Salud sexual y redes sociales

Tiempo estimado de lectura: 5 min 30 seg

Autor: **Xanela Aberta á Familia**



La **sexualidad digital** es un término que se usa para definir el conjunto de experiencias y expresiones sexuales que acontecen en las plataformas digitales, y que abarcan la interacción en las redes sociales, el uso de aplicación de citas, la participación en foros, el "sexting" y el consumo de contenido sexual o material explícito sexual como la pornografía.

El acceso a los recursos de contenido sexual en las plataformas digitales, puede proporcionar oportunidades para una mejor educación sexual, la conexión interpersonal, así como la mejora de la aceptación de la diversidad sexual. A su vez, la vivencia de la sexualidad en la red, supone una serie de desafíos relacionados con la privacidad, la seguridad, la desinformación, el acoso en línea o la gestión de la identidad en línea, así como la alteración de las habilidades sociales, sobre todo en un contexto pospandémico como el actual.

Es esencial que los adolescentes y los adultos jóvenes tengan las herramientas necesarias para poder responder a situaciones de acoso sexual, y exposición de contenido inapropiado, así como el conocimiento de nuevos conceptos como pueden ser la "sextorsion", el "grooming", o el "sexting". Es labor fundamental de padres, madres, educadores y profesionales sanitarios, educar sobre cómo interactuar de forma segura y ética en el entorno digital, reconociendo la importancia del **consentimiento** y el **respeto** en todas las formas de expresión sexual.

Datos de investigaciones previas del Centro Reina Sofía de Fad Juventud indican que 1 de cada 5 jóvenes comparten contenidos propios de carácter erótico o sexual en sus redes sociales o en plataformas online, con el fin de conseguir popularidad (a través de un mayor número de seguidores o seguidoras o de reacciones positivas como "me gusta" en redes sociales) o para obtener beneficios económicos (Calderón-Gómez y Gómez-Miguel, 2022), y en ambos casos 1 de

cada 10 realiza esta práctica con frecuencia, alrededor del 13% en el caso de los chicos y del 7% en el caso de las chicas (Gómez Miguel, Kuric y Sanmartín, 2023).

Componentes y prácticas sexuales habituales en redes:

- **Cibersexo**: Intercambio de mensajes, audios o vídeos sexualmente explícitos sin contacto físico directo, a través de apps como WhatsApp o plataformas de videollamada.
- **Sexting**: Envío de contenido íntimo (fotos, vídeos, mensajes) de carácter sexual entre personas, que puede ser consensuado o no, y que conlleva riesgos de difusión no consentida.
- **Aplicaciones de citas (Tinder, etc.)**: Uso de apps para conocer gente, iniciar relaciones y explorar la atracción, basándose en perfiles y compatibilidad virtuales.
- **Educación y descubrimiento**: Plataformas educativas y foros en línea donde se busca información, se resuelven dudas y se exploran identidades sexuales, especialmente para quienes tienen dificultades en las interacciones presenciales.
- **Redes sociales**: Interacción, ligues y construcción de la identidad sexual en plataformas sociales, lo que puede llevar a relaciones o a problemas de imagen y comparación.

Riesgos y desafíos actuales en las redes:

- **Ciberacoso y acoso sexual:** Ejercicio de presión o perturbación del bienestar de una persona mediante comentarios inapropiados, humillación o difusión de contenido íntimo sin consentimiento
- **Sextorsión:** Chantaje mediante la amenaza de publicar contenido sexual de la víctima en las redes sociales.
- **Grooming**: Adultos que pretenden obtener material sexual de menores, así como cometer abusos sexuales.
- **Problemas psicológicos en relación con las RRSS:** Ansiedad, depresión, baja autoestima generada por la presión social o el mal manejo de la exposición en línea que suponen las redes sociales.

Claves para una sexualidad digital segura:

- **Consentimiento**: Siempre debe existir un acuerdo claro y explícito para compartir contenido sexual.

- **Privacidad y seguridad:** Configurar adecuadamente la privacidad en los dispositivos, ser conscientes de la información compartida y de los posibles usos.

- **Diálogo**: Fomentar conversaciones abiertas sobre sexualidad y riesgos de las redes sociales con jóvenes y adultos. Mejorar la comunicación familiar sobre salud sexual.

- **Educación**: Informarse sobre las dinámicas digitales y cómo responder ante situaciones de riesgo. Aprender a buscar fuentes fiables y hacer promoción activa de la salud sexual en la consulta y en casa.

INFECCIONES DE TRANSMISIÓN SEXUAL Y REDES SOCIALES

En los últimos años se ha detectado un importante aumento de las prevalencias de las **Infecciones de Transmisión Sexual o ITS** (ECDC, 2023) fundamentalmente de gonorrea, sífilis y clamidia tanto en hombres que tiene relación con hombres (HSH) como en hombres y mujeres heterosexuales. Entre 2014 y 2023, las notificaciones de gonorrea, sífilis y clamidia entre hombres homosexuales, bisexuales y otros hombres que tienen relaciones sexuales con hombres (HSH) de países de la UE/EEE al ECDC aumentaron casi un 300 %, un 90 % y un 180 %, respectivamente. Entre los hombres y mujeres heterosexuales, el mayor aumento se ha observado en mujeres jóvenes, donde las tasas de notificación de gonorrea aumentaron casi un 200 % entre 2021 y 2023 entre las personas de 20 a 24 años.

En Galicia, los casos de gonorrea aumentaron de 2,4, al 40,3 por cada 10.000 habitantes entre el año 2010 y el año 2024. En 2024 fueron declarados 890 casos con una Incidencia acumulada (IA) de 32,89 con más del triple de casos declarados entre hombres y mujeres, con unas IA de 52,7 y 14,53 respectivamente.

