



Repercusiones del sexting en la salud mental de los adolescentes

The impact of sexting on the mental health of adolescents

Repercussões do sexting na saúde mental dos adolescentes

ARTÍCULO ORIGINAL



Escanea en tu dispositivo móvil
o revisa este artículo en:
<https://doi.org/10.33996/repsi.v8i22.178>

 **Melany Paola Cartagena Angamarca**
melany.cartagena@uisek.edu.ec

 **Gabriela Andrea Llanos Román**
gabriela.llanos@uisek.edu.ec

 **Fernando Javier Altamirano Hidalgo**
fernando.altamirano@uisek.edu.ec

Universidad Internacional SEK. Quito, Ecuador

Recibido 3 de junio 2025 / Aceptado 13 de agosto 2025 / Publicado 11 de septiembre 2025

RESUMEN

La adolescencia se caracteriza por cambios neurobiológicos que incrementan la vulnerabilidad a conductas de riesgo como el sexting. El objetivo de la investigación es evaluar las repercusiones del sexting en la salud mental adolescente mediante revisión sistemática. La metodología es una revisión sistemática siguiendo metodología PRISMA. Búsqueda en PubMed, SciELO, Scopus y ERIC (2015-2024) usando términos "Sexual Behavior", "Adolescent", "Text Messaging". Se incluyeron 15 estudios (n=25,847 participantes). El sexting consensuado mostró asociaciones débiles con problemas de salud mental ($r=0.04-0.05$), mientras el no consensuado presentó correlaciones fuertes con depresión ($r=0.14-0.16$), ansiedad y autolesiones ($r=0.13-0.17$). Los perpetradores exhiben impulsividad, agresividad e insensibilidad emocional. El sexting no consensuado genera consecuencias psicológicas severas. Se requieren intervenciones preventivas basadas en fortalecimiento de funciones ejecutivas y educación integral en sexualidad.

Palabras clave: Sexting; Adolescentes; Salud mental; Prevención; Neurodesarrollo

ABSTRACT

Adolescence is characterized by neurobiological changes that increase vulnerability to risky behaviors such as sexting. The objective of the research is to evaluate the repercussions of sexting on adolescent mental health through a systematic review. The methodology is a systematic review following the PRISMA methodology. Search in PubMed, SciELO, Scopus, and ERIC (2015-2024) using the terms "Sexual Behavior," "Adolescent," and "Text Messaging." Fifteen studies (n=25,847 participants) were included. Consensual sexting showed weak associations with mental health problems ($r=0.04-0.05$), while non-consensual sexting showed strong correlations with depression ($r=0.14-0.16$), anxiety, and self-harm ($r=0.13-0.17$). Perpetrators exhibit impulsivity, aggressiveness, and emotional insensitivity. Non-consensual sexting generates severe psychological consequences. Preventive interventions based on strengthening executive functions and comprehensive sexuality education are required.

Key words: Sexting; Adolescents; Mental health; Prevention; Neurodevelopment

RESUMO

A adolescência é caracterizada por alterações neurobiológicas que aumentam a vulnerabilidade a comportamentos de risco, como o sexting. O objetivo da investigação é avaliar as repercussões do sexting na saúde mental dos adolescentes através de uma revisão sistemática. A metodologia é uma revisão sistemática seguindo a metodologia PRISMA. Pesquisa no PubMed, SciELO, Scopus e ERIC (2015-2024) usando os termos «Sexual Behavior», «Adolescent», «Text Messaging». Foram incluídos 15 estudos (n=25.847 participantes). O sexting consensual mostrou associações fracas com problemas de saúde mental ($r=0,04-0,05$), enquanto o não consensual apresentou correlações fortes com depressão ($r=0,14-0,16$), ansiedade e automutilação ($r=0,13-0,17$). Os perpetradores exibem impulsividade, agressividade e insensibilidade emocional. O sexting não consensual gera consequências psicológicas graves. São necessárias intervenções preventivas baseadas no fortalecimento das funções executivas e na educação integral sobre sexualidade.

Palavras-chave: Sexting; Adolescentes; Saúde mental; Prevenção; Neurodesenvolvimento

INTRODUCCIÓN

La adolescencia constituye un período crítico del desarrollo humano caracterizado por profundas transformaciones neurobiológicas, cognitivas y psicosociales que se extienden aproximadamente desde los 11 hasta los 20 años (Blakemore, 2008). Durante esta etapa, el cerebro experimenta una reorganización estructural y funcional significativa, particularmente en regiones asociadas con el control ejecutivo, la toma de decisiones y el procesamiento socioemocional.

El desarrollo del "cerebro social" durante la adolescencia involucra una red compleja de regiones cerebrales responsables de la comprensión de otros, incluyendo la corteza prefrontal medial y el surco temporal superior, que muestran actividad alterada en tareas de cognición social como el reconocimiento facial y la atribución de estados mentales (Blakemore, 2008). Esta reorganización sináptica, aunque fundamental para el desarrollo de habilidades sociales complejas, también genera vulnerabilidades específicas.

La capacidad de control inhibitorio, que refleja el control sobre activaciones automáticas para un procesamiento más efectivo e involucra la corteza prefrontal, es especialmente relevante durante la adolescencia (Peña et al., 2017). Aunque se observa un notable avance en esta capacidad entre los 12 y 14 años, permitiendo mayor control cognitivo

sobre la conducta, los adolescentes mantienen una propensión a decisiones arriesgadas hasta aproximadamente los 18 años (Ramírez, 2015).

Los déficits en el control inhibitorio durante la adolescencia pueden generar consecuencias negativas como drogodependencia, deserción escolar, trastorno por déficit de atención e hiperactividad y uso problemático de dispositivos electrónicos (Ramos y Pérez, 2015). Estas afectaciones ejecutivas producen comportamientos impulsivos que dificultan la iniciación o inhibición de conductas apropiadas en contextos sociales.

