

# MANUAL DE CONSEJERÍA CRISTIANA 2023

Por Chris Salgado conferencista, pastor y consejero.



# PORNOGRAFÍA

EL LADO OSCURO DEL DESEO

TENDENCIAS ACTUALES Y COMO ABORDARLA

**PUNTA  
DE LANZA**  
FORMACIÓN CRISTIANA EN LÍNEA

---

# **PORNOGRAFÍA**

**El lado oscuro del placer**

© CHRIS SALGADO

---

México, primera edición, agosto de 2023

**Pornografía, el lado oscuro del placer.**

© Chris Salgado

[www.formacioncristianaenlinea.com](http://www.formacioncristianaenlinea.com)

Diseño: Seven7 Marketing

Publicado por: Punta de lanza, formación en línea.

Queda prohibida la reproducción total o parcial de este documento por cualquier medio, ya sea electrónico, mecánico o cualquier otra forma sin la autorización previa y por escrito del autor.

**PUNTA**   
**DE LANZA**  
FORMACIÓN CRISTIANA EN LÍNEA

[www.formacioncristianaenlinea.com](http://www.formacioncristianaenlinea.com)

---

## **PRESENTACIÓN**

Este material se ha creado, investigado y distribuido con mucho amor, pero también con mucho cuidado, siendo el principal objetivo el glorificar a Dios (Colosenses 3:23), posteriormente que sirva como herramienta para capacitar a consejeros y líderes e iglesias que tienen el anhelo de ayudar a quienes están viviendo esta crisis de adicción.

Sin embargo nuestra motivación para ti, que tienes esta obra en tus manos es buscar la santidad, la cual implica separarse del pecado y buscar cada día una relación más íntima con Dios, permitiendo que su Espíritu nos transforme y guíe en todas nuestras acciones y decisiones.

*1 Pedro 1:15-16 <sup>15</sup> pero ahora sean santos en todo lo que hagan, tal como Dios, quien los eligió, es santo. <sup>16</sup> Pues las Escrituras dicen: «Sean santos, porque yo soy santo».*

---

# INTRODUCCIÓN

La era de la comunicación y la tecnología actual, marcada por el rápido avance de la tecnología de la información y las comunicaciones, ha traído consigo una serie de múltiples beneficios, pero al mismo tiempo también de problemas que afectan la vida de las personas, familias, iglesia y la sociedad en general.

## **Beneficios:**

- Conectividad global.
- Acceso ilimitado a la información.
- Facilitación del trabajo y los negocios.
- Avances médicos y científicos.
- Por mencionar solo algunos.

## **Problemas:**

- Adicción a la tecnología.
- Incremento de la infidelidad por redes sociales.
- Desinformación y noticias falsas.
- Sextorsión (extorsión sexual).
- Cyberbullying.

---

Y entre ellos el que más nos atañe es el libre y total acceso a la “pornografía” que se tiene hoy en día; aunque la pornografía ha existido durante siglos en diversas formas, la llegada de internet ha revolucionado su distribución y accesibilidad, en el pasado las revistas para adultos se escondían en los puestos de revistas, quienes las adquirían trataban de no ser reconocidos en la calle y no ser vistos al adquirirlas, hoy cualquier adulto, joven e incluso niño tiene acceso a un dispositivo móvil e internet con disponibilidad a cientos de contenido sexual explícito totalmente gratuito.

Andy Crouch, en su libro *The Tech-Wise Family* [Familias tecnológicamente sabias], se refiere a la tecnología como aquello que promete a sus usuarios algo “fácil y en donde sea”

En la Biblia, se promueve una visión de la sexualidad dentro del contexto del matrimonio entre un hombre y una mujer. La intimidad sexual se presenta como un regalo sagrado y una expresión de amor y compromiso mutuo en el matrimonio.

---

*Hebreos 13:4 Honren el matrimonio, y los casados manténganse fieles el uno al otro. Con toda seguridad, Dios juzgará a los que cometen inmoralidades sexuales y a los que cometen adulterio.*

La pornografía, por otro lado, presenta una visión distorsionada y objetivadora de la sexualidad, al enfocarse únicamente en el placer y la auto gratificación sexual sin amor ni compromiso. Abordar la pornografía desde el punto de vista bíblico, es un tema relevante en la sociedad actual, ya que como se mencionó anteriormente, su fácil accesibilidad a través de Internet ha llevado a un aumento significativo en su consumo y a una serie de problemas tanto mentales, como relacionales y espirituales.

Afortunadamente, tenemos el manual por excelencia, “la biblia”, que es la palabra de Dios, aunado a diversas estrategias que pueden ayudar a combatir y superar la adicción a la pornografía.

*Salmos 119:105 Tu palabra es una lámpara que alumbró mi camino.*

**"La pornografía te promete una vida glamorosa y emocionante, pero en realidad es una ilusión destructiva que te atrapa en un ciclo de adicción y desesperación."**

**Shelley Lubben ex actriz de la industria porno.**

---

## **DEFINICIÓN DE TÉRMINOS**

Eclesiastés 12:9 Todo lo estudiaba con cuidado y lo investigaba a fondo.

### **Pornografía:**

- La palabra "pornografía" proviene del griego antiguo "porne" (πόρνη), que significa "prostituta", y "grapho" (γράφω), que significa "escribir" o "representar". Por lo tanto, etimológicamente, "pornografía" se refiere a la representación o descripción explícita y gráfica de temas sexuales o eróticos, que históricamente estuvo asociada originalmente con la prostitución.
- Según la Real Academia Española (RAE): La RAE define la pornografía como "obscenidad, lascivia, o inmoralidad en las obras, discursos o acciones". Esta definición se enfoca en el carácter obsceno o inmoral del contenido sexual explícito presente en la pornografía.
- La definición moderna de pornografía se ha ampliado para incluir no solo representaciones escritas sino también imágenes visuales, audiovisuales y digitales

---

de contenido sexual explícito con el propósito de generar excitación sexual. En términos generales, la pornografía se considera una forma de entretenimiento para adultos, y su producción y distribución pueden estar reguladas por las leyes de cada país.

Porno: Forma coloquial de referirse a la pornografía.

**"La pornografía es como un incendio que arrasa con la intimidad y la conexión en las relaciones."**

Patrick Carnes defensor estadounidense del punto de vista de que algunos comportamientos sexuales son una adicción. Según CBS News, popularizó el término adicción al sexo.

---

## RESEÑA HISTÓRICA DE LA PORNOGRAFÍA

1 Juan 2:16 Porque todo lo que hay en el mundo, los deseos de la carne, los deseos de los ojos, y la vanagloria de la vida, no proviene del Padre, sino del mundo.

La pornografía ha existido desde tiempos antiguos y ha evolucionado significativamente a lo largo de la historia.

- **Antigüedad:** La pornografía más temprana conocida data de la antigua Grecia y Roma, donde se encontraban artefactos y representaciones artísticas eróticas en forma de pinturas, esculturas y vasijas. Estas obras tenían un propósito tanto religioso como estético.
- **Edad Media:** Durante la Edad Media, la pornografía se mantuvo en gran medida en la clandestinidad debido a la fuerte influencia de la Iglesia. Sin embargo, se sabe que existían obras eróticas y literatura que circulaban de manera subterránea.

- 
- **Renacimiento:** En el Renacimiento, surgieron obras de arte más explícitas y literatura erótica que reflejaban una mayor apertura hacia la sexualidad y el cuerpo humano.
  - **Siglos XVIII y XIX:** Con la llegada de la imprenta, la pornografía se volvió más accesible al público en general. Se imprimieron panfletos y libros eróticos, y la industria pornográfica comenzó a tomar forma. En 1880, se utilizó la impresión en medio tono para reproducir fotografías de forma económica por primera vez.
  - **Siglo XX:** Con la invención del cine y la fotografía, la pornografía se expandió aún más y se volvió más accesible a través de revistas y películas para adultos. A lo largo del siglo XX, la industria pornográfica continuó creciendo con la llegada de los formatos digitales y la disponibilidad de contenido en línea.
  - **Internet y el siglo XXI:** El acceso generalizado a internet permitió que la pornografía se extendiera a escala global y se convirtiera en un gran negocio en línea.

---

Actualmente, la pornografía en línea es una de las industrias más lucrativas en la web y ofrece una amplia gama de contenidos para diferentes preferencias y gustos.

Es importante destacar que, a lo largo de la historia, la pornografía ha sido objeto de controversia y debate debido a sus efectos en la sociedad, la moral y la sexualidad humana. Diversas culturas y sociedades tienen diferentes actitudes hacia la pornografía, y su legalidad y regulación varían ampliamente en todo el mundo.

**"La pornografía es una droga digital que puede esclavizar la mente y debilitar el espíritu."**

**John Piper predicador evangélico y escritor estadounidense.**

---

# **LA TECNOLOGÍA TRANSFORMÓ LA INDUSTRIA DEL CONTENIDO SEXUAL PARA ADULTOS**

Mateo 24:12 Abundará el pecado por todas partes, y el amor de muchos se enfriará.

