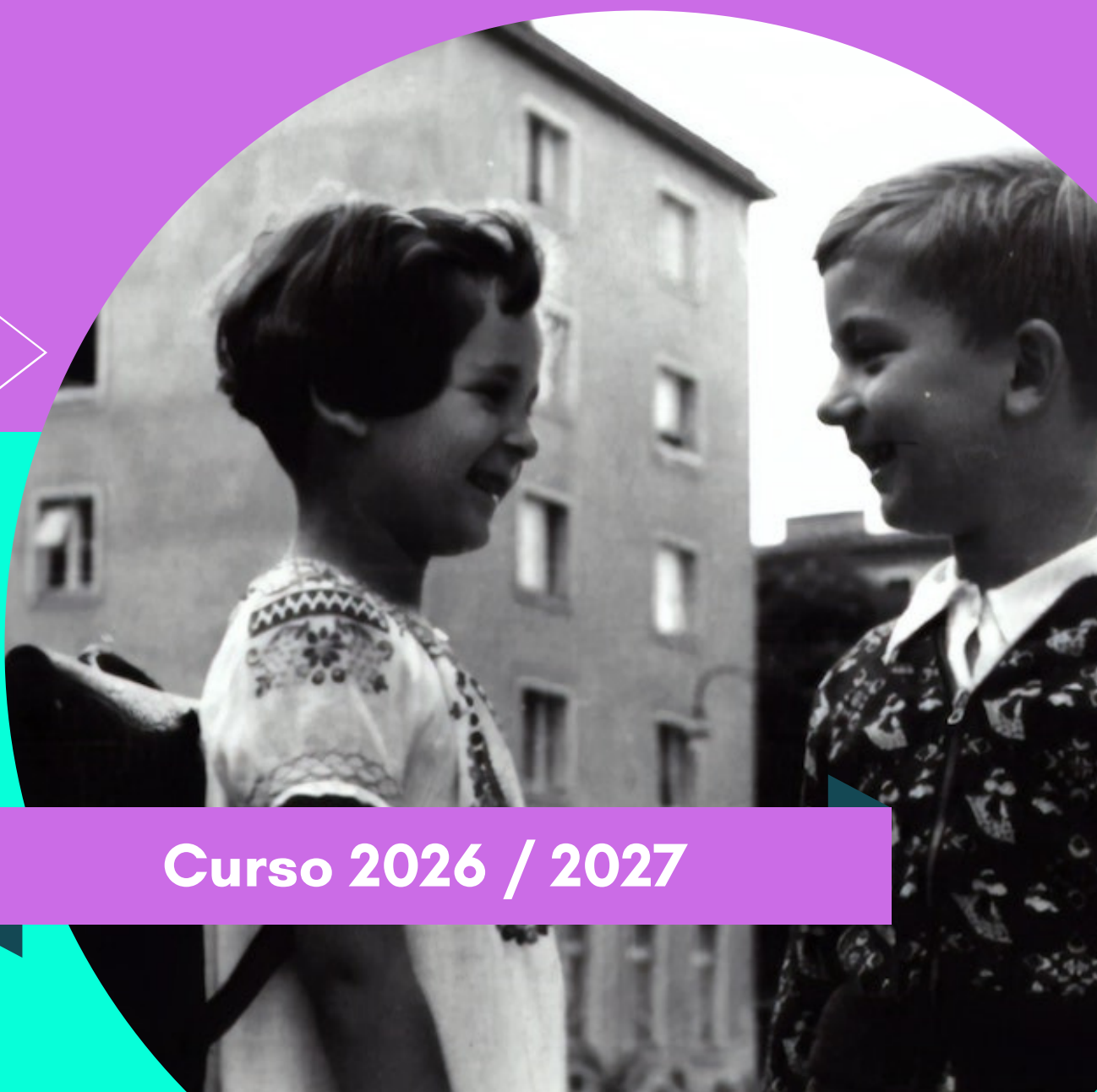


SEX & CLIC



5°- 6° Primaria

Programa de educación afectivo-sexual digital y prevención de la pornografía



Curso 2026 / 2027

Un reto apasionante y urgente

Hoy en día, hombres, mujeres y niños se ven afectados por la omnipresencia de la pornografía y su expansión sin precedentes. Internet ha hecho que sea más **anónima, accesible y asequible** que nunca, atrayendo a nuevos usuarios, aumentando el uso entre los consumidores y lanzando a muchas personas hacia la compulsividad sexual. **Los niños son expuestos a la pornografía** a una edad muy temprana, que puede perjudicar profundamente su vida y su sexualidad. El 80% de los chicos entre 13 y 18 piensan que ver pornografía es una conducta normal.