Paralelamente, la adolescencia se caracteriza por un incremento notable en comportamientos de búsqueda de recompensas. El estriado, región cerebral rica en dopamina, funciona como centro de sensibilidad a la recompensa, experimentando cambios significativos durante este período (Galvan, 2010). Dos teorías principales explican este fenómeno: algunos teóricos proponen que resulta de un déficit relativo en la actividad de circuitos motivacionales (Bjork et al., 2004), mientras otros postulan una activación desproporcionadamente aumentada del circuito dopaminérgico estriatal ventral (Chambers et al., 2003).

La plasticidad cerebral adolescente, fundamental para el aprendizaje y adquisición de nuevas habilidades, también implica mayor susceptibilidad a influencias externas, incluyendo aquellas que pueden conducir a conductas de

riesgo (Carrillo-Sierra et al., 2020). En este contexto, la autoestima emerge como un pilar psicológico central, definiéndose como el valor subjetivo que una persona se otorga a sí misma y construyéndose a partir de experiencias vividas (Peiró, 2021).

Durante la adolescencia, la autoestima puede verse comprometida por presión social, comparación constante con pares, falta de aceptación y déficit de habilidades sociales. Una baja autoestima genera dificultades para establecer relaciones sociales saludables, impactando negativamente el bienestar emocional a largo plazo (León García, 2024).

La tecnología y las redes sociales desempeñan un papel primordial en la socialización adolescente contemporánea (Contreras et al., 2016). Los adolescentes, como nativos digitales, conviven naturalmente con plataformas que les permiten crear comunidades y mantener contacto, reflejando problemáticas de la vida real en el ámbito virtual (Quesada et al., 2018). Aunque las nuevas tecnologías pueden estimular la inteligencia y socialización, su uso también conlleva riesgos como trastornos del sueño, dependencia patológica, aislamiento social y exposición a contenidos inapropiados (Cerisola, 2017).

El sexting, definido como el envío o recepción de mensajes, fotografías o videos de contenido sexual explícito a través de dispositivos móviles, representa un fenómeno emergente en el entorno digital adolescente (Pérez et al., 2011). La complejidad del sexting radica en diversos

factores, desde la producción de contenido sexual con o sin consentimiento hasta el robo de imágenes. La problemática se agrava por la inconsciencia adolescente sobre riesgos potenciales, ya que frecuentemente no perciben la diferencia entre lo público y privado en el entorno digital (De Domini, 2009).

Las consecuencias negativas del sexting incluyen decepción familiar y social, daño severo a la reputación, posibilidad de verse involucrados en delitos sexuales graves, además de riesgos sociales y legales (Quesada et al., 2018). Estudios previos han encontrado relaciones entre sexting y diversos síntomas psicológicos y conductuales (Benotsch et al., 2013; Temple et al., 2014).

Las motivaciones detrás del sexting adolescente incluyen exploración de la sexualidad, diversión y excitación como factores predominantes (Baumgartner et al., 2014). Otros factores de riesgo asociados incluyen falta de atención y supervisión adulta, así como percepción de ausencia de presiones normativas o sanciones legales (Contreras et al., 2016). La inmediatez de las comunicaciones digitales contribuye a que los impulsos se traduzcan rápidamente en la acción de compartir contenido (Caldera et al., 2013).

A pesar de la creciente visibilidad del sexting y la identificación de algunas repercusiones psicológicas, existe una brecha en la comprensión profunda de cómo estas prácticas se vinculan con factores del neurodesarrollo adolescente. La literatura actual presenta limitaciones

metodológicas y escasez de estudios con enfoque neurocognitivo, requiriendo una síntesis sistemática de la evidencia disponible.

Por tanto, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuáles son los patrones de afectación en la salud mental que genera el sexting en los adolescentes y cómo se relacionan con su neurodesarrollo?

El objetivo general de este estudio es evaluar las repercusiones del sexting en la salud mental de los adolescentes mediante revisión sistemática de la literatura científica publicada en la última década, permitiendo la identificación de patrones de afectación psicológica y la propuesta de estrategias de prevención para esta población.

Los objetivos específicos incluyen: conocer los tipos de sexting presentes en la población adolescente, diferenciando entre prácticas consensuadas y no consensuadas; examinar la relación entre sexting y procesos neuropsicológicos implicados en autoimagen, búsqueda de validación externa, control inhibitorio y sistema de recompensa; establecer las características psicológicas y conductuales del perpetrador en situaciones de sexting no consensuado; identificar las consecuencias psicológicas del sexting en víctimas adolescentes; y proponer pautas para el desarrollo de estrategias preventivas orientadas a mitigar los riesgos psicológicos relacionados con el sexting en adolescentes.

MÉTODO

Se realizó una revisión sistemática siguiendo la metodología PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para garantizar la rigurosidad y transparencia del proceso de investigación.

Estrategia de búsqueda: La búsqueda se realizó en cuatro bases de datos académicas: PubMed, SciELO, Scopus y ERIC, durante el período comprendido entre noviembre y diciembre de 2024. Se utilizaron términos de búsqueda estandarizados DeCS/MeSH: "Sexual Behavior/psychology", "Adolescent" y "Text Messaging", combinados mediante el operador booleano "AND" para asegurar la especificidad de los resultados.

La estrategia de búsqueda se formuló para identificar estudios relevantes publicados entre 2015 y 2024, estableciendo un período de diez años que permite capturar la evolución del fenómeno del sexting en la era de los smartphones y redes sociales contemporáneas.

Criterios de selección: Los criterios de inclusión fueron: artículos publicados entre 2015 y 2024; estudios que incluyeran población en el rango de edad de 11 a 20 años; artículos en inglés y español; artículos de acceso completo; estudios

que abordaran temas de investigación sobre sexting y sus repercusiones psicológicas en adolescentes; y artículos científicos de estudios observacionales, investigación empírica, longitudinales o transversales.