La respuesta a la pregunta: ¿La tecnología es mala o buena? Es: la tecnología por sí misma no es mala ni buena, va a depender del uso que se le dé a ella, así como podemos buscar y obtener mejores diagnósticos, tratamientos y procedimientos médicos, automatización de tareas repetitivas en la industria y la producción para reducir el cansancio humano, también hemos creado armas nucleares, drones que persiguen y matan gente y por supuesto a un fácil, rápido y desinteresada propagación de la pornografía vía internet, entendiendo de mejor forma lo que nos dice Proverbios 23:7 Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él.

Entonces, ¿Cómo ha influido la tecnología en la propagación y proliferación de la industria pornográfica?

- 
- **Con un fácil acceso a contenido en línea:** La tecnología permitió un acceso fácil y rápido al contenido para adultos a través de Internet. Esto ha llevado a la proliferación de sitios web, plataformas de transmisión en vivo y redes sociales que ofrecen contenido explícito.
  - **Distribución y monetización:** Las plataformas en línea han permitido a los creadores de contenido para adultos llegar a una audiencia global y monetizar sus producciones. Haciendo lo imposible ahora posible, gente que con la creación de contenido para adulto se está volviendo millonaria. Esto ha dado lugar a una mayor diversidad en el contenido y la participación de creadores independientes sin la necesidad de grandes productoras.
  - **Realidad virtual (VR) y Realidad Aumentada (AR):** La tecnología de RV y RA ha llevado la experiencia del usuario a un nivel completamente nuevo y más descabellado que nunca. Los dispositivos de realidad virtual han permitido a los usuarios sumergirse en experiencias interactivas de contenido para

---

adultos, lo que ha cambiado la forma en que se consume este tipo de entretenimiento.



- **Juguetes sexuales conectados:** La tecnología ha impulsado el desarrollo de juguetes sexuales conectados, que se sincronizan con el contenido en línea o permiten la interacción a distancia con otras personas. Esto ha llevado a nuevas formas de experimentar la intimidad y la interacción sexual.
- **Pagos y privacidad:** La tecnología ha facilitado el proceso de pago en línea para el contenido para adultos, permitiendo transacciones discretas y seguras, rápidas y

---

fáciles. Además, la privacidad y la protección de datos se han vuelto fundamentales para la industria, ya que los usuarios desean mantener su identidad y actividades en línea de manera confidencial.

- **Inteligencia Artificial (IA):** Se han utilizado técnicas de IA para mejorar la personalización del contenido para adultos, proporcionando recomendaciones más precisas y relevantes basadas en las preferencias del usuario.

Los desarrollos futuros en la tecnología seguramente seguirán transformando la industria de maneras que aún no podemos predecir con certeza.

---

## **EL IMPACTANTE AUMENTO DE LA PORNOGRAFÍA A NIVEL MUNDIAL**

Romanos 1:28-29 Por pensar que era una tontería reconocer a Dios, él los abandonó a sus tontos razonamientos y dejó que hicieran cosas que jamás deberían hacerse. Se llenaron de toda clase de perversiones, pecados, avaricia, odio, envidia, homicidios, peleas, engaños, conductas maliciosas y chismes.

El 8 de diciembre de 2022 una de las plataformas actuales líder a nivel mundial en el contenido para adultos en el mercado, con un promedio de 130 millones de personas al día y alrededor de 36.000 millones de visitas al año, publicó como lo hace anualmente su “The 2022 Year in Review” (Resumen del año 2022) en el cual podremos descubrir lo que para ellos es un negocio lucrativo y divertido, que para nosotros es triste, desconcertante e incluso alarmante, pero que sin duda alguna refleja la realidad de la condición humana actual.

---

*Gálatas 5:19 Todo el mundo conoce la conducta de los que obedecen a sus malos deseos: no son fieles en el matrimonio, tienen relaciones sexuales prohibidas, muchos vicios y malos pensamientos.*

Los jóvenes, y concretamente niños y adolescentes, siguen siendo uno de los públicos objetivo más preocupantes.

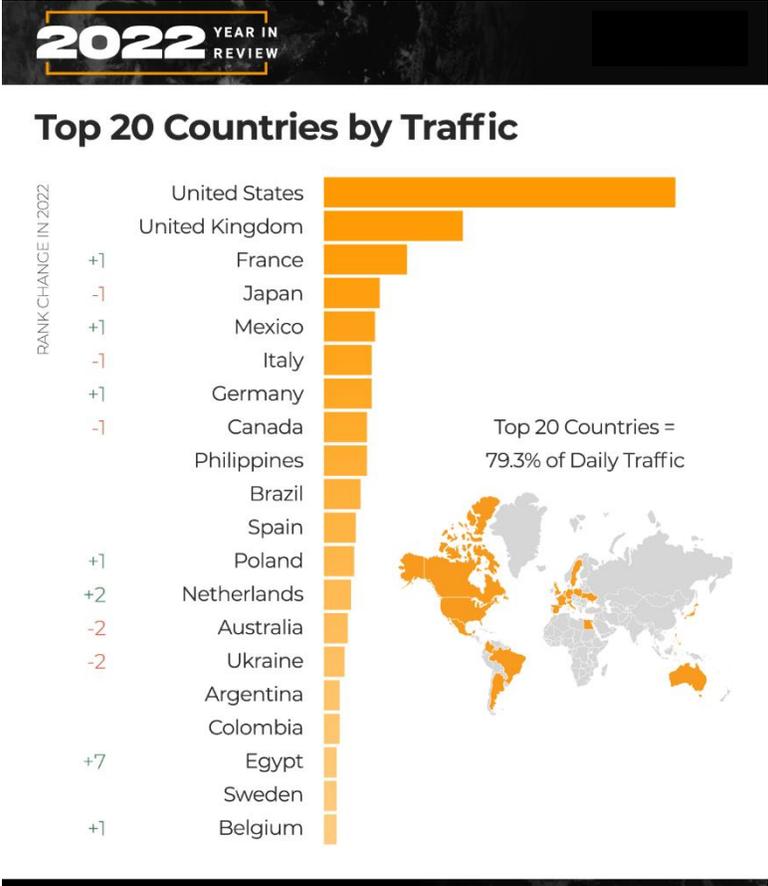
Estos datos y estadísticas reales presentadas a continuación, se muestran únicamente con el fin de servir de forma educacional, de análisis y concientización de este latente mal que se resumen en:

- Mayor tráfico al sitio por países.
- El tiempo promedio de visita por países al sitio.
- Porcentaje de visitas al sitio hombre/mujer por país.
- Datos demográficos por edad.
- Tipos de dispositivos más usados en el acceso al sitio web.

# TOP 20 países por tráfico

Una vez más, Estados Unidos sigue siendo el país con mayor tráfico diario, seguido del Reino Unido. En 2022, Francia avanzó +1 por delante de Japón, México +1 por delante de Italia y Alemania +1 por delante de Canadá.

En conjunto, los 20 países principales representan el 79.3% del tráfico diario.



---

## **Duración promedio de las visitas**

En 2022, la duración promedio de las visitas al sitio disminuyó en -1 segundo a 9 minutos y 54 segundos. Sin embargo, la mayoría de los 20 países principales vieron un aumento en la duración, incluyendo casi medio minuto más en Japón, Alemania y Suecia. Los canadienses iban y venían -20 segundos más rápido, al igual que los filipinos por -32 segundos en comparación con su promedio de 2021.

El Top 20 de países con el tiempo de visita más largo es Egipto con 11 minutos y 12 segundos. El más rápido fue México con 8 minutos y 45 segundos, una disminución de -31 segundos en comparación con 2021.

## Time Spent Per Visit

CHANGE IN SECONDS 2022	Country	Duration
-9	Egypt	11 min 12 sec
+26	Japan	10 min 59 sec
-32	Philippines	10 min 59 sec
+27	Germany	10 min 16 sec
+15	Netherlands	10 min 14 sec
+11	France	10 min 13 sec
+13	United Kingdom	10 min 5 sec
+4	Ukraine	9 min 57 sec
+4	Poland	9 min 55 sec
+9	Italy	9 min 52 sec
+2	Belgium	9 min 48 sec
+16	Argentina	9 min 47 sec
-3	United States	9 min 41 sec
+6	Australia	9 min 38 sec
+4	Brazil	9 min 30 sec
+26	Sweden	9 min 30 sec
-20	Canada	9 min 28 sec
+12	Spain	9 min 21 sec
-11	Colombia	9 min 9 sec
-31	Mexico	8 min 45 sec

