en cuanto como forma de expresión induce a la sexualidad:

*Compañeros yo veo las cosas así: el arte erótico no es malo, más bien induce o promueve una sexualidad libre, desinhibida. El arte lleva a la sexualidad y no tiene nada de malo que a uno le quieran dar ganas de coger viendo arte erótico. Pero la pornografía de hoy en día si es cierto que presenta a la sexualidad, pero muy corrompida.*



*Es que antes el arte no se distribuía en masa, entonces el capitalismo no le había metido mano. Pero luego ya quisieron comercializar lo sexual y no.*

*La diferencia entre porno y arte es que con la primera no hay que estudiar.*

Luego se siguió con la pregunta sobre porque hombres piensan tanto en sexo, a lo que algunos plantearon asuntos biológicos, otros un tema de aprendizaje social. Otros contemplaron al final la opción de que el hecho que los hombres piensen en sexo no tiene nada de malo, sino más bien el cómo se vive esa sexualidad:

*Quien dice que pensar en sexo está mal, lo malo es la forma en que pensamos, si lo hacemos desde lo saludable me entiende, o si uno es un enfermazo.*

*Yo voy a seguir pensando en sexo, pero me voy a cuidar desde cual sexo. El sexo que cuida y respeta o el que busca dañar solo para satisfacerse uno*

La siguiente sección se orientó hacia las repercusiones del consumo de pornografía, aspectos neurológicos y demás. Al final los comentarios iban orientados hacia la posibilidad de seguir consumiendo, pero rechazando aquellos videos que tengan una naturaleza de corte violenta. Algunos plantearon que todos los videos serian de este tipo, por lo que es mejor no consumir del todo. La participación fue adecuada en este grupo en cada ocasión que se solicitó la misma. Algunos al final mostraron preocupación por el avance futuro de las nuevas tecnologías de información y sobre como afectarían a sus hijos o nietos.

## **Grupo de Escazú**

Se trabajó con este grupo los martes 10, 17 y 24 de agosto. Participaron 23 personas en total. Al inicio se realiza un encuadre acerca de las características del taller, el tema de que se trate de un trabajo final de graduación, así como el contenido del curso como tal. En la primera parte, se brindaron algunas nociones básicas sobre términos ligados a la pornografía, así como reflexiones acerca de si la misma es obscena o erótica. Sobre esta reflexión la mayoría coincide en sus componentes de obscenidad, algunos pocos plantean que depende del contenido como tal. Algunos comentarios al respecto fueron los siguientes:

*El erotismo va envuelto con el amor. La pornografía no es amor.*

*Si hubiera pornografía ligada al erotismo sería diferente.*

*Si tiene que ver con el erotismo. Pero la corrompe. Hoy día la pornografía es más vulgar.*

Esta discusión inicial tenía un tema de fondo: El ver a la pareja distinta, estereotipada. Algunos coinciden en que se disminuye el deseo sexual hacia la pareja desde esta vía. Pues se comienza a comparar con las mujeres que salen en los videos. Algunos comentan que a raíz del consumo de pornografía han visto disminuido su deseo sexual.

Posterior a ello se realiza una actividad introductoria en la cual se dividieron en dos grupos donde algunos actuarían estando a favor, otros en contra. Los que estaban a favor actuaron como actores porno, directores de cine y motivadores de vida. Los que estaban en contra actuaron también como exactores porno, sacerdotes y psicólogos.

Al final se detallan algunos conceptos sobre la pornografía, como la división de softcore, mediumcore y hardcore. Los comentarios finales se orientaron hacia reflexiones en cuanto a la industria pornográfica y su poderío económico.