Los criterios de exclusión incluyeron: artículos cuya población fuera adulta o adulta joven exclusivamente; artículos que no pertenecieran al período temporal establecido; estudios cuya población fueran estudiantes universitarios exclusivamente; artículos duplicados; artículos incompletos; artículos de revisión teórica, meta-análisis o revisión sistemática; estudios que no especificaran claramente la edad de los participantes; y documentos sin acceso completo.

Proceso de selección: La selección de estudios fue realizada por dos revisores independientes (M.P.C.A. y G.A.L.R.) siguiendo un proceso sistemático de tres fases. En la primera fase, se realizó la eliminación de duplicados y el cribado inicial por título y resumen. En la segunda fase, se evaluó el texto completo de los artículos potencialmente elegibles. En la tercera fase, se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión finales. Las discrepancias entre revisores se resolvieron mediante consenso, y en casos de desacuerdo persistente, se consultó a un tercer revisor (F.J.A.H.).

El acuerdo inter-evaluador se calculó mediante el coeficiente kappa de Cohen, obteniendo un valor de $\kappa = 0.82$, indicando un acuerdo sustancial entre los revisores.

Evaluación de calidad: La calidad metodológica de los estudios incluidos se evaluó utilizando la escala Newcastle-Ottawa para estudios observacionales y la lista de verificación STROBE para estudios transversales. Cada estudio fue evaluado independientemente por dos revisores en tres dominios: selección de participantes, comparabilidad de grupos y evaluación de outcomes. Los estudios se clasificaron como de alta calidad (≥ 7 puntos), calidad moderada (4-6 puntos) o baja calidad (< 4 puntos).

Extracción de datos: La extracción de datos se realizó utilizando un formulario estandarizado que incluía: características del estudio (autor, año, país, diseño); características de los participantes (tamaño de muestra, edad, género); definición y medición del sexting; instrumentos de evaluación de salud mental; principales hallazgos; y limitaciones reportadas.

Síntesis de datos: Debido a la heterogeneidad metodológica de los estudios incluidos, se realizó una síntesis narrativa estructurada. Los datos se organizaron temáticamente según los objetivos

específicos del estudio: tipos de sexting, factores neuropsicológicos asociados, características de perpetradores, consecuencias en víctimas y estrategias preventivas.

Para los estudios que reportaron medidas de asociación comparables, se calcularon estimaciones pooled utilizando modelos de efectos aleatorios cuando fue apropiado. La heterogeneidad entre estudios se evaluó mediante el estadístico I^2 y la prueba Q de Cochran.

Selección de estudios: La búsqueda inicial identificó 210 registros en las cuatro bases de datos consultadas. Tras la eliminación de 8 duplicados, se examinaron 202 registros por título y resumen, de los cuales 158 fueron excluidos por no cumplir los criterios de elegibilidad. Se evaluaron 44 artículos a texto completo, de los cuales 29 fueron excluidos por diversas razones metodológicas y temáticas. Finalmente, se incluyeron 15 estudios en la síntesis cualitativa.

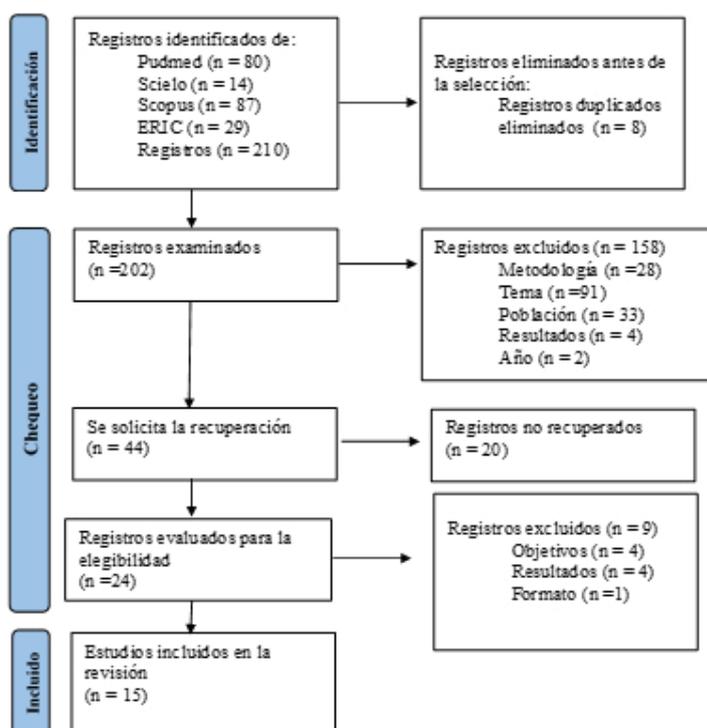


Figura 1. Flujograma PRISMA del proceso de selección de estudios.

DESARROLLO Y DISCUSIÓN

En el análisis de los hallazgos obtenidos, se observó que las prácticas de sexting entre los adolescentes participantes presentan una variabilidad significativa en cuanto a su frecuencia y tipología, lo que refleja la complejidad de este fenómeno y su potencial impacto en la salud mental. Esta caracterización permitió identificar

cuáles son las formas más comunes de sexting y su nivel de prevalencia en la población estudiada, aportando una base empírica para comprender la magnitud del problema y sus riesgos asociados. En la Figura 2 se expone la prevalencia de los diferentes tipos de sexting reportados por los adolescentes, lo cual permite evidenciar los patrones de comportamiento predominantes en este grupo etario.