**9 min 54 sec**

Average Visit Duration  
Worldwide

**-1 sec**

Decrease in 2022

**Female Visitors**

**+6 sec**

Compared to  
Male Visitors

**Difference by Age**

-58s 18 - 24

-16s 25 - 34

+14s 35 - 44

+44s 45 - 54

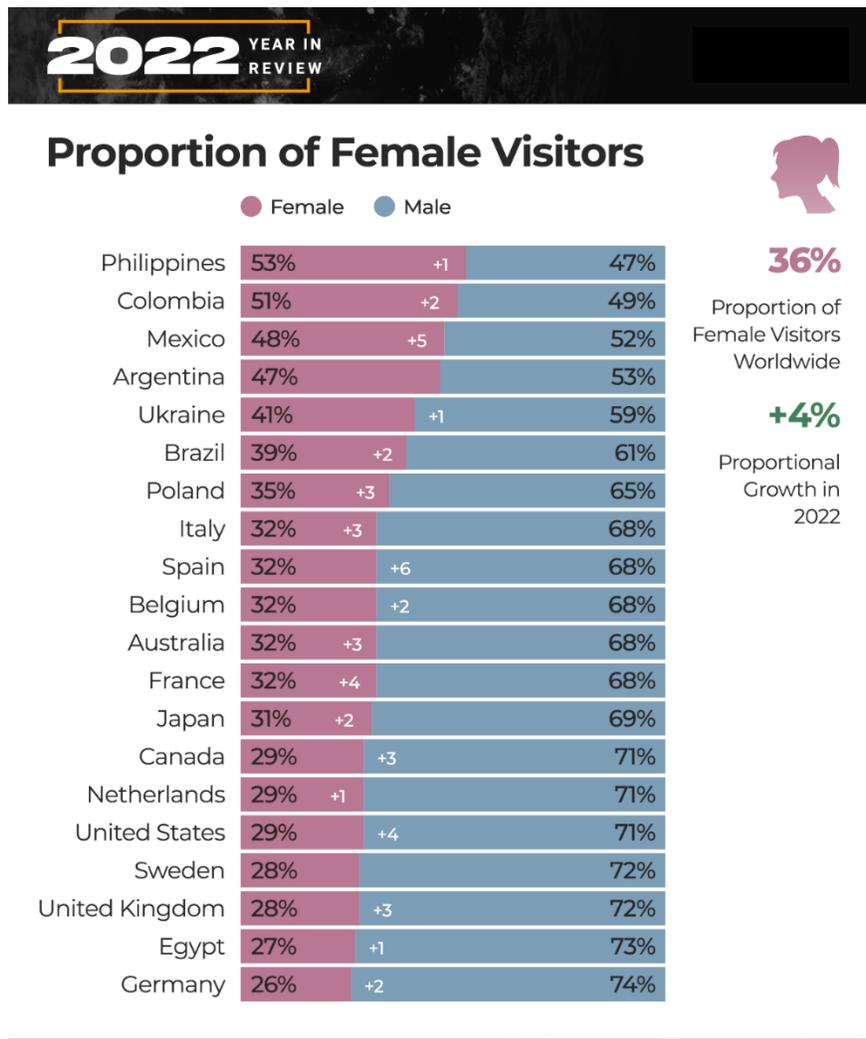
+62s 54 - 64

+73s 65+

# Porcentaje de visitas al sitio hombre/mujer por país

En 2022, la proporción de espectadoras femeninas creció hasta el 36%, un aumento de +1 punto porcentual y un crecimiento del +4% en comparación con 2021.

En Filipinas, Colombia, México y Argentina, casi la mitad de los visitantes son mujeres.



---

## **Datos demográficos por edad**

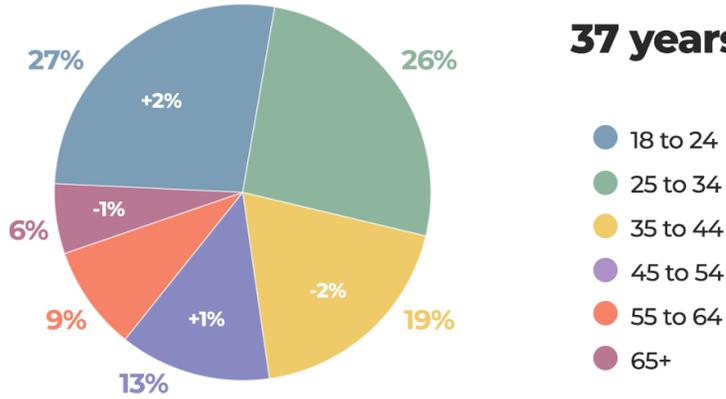
La edad promedio de los visitantes se mantuvo en 37 años para 2022, con el grupo de 18 a 24 años creciendo en +2 puntos porcentuales, y el grupo de edad de 35 a 44 años cayendo en -2% puntos porcentuales.

- Para Egipto el 65% de sus visitantes son Millennials entre 18 y 34 años.
- Filipinas y Brasil tienen una proporción similar de visitantes Millennials.
- Canadá y Estados Unidos tienen una proporción ligeramente mayor de visitantes mayores de 35 años.

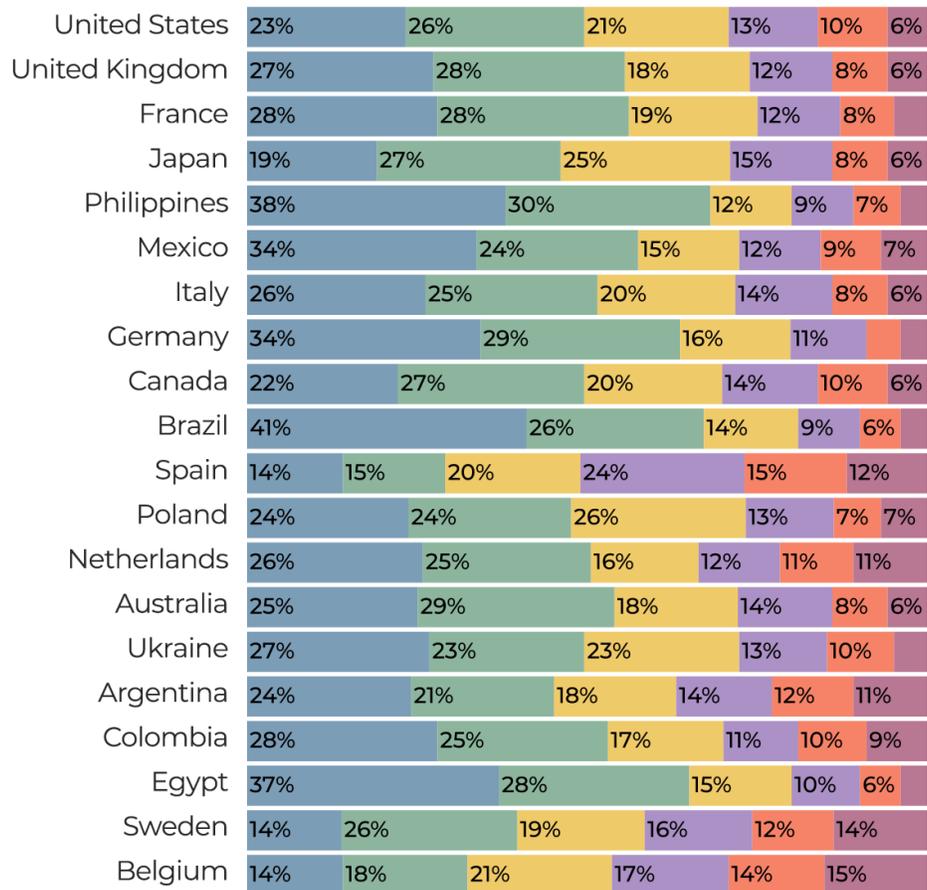
## Visitor Demographics

Average Age of Pornhub Visitors

**37 years**



## Proportions in Top 20 Countries



---

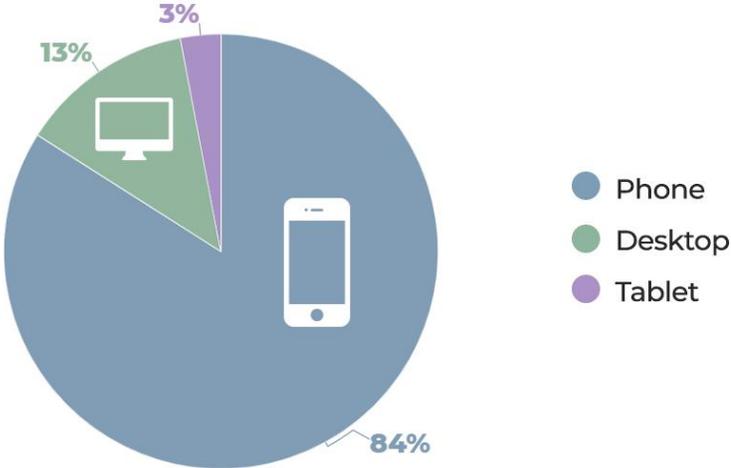
La industria de la pornografía ve a las generaciones como un favorecedor para la creación de nuevas y diferentes formas de creación de pornografía.

## ¿Cuáles son los dispositivos tecnológicos por los que se ingresa?

En 2022, específicamente los teléfonos inteligentes fueron los que acapararon el mayor ingreso al sitio pornográfico, el 13 % lo hizo vía escritorio, es decir laptops y computadoras, mientras que el 3 % lo hizo vía Tablet o tableta.