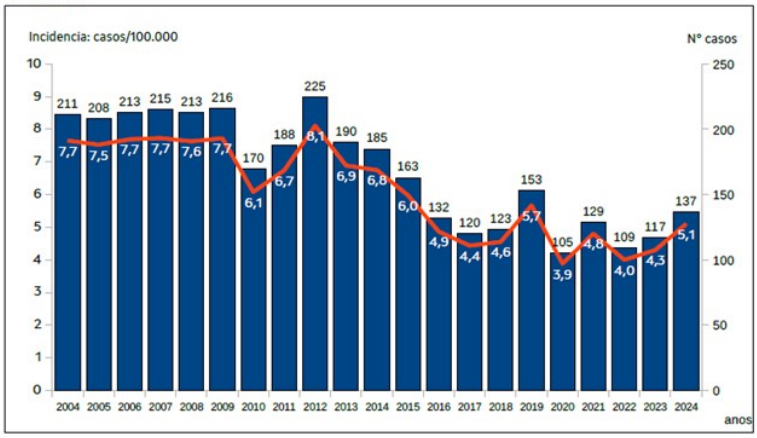
La sífilis también aumentó en el período 2015–2024 observándose un aumento de la Incidencia acumulada (IA) entre 2022 y 2023 de 9,63 casos/105 hab. En 2024 permanece casi estable, con una IA de 9,35 casos/105 hab. aunque esa estabilidad se deba al descenso de casos declarados en hombres y al aumento en las mujeres.

La evolución de los casos de clamidia en el período 2015-2024 muestra una tendencia ascendente muy marcada, tanto en número absoluto de casos como en IA, especialmente a partir de 2019. Entre 2015 y 2024, los casos pasaron de 277 a 1.589, lo que supone un incremento de más del 470 %, y se quintuplica la IA, que pasa de 10,14 casos/100.000 habitantes en 2015 a 58,72 en 2024. El aumento más pronunciado se produce a partir de 2021.

En relación con la infección por VIH, se produjo una disminución de la incidencia hasta 6,15 casos por 100.000 habitantes (por debajo de la incidencia del conjunto de las comunidades autónomas españolas que notifican casos actualmente al Sistema de Información, situada actualmente en

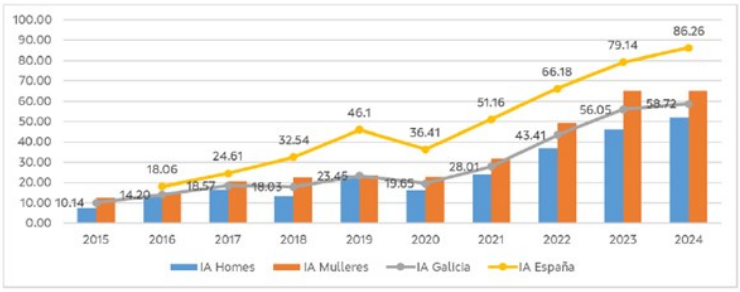
6,65 por 10^5 habitantes y año entre 2004 y 2024).

Gráfico 1. Número de casos e incidencia de infección polo VIH segundo ano de diagnóstico: Galicia 2004-2024



DXSP: datos no 30 de xuño de 2024

Gráfico 54. Evolución anual da incidencia acumulada de clamidíase por 100.000 habitantes en Galicia segundo o sexo e comparación coa incidencia acumulada en España (2015–2024).



Las causas del aumento de las ITS son multifactoriales y poco claras, pero podrían estar relacionadas con cambios en el comportamiento sexual de la población, un mayor número de relaciones sexuales sin preservativo, un mayor número de parejas sexuales y posibles cambios provocados por las redes sociales.

La Dirección Xeral de Saúde Pública ha puesto en marcha una nueva estrategia de salud pública para abordar de forma integral las infecciones de transmisión sexual (ITS): el **Plan SexSan 2026-2030**, con el que se pretende que la ITS dejen de ser un problema de salud pública en la comunidad reduciendo su incidencia.

Recordar que el uso constante y correcto del preservativo (masculino o femenino) es una medida altamente efectiva, que reduce hasta en un 98% el riesgo de contraer Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) como el VIH, la clamidia o la gonorrea.

Bibliografía:

1. *https://fundacionsafeonline.org/wp-content/uploads/2025/06/2024_Fad_Juventud.sexo_.era_.digital.pdf*

2. Calderón Gómez, D. y Gómez Miguel, A. (2022). Consumir, crear, jugar. Panorámica del ocio digital de la juventud. Madrid: Centro Reina Sofía sobre Adolescencia y Juventud, Fundación FAD Juventud. https://doi.org/10.5281/zenodo.6338126

3. Gómez Miguel, A.; Kuric, S. y Sanmartín, A. (2023). Juventud y pornografía en la era digital: consumo, percepción y efectos. Madrid: Centro Reina Sofía, Fundación Fad Juventud. DOI: 10.5281/zenodo.1014412

4. https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/gonorrhoea-annual-epidemiological-report-2023

5. https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/syphilis-annual-epidemiological-report-2023

6. https://www.ecdc.europa.eu/en/publications-data/chlamydia-annual-epidemiological-report-2023

7. https://health.ec.europa.eu/publications/opinion-health-security-committee-sexually-transmitted-infections_en

8. https://health.ec.europa.eu/document/download/53af906f-8221-4d16-ad9b-77c77f837ac4_en?filename=security_sti_opinion_en.pdf

9. https://www.sergas.es/Saude-publica/Documents/7844/INFORME%202024%20vih%20galego.pdf