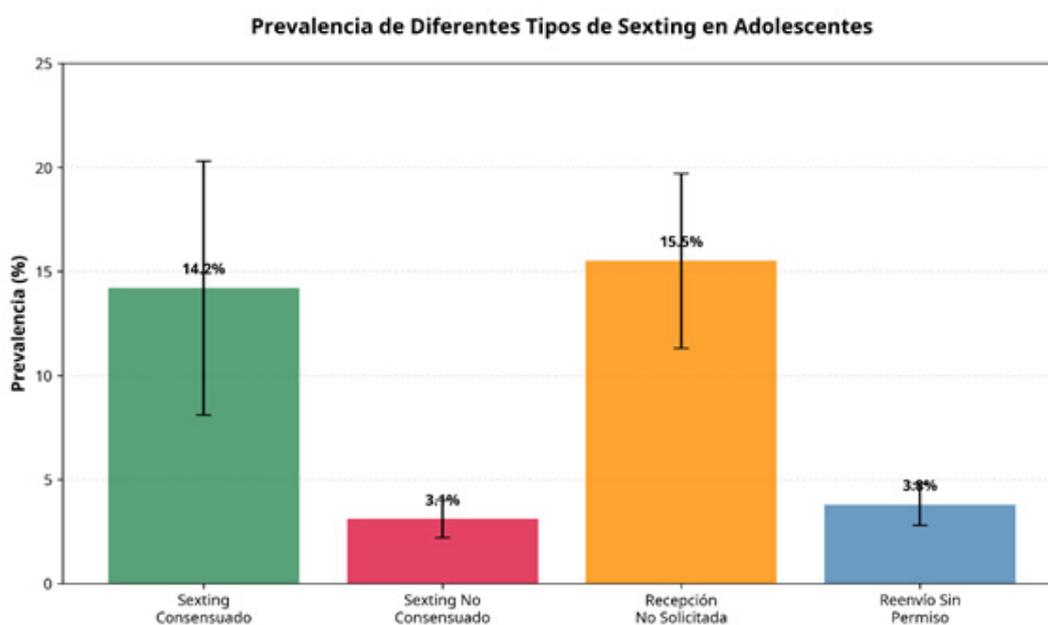


Figura 2. Prevalencia de diferentes tipos de sexting en adolescentes.

Los estudios revelaron una considerable variabilidad en las prevalencias de diferentes tipos de sexting. El sexting consensuado mostró prevalencias que oscilaron entre 3.7% y 29%, con una prevalencia pooled del 14.2% (IC 95%:

8.1-20.3%). El sexting no consensuado presentó prevalencias menores, variando entre 2.1% y 4.8%, con una prevalencia pooled del 3.1% (IC 95%: 2.2-4.0%).



Figura 3. Correlaciones entre tipos de sexting y problemas de salud mental.

Características de los estudios: Los 15 estudios incluidos abarcaron un total de 25,847 participantes adolescentes, con tamaños de muestra que variaron desde 143 hasta 6,021 participantes. La edad de los participantes osciló entre 12 y 20 años, con una edad media de 15.3 años (DE = 1.8). El 52.4% de los participantes fueron mujeres.

Los estudios se distribuyeron geográficamente de la siguiente manera: Estados Unidos (n = 8), España (n = 3), Croacia (n = 1), Portugal (n = 1), Canadá (n = 1) y Australia (n = 1). En cuanto al diseño metodológico, 11 estudios fueron transversales, 3 longitudinales y 1 ensayo controlado aleatorizado.

Tabla 1. Características principales de los estudios incluidos.

Autor, Año	País	Diseño	Muestra (n)	Edad (años)	Calidad*
Barroso et al., 2021	Portugal	Transversal	4,281	12-20	Alta (8/9)
Lu et al., 2021	EE.UU.	ECA	2,199	≤14	Alta (8/9)
Wachs et al., 2021	Alemania	Transversal	2,506	13-16	Alta (7/9)
Frankel et al., 2018	EE.UU.	Transversal	6,021	15-18	Moderada (6/9)
Alonso y Romero, 2019	España	Longitudinal	359	14-17	Alta (7/9)
Dodaj et al., 2019	Croacia	Longitudinal	359	15-17	Alta (8/9)

Autor, Año	País	Diseño	Muestra (n)	Edad (años)	Calidad*
Chaudhary et al., 2017	EE.UU.	Longitudinal	1,042	14-19	Moderada (6/9)
Mori et al., 2021	EE.UU.	Transversal	894	14-18	Alta (7/9)
Del Rey et al., 2019	España	Transversal	2,356	12-18	Moderada (5/9)
Temple et al., 2020	EE.UU.	Transversal	1,208	15-17	Alta (8/9)
Klettke et al., 2019	Australia	Transversal	853	16-18	Moderada (6/9)
Kim et al., 2020	Canadá	Transversal	2,149	14-17	Alta (7/9)
Gámez-Guadix et al., 2017	España	Transversal	1,208	12-18	Moderada (5/9)
Houck et al., 2014	EE.UU.	Transversal	420	13-17	Moderada (6/9)
Van Ouytsel et al., 2015	Bélgica	Transversal	498	15-18	Moderada (5/9)

Nota: Evaluación según escala Newcastle-Ottawa (máximo 9 puntos).

Evaluación de Calidad: La evaluación de calidad metodológica reveló que 8 estudios (53.3%) fueron de alta calidad, 7 estudios (46.7%) de calidad moderada, y ningún estudio de baja calidad.

Los principales puntos débiles identificados fueron la falta de seguimiento longitudinal en estudios transversales y la ausencia de grupos de comparación en algunos diseños.