### Traffic by Phone, Desktop & Tablet

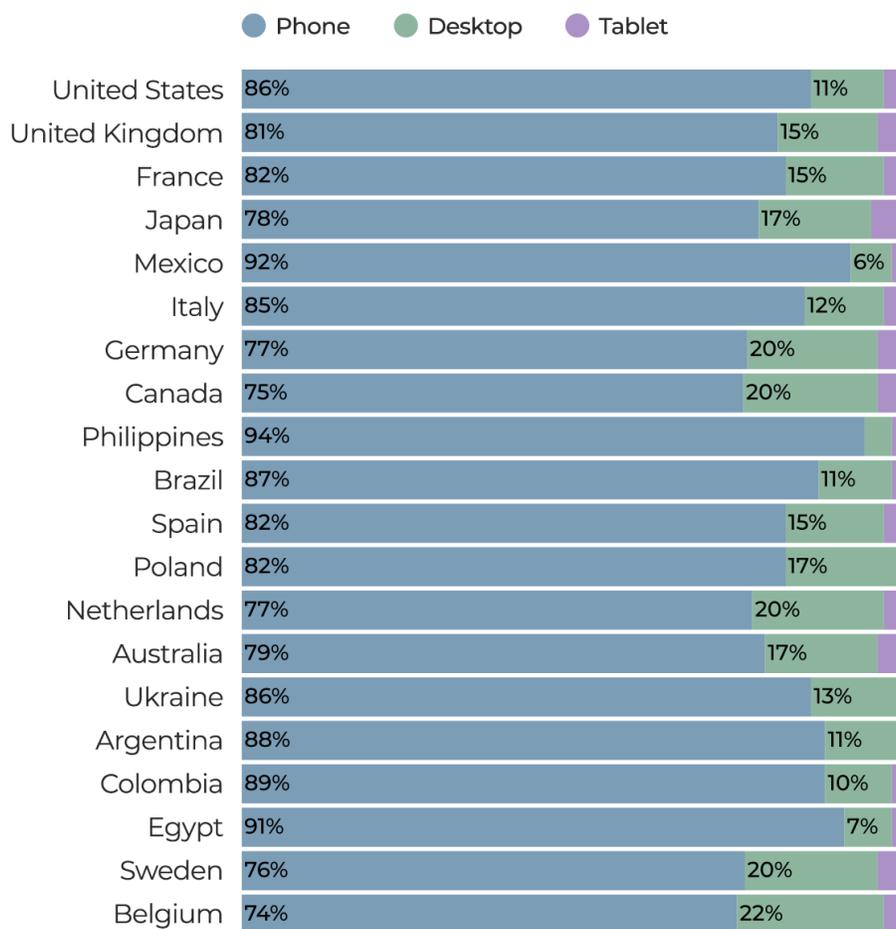


Change in Traffic Share from 2021 to 2022

Algunos países tienen un uso móvil aún mayor. El 94% del tráfico de Filipinas proviene de teléfonos inteligentes, el 92% de México y el 91% de Egipto. De los 20 principales países, el uso de tabletas se mantiene por encima del 20% en Canadá, Alemania, Países Bajos, Suecia y Bélgica.



### Traffic by Phone, Desktop & Tablet



Los menores y adultos que tengan un móvil inteligente (con acceso a internet), aunque no busquen pornografía, la encontrarán.

## A nivel nacional en México:



---

Durante junio de 2023, el primer lugar de visitas en México lo ocupó el motor de búsqueda google.com, seguido de la plataforma de videos YouTube y, después, la red social más grande del mundo, Facebook, sin embargo, lo que más llama la atención es que en el top 10 (3 de 7), figuran tres páginas de contenido para adultos: XVideos, XNXX y Realsrv, en el cuarto, séptimo y noveno lugar, respectivamente, lo cual nos muestra el alarmante interés por este tipo de contenido en la audiencia mexicana.

Queremos que las estadísticas y resúmenes anteriores sirvan al lector como una guía panorámica general de lo que se está suscitando a nivel mundial en el ámbito de la industria pornográfica para cobrar conciencia en los cuidados preventivos y las medidas necesarias que deben tomarse ante este creciente cáncer.

En resumen, se observa que:

- El tiempo de permanencia en el sitio web por país es cada vez más creciente.

- 
- El único país de Latino América que figura en el top 5 de mayores visitas al mayor sitio pornográfico es México.
  - El porcentaje de mujeres que optan por visualizar pornografía se ha incrementado.
  - Aunque las edades varían, el nuevo público es la generación Z o la generación más joven para la creación de nuevas formas de pornografía.
  - Los celulares se han convertido en el peor enemigo al tenerlos con nosotros y ser por donde mayoritariamente se accede a este sitio.

“Las tentaciones a las que un joven se expone hoy cuando va de su casa al colegio, son mayores que las tentaciones que mi abuelo experimentaba los viernes en la noche cuando salía el mismo a buscarlas”.

**Josh McDowell evangelista y escritor estadounidense.**

---

## TIPOS DE PORNOGRAFÍA MÁS COMUNES

Proverbios 27:20 Así como la muerte y la destrucción nunca se sacian, el deseo del hombre nunca queda satisfecho.

La pornografía abarca una amplia variedad de géneros y temáticas, y ha evolucionado significativamente con el avance de la tecnología y la disponibilidad de internet, con el único fin de que este sea un manual preventivo y de abordamiento en el tratamiento de la adicción a la pornografía, presentaremos algunos de los tipos más comunes de pornografía los cuales incluyen:

- **Pornografía heterosexual:** Este tipo de pornografía representa escenas de actividad sexual entre personas de diferentes sexos, generalmente un hombre y una mujer.
- **Pornografía homosexual:** Se enfoca en escenas de actividad sexual entre personas del mismo sexo, ya sea entre hombres (pornografía gay) o mujeres (pornografía lésbica).

- 
- **Pornografía bisexual:** Incluye escenas con personas de ambos sexos involucradas en actividades sexuales.
  - **Pornografía transgénero:** Representa a personas transgénero involucradas en actividades sexuales. \*"Transgénero" es un término que se refiere a una identidad de género en la que una persona se identifica con un género diferente al que se le asignó al nacer. Por ejemplo, una persona que fue designada como hombre al nacer, pero se identifica y vive como mujer, es una mujer transgénero.
  - **Pornografía amateur:** Implica contenido producido por aficionados, generalmente con cámaras caseras o de baja calidad. Suele ser más realista y menos profesional que la pornografía producida en estudios.
  - **Pornografía profesional:** Es aquella producida por estudios y compañías profesionales con altos estándares de producción y actores profesionales.
  - **Pornografía virtual o en realidad virtual (VR):** Utiliza tecnología de realidad virtual para brindar una experiencia inmersiva a los espectadores.

- 
- **Pornografía animada (hentai):** Involucra contenido sexual con personajes animados o dibujos animados.
  - **Pornografía de fetichismo:** Se enfoca en prácticas sexuales específicas o fetiches, como BDSM, pies, ropa interior, etc. \*BDM: iniciales de Bondage, Disciplina, Dominación, Sumisión, Sadismo y Masoquismo.
  - **Pornografía violenta o extrema:** Contiene representaciones de violencia, abuso o prácticas sexuales extremas que pueden ser controvertidas y preocupantes para algunos.

Proverbios 27:20 nos revela la respuesta a la pregunta: ¿Por qué ha incrementado la industria pornográfica tan exponencialmente en los últimos años? A causa del deseo humano, a el ansia inagotable de los ojos del hombre el cual no se cansa de ver y siempre quiere más y más, en este punto nos encontramos con la perversión sexual, en la cual un ser humano puede iniciar viendo pornografía heterosexual, sin embargo posteriormente puede saltar a ver pornografía lésbico/homosexual para pasar al bestialismo y hasta la pedofilia. Eclesiastés 1:8 No importa cuánto veamos, nunca quedamos satisfechos.

**"La adicción a la pornografía puede llevar a la persona a vivir en un mundo de fantasía, desconectada de la realidad y de las relaciones auténticas."**

**Dr. Norman Doidge**

---

# DAÑOS Y CONSECUENCIAS DE LA PORNOGRAFÍA



Las personas con adicción a la pornografía pueden pasar períodos muy largos de tiempo visualizando imágenes, videos y demás material porno- gráfico, situación que puede llevar a experimentar distintos estados y sentimientos, afectando tanto a nivel personal, como matrimonial y espiritual.

## **¿Qué hace la adicción a la pornografía en nuestro cerebro?**

La adicción a la pornografía, al igual que otras adicciones, tiene un componente neurobiológico que afecta el cerebro y el sistema de recompensa. Cuando una persona está expuesta a estímulos

---

sexualmente excitantes, el cerebro responde liberando neurotransmisores, como la dopamina, que están involucrados en el circuito de recompensa.

El circuito de recompensa es una parte del cerebro que está involucrada en la motivación y el placer. Cuando experimentamos algo placentero, como comer una comida deliciosa o tener relaciones sexuales, el cerebro libera dopamina, lo que nos hace sentir bien y refuerza la conducta que llevó a esa recompensa. En el caso de la pornografía, la excitación sexual y el orgasmo pueden provocar una liberación significativa de dopamina.