Cada época tiene sus retos, y actualmente uno de los principales es el de fomentar un desarrollo afectivo-sexual sano en nuestros jóvenes. La falta de información y la escasa formación al respecto marcan el camino a seguir. En Dale Una Vuelta, asociación que nace en 2015, vemos necesario el **desarrollo de un pensamiento crítico**, que les ayude a afrontar su vida y tener herramientas para gestionar su relación con los demás y con el mundo digital.

El programa *Sex & Clic*, para chicos y chicas de 5º y 6ª de primaria (10-12 años), nace para dar respuesta a estas necesidades percibidas, y se desarrolla a través de:

- **4 talleres** grupales para los chicos y chicas.
- **1 sesión** para el profesorado.
- **1 sesión** para padres y madres.

Esta formación tiene como contexto el ámbito educativo y el ámbito de la salud, ya que se aplica en centros educativos y, a la vez, acentúa de manera importante los aspectos psicológicos y emocionales, así como fundamenta la teoría y dinámicas en estudios psicólogos y neurocientíficos.

Las sesiones incluyen la entrega posterior de un material de apoyo e informativo.

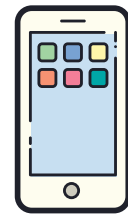
Datos para pensar y actuar

11

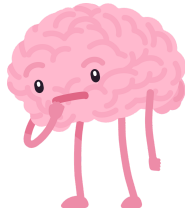
La **edad promedio** de exposición a la pornografía es **11 años** (9 de cada 10, entre 8 y 16 años, han consumido pornografía)



Casi el **70%** de los chicos y chicas no ha recibido una buena **educación afectivo-sexual** y acuden a internet para resolver sus dudas



El medio de consumo de pornografía favorito es el **teléfono móvil** (87%), siguiéndole el **ordenador** (10%) y la **tablet** (3%)



Cerca del **90%** de los contenidos pornográficos muestran **violencia física y/o verbal**



El **81%** de los jóvenes, **entre 13 y 18 años**, creen que la pornografía es una **conducta normal**



Con un **par de clics** los menores pueden acceder a contenidos de categorías como **degradación, violación o incesto**



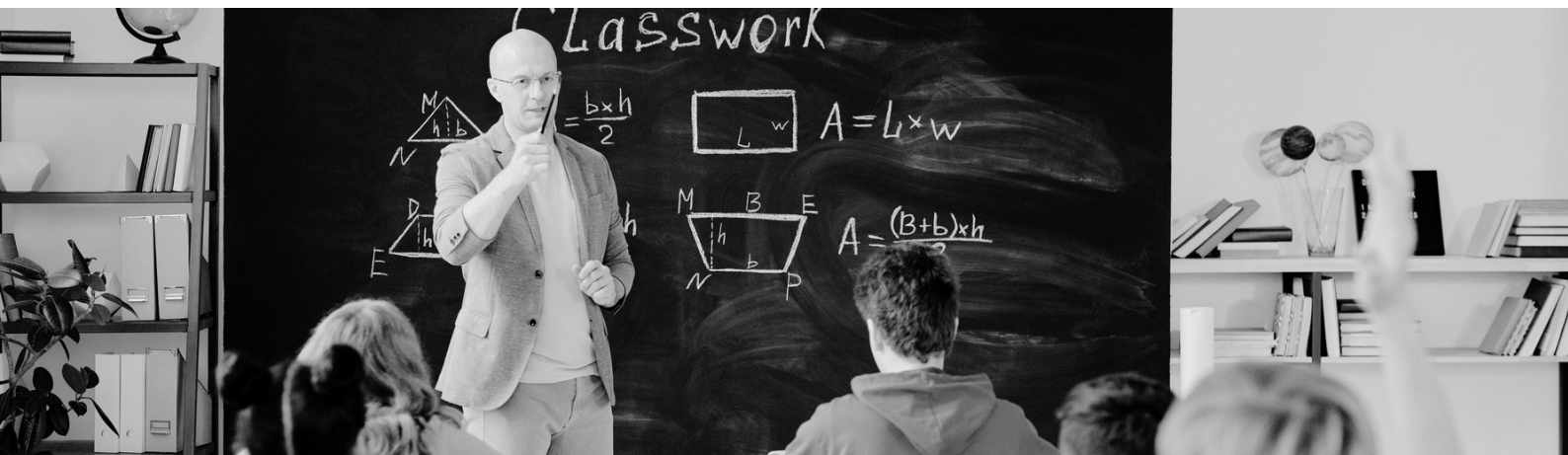
España es el **11º** país en consumo, según uno de los portales de pornografía más importantes