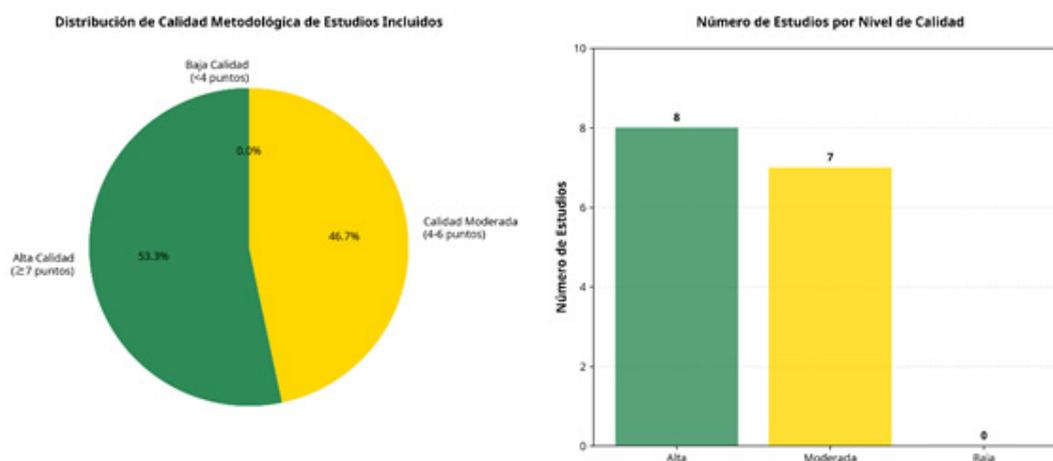


Figura 4. Distribución de calidad metodológica de estudios incluidos.

Prevalencia y tipos de sexting: Los estudios revelaron una considerable variabilidad en las prevalencias de diferentes tipos de sexting. El sexting consensuado mostró prevalencias que oscilaron entre 3.7% (Lu et al., 2021) y 29% (Frankel et al., 2018), con una prevalencia pooled del 14.2% (IC 95%: 8.1-20.3%). El sexting no consensuado presentó prevalencias menores, variando entre 2.1% (Wachs et al., 2021) y 4.8% (Barroso et al., 2021), con una prevalencia pooled del 3.1% (IC 95%: 2.2-4.0%).

La recepción de sexts no solicitados fue más frecuente, con prevalencias entre 7.7% (Wachs

et al., 2021) y 23% (Frankel et al., 2018). El reenvío de sexts sin permiso mostró prevalencias consistentemente bajas, entre 2.3% y 4.8% en los estudios que lo evaluaron.

Factores neuropsicológicos asociados:

Los estudios identificaron varios factores neuropsicológicos asociados con la participación en sexting. La impulsividad emergió como un predictor consistente, con correlaciones significativas tanto para el envío ($r = 0.18-0.24$) como para la recepción de sexts ($r = 0.15-0.21$). La búsqueda de sensaciones mostró asociaciones similares ($r = 0.16-0.28$).

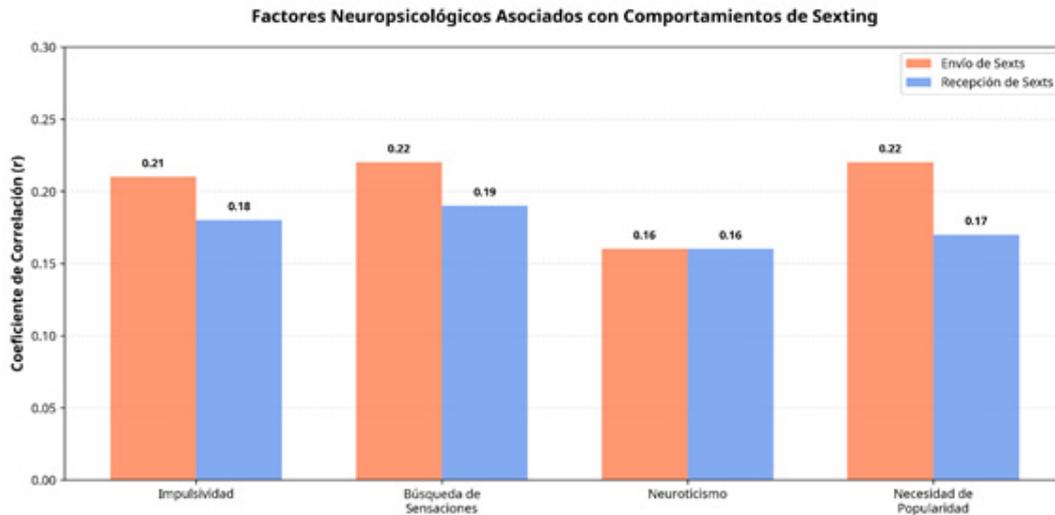


Figura 5. Factores neuropsicológicos asociados con comportamientos de sexting.

El neuroticismo se correlacionó positivamente con haber recibido sexting de desconocidos ($r = 0.16$), haber enviado sexting bajo presión ($r = 0.16$), y haber compartido sexting sin permiso ($r = 0.15$). La extraversión se asoció positivamente con haber recibido ($r = 0.12$) y enviado sexting consensuado ($r = 0.12$).

La necesidad de popularidad mostró correlaciones significativas con el envío de sexts ($r = 0.22$) y se asoció con emociones negativas derivadas de la experiencia ($r = 0.17$).

Características de Perpetradores: Los perpetradores de sexting no consensuado exhibieron patrones conductuales distintivos. Los estudios identificaron niveles significativamente elevados de agresividad proactiva y reactiva, insensibilidad emocional, y conductas sexuales de riesgo. Los adolescentes varones mostraron mayor propensión a ser perpetradores (OR = 1.65, IC 95%: 1.23-2.21).

Los perpetradores también presentaron mayor frecuencia de experiencias de trauma infantil, incluyendo abuso emocional, negligencia emocional, abuso sexual y negligencia física. La coerción y la manipulación emocional fueron estrategias frecuentemente empleadas para obtener contenido sexual.

Consecuencias en Salud Mental: El sexting consensuado mostró asociaciones débiles con

problemas de salud mental. Las correlaciones con depresión fueron pequeñas ($r = 0.05$, IC 95%: 0.01-0.09) y con autolesiones mínimas ($r = 0.04$, IC 95%: 0.00-0.08).

En contraste, el sexting no consensuado presentó asociaciones fuertes y consistentes con diversos problemas de salud mental. El envío de sexts no consensuales se correlacionó significativamente con depresión ($r = 0.14$, IC 95%: 0.08-0.20) y autolesiones ($r = 0.17$, IC 95%: 0.11-0.23). La recepción de sexts no consensuales mostró correlaciones similares con depresión ($r = 0.16$, IC 95%: 0.10-0.22) y autolesiones ($r = 0.17$, IC 95%: 0.11-0.23).