En la segunda sesión, se abordó el tema de la evolución del arte gráfico de la desnudez a través de la historia. El tema fue de agrado para los participantes. Planteándose como el tema de poder de la pornografía y como ha sido utilizada para fines políticos. Muchas de las preguntas iban encaminadas sobre si el producir o consumir no era algo nuevo, sino que se hacía desde siempre, pero en periodos anteriores de una forma menos comercial. Algunos plantearon sobre las raíces del término, indicándose que porno provenía de pornei, un tipo de prostitución en Grecia más clandestina y menos ensalzada o legitimada. También algunos plantearon que la industria de la pornografía es muy poderosa, incluso un usuario reveló como algunas marcas en el pasado utilizaron formatos que facilitarían la entrada de pornografía, con tal de conseguir mayor número de compradores. Los comentarios finales con esta segunda sesión:

*Me llevo el tema de lo interesante que es la pornografía para las distintas culturas. Cada uno abordándolo desde distintas culturas, siempre en función de lo que les sirve a los gobiernos.*

*Es rescatable y me queda claro que la capacidad de acceso que tengan las personas fomenta y le da poder a la industria pornográfica. La relación que hay entre la posibilidad de acceder a ella.*

*Las grandes industrias por lo general se valen de adicciones.*

Para la sesión 3 se planteó el tema de diferentes afectaciones que podrían traer el consumo de pornografía de forma recurrente. Se abordaron como el consumo de pornografía podría traer implicaciones en cuanto a la neuroplasticidad. También se abordó como la pornografía de hoy en día tiene más tintes de violencia y misoginia en su producción. Esto aunado al tema de su distribución que se empata con el tema de la pandemia y la necesidad de socialización. Algunos comentarios fueron los siguientes:

*Vieras que la pornografía se ha vuelto algo muy común, en todos los chats que estoy de WhatsApp, ya consumir porno tiene un sentido hasta de relaciones humanas.*

Se discutió sobre algunos factores que hacen que los hombres consuman más pornografía que las mujeres, al respecto algunos señalaron lo siguiente:

*Consumimos por una debilidad. Por carencias de afecto, de cariño. Tratamos de buscar sexo para encontrar carencias. Yo fui criado con mucha malicia, había mucho morbo. En ese tiempo a cada parte de los genitales se le escondía el nombre, "el cosito" por ejemplo. Había mucha falta de educación. En ese sentido yo crecí tal vez buscando aprender sobre aquello que no se me decía. Me crié con carencias y falta de educación y quería compensar esa educación que no tuve.*

*Pensar tanto en sexo por un tema de aceptación. En el transcurso de los años a los hombres se le une el sexo y su virilidad y su autoestima. Entre más sexo tenga, entre más depredo, consumo, más aceptación tendré. Muchos hombres construyen su autoestima desde el sexo. El mae que consume guilas es aceptado como líder. Y también entonces no consumir significaría ser rechazado.*

*Porque el prototipo del macho nos ha dicho eso, que deberíamos estar con mujeres siempre. Yo en lo personal iba a night-clubs, pero al final no lo disfrutaba, sino para quedar bien con los demás.*

Ante la pregunta sobre que hace que se piense mucho en sexo, al igual que el grupo de Grecia, este grupo sostuvo con unanimidad que no tiene implicación negativa cuando se hace desde la construcción positiva de sexualidad:

*¿Porque no pensar en sexo? Eso no está mal. En la escuela me hice popular porque les explicaba a los demás como era la sexualidad. Pienso mucho en sexo porque es natural y algo rico. Pero por otro lado el sexo vende, somos bombardeados para pensar en sexo.*

*Yo nunca he sentido que esté mal pensar en sexo. Debe expresarse naturalmente, lo malo es que tiendo a sexualizarlo todo, malinterpretando todo lo que me dicen. A veces una señal social de una mujer me hace pensar como sería estar con ella y aproximarme sin consentimiento.*

*Considero que el sexo es malo cuando se fundamenta en fetichismos o parafilias.*

*Los hombres a veces malinterpretamos el concepto de amor. Buscamos el sexo tratando de encontrar*

En esta sesión fueron también frecuentes los comentarios sobre la industria pornografía. Al respecto señalan:

*Las mujeres ganan más en la industria pornográfica porque son más objetivizadas. En la pornografía hay dos sujetos, uno activo y otro pasivo.*

Al finalizar el taller, el grupo se muestra agradecido con los aprendizajes, planteando que el mirar pornografía en adelante debe iniciar un nuevo momento de deconstrucción.

