

LA SEXUALITAT EN L'ERA DIGITAL

Més 'nudes' i menys sexe:  
 així han canviat les xarxes  
 les relacions dels joves

Un de cada quatre adolescents ha practicat en alguna ocasió el sèxting, l'enviament de fotos o vídeos sexuals propis, i ja és una activitat normalitzada dins les relacions

ANTÒNIA CRESPI  
 BARCELONA

El Joan es fa una foto davant del mirall. No porta samarreta i fa força amb el braç esquerre per marcar bíceps. Ho ha vist en un vídeo de TikTok on s'explica com fer *nudes*. Envia la imatge per WhatsApp marcant una opció que estableix que només es podrà veure una vegada. La rep una noia amb qui fa setmanes que parla, però a qui no ha vist mai en persona. Encara no ha tingut cap relació sexual amb penetració, i quan ho faci tindrà com a principal referent els vídeos que ha vist a les

xarxes i les hores de porno que ha consumit a internet.

El Joan podria ser qualsevol noi i aquesta escena és només un exemple de fins a quin punt les xarxes s'han convertit en una extensió de les relacions sexoafectives dels joves. Un grup que cada vegada té menys relacions sexuals, segons dos estudis publicats el 2021 per l'Acadèmia Internacional d'Investigació Sexual (IASR) i l'Associació Americana de Sociologia, però que té activitat sexual a través de la pantalla, sigui amb l'enviament de vídeos, el sexe a distància o el consum de porno.

De fet, l'edat en què els infants comencen a accedir al porno ha baixat fins als 8 anys, segons Save

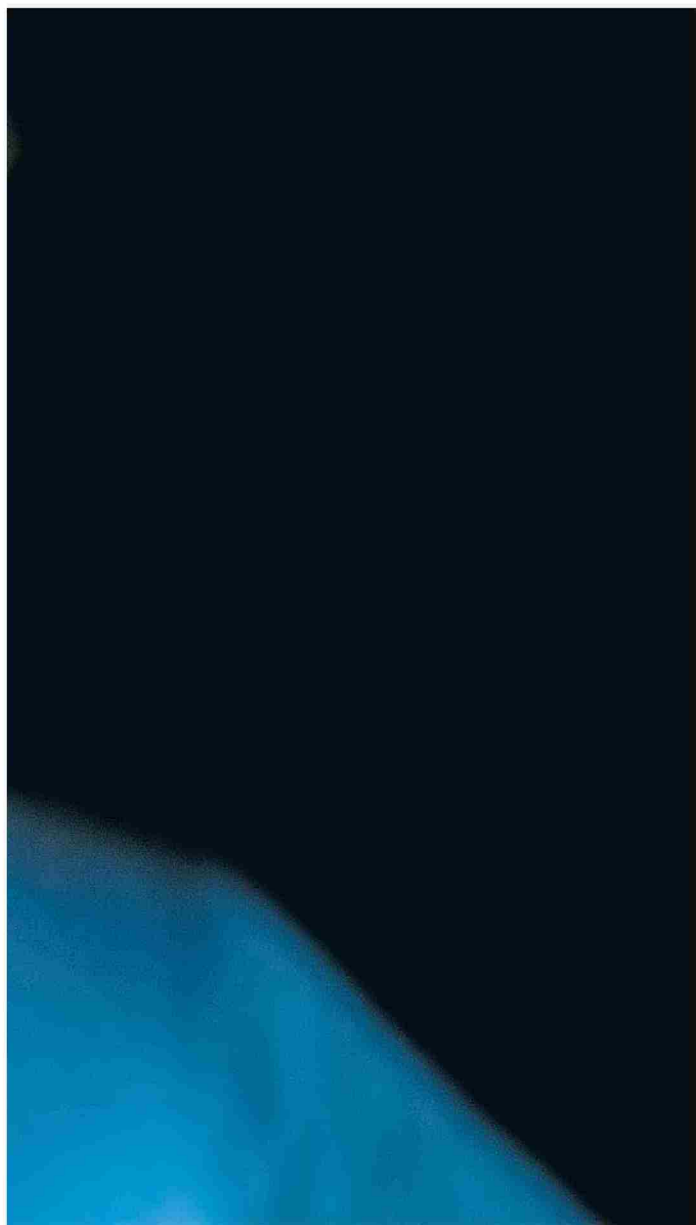
*L'edat en què es comença a accedir al porno ha baixat fins als 8 anys, segons un estudi de Save the Children*

the Children, i el sèxting, que consisteix en l'enviament de vídeos i fotografies pròpies de caràcter sexual (conegudes també com a *nudes*), s'ha convertit en una pràctica popular entre els joves. El 24,4% dels adolescents espanyols d'entre 12 i 18 anys l'han practicat algun cop, sigui amb la seva parella (un 54%) o bé amb alguna persona coneguda per qui sentien atracció (un 24%), segons recull un estudi realitzat per la Universitat de València i la Universitat Jaume I.

