

PROTAGONISTA


RUBÉN GARCÍA FELICES

Artista, fotógrafo y comisario de exposiciones • www.rubengarciafotografia.es

MARÍA HERNÁNDEZ. SEXÓLOGA

● María Hernández: "Las chicas que en las redes sociales, en todo momento, se muestran perfectas, sonrientes y arregladas, pierden la naturalidad y la espontaneidad en sus vidas"

Entrevisto a María Hernández Maqueda (Almería, 1960), psicóloga y sexóloga con más de 22 años de experiencia, para hablar de uno de los grandes efectos de Instagram y otras redes sociales en las niñas y adolescentes que es la de hacer una exposición hipersexualizada de sí mismas. Y es que hoy en día es muy común ver a chicas jovencísimas en las redes sociales e Internet, en fotos y vídeos, con miradas, boca y gestos insinuantes, provocativos y cargados de contenido erótico y sexual. Muchas de estas jóvenes tienen una edad temprana de ocho años (incluso menos) y en sus imágenes no solo transmiten sensualidad, sino que muchas de ellas están fotografiadas maquilladas, vestidas de forma sugerente (como mujeres adultas) o en bikini, o incluso completamente desnudas. Se trata de un problema relativamente habitual, en el que la constante exhibición y culto al cuerpo de las chiquillitas y adolescentes en los medios sociales les genera a éstas unas secuelas bastante perjudiciales. En la entrevista, hablamos sobre ello y muchos más temas en relación a la hipersexualización de las niñas (y no tan niñas), incluyendo algunos consejos para prevenirla y remediarla.

—Desde tu punto de vista como sexóloga, ¿cómo definirías el término de hipersexualización femenina?

—Es un fenómeno que predomina la exaltación de los atributos corporales a partir de la primera infancia, si el aprendizaje se enfoca en la forma de vestir y moverse en base a estereotipos sexualizados.

—¿Crees que existe realmente un patrón de hipersexualización en las niñas y adolescentes?

—Por supuesto, la publicidad, programas de televisión, películas, videoclips, los influencers en boga, etcétera, todo esto ha contribuido a crear una representación social de cómo debe ser una mujer, poniendo énfasis en su cuerpo, que ha de ser joven y delgado. Además, los adolescentes tratan de aparentar ser más mayores, imitando conductas sexualizadas, ya que esto produce más aprobación.

—¿Y por qué buscan esa aprobación en las redes sociales?

—Los adolescentes buscan la aprobación inmediata y fácil, conseguir el mayor número de seguidores a cualquier precio y en poco tiempo si es posible, con el menor esfuerzo, creando una realidad imaginaria en las redes. Estas chicas están siempre activas y disponibles en sus perfiles, intentando agradar a los demás, y mostrándose en todo momento perfectas, sonrientes y arregladas, por lo que pierden la

Nacidas para ser felices, no para ser perfectas



Lee la entrevista íntegra en la web

FOTOGRAFÍA: RUBÉN GARCÍA FELICES

naturalidad y la espontaneidad en sus vidas.

—¿Cuáles dirías que son las principales fuentes de esta hipersexualización?

—Los medios de comunicación, con la exaltación a los cuerpos perfectos, la cultura digital y la permisividad y el acceso a las redes sociales a edades tempranas, sin control de tiempo y límites por los padres, sirviendo una pantalla para tener entretenido al menor. Y es que en el sistema de valores social prima más el alcanzar el éxito de la forma más fácil.

—¿Y las escuelas? ¿Contribuyen a esta cultura hipersexual?

—La escuela no contribuye a esta cultura. Serían necesarios más programas de prevención en redes sociales y promover aún más los temas transversales del currículum, los valores humanos de respeto hacia la propia imagen y aceptación de nuestro cuerpo, así como concienciar de la protección de nuestra imagen en el mundo digital, ayudando para ello la apuesta de poner filtros a los menores de edad desde las plataformas en Internet, para preservar esta posible vulnerabilidad y protegerlos de los peligros derivados de dicha conducta. Por ejemplo, protegiendo la imagen de los menores tal y como se está haciendo con el tratamiento de los datos personales de las personas físicas, que es un derecho fundamental.