Programa

4 talleres a alumnos/as



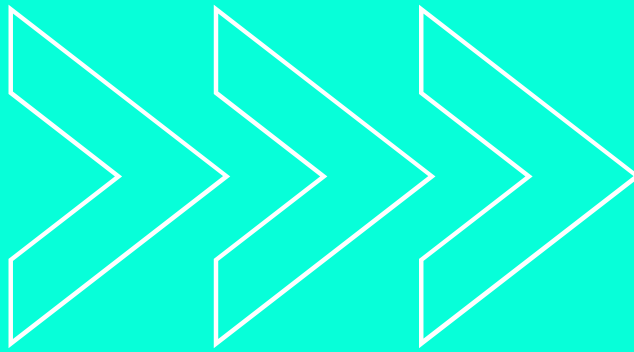
1 sesión al profesorado



1 sesión a padres y madres



TALLERES para ALUMNOS/AS



Metodología

DINÁMICA DE GRUPO



DUDAS Y DEBATES



**DIÁLOGOS Y EXPERIENCIAS
PERSONALES**



PRESENTACIÓN



VÍDEOS Y REELS



5° y 6° Primaria



50 min.

Objetivos

AFECTIVIDAD

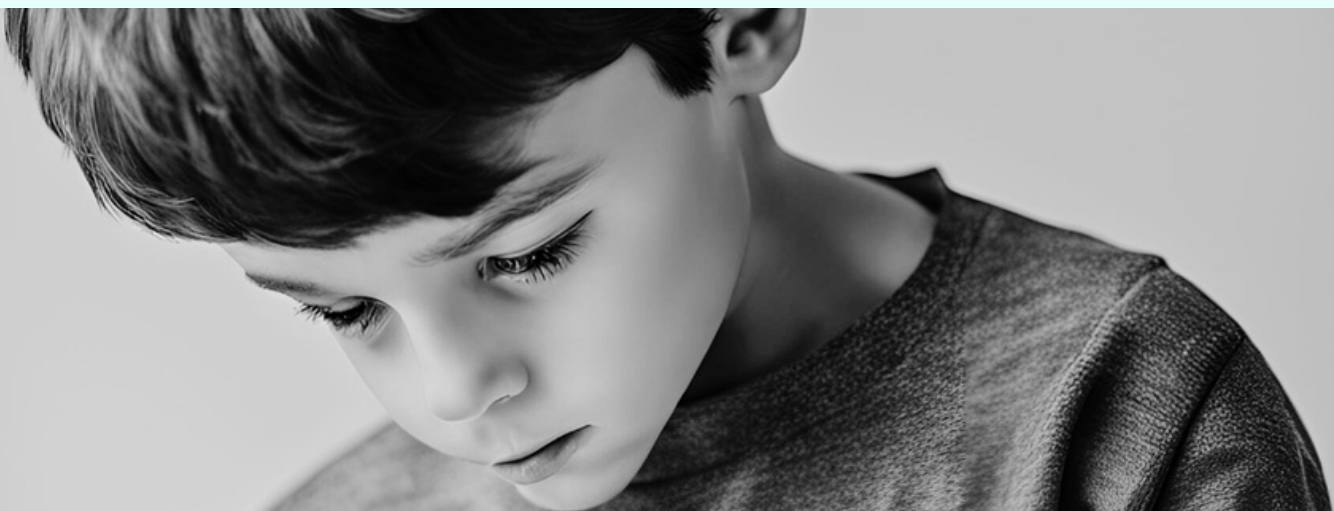
1. Conocer qué son las **emociones** y el papel que juegan en nuestras vidas.
2. Identificar las diferencias entre emoción y **sentimiento**.
3. Adquirir métodos y herramientas de expresión, regulación y gestión emocional.
4. Comprender las habilidades de **empatía y asertividad**.