El problema surge cuando una persona desarrolla una adicción a la pornografía. La exposición repetida a estímulos sexuales intensos y la liberación masiva de dopamina pueden llevar a cambios en el cerebro. Con el tiempo, el cerebro se adapta a esta sobreestimulación y puede requerir cantidades cada vez mayores de pornografía para obtener el mismo nivel de satisfacción. Esto se conoce como tolerancia.

Además, el cerebro puede volverse más sensible a los estímulos relacionados con la pornografía y menos sensible a otras fuentes de placer, lo que

---

puede conducir a la búsqueda compulsiva y la priorización de la pornografía por encima de otras actividades y responsabilidades.

En el siguiente link o código QR podrás ver el reportaje MILENIO y las declaraciones de Billie Eilish, una cantante y compositora estadounidense, famosa por haber obtenido siete premios Grammy, en el cual narra los daños y consecuencias que provocaron la pornografía a su cerebro.



Billie Eilish revela que vio pornografía desde los 11 años: "realmente destruyó mi cerebro"



<https://www.youtube.com/watch?v=TCr72uI-R1Q>

---

**A) Nivel espiritual.** Romanos 8:6 Porque el ocuparse de la carne es muerte, pero el ocuparse del Espíritu es vida y paz.



- **Deterioro de la relación con Dios:** La adicción a la pornografía puede alejar a una persona de una relación íntima y cercana con Dios. La conciencia de estar en pecado y la sensación de vergüenza pueden dificultar la oración y la conexión con Dios. *Isaías 59:2 Son las iniquidades de ustedes las que los separan de su Dios. Son estos pecados los que lo llevan a ocultar su rostro para no escuchar.*
- **Distorsión de la percepción sobre el sexo:** La pornografía promueve una visión

---

distorsionada y superficial del sexo, alejándose de la enseñanza bíblica sobre el propósito sagrado y la intimidad del acto sexual dentro del matrimonio. *Hebreos 13:4 Honroso sea en todos el matrimonio, y el lecho sin mancilla; pero a los fornicarios y a los adúlteros los juzgará Dios.*

- **Dilución de valores y principios cristianos:** La exposición constante a imágenes y contenidos explícitos puede llevar a una normalización del comportamiento inmoral, lo que puede debilitar la capacidad de discernimiento moral. *Romanos 1:21 pues saben de Dios, pero no lo respetan ni le dan las gracias. No piensan más que en hacer lo malo y en puras tonterías.*
- **Sentimientos de culpa y vergüenza:** La adicción a la pornografía puede generar un círculo vicioso de pecado, seguido de sentimientos de culpa y vergüenza, lo que puede dificultar el arrepentimiento y el perdón. *Proverbios 6:32-33 Mas el que comete adulterio es falto de entendimiento; Corrompe su alma el que tal hace. Heridas y vergüenza hallará, y su afrenta nunca será borrada.*

- 
- **Estancamiento en el crecimiento espiritual:** La adicción puede impedir el crecimiento espiritual y la madurez en la fe, al desviar el enfoque y la atención de las cosas eternas de Dios. *1 Corintios 3:1 Yo, hermanos, no pude hablarles entonces como a gente madura espiritualmente, sino como a personas débiles, como a niños en cuanto a las cosas de Cristo.*

**B) Matrimonial.** 1 Corintios 7:3 El esposo debe satisfacer las necesidades sexuales de su esposa, y la esposa debe satisfacer las necesidades sexuales de su marido.



- 
- **Falta de intimidad emocional:** La pornografía puede llevar a la persona adicta a desconectarse emocionalmente de su cónyuge. La fantasía y la gratificación personal que proporciona la pornografía pueden dificultar la conexión emocional y la comunicación genuina dentro del matrimonio.
  - **Disminución de la intimidad sexual:** La adicción a la pornografía puede afectar el deseo y la capacidad para tener una intimidad sexual saludable con el cónyuge. La comparación constante con imágenes irreales puede llevar a la insatisfacción con la pareja real.
  - **Pérdida de confianza:** La adicción a la pornografía implica un comportamiento oculto y engañoso. La mentira y realizar cosas en secreto pueden reducir la confianza en el matrimonio, creando distancia entre los cónyuges. *Proverbios 31:11 Su marido puede confiar en ella...*
  - **Sentimientos de traición:** El cónyuge no adicto puede sentirse traicionado y herido al descubrir la adicción a la pornografía. Esto

---

puede generar resentimiento y dolor emocional en la relación.

- **Falta de satisfacción sexual:** La pornografía puede generar expectativas poco realistas sobre el sexo, lo que puede hacer que el cónyuge adicto se sienta insatisfecho con su vida sexual en el matrimonio, buscando constantemente algo más fuera de él.
- **Impacto en la autoestima:** La adicción a la pornografía puede hacer que tanto el adicto como el cónyuge no adicto se sientan inadecuados o insuficientes, lo que puede afectar su autoestima y percepción de sí mismos.

---

**C) Mentalmente.** 1 Corintios 2:16 Porque ¿quién ha conocido la mente del Señor, para que le instruya? Mas nosotros tenemos la mente de Cristo.



- **Ansiedad y depresión:** La adicción a la pornografía puede llevar a sentimientos de culpa, vergüenza y frustración, lo que puede desencadenar problemas de ansiedad y depresión.
- **Obsesión y compulsiones:** La adicción puede llevar a un comportamiento obsesivo y compulsivo en busca de contenido pornográfico cada vez más explícito y

---

denigrante, lo que consume gran parte del tiempo y la atención mental de la persona.

- **Dificultades para concentrarse:** La exposición constante a la pornografía puede afectar la capacidad de concentrarse en otras áreas de la vida, como el trabajo, los estudios o las relaciones interpersonales.
- **Problemas de sueño:** La exposición a la pornografía antes de dormir o durante la noche puede afectar el sueño, provocando insomnio o problemas de descanso.

**"La pornografía no solo afectó mi vida personal, sino que también me desconectó de la realidad y de mis verdaderos deseos y metas."**

**Brittini De La Mora ex actriz de la industria pornográfica.**

---

## ¿QUÉ ES LO QUE MOTIVA EL CONSUMO DE PORNOGRAFÍA?

1 Pedro 2:11 Amados, yo os ruego como a extranjeros y peregrinos, que os abstengáis de los deseos carnales que batallan contra el alma.



El consumo de pornografía puede ser motivado por diversas razones, y estas motivaciones pueden variar de una persona a otra. Algunos de los factores desencadenantes que pueden impulsar el consumo de pornografía incluyen:

- **Curiosidad:** Muchas personas pueden sentir curiosidad sobre la sexualidad y las relaciones íntimas, y la pornografía puede parecer una

---

forma fácil y accesible de satisfacer esa curiosidad, sobre todo en los niños y adolescentes quienes sin permiso o supervisión de los padres pueden acceder por medio de dispositivos a los sitios web.

- **Estimulación sexual:** La pornografía fue creada distorsionadamente para ser sexualmente estimulante y puede ser utilizada por algunas personas como una fuente de excitación o para satisfacer sus propios deseos sexuales.
- **Soledad y aburrimiento:** La pornografía puede ser una opción para llenar el tiempo libre o para combatir la soledad, especialmente en momentos de aburrimiento o aislamiento. *1 Pedro 5:8 Sean prudentes y manténganse atentos, porque su enemigo es el diablo, y él anda como un león rugiente, buscando a quien devorar.*
- **Estrés y ansiedad:** En algunas situaciones de estrés o ansiedad, el consumo de pornografía puede ser una forma equivocada de liberar las tensiones de la vida diaria o bien de algún modo calmar las emociones

---

negativas de las que el individuo puede ser presa.

- **Condicionamiento y adicción:** El consumo repetido y frecuente de pornografía puede llevar a una forma de condicionamiento, donde el cerebro se asocia con la liberación de dopamina y la gratificación instantánea, lo que puede conducir a una adicción.
- **Falta de educación o distorsión sexual:** La falta de educación o distorsión de la sexualidad, puede llevar a algunas personas a buscar información o representaciones sexuales incorrectas a través de la pornografía.
- **Presión social:** En escuelas, lugares de trabajo o incluso entre familiares, el consumo de pornografía puede ser visto como algo común y aceptado, lo que puede influir en algunas personas para que lo consideren una actividad normal, que muchas veces se convierte en presión por parte del mismo grupo hacia un individuo hasta que este llega a consumirla.

---

Es importante tener en cuenta que si bien algunas personas pueden consumir pornografía de manera ocasional y sin consecuencias negativas significativas, otras pueden desarrollar adicciones o enfrentar problemas emocionales, psicológicos o de relación debido a su consumo excesivo. Cada persona es diferente, y es fundamental ser consciente de cómo el consumo de pornografía puede afectar la salud mental y el bienestar personal. Si sientes que el consumo de pornografía está teniendo un impacto negativo en tu vida, considera buscar apoyo profesional para abordar cualquier problema o inquietud que puedas tener.