## **Grupo de Esparza**

Las tres sesiones de taller se programaron en este grupo en dos días, debido a dificultades de horarios y compromisos del grupo con otras actividades usuales. Por lo tanto, en lugar de tres sesiones de hora y treinta cada una, se realizaron dos de 2 horas y media cada una, iniciando a las 6: pm y culminando a las 8:30 p.m. ambos días. En el primer día se conectaron 12 personas, aunque solo 10 contestaron el consentimiento informado. La respuesta del grupo fue positiva, siendo varios quienes consultaban referente a varios conceptos. Al grupo le llamó la atención los diferentes grados de pornografía: softcore, mediumcore y hardcore. Se reflexionó sobre si el consumo de pornografía con practica de masturbación afectaba algunas funciones como la crianza de hijos o si presentaba condiciones desde la dinámica adictiva.

Al final se abordó el tema de la evolución histórica del consumo de pornografía abordando como eje central el tema de que consumir es relativo y obedece más bien a patrones culturales de cada momento histórico, así como por sus intereses políticos.

Algunas reflexiones en este taller fueron las siguientes:

- *Yo consumo porno en parte porque me encuentro solo. Si tengo carne, no consumo.*
- *Una de las ventajas del porno es que me ayuda a ser un mejor amante, porque reproduzco mucho de lo que veo y las mujeres se asombran de mi creatividad*
- *Cuando era niño, mi mamá no me ponía cuidado y veía porno, desde muy joven. Definitivamente el porno me educó.*
- *Pase por una experiencia fuerte, como encontrarme a uno de mis hijos consumiendo. Lo viví como una derrota desde mi paternidad.*

- *Con la mamá de mis hijos, la sexualidad era más abierta y con la muchacha con la que estoy la sexualidad es más conservadora. Entonces usé el porno para volver a estar como antes.*

En la segunda sesión, se continuó con el recorrido histórico del desarrollo de la producción de material erótico y la pornografía. Resultó de interés para el grupo el paso por el periodo de la ilustración reflexionándose si el uso de la pornografía tenía una connotación más política buscando la crítica social por medio de la sátira literaria con autores como el Marqués de Sade. Luego se abordó sobre el desarrollo de dependencia adictiva desde lo conductual y neurofisiológico, planteando niveles de evolución. Al final el grupo se mostró agradecido con la temática, planteando verla de forma aún más integral. La mayoría de los integrantes se propusieron vigilar la frecuencia de su consumo. Las discusiones de esta sesión se orientaron más hacia la perspectiva política con comentarios como:

- *Como cualquier forma de expresión de la sexualidad, la pornografía se ha utilizado como forma de regular el comportamiento de la gente.*
- *Creo que he consumido lo que el capitalismo y el patriarcado me han mandado consumir.*
- *Estamos en este grupo para crecer como hombres y eso tiene que ver con hacer a un lado todo aquello que nos genera problemas y consecuencias de control a las mujeres.*

Otro grupo de comentarios giraron hacia la propia evolución del consumo:

- *Yo me di cuenta de que estaba consumiendo pornografía con géneros que en un inicio no hubiera visto jamás. Entonces reflexione si estaba transformándome como persona*
- *El problema no es consumir pornografía, yo creo que es más bien no ponerle atención. Es como las birras, de fijo no hay problema por tomar unas, pero debo observarme*

- *Yo me di cuenta de que estaba afectándome cuando empecé a ver a la doña fea, antes no era así.*
- *Yo empecé con naipes porno y eso me parecía super porno. Ahora veo eso y ni gracia me hace, necesito más estimulación.*

El final del taller fue de agrado para el grupo, planteando agradecimiento con la temática y enfatizando en que no tuviera una perspectiva moralista.



## **Grupo de San Pedro**

El último de los talleres se realizó con el grupo de San Pedro. Se trató de tres sesiones de hora y treinta minutos cada una. El reclutamiento de estos se realizó por medio de sesiones de grupo, donde se anunciaba el taller, así como en el resto de los grupos.