Los estudios longitudinales revelaron que el envío de sexts predijo significativamente el desarrollo de síntomas depresivos ($\beta = 0.16$, $p < 0.05$) y la recepción de sexts predijo síntomas de ansiedad ($\beta = 0.17$, $p < 0.05$) en seguimientos de 12 meses.

Análisis de Heterogeneidad: El análisis de heterogeneidad reveló variabilidad significativa entre estudios para la mayoría de outcomes evaluados ($I^2 > 50\%$). Las principales fuentes de heterogeneidad identificadas fueron: diferencias en la definición operacional de sexting, variabilidad en instrumentos de medición, diferencias culturales entre poblaciones, y variaciones en rangos de edad incluidos.

Factores Moderadores: Los análisis de subgrupos identificaron varios factores moderadores importantes. La edad mostró un efecto moderador significativo, con asociaciones más fuertes entre sexting y problemas de salud mental en adolescentes menores de 16 años. El género también funcionó como moderador, con efectos más pronunciados en mujeres para síntomas internalizantes y en varones para conductas externalizantes.

El contexto cultural emergió como un moderador relevante, con efectos más pronunciados en estudios de países con mayor penetración de smartphones y uso de redes sociales.

Discusión

Los hallazgos de esta revisión sistemática proporcionan evidencia robusta sobre las repercusiones diferenciadas del sexting en la salud mental adolescente, confirmando la importancia de distinguir entre prácticas consensuadas y no consensuadas. Los resultados revelan un patrón consistente donde el sexting consensuado muestra asociaciones débiles con problemas de salud mental, mientras que el sexting no consensuado presenta correlaciones fuertes y clínicamente significativas con diversos trastornos psicológicos.

Diferenciación entre Tipos de Sexting: La diferenciación entre sexting consensuado y no consensuado emerge como un hallazgo fundamental que desafía enfoques simplistas que consideran todo sexting como inherentemente problemático. El sexting consensuado, caracterizado por el intercambio voluntario de contenido sexual entre pares, mostró asociaciones mínimas con problemas de salud mental ($r = 0.04-0.05$), sugiriendo que puede formar parte del desarrollo sexual normativo adolescente cuando ocurre en contextos apropiados.

Esta diferenciación es consistente con marcos teóricos contemporáneos que reconocen la sexualidad adolescente como un aspecto natural del desarrollo (Döring, 2014). El sexting consensuado puede representar una forma de exploración sexual adaptativa en la era digital, permitiendo a los adolescentes experimentar con su identidad sexual de manera relativamente segura.

En contraste, el sexting no consensuado, incluyendo la presión para enviar contenido, la distribución sin permiso y la recepción no solicitada, mostró asociaciones fuertes con depresión ($r = 0.14-0.16$), ansiedad y autolesiones ($r = 0.13-0.17$). Estas correlaciones son comparables en magnitud a otros factores de riesgo establecidos para problemas de salud mental adolescente, sugiriendo

que el sexting no consensuado constituye una forma de victimización sexual con consecuencias psicológicas significativas.

Factores Neurobiológicos y Vulnerabilidad:

Los hallazgos sobre factores neuropsicológicos asociados con el sexting proporcionan apoyo empírico para el marco teórico del neurodesarrollo adolescente presentado. La asociación consistente entre impulsividad y participación en sexting ($r = 0.18-0.24$) refleja la inmadurez relativa del control inhibitorio durante la adolescencia, donde la corteza prefrontal aún se encuentra en desarrollo.

La correlación entre búsqueda de sensaciones y sexting ($r = 0.16-0.28$) es consistente con teorías sobre la hiperactivación del sistema de recompensa dopaminérgico durante la adolescencia (Galvan, 2010). Esta sensibilidad aumentada a recompensas potenciales puede hacer que los adolescentes sean más susceptibles a la gratificación inmediata asociada con la atención y validación obtenida a través del sexting.

La asociación entre neuroticismo y diversas formas de sexting problemático ($r = 0.15-0.16$) sugiere que la inestabilidad emocional puede incrementar la vulnerabilidad tanto a la victimización como a la perpetración. Los adolescentes con alta reactividad emocional pueden ser más susceptibles a la presión social y menos capaces de evaluar apropiadamente los riesgos asociados con el intercambio de contenido sexual.

La correlación entre necesidad de popularidad y sexting ($r = 0.22$) refleja la importancia central de la aceptación por pares durante la adolescencia. En un contexto donde la validación social se busca cada vez más a través de plataformas digitales, el sexting puede representar una estrategia maladaptativa para obtener atención y aceptación social.

Características de Perpetradores: Los patrones conductuales identificados en perpetradores de sexting no consensuado revelan un perfil psicológico distintivo caracterizado por agresividad, insensibilidad emocional y conductas sexuales de riesgo. Estas características son consistentes con literatura sobre agresión sexual juvenil y sugieren que el sexting no consensuado puede formar parte de un patrón más amplio de comportamiento antisocial.

La mayor prevalencia de perpetración en varones (OR = 1.65) es consistente con patrones de género en agresión sexual más amplia, aunque es importante reconocer que las mujeres también pueden ser perpetradoras. La asociación con experiencias de trauma infantil sugiere que la victimización previa puede incrementar el riesgo de perpetración posterior, consistente con modelos de transmisión intergeneracional del trauma.

La presencia de coerción y manipulación emocional como estrategias frecuentes indica que el sexting no consensuado a menudo

involucra dinámicas de poder y control similares a otras formas de violencia sexual. Esto tiene implicaciones importantes para el desarrollo de intervenciones preventivas que aborden no solo el comportamiento específico sino también las actitudes y creencias subyacentes sobre consentimiento y relaciones saludables.