**"La pornografía es un ciclo de adicción que puede afectar negativamente todas las áreas de tu vida, desde las relaciones hasta la autoestima."**

**Declaración de actriz de la industria pornográfica.**

---

# DETECTANDO ACTITUDES Y ACCIONES DE UN ADICTO A LA PORNOGRAFÍA

Identificar si una persona está sufriendo por adicción a la pornografía puede ser un paso importante para abordar el problema de forma eficaz. Aquí hay algunas señales que podrían indicar que una persona está luchando con la adicción a la pornografía:

- **Consumo frecuente y compulsivo:** Siente la necesidad de ver pornografía de manera regular y le resulta difícil controlar la frecuencia y la duración de su consumo.
- **Dificultades para detenerse:** Intenta dejar de ver pornografía, pero le resulta difícil o imposible resistir la tentación y recae repetidamente.
- **Preocupación constante:** La pornografía ocupa gran parte de sus pensamientos y le preocupa, incluso cuando no está consumiéndola.

- 
- **Negativa de las responsabilidades:** La adicción a la pornografía puede llevar a descuidar tus responsabilidades personales, laborales o académicas.
  - **Aislamiento social:** Prefieres pasar tiempo viendo pornografía en lugar de interactuar con amigos o familiares.
  - **Cambios en el estado de ánimo:** Puedes experimentar cambios en tu estado de ánimo, como sentirte ansioso, culpable o deprimido después de consumir pornografía.
  - **Afectación en las relaciones:** La adicción a la pornografía puede afectar negativamente tus relaciones interpersonales, especialmente si ocultas tu consumo de pornografía o si eso genera conflictos con tu pareja.
  - **Aumento del consumo:** Con el tiempo, es posible que necesites consumir pornografía cada vez más explícita o en mayores cantidades para obtener el mismo efecto.

- 
- **Aislamiento y vergüenza:** Puedes sentirte avergonzado por tu consumo de pornografía y esconderlo a los demás.

Es importante recordar que el consumo ocasional de pornografía no necesariamente indica una adicción. Sin embargo, si te identificas con varias de las señales mencionadas anteriormente y sientes que la pornografía está afectando negativamente tu vida diaria y tus relaciones, puede ser útil buscar apoyo y ayuda de un profesional, como un terapeuta o consejero especializado en adicciones.

Recuerda que reconocer una adicción es el primer paso para buscar soluciones y trabajar hacia una vida más saludable y equilibrada.

---

# ABORDANDO LA PORNOGRAFÍA

Proverbios 12:15 Los necios creen que su propio camino es el correcto, pero los sabios prestan atención a otros.



La consejería bíblica para personas con adicción a la pornografía puede ser vital en la vida del adicto y debe abordarse con la mayor sensibilidad, comprensión, que es en amor pero también con advertencia y amonestación basados siempre en la palabra de Dios.

Antes que nada debes recordar que cada individuo y consejería va a ser distinta, debemos ser siempre guiados por el Espíritu Santo por

---

supuesto, pero es importante posteriormente considerar la historia clínica psicológica de cada persona, para que nuestra terapia o consejería pueda ser realmente efectiva.

A continuación expondremos de forma resumida la historia clínica psicológica básica que debes conocer al aconsejar:

**a) Información personal:** Nombre completo, fecha de nacimiento, género, dirección, número de teléfono y cualquier otra información de contacto relevante.

**b) Motivo de consulta:** Razón específica por la cual el paciente busca atención psicológica, problemas emocionales, síntomas o situaciones problemáticas que desea abordar.

**c) Antecedentes médicos:** Información sobre enfermedades previas, tratamientos médicos, alergias, condiciones médicas crónicas y cualquier otra información relevante para la salud física del paciente.

**d) Antecedentes psicológicos:** Historia de problemas psicológicos o psiquiátricos

---

previos, tratamientos anteriores, hospitalizaciones, medicamentos psicotrópicos tomados anteriormente, etc.

**e) Historia familiar:** Información sobre la historia de enfermedades o problemas de salud mental en la familia, así como dinámicas familiares importantes.

**f) Historia educativa y ocupacional:** Nivel educativo, historial laboral, dificultades académicas o profesionales y cualquier otro aspecto relevante en el ámbito educativo o laboral.

**g) Historia del desarrollo:** Información sobre eventos importantes durante la infancia y adolescencia, hitos del desarrollo, experiencias traumáticas, entre otros.

**h) Historia de relaciones interpersonales:** Información sobre relaciones familiares, de pareja, amistades, y cómo estas relaciones pueden estar afectando el bienestar emocional del paciente.

**i) Historial de abuso o trauma:** Exploración de posibles experiencias de abuso físico, sexual

---

o emocional, así como la presencia de trauma en la vida del paciente.

**j) Hábitos y estilo de vida:** Preguntas sobre hábitos de sueño, alimentación, ejercicio físico, consumo de sustancias (alcohol, drogas, tabaco), entre otros.

**k) Evaluación de síntomas actuales:** Descripción detallada de los síntomas emocionales y psicológicos que el paciente está experimentando en el momento presente.

**l) Historia de tratamiento anterior:** Información sobre tratamientos previos, terapias o intervenciones psicológicas que el paciente haya recibido con anterioridad.

**m) Evaluación de riesgo y seguridad:** Valoración de cualquier riesgo inmediato o potencial de daño hacia sí mismo o hacia otros, si es relevante.

---

Es importante que la historia clínica psicológica sea completa, precisa y confidencial. Esta información te proporcionará una base sólida para el proceso de evaluación y diagnóstico de tu aconsejado, así como para la planificación y seguimiento del tratamiento de consejería. Sin embargo, es esencial que el paciente dé su consentimiento informado para compartir esta información y que se sigan los protocolos éticos y legales para su manejo.

### **Antes, durante y tras la consejería**

- **Establecer una relación de confianza:** Es fundamental establecer un ambiente de confianza y empatía desde el principio. La persona debe sentirse segura para hablar abiertamente sobre su adicción sin temor a ser juzgado o condenado. *1 Pedro 3:8 Tengan compasión unos de otros. Ámense como hermanos y hermanas.*
- **Evaluar la gravedad de la adicción:** Es importante comprender la magnitud de la adicción, su duración y cómo está afectando la vida de la persona en diferentes áreas

---

(relaciones, trabajo, salud mental, etc.). 1 *Corintios 10:13 Las tentaciones que enfrentan en su vida no son distintas de las que otros atraviesan. Y Dios es fiel; no permitirá que la tentación sea mayor de lo que puedan soportar.*

- **Identificar factores desencadenantes:** Ayudar a la persona a identificar los factores emocionales, situacionales o ambientales que la llevan a recurrir a la pornografía.
- **Educar sobre la adicción:** Proporcionar información sobre cómo funciona la adicción a la pornografía, los posibles efectos negativos y cómo afecta al cerebro y la salud mental.
- **Establecer metas realistas:** Colaborar con la persona para establecer objetivos alcanzables para reducir o eliminar el consumo de pornografía.
- **Desarrollar estrategias de afrontamiento:** Ayudar a la persona a desarrollar habilidades de afrontamiento saludables para manejar el estrés, la ansiedad y las emociones difíciles sin recurrir a la pornografía.

- 
- **Identificar actividades alternativas:** Ayudar a encontrar actividades alternativas gratificantes y productivas para llenar el tiempo libre y evitar el consumo de pornografía.
  - **Fomentar el apoyo social:** Alentar a la persona a buscar apoyo de amigos, familiares o grupos de apoyo que puedan entender y brindar apoyo durante el proceso de recuperación, aquí la iglesia es una parte fundamental del proceso.
  - **Trabajar en la autoestima y autoimagen:** Explorar la percepción que la persona tiene de sí misma y cómo la adicción puede estar afectando su autoestima y autoimagen.
  - **Enfocarse en el bienestar general:** Promover un enfoque integral de la salud, que incluya la atención a la salud física, mental y emocional. *1 Tesalonicenses 5:23 Y que el mismo Dios de paz os santifique por completo; y que todo vuestro ser, espíritu, alma y cuerpo, sea preservado irrepreensible para la venida de nuestro Señor Jesucristo.*

- 
- **Establecer límites y manejar recaídas:** Ayudar a la persona a establecer límites claros en el uso de la tecnología y desarrollar estrategias para manejar posibles recaídas.
  - **Remisión o colaboración:** Si es necesario, considerar la remisión a un especialista en adicciones o terapeuta sexual para una atención más específica.

Es importante tener en cuenta que cada persona es única y la consejería debe adaptarse a sus necesidades individuales. La adicción a la pornografía es un problema complejo, y un enfoque terapéutico profesional puede ser necesario para abordarla adecuadamente.

---

## **Preguntas que nos pueden servir como guía:**

1. ¿Con qué frecuencia miras pornografía?
2. ¿Has intentado dejar de consumir pornografía pero no has podido hacerlo?
3. ¿Te sientes angustiado/a o ansioso/a cuando intentas reducir o dejar el consumo de pornografía?
4. ¿Prefieres la pornografía en lugar de participar en actividades sociales, laborales o educativas?
5. Para casados: ¿Te resulta difícil mantener una relación íntima o sexual sin la ayuda de la pornografía?
6. ¿Has experimentado problemas en tu vida personal, profesional o académica debido a tu consumo de pornografía?
7. ¿Has notado que necesitas consumir pornografía con más frecuencia o intensidad para obtener la misma satisfacción?