AUTOESTIMA

5. Entender la importancia de la autoestima, sus partes y cómo se forma.
6. Identificar **creencias** sobre quiénes son y cómo son.
7. Conocer las propias cualidades, **fortalezas**, debilidades y áreas de oportunidad.
8. Promover la **autoaceptación** y una **imagen corporal** positiva de sí mismos.
9. Concienciar de la importancia de las **relaciones sanas** o “relaciones vitamina”.
10. Identificar el **diálogo interno**: voz crítica y voz compasiva.

SEXUALIDAD

11. Formar en una sexualidad **sana y positiva**.
12. Conocer los **elementos** de la sexualidad sana.
13. Entender los **cambios** físicos, emocionales y psicológicos de la sexualidad propios de la adolescencia.
14. Conocer y promover el conocimiento y cuidado de la **intimidad**.
15. Identificar y distinguir imágenes buenas de **imágenes malas** (pornografía).



5° y 6° Primaria



50 min.

Objetivos

16. Explicar los **riesgos** del visionado de imágenes inadecuadas: qué enseñan, consecuencias y cuándo se convierte en un problema.
17. Distinguir **felicidad y placer**.
18. Conocer los procesos neurológicos que explican una **adicción**.
19. Comprender las habilidades de **empatía** y **asertividad** en relación a la sexualidad.
20. Dotar de herramientas para actuar ante la aparición inesperada de contenido inapropiado.

ALFABETIZACIÓN VISUAL

21. Fomentar el pensamiento crítico en lo que **escuchan y ven**.
22. Conocer el poder de atracción que esconde un teléfono móvil, los videojuegos o las redes sociales.
23. Explicar el concepto de **identidad digital**.
24. Resaltar el valor de la **intimidad** en el mundo offline y online.
25. Fomentar la salud y el **cuidado personal** mediante la adquisición de hábitos saludables.
26. Concienciar sobre los posibles **peligros** que existen en los entornos digitales.



Contenido

TALLER 1 EL MARAVILLOSO MUNDO DE LAS EMOCIONES

- Diversidad de emociones
- ¿Sentimientos o emociones?
- Manejo e integración de las emociones
- Empatía y asertividad, pareja de baile



TALLER 2 AUTOESTIMA, TU MEJOR AMIGA

- La autoestima y su pirámide
- Autoestima necesaria para la vida
- ¿Hablarse o gritarse?
- Me conozco, me valoro y me quiero
- Relaciones *vitamina*

TALLER 3 ¡HOLA, SEXUALIDAD!