Consecuencias en salud mental: Las consecuencias psicológicas del sexting no consensuado son comparables en severidad a otras formas de victimización sexual. Las correlaciones observadas con depresión ($r = 0.14-0.16$) y autolesiones ($r = 0.13-0.17$) representan tamaños de efecto medianos que son clínicamente significativos.

Los estudios longitudinales incluidos proporcionan evidencia preliminar de relaciones causales, mostrando que la exposición al sexting predice el desarrollo posterior de síntomas depresivos y ansiosos. Sin embargo, es importante reconocer que la direccionalidad de estas relaciones puede ser compleja, con vulnerabilidades preexistentes incrementando tanto el riesgo de victimización como el desarrollo de problemas de salud mental.

La asociación con autolesiones es particularmente preocupante, dado que este comportamiento representa un factor de riesgo significativo para suicidio en adolescentes (Morgan et al., 2017). Los mecanismos subyacentes pueden incluir vergüenza, culpa, pérdida de control y daño

a la reputación social, todos los cuales pueden contribuir a sentimientos de desesperanza y comportamientos autolesivos.

Implicaciones para la Prevención: Los hallazgos tienen implicaciones importantes para el desarrollo de estrategias preventivas. La evidencia sugiere que las intervenciones deben diferenciarse según el tipo de sexting, evitando enfoques punitivos universales que pueden ser contraproducentes para el sexting consensuado normativo.

Para el sexting consensuado, las intervenciones deben enfocarse en educación sobre riesgos potenciales, desarrollo de habilidades de toma de decisiones y promoción de prácticas digitales seguras. Esto incluye educación sobre permanencia del contenido digital, riesgos de distribución no autorizada y estrategias para mantener la privacidad.

Para el sexting no consensuado, se requieren intervenciones más intensivas que aborden las dinámicas de poder, el consentimiento y las habilidades socioemocionales. Los programas deben incluir componentes sobre reconocimiento de coerción, desarrollo de asertividad y promoción de relaciones saludables.

La evidencia sobre factores neurobiológicos sugiere que las intervenciones deben considerar las limitaciones del desarrollo adolescente en control inhibitorio y toma de decisiones. Los programas basados en fortalecimiento de

funciones ejecutivas pueden ser particularmente prometedores, incluyendo entrenamiento en mindfulness, regulación emocional y habilidades de resolución de problemas.

Limitaciones y Direcciones Futuras: Esta revisión presenta varias limitaciones importantes. La heterogeneidad significativa entre estudios limita la capacidad de realizar síntesis cuantitativas robustas para todos los outcomes. Las diferencias en definiciones operacionales de sexting, instrumentos de medición y características poblacionales contribuyen a esta heterogeneidad.

La mayoría de estudios incluidos provienen de países desarrollados, limitando la generalización a contextos culturales diversos, particularmente en América Latina. Las diferencias culturales en actitudes hacia la sexualidad, normas de género y uso de tecnología pueden influir significativamente en los patrones y consecuencias del sexting.

La predominancia de estudios transversales limita las inferencias causales. Se requieren más estudios longitudinales con seguimientos prolongados para establecer relaciones causales definitivas y comprender las trayectorias de desarrollo de problemas asociados con el sexting.

La investigación futura debe incluir estudios con enfoques neurocognitivos que examinen directamente las relaciones entre desarrollo cerebral y comportamientos de sexting. Los estudios de neuroimagen podrían proporcionar

insights valiosos sobre los mecanismos neurobiológicos subyacentes a la vulnerabilidad adolescente.

Se requiere mayor investigación en poblaciones latinoamericanas para comprender cómo los factores culturales, socioeconómicos y tecnológicos específicos de la región influyen en los patrones de sexting y sus consecuencias. Esto es particularmente importante dado el crecimiento rápido del acceso a smartphones y redes sociales en la región.

Implicaciones Clínicas: Los hallazgos tienen implicaciones directas para la práctica clínica con adolescentes. Los profesionales de salud mental deben estar preparados para evaluar experiencias de sexting como parte de evaluaciones comprensivas de salud mental adolescente, particularmente cuando se presentan síntomas de depresión, ansiedad o comportamientos autolesivos.

La evaluación debe incluir preguntas específicas sobre diferentes tipos de sexting, evitando juicios morales que puedan inhibir la divulgación. Es importante distinguir entre experiencias consensuadas y no consensuadas, ya que las intervenciones terapéuticas pueden diferir significativamente.

Para adolescentes que han experimentado sexting no consensuado, las intervenciones deben abordar tanto los síntomas psicológicos

inmediatos como los factores de riesgo subyacentes. Esto puede incluir terapia cognitivo-conductual para síntomas depresivos y ansiosos, así como intervenciones específicas para trauma cuando sea apropiado.

CONCLUSIONES

Esta revisión sistemática proporciona evidencia robusta sobre las repercusiones diferenciadas del sexting en la salud mental adolescente, estableciendo hallazgos importantes que informan tanto la comprensión teórica como las aplicaciones prácticas en este campo emergente.

Se confirma la existencia de dos formas distintas de sexting con implicaciones psicológicas divergentes. El sexting consensuado, caracterizado por el intercambio voluntario de contenido sexual, muestra asociaciones mínimas con problemas de salud mental y puede representar una forma de exploración sexual normativa en el contexto digital contemporáneo. En contraste, el sexting no consensuado, incluyendo presión, distribución sin permiso y recepción no solicitada, presenta asociaciones fuertes y clínicamente significativas con depresión, ansiedad y autolesiones.

Los factores del neurodesarrollo adolescente emergen como determinantes importantes de la vulnerabilidad al sexting problemático. La inmadurez relativa del control inhibitorio, la hiperactivación del sistema de recompensa dopaminérgico, la inestabilidad emocional y la alta

necesidad de validación social crean un perfil de vulnerabilidad que predispone a los adolescentes tanto a la victimización como a la perpetración de sexting no consensuado.