- 
8. ¿Te sientes culpable o avergonzado/a después de ver pornografía?
  9. ¿Has sacrificado tiempo de sueño o actividades importantes por ver pornografía?
  10. ¿Has intentado ocultar o negar la cantidad de pornografía que consumes a tus seres queridos?

---

## **PASOS PARA AYUDAR AL ACONSEJADO EN SU RESTAURACIÓN CON DIOS**

La gracia de Dios y su perdón son fundamentales en la lucha contra la pornografía, la gracia de Dios es su amor inmerecido y su favor hacia nosotros, a pesar de nuestras debilidades y errores.

Se recomienda llevar los siguientes pasos en este proceso con nuestro aconsejado:

- **Reconocimiento y arrepentimiento:** Enfrentar la lucha contra la pornografía comienza con el reconocimiento de nuestra lucha y el arrepentimiento sincero ante Dios. Reconocer nuestra necesidad de su gracia y perdón nos lleva a un lugar de humildad y dependencia de Dios. *Salmos 51:3 Sé muy bien que soy pecador, y sé muy bien que he pecado.*
- **Perdón total:** La promesa bíblica de que si confesamos nuestros pecados, Dios es fiel y justo para perdonarnos y limpiarnos de toda maldad (1 Juan 1:9) es un recordatorio constante de que no importa cuán profundo

---

sea nuestro pecado, la gracia de Dios es suficiente para perdonarnos.

- **Renovación de la mente:** La lucha contra la pornografía a menudo implica renovar nuestra mente y cambiar patrones de pensamiento. Romanos 12:2 nos insta a no conformarnos a este mundo, sino ser transformados por la renovación de nuestra mente. La gracia de Dios nos da la fuerza para cambiar y llenar nuestra mente con pensamientos puros y edificantes.
- **Fortaleza en la debilidad:** La gracia de Dios se perfecciona en nuestra debilidad 2 *Corintios 12:9 Mi amor es todo lo que necesitas. Mi poder se muestra en la debilidad.* Cuando reconocemos nuestras limitaciones y debilidades en la lucha contra la pornografía, permitimos que la gracia de Dios brille aún más en nuestras vidas, dándonos fortaleza para superarla.
- **Superación y renovación:** A través de la gracia de Dios, podemos encontrar la fuerza para superar la lucha contra la pornografía y renovar nuestro corazón y mente. Efesios

---

4:22-24 nos anima a despojarnos del viejo hombre y vestirnos del nuevo hombre, creado según Dios en justicia y santidad. *Efesios 4:22 En cuanto a la pasada manera de vivir, despojaos del viejo hombre, que está viciado conforme a los deseos engañosos...*

- **Crecimiento Espiritual:** La lucha contra la pornografía puede ser una oportunidad para un crecimiento espiritual profundo. A medida que experimentamos el perdón de Dios y su gracia en nuestra lucha, podemos desarrollar una relación más cercana con Él y crecer en nuestra fe. *Colosenses 3:1 Si ustedes, pues, han resucitado con Cristo, busquen las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la diestra de Dios.*

En última instancia, la gracia de Dios y su perdón nos brindan la esperanza y la motivación para perseverar en la lucha contra la pornografía. A medida que dependemos de más de su gracia y nos aferramos a su perdón, podremos experimentar esa sanidad, transformación y restauración en nuestra vida.

---

## **RECOMENDACIONES TECNOLÓGICAS PARA PREVENIR Y TRABAJAR LA ADICCIÓN A LA PORNOGRAFÍA**

Proverbios 22:3 El prudente ve el peligro y lo evita; el imprudente sigue adelante y sufre el daño.

- **Autoconciencia y motivación:** Tómate el tiempo para reflexionar sobre los efectos negativos de la pornografía en tu vida y en tus relaciones. Motívate a ti mismo para hacer un cambio y comprométete a combatir este hábito.
- **Establece metas claras:** Define metas realistas y específicas para eliminar por completo el consumo de pornografía. Puedes comenzar por limitar el tiempo dedicado a la navegación en internet que te llevan a visitar sitios web pornográficos.
- **Identifica los desencadenantes:** Presta atención a los factores desencadenantes que te llevan a consumir pornografía, como el aburrimiento, el estrés o la soledad. Una vez que los identifiques, busca formas saludables de manejar esas emociones o situaciones, como practicar ejercicio, socializar o aprender

---

nuevas habilidades. En redes sociales deja de seguir páginas que aunque no son pornográficas sabes que desencadenan en ti el deseo sexual y te llevan a consumirla.

- **Busca apoyo:** Comparte tu lucha con personas de confianza, sobre todo tu pastor y líderes y consejeros maduros espiritualmente. También puedes unirte a comunidades en línea o grupos de apoyo que se centren en superar la adicción a la pornografía. La empatía y el apoyo de otras personas que ya han pasado por esta crisis pueden ser fundamentales para tu recuperación.
- **Limita el acceso a la pornografía en internet:** Utiliza herramientas tecnológicas, como filtros o bloqueadores de contenido, para dificultar el acceso a sitios pornográficos. Si realmente eres sincero puedes bloquear estos sitios y estas contraseñas para desbloquearlas entregarlas a tus padres o esposo (a) si estas casado, de este modo al momento de sentirte con la tentación y querer acceder, forzosamente deberías pedirles a ellos los accesos. No estamos hablando de si tienes una suscripción a un sitio pornográfico,

---

sino de que existen miles de sitios web abiertos y completamente gratuitos. Además, considera mantener dispositivos electrónicos fuera de tu dormitorio, baño o de áreas privadas para reducir las tentaciones.

- **Explora actividades alternativas:** Encuentra actividades saludables y gratificantes que puedas disfrutar en lugar de consumir pornografía. Esto puede incluir la práctica de ejercicio físico, la lectura, la meditación, la práctica de hobbies o el desarrollo de nuevas habilidades.
- **Educación sexual saludable:** Busca fuentes confiables de educación sexual que promuevan una visión positiva, realista y centrada en la palabra de Dios sobre el sexo y las relaciones sexuales. Aprender sobre la sexualidad matrimonial saludable y basada en el conocimiento bíblico te ayudará a tener una perspectiva equilibrada y correcta en tu vida.
- **Trabaja en la intimidad y las relaciones:** La adicción a la pornografía puede afectar la intimidad y las relaciones personales. Trabaja en la comunicación y la conexión emocional

---

con tus padres o con tu esposo (a) si estas casado. Considera buscar consejería de pareja o individual para abordar cualquier problema relacionado con la adicción y construir relaciones más saludables.

Recuerda que superar la adicción a la pornografía puede llevar tiempo y esfuerzo. Sé amable contigo mismo durante el proceso y celebra cada pequeño logro en el camino hacia una vida más libre y saludable. Romanos 8:37 Pero en todas estas cosas somos más que vencedores por medio de aquel que nos amó.

---

# 6 MITOS

## ACERCA DE LA PORNOGRAFÍA

Lucas 11:35 Asegúrate de que la luz que crees tener no sea en realidad oscuridad.

**“Consumir pornografía es inofensivo, no le hace daño a nadie”.** Algunas personas creen que el consumo ocasional de pornografía no tiene ningún efecto negativo. Sin embargo, el consumo excesivo o la adicción pueden tener impactos psicológicos y emocionales, como desensibilización, dificultades en las relaciones interpersonales y baja autoestima.

**“La pornografía puede mejorar la vida sexual matrimonial”.** La verdad es que puede llevar a expectativas poco realistas y disminuir la satisfacción en las relaciones íntimas en la vida real y distorsionar la realidad de la fantasía llegando a lastimar a nuestra propia pareja.

**“Todos los actores de la pornografía están involucrados voluntariamente y les pagan, de lo contrario no lo harían”.** Este es un mito peligroso. La industria de la pornografía a menudo está asociada con la explotación y el tráfico

---

sexual, lo que puede poner en riesgo la seguridad y bienestar de los actores y actrices.

**“La pornografía es un problema exclusivo para los hombres”.** Aunque históricamente se ha asociado más con los hombres, cada vez más mujeres están consumiendo pornografía. Puede afectar a personas de cualquier género.

**“La pornografía puede ser utilizada como una herramienta de autoconocimiento que nos permite un ensayo sin que nos sintamos demasiado expuestos antes de nuestra primera relación sexual.”** *1 corintios 6:18 Huid de la fornicación. Cualquier otro pecado que el hombre hiciere, fuera del cuerpo está; mas el que fornicar, contra su propio cuerpo peca.*

**“La pornografía nos sirve como uso positivo para la liberación del estrés.”** *Hebreos 12:14 Seguid la paz con todos, y la santidad, sin la cual nadie verá al Señor.* La palabra de Dios nos invita a buscar constantemente la santidad, es decir la pureza, existen muchas otras formas de liberarnos del estrés por medio del ejercicio físico, con hobbies y pasatiempos, escuchando música, buscar relacionarnos con otras personas, desconectándonos temporalmente de la

---

tecnología, teniendo ciclos correctos del sueño, etc.