—Según un artículo leído, este tipo de fotos y vídeos que suben a las redes mantienen los prejuicios machistas y sexistas que

tanto tiempo llevamos intentando erradicar. ¿Entonces por qué las chicas naturalizan en su día a día estos actos de sexualización de la mujer?

—En España el noventa y uno por ciento entre 10 y 15 años utiliza Internet, los menores entre 6 y 13 años usan una media de cinco horas diarias entre semana y siete horas en fin de semana. Durante este tiempo se configuran los referentes. Así, un estudio ha concluido que la forma en que cincuenta influencers posicionan los productos en el mercado de moda en redes, genera en el imaginario colectivo una tendencia a naturalizar la exposición de contenidos personales como forma de venta y esto resulta especialmente perjudicial en los menores, quienes no toman ningún tipo de decisión responsable sobre su exhibición pública, porque siguen a modelos incentivados por un comercio subliminal con un fructífero negocio económico.

—La filósofa Angélica Velasco sostiene que quienes critican esta cultura tan sexista a menudo son silenciadas o descalificadas y que, incluso, se vende la idea de que todas las acciones que libremente llevan a cabo las mujeres derivadas de la cultura hiperssexual contribuyen al empoderamiento femenino. Y tú, ¿qué tienes que decir de todo esto?

—No podemos permitir sesgar la información que pretende el comercio subliminal de Internet con lo que es empoderamiento femenino. La libertad de decidir, viene dada como reflejo de una madurez, no

de la libertad mal entendida, como exponer mi imagen sexualizada al mundo exterior.

—Entonces la autocosificación "consentida", ¿es algo que empodera a las mujeres o, por el contrario, las deja de empoderar?

—El resultado de esa exposición constante de un cuerpo perfecto y su imagen sexualizada es un acto que autocosifica a la mujer, convirtiéndola en un objeto de deseo que muestra sólo atributos físicos, sin mostrar otras capacidades intelectuales o habilidades. De ninguna manera puede empoderar el hecho de que el cuerpo sexualizado sea su mayor atributo; antes bien, la relega y anula otras capacidades que sirven para una mayor evolución personal.

—¿Cuáles son los peligros de la hipersexualización de los menores en las redes? ¿Y qué consecuencias a nivel psicológico puede traer consigo esta práctica?

—Los peligros pueden ser desde un probable acoso sexual, ya que los pederastas son los que siguen a los menores, hasta problemas o trastornos alimentarios derivados de querer tener un cuerpo perfecto y que pueden llegar a convertirse en obsesión, todo ello provocado por una baja autoestima que produce que siempre quieran estar reforzados por los demás.

—¿Y cómo los podemos prevenir?

—Es un problema social que se puede prevenir en los centros educativos a través de programas de prevención en conductas sexualizadas y en cultura digital, así como educando en salud sexual. Es impor-

tante la implicación de los padres en cuanto a educar en valores y límites, puesto que éstos deben dedicarles calidad de tiempo a sus hijos, ya que en los menores de 14 años, tanto el padre como la madre son los responsables de proteger la imagen del menor. Otra forma de prevenir es con la activación del pin parental para controlar los contenidos de Internet. Hay que hacerles entender lo que es el respeto a su propia intimidad y a la intimidad de los otros, informándoles que han de pedir permiso a sus amigos antes de subir una foto o un vídeo. También prevenimos reforzando otras capacidades e habilidades personales, y motivándoles a desarrollarlas a través de actividades que les fortalezcan y les hagan sentir validados por sus capacidades intelectuales y no sólo físicas.

—¿Algunos consejos para proteger a los niños y niñas?

—Valorar la responsabilidad de educar en la edad infantil y adolescencia. Dedicarles atención y tiempo a nuestros menores, a través de una fluida comunicación, en la que se refuercen los lazos de confianza y los menores puedan compartir sus inquietudes y dudas. Ser un referente de confiabilidad para nuestros hijos, dedicando y priorizando tiempo de calidad.

—"Nacida para gustar" es un lema que, sin duda, merece ser repudiado. Si tuvieras que cambiar esta frase, ¿por cuál la cambiarías? —"Nacida para ser feliz". Para ser felices hemos venido a este mundo, no para torturarnos en gustar a nadie.