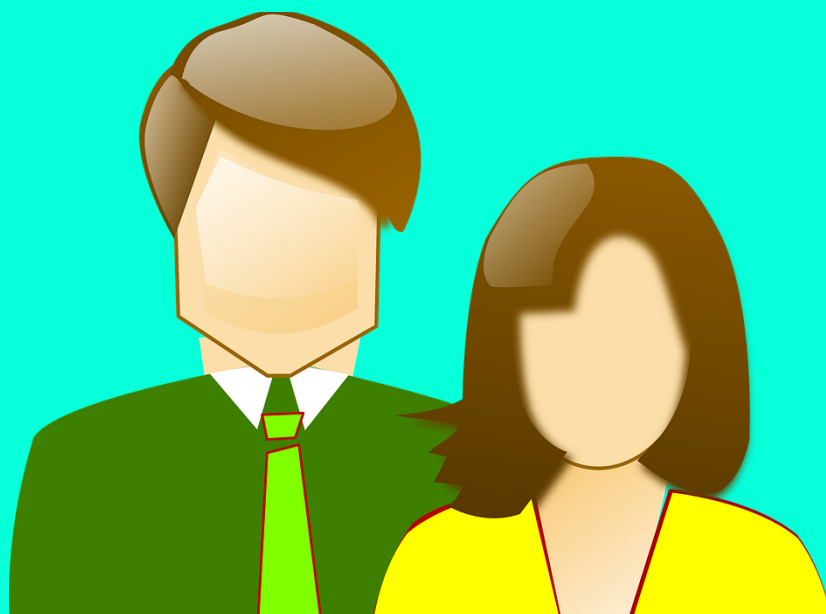
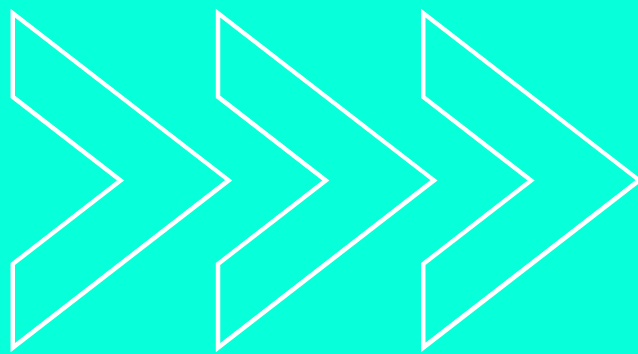
- Mi Ferrari rojo
- Los *jugadores* de la sexualidad
- Cuerpo y preadolescencia
- Sexualidad rima con intimidad
- Felicidad vs placer



TALLER 4 ALFABETIZACIÓN VISUAL

- Imágenes buenas, imágenes malas
- El cerebro aprende rápido
- El plan PUEDO. ¡Alerta, peligro!
- La huella digital, un tatuaje virtual
- Dieta y ejercicio digital

SESIÓN para PADRES Y MADRES



Padres y madres



90 min.

Objetivos

1. Ofrecer una **visión positiva** de la sexualidad sana, plena y responsable, dentro de su cultura, época y sociedad.
2. Entender la sexualidad como una construcción personal que implica cinco factores: biológico, afectivo, cognitivo, sociocultural y espiritual.
3. Ampliar el concepto de sexualidad y asumir positivamente la relación sexual, como fuente de placer, comunicación, vínculo y amor.
4. Fomentar el cuidado y valor de la **intimidad**.
5. Conocer los procesos neurobiológicos que explican la posible **adicción** a la pornografía.
6. Explicar los riesgos de la pornografía: qué es, qué enseña, consecuencias y cuándo se convierte en un problema.
7. Ofrecer una **visión igualitaria** entre hombres y mujeres en las relaciones sexuales, y suprimir los estereotipos machistas.
8. Dar señales de cuando se convierte en un problema y a quién acudir.
9. Comprender de las necesidades básicas emocionales. ¿Qué lleva a consumir pornografía?
10. Dotar de habilidades de regulación emocional y de habilidades sociales: **comunicación, asertividad**.
11. Enseñar herramientas para el uso adecuado del **móvil y las redes sociales** y advertir de sus peligros.
12. Fomentar el **pensamiento crítico** en la música, series, *influencers*, etc.



Contenido

EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

- ¿Una sociedad sexualizada?
- La sexualidad y sus dimensiones
- Empatía y asertividad sexual
- Emociones y autoestima
- Cambios biológicos y adolescencia
- El cerebro y la sexualidad



ENTRETENIMIENTO DIGITAL

- Alfabetización visual: la mirada
- Identidad y huella digital
- Redes sociales y el poder del *like*
- Sexting, grooming, IA



PORNOGRAFÍA Y RECURSOS ÚTILES

- Rasgos de la pornografía actual
- Datos sobre el consumo
- La industria de la pornografía
- ¿Qué nos enseña la pornografía?
- Consecuencias perjudiciales
- La pornografía como adicción



Detección y prevención

- ¿Qué pensamientos y emociones guarda un niño que realiza una conducta sexual problemática?
- ¿Cómo saber si tu hijo ve pornografía?
- El papel de los padres en la educación afectivo-sexual
- Consejos para una educación sexual cotidiana
- Tipos de respuestas: desviar la atención o educar
- Herramientas de prevención