## **PERSPECTIVA BÍBLICA DE LA PORNOGRAFÍA**



La pornografía no es un tema que se aborde específicamente en la Biblia con ese nombre, ya que este tipo de material explícito no existía en el contexto cultural de la época en que se escribió la Biblia. Sin embargo, hay principios y enseñanzas bíblicas que son relevantes para abordar la

---

pornografía y sus efectos en la vida de las personas.

- **Lujuria:** La Biblia advierte contra la lujuria y la inmoralidad sexual. Jesús enseñó en Mateo 5:27-28 que mirar a alguien con lujuria en el corazón ya es cometer adulterio. Se enfatiza la importancia de mantener una mente y corazón puros en lo que vemos y pensamos.
- **El valor de las personas:** La Biblia enseña que todas las personas son creadas a imagen y semejanza de Dios y tienen un valor intrínseco. La pornografía puede deshumanizar a las personas y tratarlas como simples objetos para el propio beneficio personal, lo cual va en contra de este principio bíblico.
- **Evitar la tentación:** La Biblia aconseja a los creyentes que eviten las tentaciones y se aparten del mal. La pornografía es una fuente de tentación para muchos cristianos, por lo que es importante ser consciente de su influencia y evitarla.

- 
- **Dominio propio:** La Biblia exhorta a ejercer el dominio propio y controlar los impulsos. En Gálatas 5:22-23, se menciona el fruto del Espíritu, que incluye el dominio propio como una virtud a cultivar.
  - **Arrepentimiento y perdón:** Si alguien ha lidiado con la adicción a la pornografía, la Biblia ofrece esperanza a través del arrepentimiento y el perdón. Dios ofrece su gracia y misericordia a aquellos que reconocen sus errores y buscan cambiar. *1 Juan 1:9 Si confesamos nuestros pecados, él es fiel y justo para perdonar nuestros pecados, y limpiarnos de toda maldad.*
  - **Renovación de la mente:** En Romanos 12:2, se nos anima a renovar nuestra mente y transformarnos a través de la Palabra de Dios. Esto implica cambiar patrones de pensamiento y comportamiento, incluidos aquellos relacionados con la pornografía.

En resumen, aunque la pornografía no se mencione específicamente en la Biblia, sus principios y enseñanzas ofrecen una base sólida

---

para abordar el tema. La Biblia insta al creyente a mantener una mente y corazón puros, evitar la tentación y buscar la ayuda necesaria para enfrentar las luchas y desafíos relacionados con la pornografía.

## **VERSÍCULOS DE APOYO**

Te sugerimos leer el contexto de cada versículo aquí mencionado.

### **A) La maldad y perversidad sexual del ser humano.**

- Mateo 5:28 Pero ahora yo les aseguro que si un hombre mira a otra mujer con el deseo de tener relaciones sexuales con ella, ya fue infiel en su corazón.
- Jeremías 17:9 Engañoso es el corazón más que todas las cosas, y perverso; ¿quién lo conocerá?
- Génesis 6:5 El Señor vio la magnitud de la maldad humana en la tierra y que todo lo que

---

la gente pensaba o imaginaba era siempre y totalmente malo.

- Génesis 19:4-5 <sup>4</sup> pero antes de que se fueran a dormir, todos los hombres de Sodoma, tanto jóvenes como mayores, llegaron de todas partes de la ciudad y rodearon la casa. <sup>5</sup> Y le gritaron a Lot: - ¿Dónde están los hombres que llegaron para pasar la noche contigo? ¡Haz que salgan para que podamos tener sexo con ellos!
- Romanos 1:26-27 Por esto Dios los entregó a pasiones vergonzosas; pues aun sus mujeres cambiaron el uso natural por el que es contra naturaleza y de igual modo también los hombres, dejando el uso natural de la mujer, se encendieron en su lascivia unos con otros, cometiendo hechos vergonzosos hombres con hombres, y recibiendo en sí mismos la retribución debida a su extravío.

---

## **B) Ayuda y esperanza en Dios.**

- Salmo 46:1 Dios es nuestro refugio y nuestra fuerza; siempre está dispuesto a ayudar en tiempos de dificultad.
- Isaías 41:10 No temas, porque yo estoy contigo; no desmayes, porque yo soy tu Dios. Te fortaleceré, ciertamente te ayudaré, sí, te sostendré con la diestra de mi justicia.
- Juan 14:27 La paz les dejo; mi paz les doy. Yo no se la doy a ustedes como la da el mundo. No se angustien ni se acobarden.
- Filipenses 4:8 Finalmente, hermanos, piensen en todo lo que es verdadero, en todo lo que merece respeto, en todo lo que es justo y bueno; piensen en todo lo que se reconoce como una virtud, y en todo lo que es agradable y merece ser alabado.
- Salmos 9:10 Los que conocen tu nombre confían en ti, porque tú, oh Señor, no abandonas a los que te buscan.

---

## C) Lo que Dios quiere de mí.

- Efesios 5:3 Que no haya ninguna inmoralidad sexual, impureza ni avaricia entre ustedes. Tales pecados no tienen lugar en el pueblo de Dios.
- 1 Corintios 6:19 ¿O no sabéis que vuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo, que está en vosotros, el cual tenéis de Dios, y que no sois vuestros?
- Proverbios 6:25 No pienses en esa malvada; no te dejes engañar por su hermosura ni te dejes cautivar por su mirada.
- 1 Corintios 6:18: ¡Huyan de la inmoralidad sexual! Todos los demás pecados que alguien comete quedan fuera de su cuerpo, pero el que comete inmoralidades sexuales peca contra su propio cuerpo.
- Efesios 5:3 Que no haya ninguna inmoralidad sexual, impureza ni avaricia entre ustedes.

---

Tales pecados no tienen lugar en el pueblo de Dios.

- Colosenses 3:5 Así que hagan morir las cosas pecaminosas y terrenales que acechan dentro de ustedes. No tengan nada que ver con la inmoralidad sexual, la impureza, las bajas pasiones y los malos deseos.

Es importante tomar en cuenta que la Biblia es la única que nos presenta una clara perspectiva moral, ética y uso correcto sobre la sexualidad del ser humano, alentándonos a vivir siempre una vida de pureza y fidelidad que agradan a Dios y dentro de los límites del matrimonio.

## **CONCLUSIÓN**

Es importante recordar que cada persona es diferente y que el proceso de combatir la pornografía puede variar en duración y enfoque dependiendo de las circunstancias individuales. La clave es mantenerse comprometido, primero

---

con Dios y después con uno mismo, tener paciencia y buscar ayuda cuando sea necesario.

Recordando que la gracia de Dios es suficiente para perdonar y sanar a aquellos que luchan con la adicción a la pornografía, dice *Hechos 3:19* *Ahora pues, arrepíentanse de sus pecados y vuelvan a Dios para que sus pecados sean borrados.* Fuera de Él, no hay nada más que nos pueda transformar desde lo profundo del corazón, su perdón es el acto de borrar nuestros pecados y darnos la oportunidad de comenzar de nuevo. No te detengas, sigue adelante, que para Dios nada hay nada imposible. Lucas 1:37 porque nada hay imposible para Dios.

Da click o lee el código QR con tu celular para ver el vídeo: Testimonio David Sampayo - Libre de la pornografía.



Testimonio David Sampayo - Libre de la pornografía

<https://www.youtube.com/watch?v=PhUCiavxBQ>

---

## **BIBLIOGRAFÍA:**

1. Batalla Contra la Pornografía: 29 Pruebas de Diagnóstico para Tu Mente y Corazón por Benjamin Vrbicek.
2. Cómo derrotar la pornografía y la masturbación - Viny Georges Beko
3. Cómo romper la adicción a la pornografía y la masturbación - Georges INES B
4. Sexual Sanity for Men: Re-Creating Your Mind in a Crazy Culture - David White.
5. "The Purity Principle: God's Safeguards for Life's Dangerous Trails" por Randy Alcorn en español: "El principio de la pureza".

## **Las versiones utilizadas de la biblia en este material son:**

- NTV (Nueva Traducción Viviente)
- NVI (Nueva Versión Internacional)
- RV 1960 (Reina Valera 1960)
- TLA (Traducción Lenguaje Actual)

Para más información visita: [www.formacioncristianaenlinea.com](http://www.formacioncristianaenlinea.com)

Whats app: 5536741117 y 7771411582

## ACERCA DEL AUTOR...



**CHRIS SALGADO**  
CONFERENCISTA

**Chris Salgado** es actualmente coordinador del CECC (Centro de Entrenamiento Cristiano), tiene 10 años de casado con Sue Bahena, padre de 2 hijos, pastor de iglesia: “Atmosfera” en Cuernavaca, mercadólogo de profesión, experto en marketing digital y redes sociales; su labor principal es preparar a la iglesia en temas de tecnología, sanidad y restauración de personas y formación de liderazgo siempre basado en principios bíblicos cristianos.

**Para más información y conferencias contactar al**



55 367 411 17



@inspirach



@inspirach