"Ho tenen molt normalitzat i dins les relacions de parella és una cosa que ja es dona per descomptada", explica Rafael Ballester, director del grup d'investigació SaluSex i un dels autors de l'estudi.

L'augment del sèxting i l'accés prematur al porno contrasten amb el descens de les relacions sexuals amb penetració, però en realitat són dues cares d'una mateixa moneda. Tant Ballester com les sexòlogues Aina Lliteras i Sílvia Catalán coincideixen en assenyalar que potser sí que han disminuït les relacions sexuals físiques, però no l'activitat sexual. "No veiem que l'activitat sexual, que inclou la masturbació, hagi disminuït. Però sí que cada vegada el consum de pornografia està desbancant una mica les relacions sexuals", exposa Ballester.

Paral·lelament, el porno es converteix en un referent que s'intenta reproduir ja des de molt d'hora:



GETTY

“Tenim noies de 14 i 15 anys que en les seves primeres relacions sexuals ja han tingut sexe anal. No els agradava, però ho feien perquè el noi volia”. Un de cada tres joves assegura que s’inspira molt en el porno, segons l’informe del 2020 de l’Institut de la Joventut a Espanya, i hi ha més prevalença entre els nois (32%) que entre les noies (24%). Ja el 2019, quan es va fer l’*Enquesta nacional sobre sexualitat i anticoncepció entre els joves espanyols*, només el 30% de les noies consideraven que va ser satisfactòria la seva primera vegada, mentre que, en el cas dels nois, era el 55,1%.

El mòbil i les xarxes socials també han ajudat a canviar la manera com s’entén el sexe. La visió coito-

centrista, arrelada especialment en les relacions heterosexuales, ja no és tan predominant entre els joves. “Practiquen un sexe molt més a distància, mitjançant el mòbil, i també realitzen més altres pràctiques que no impliquen la penetració”, afirma Catalán.

### ‘Nudes’ per estimar

Crear intimitat i fer-ho perquè l’altre ho ha demanat són els motius més citats pels joves quan se’ls pregunta per què envien *nudes*. “En el cas de les noies, moltes vegades són elles les que reben més pressió per fer-ho, ja que se sobreentén que si el seu nòvio ho vol hi té dret”, explica Rafael Ballester. Compartir centenars d’imatges dels llocs on anem

o els plats que mengem al llarg del dia s’ha convertit en un gest quotidià del qual la sexualitat no queda al marge. L’imaginari visual de les xarxes plenes de cossos perfectes i cares millorades per filtres també ha alimentat un “culte a la imatge”: sempre s’ha d’estar perfecte. “Amb els *nudes* s’aconsegueix una sensació de control sobre la imatge que no es té a la vida real. A la consulta ens arriben nois de 14 i 15 anys angoyats perquè quan tenen relacions veuen que se’ls marca la panxa i ells voldrien que estigués plana tota l’estona”, explica el psicòleg. Encara que aquesta frase l’esperaríem més d’una noia que d’un noi, la realitat és que, a les consultes de psicologia, Ballester ha notat com la pressió estètica s’està igualant tant entre nois i noies.

Les xarxes socials acaben accentuant la necessitat que es té durant l’adolescència de sentir-se validat socialment. “Moltes vegades rere els *nudes* també hi ha una baixa autoestima”, apunta Ballester, que tampoc vol demonitzar una pràctica que “forma part de l’autoexploració i el descobriment de l’erotisme”. El que més li preocupa és l’edat d’inici d’aquestes pràctiques, que cada vegada baixa més, fins a arribar als “10-12 anys”. Un fet que també ha detectat la sexòloga Aina Lliteras, que alerta que en alguns casos aquesta pràctica s’incorpora a la relació com a resultat d’un xantatge emocional: “Moltes noies m’expliquen que se senten obligades a enviar fotos despullades a les seves parelles per demostrar que les estimen”.