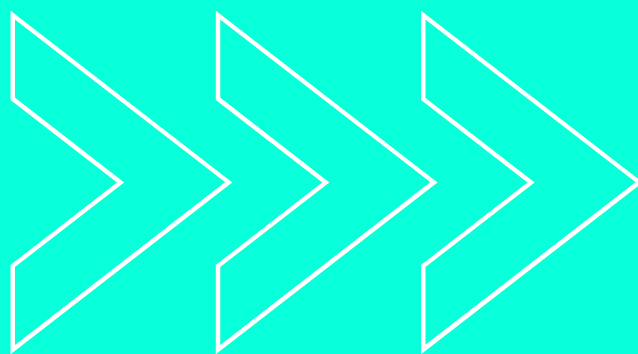


¿Qué hacer si tu hijo tiene un problema?

- ¿Qué hago si le descubro? ¿A quién pido ayuda?
- Estrategias para la regulación emocional
- El cuidado y la importancia del cuerpo
- Alimentación, descanso e higiene del sueño



SESIÓN para el PROFESORADO



Objetivos

1. Ofrecer una visión positiva de la **sexualidad sana**, plena y responsable, dentro de su cultura, época y sociedad.
2. Entender la sexualidad como una construcción personal que implica cinco factores: biológico, afectivo, cognitivo, sociocultural y espiritual.
3. Ampliar el concepto y el valor de la sexualidad y asumir positivamente la relación sexual, como fuente de placer, comunicación, vínculo y amor.
4. Conocer los procesos neurobiológicos que explican la posible **adicción** a la pornografía.
5. Explicar los riesgos de la pornografía: qué es, qué enseña, consecuencias y cuándo se convierte en un problema.
6. Ofrecer una **visión igualitaria** entre hombres y mujeres en las relaciones sexuales, y suprimir los estereotipos machistas.
7. Conocer las señales de cuando el porno se convierte en un problema y a quién acudir.
8. Comprender las necesidades básicas emocionales. ¿Qué les lleva a consumir pornografía?
9. Dotar de habilidades sociales y de regulación emocional: comunicación, asertividad.
10. Fomentar el cuidado y valor de la **intimidad**.
11. Mostrar pautas de actuación ante distintas situaciones que se pueden encontrar en el aula.
12. Ofrecer a los docentes recursos de **educación afectivo-sexual** para transmitir a las **familias**.
13. Proporcionar *red flags* o preguntas clave para hacer en tutorías con familias y alumnos.
14. Disponer de herramientas para el uso adecuado de las **redes sociales** y dispositivos móviles.
15. Fomentar el **pensamiento crítico** en lo que ven y escuchan.



Contenido

EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL

- ¿Una sociedad sexualizada?
- La sexualidad y sus dimensiones
- Empatía y asertividad sexual
- Emociones y autoestima
- Cambios biológicos y adolescencia.
- El cerebro y la sexualidad



ENTRETENIMIENTO DIGITAL

- Alfabetización visual: la mirada
- Identidad y huella digital
- Redes sociales y el poder del *like*
- Sexting, grooming, IA



PORNOGRAFÍA Y RECURSOS ÚTILES

- Datos actuales: consumo, industria, violencia
- ¿Qué nos enseña la pornografía?
- Consecuencias perjudiciales
- La pornografía como adicción



Detección y prevención

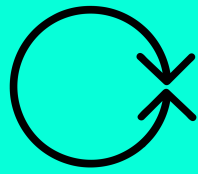
- ¿Qué pensamientos y emociones guarda un niño que realiza una conducta sexual problemática?
- ¿Cómo saber si un alumno consume porno?
- El papel de los padres, docentes y centro educativo
- Tipos de respuestas: desviar la atención o educar
- Herramientas de prevención



¿Qué hacer si un alumno/a tiene un problema?

- Estrategias para la regulación emocional
- El cuidado y la importancia del cuerpo
- Alimentación, descanso e higiene del sueño
- Actuación ante distintas situaciones. ¿Qué hacer si...?
 - descubrimos que nuestro alumno/a tiene o consume porno
 - un alumno/a nos pide ayuda por este motivo
 - unos padres piden apoyo para su hijo/a
 - unos alumnos/as han mostrado porno al resto de compañeros





DALE
UNA
VUELTA

stop porn ● **start sex**

www.daleunavuelta.org

info@daleunavuelta.org