La primera sesión se realizó con fecha del 16 de noviembre y participaron 14 usuarios. Los mismos se mostraron participativos y anuentes con la temática. Al inicio se realizó una reflexión sobre los conceptos de erotismo y obscenidad y si la pornografía era una u otra. Al respecto se dieron varios comentarios como los siguientes:

- *El erotismo es sexualidad sin llegar a ella. Hay que suavizar la carne, la sensualidad ayuda a eso.*
- *La pornografía no es del todo erótica, porque en ocasiones se degrada a la mujer.*
- *La sexualidad humana es muy cambiante y por eso es erótica. La pornografía no es nada cambiante, es la misma trama, penetrar y penetrar.*

Posterior a ello se plantearon algunas estadísticas, así como argumentos a favor o en contra. En consenso el grupo planteó que el consumo de pornografía es inadecuado, mostrándose pocos comentarios neutros. Al final se establecen diferencias en cuanto a los grados de intensidad de la pornografía como tal. Algunos comentarios finales fueron:

- *Me parece interesante, no estaba enterado de la relación de la pornografía con el erotismo.*
- *Me gustó lo de las diferentes perspectivas mostradas y la posibilidad de educarse en las áreas de la pornografía y sexualidad.*
- *Me ayuda mucho para trabajar con mi hijo, porque de fijo sabe más que yo.*

- *Necesito aprender más de esto para guiarme mejor en la vida.*
- *Me asombró la cantidad de consumo a nivel mundial.*

La segunda sesión se realizó el 23 de noviembre del 2021. En esta participaron 12 usuarios. Se trabajó con la reflexión de que la pornografía ha evolucionado a través de la historia. Por tanto, se hizo un seguimiento con los participantes de como la evolución del arte erótico guarda relación con el clima político vivido en cada contexto histórico según el momento y la cultura. Al final se plantea como ideológicamente quiénes tienen un mayor control sobre la producción de pornografía es el patriarcado y por tanto la naturaleza de esta estará orientada desde ahí.

Los consultantes se mostraron interesados y preguntando, a la vez que se estimó un espacio de tiempo considerable sobre dudas que tenían en función del surgimiento del patriarcado llamándoles la atención qué el mismo surgiera con un precedente matriarcal. Se destina la sesión a plantear que en efecto la pornografía no es ni buena ni mala desde un punto de vista moralista, sino que más bien se construye en función del contexto político. También se reflexiona sobre cómo podría ser la construcción de una pornografía que no tenga tintes de poder y dominio hacia las mujeres como el patriarcado lo propone.

La tercera sesión fue la final del taller el martes 30 de noviembre y en la misma se abordó aspectos sobre fisiología y de cómo el consumo de pornografía podría suscitar fenómenos adictivos sobre las personas cuando la recurrencia se torna frecuencia. En la misma participaron 9 usuarios, aunque por temas de conexión a internet en ocasiones algunos se desconectaban. Se trabajo también sobre los distintos niveles en cuanto a la evolución de la pornografía y del impacto de la habituación en los seres humanos haciendo que iniciásemos con tiempo de dedicación y con géneros no antes tan frecuentes como los que en después podrían darse.

También se abordó el efecto Coolidge y su relación con la conducta sexual humana. También se mostró un modelo de respuesta sexual humana basada en el trifásico

de Hellen Kaplan. Algunos de los comentarios que surgieron en esta última sesión fueron los siguientes:

- *Yo me sentía falto de figura masculina en mi adolescencia, por la falta de un padre que no tuve. Entonces aprendí que esa es la forma de ser hombre. Podía mostrar mis dotes masculinos con una guía clara, la de la pornografía.*
- *Yo conocí a un hermano de parte de mi papá y él me dijo: a usted lo voy a llevar donde una puta para que se haga hombre. Y me llevó y estuve con la vieja y aprendí a sexualizar y cosificar a las mujeres. Luego mi propio papá se puso un putero y entonces trataba a las mujeres así.*
- *Yo tenía unos 14 años y trabajaba en un supermercado y a tres casas había una cantina. Los compañeros me pagaron una vieja. Así aprendí a tratar a las mujeres. Hace poco tenía una novia y me di cuenta de que el afecto me lo tengo prohibido*
- *Mis padres eran muy conservadores, así que no tuve una educación sexual.*
- *Para mí la pornografía es adictiva, evolvente, tiene algo que atrapa. Al poder vencer eso, me sentí muy liviano.*
- *Al ver porno olvidé que había humanidad en las personas que salen ahí.*