La por pel que pugui passar amb la imatge una vegada s’ha enviat existeix, però no és la principal font d’angoixa, en moltes ocasions. “Hi ha més por a no sortir bé a la foto que no pas al que pugui passar amb la imatge després”, explica Zenaida-Maria Andreica, antropòloga que treballa amb el grup de recerca SexAFIN de la Universitat Autònoma de Barcelona i que ha entrevistat diferents models de parelles d’entre 18 i 25 anys sobre el paper de les xarxes en la seva relació. “Existeix una diferència de gènere en com es viu la por respecte al sexting. Als nois no els preocupa gaire el que pugui passar amb la fotografia; en canvi, a elles sí. Tenen molt més presents casos de *sextorsió*, en què s’han utilitzat les fotografies per atacar i humiliar”.

### “Contracte social” via WhatsApp

Al segle XIX el color de la targeta de ball servia per indicar si s’estava casat o solter i ara s’utilitzen els *likes* i les *stories* per mostrar interès i saber si és reciproc o no. “En el cas de TikTok, utilitzes una cançó o una altra per ensenyar si ets solter o tens parella”, afirma Lliteras, que també ha notat com a les converses predomina molt l’ús de fotografies. Les xarxes socials són un escenari més del qual els joves construeixen les seves relacions, amb l’avantat-

**“Moltes noies se senten obligades a fer-se fotos despullades i enviar-les a les seves parelles per demostrar que les estimen”**

Aina Lliteras és sexòloga

**“Tenim noies de 14 i 15 anys que en les seves primeres relacions sexuals ja han tingut sexe anal”**

Rafael Ballester és catedràtic de psicologia i director de SaluSex

ge que se senten menys exposats que si ho fessin en un bar o una discoteca. “Estan reduint les fronteres entre l’espai físic i el virtual i això es veu molt bé en aquests casos”, destaca la sexòloga, que coincideix amb la resta d’experts en dir que el confinament va donar un impuls a aquestes pràctiques.

El canvi cap a relacions més esporàdiques i amb menys etiquetes també s’ha vist reforçat amb l’ajuda dels mòbils i les xarxes socials. “S’ha fomentat la no-parella, una relació sexoaffectiva que no té una definició, però sí unes regles clares”, explica Andreica, que veu en l’intercanvi dels missatges una manera de deixar per escrit els límits que es volen posar. “Moltes converses importants sobre com es configura la relació ara es tenen a través de WhatsApp i això fa que en quedi un registre. És una mena de contracte social”.

Els missatges també poden servir com a eina de control i font de conflicte en la relació. No tant pel contingut com pel temps en què es triga a respondre un missatge o la necessitat constant d’estar parlant amb la parella. “Hi ha el perill de convertir això en el termòmetre de la relació”, explica Lliteras, que veu com la gelosia ha trobat camp per córrer a les xarxes. “Ara tenim més informació, i a la vegada més possibilitats de dubte”. Abans, per exemple, no existia la possibilitat de posar-se gelós per una foto de l’Instagram.

### Més connectats i més sols

Enmig de tot el soroll de les xarxes, la gran por és que arribi el silenci. Que en algun moment la persona amb la qual fa setmanes o fins i tot mesos que has estat parlant i quedant deixi de respondre’t els missatges sense donar cap explicació: que et facin *ghosting*. “Ens trobem més joves que se senten sols i amb dificultat d’establir un compromís afectiu. No només a l’hora de trobar parella, sinó amb les mateixes amistats”, explica Rafael Ballester.

La indefinició de les relacions s’interpreta com una falta de compromís que fa difícil poder reclamar res quan l’altre desapareix. Es genera una sensació de no tenir-hi dret, que per al psicòleg és una mostra de com “la llibertat de no comprometre’s s’ha malentès com un sinònim de manca de responsabilitat afectiva”.

Les queixes a la consulta de psicologia sobre aquesta realitat s’alternen amb els casos de joves que asseguren que prefereixen “muntar-s’ho” ells sols amb el porno abans que “complicar-se amb una relació”. Ballester considera, però, que seria un error pensar que això és culpa de les xarxes: “L’individualisme és una dinàmica que ve de la mateixa societat: sí que les xarxes en poden haver potenciat alguns aspectes, però no en són les causants. Són com totes les eines, bones o dolentes segons l’ús que en facis”. ■