Los perpetradores de sexting no consensuado exhiben un perfil psicológico distintivo caracterizado por agresividad, insensibilidad emocional, impulsividad y antecedentes de trauma infantil. Este perfil sugiere que el sexting no consensuado forma parte de un patrón más amplio de comportamiento antisocial y agresión sexual, requiriendo intervenciones especializadas que aborden las actitudes y creencias subyacentes sobre consentimiento y relaciones saludables.

Las consecuencias psicológicas del sexting no consensuado son severas y comparables a otras formas de victimización sexual. Las correlaciones observadas con depresión, ansiedad y autolesiones representan tamaños de efecto clínicamente significativos, y la evidencia longitudinal preliminar sugiere relaciones causales donde la exposición predice el desarrollo posterior de síntomas psicológicos.

Las implicaciones para la prevención son claras y requieren enfoques diferenciados. Para el sexting consensuado, se necesita educación sobre riesgos potenciales y promoción de prácticas digitales seguras sin criminalización. Para el sexting no consensuado, se requieren intervenciones más intensivas que aborden dinámicas de poder, consentimiento y habilidades socioemocionales.

La educación integral en sexualidad emerge como una estrategia preventiva fundamental, proporcionando a los adolescentes conocimientos, habilidades y valores necesarios para tomar decisiones informadas sobre su sexualidad en entornos digitales. Estos programas deben incluir componentes específicos sobre consentimiento digital, permanencia del contenido en línea y estrategias para resistir la presión social.

El fortalecimiento de funciones ejecutivas representa otra estrategia preventiva prometedora, considerando las limitaciones del desarrollo adolescente en control inhibitorio y toma de decisiones. Los programas basados en mindfulness, regulación emocional y habilidades de resolución de problemas pueden ser particularmente efectivos.

Limitaciones del Estudio: Esta revisión presenta limitaciones importantes que deben considerarse en la interpretación de los hallazgos. La heterogeneidad metodológica significativa entre estudios limita la capacidad de realizar síntesis cuantitativas robustas para todos los outcomes. Las diferencias en definiciones operacionales, instrumentos de medición y características poblacionales contribuyen a esta variabilidad.

La representación geográfica limitada, con predominancia de estudios de países desarrollados, restringe la generalización a contextos culturales diversos, particularmente

en América Latina. Las diferencias culturales en actitudes hacia la sexualidad, normas de género y patrones de uso tecnológico pueden influir significativamente en los hallazgos.

La predominancia de estudios transversales limita las inferencias causales, aunque la evidencia longitudinal disponible proporciona apoyo preliminar para relaciones causales. La ausencia de estudios con enfoques neurocognitivos directos representa una limitación importante para comprender los mecanismos neurobiológicos subyacentes.

Direcciones para Investigación Futura: Se requiere investigación adicional en varias áreas prioritarias. Los estudios longitudinales con seguimientos prolongados son necesarios para establecer relaciones causales definitivas y comprender las trayectorias de desarrollo de problemas asociados con el sexting. Estos estudios deben incluir evaluaciones repetidas de factores neurobiológicos, psicológicos y sociales.

La investigación con enfoques neurocognitivos, incluyendo estudios de neuroimagen, podría proporcionar insights valiosos sobre los mecanismos cerebrales subyacentes a la vulnerabilidad adolescente al sexting problemático. Estos estudios podrían informar el desarrollo de intervenciones más precisas y efectivas.

Se necesita mayor investigación en poblaciones latinoamericanas para comprender

cómo los factores culturales, socioeconómicos y tecnológicos específicos de la región influyen en los patrones de sexting y sus consecuencias. Esta investigación debe considerar las diferencias en acceso tecnológico, normas culturales y sistemas de apoyo social.

Los estudios de evaluación de intervenciones son críticos para desarrollar estrategias preventivas y terapéuticas basadas en evidencia. Se requieren ensayos controlados aleatorizados que evalúen la efectividad de diferentes enfoques preventivos, incluyendo programas de educación sexual, entrenamiento en habilidades socioemocionales y fortalecimiento de funciones ejecutivas.

Implicaciones para Políticas Públicas: Los hallazgos tienen implicaciones importantes para el desarrollo de políticas públicas relacionadas con la protección de menores en entornos digitales. Las políticas deben reconocer la diferenciación entre sexting consensuado y no consensuado, evitando enfoques punitivos universales que pueden criminalizar comportamientos sexuales normativos.

Se requiere el desarrollo de marcos legales que protejan a los adolescentes de la explotación y victimización sexual digital mientras respetan su autonomía sexual emergente. Esto incluye legislación sobre distribución no consensuada de imágenes íntimas y protocolos para la respuesta institucional a casos de sexting problemático.

Las políticas educativas deben incluir mandatos para la implementación de programas de educación sexual integral que aborden específicamente los riesgos y beneficios de la sexualidad digital. Estos programas deben ser apropiados para la edad, culturalmente sensibles y basados en evidencia científica.

En conclusión, esta revisión sistemática establece que el sexting no consensuado representa una forma significativa de victimización sexual con consecuencias psicológicas severas para los adolescentes. Los hallazgos apoyan la necesidad de enfoques preventivos diferenciados, intervenciones basadas en el desarrollo neurobiológico adolescente, y políticas públicas que protejan a los menores mientras respetan su desarrollo sexual normativo. La investigación futura debe priorizar estudios longitudinales, enfoques neurocognitivos y poblaciones culturalmente diversas para avanzar en la comprensión de este fenómeno complejo y desarrollar intervenciones más efectivas.

CONFLICTO DE INTERESES. Los autores declaran que no existe conflicto de intereses para la publicación del presente artículo científico.

REFERENCIAS

- Alonso, C., y Romero, E. (2019). Conducta de sexting en adolescentes: predictores de personalidad y consecuencias psicosociales en un año de seguimiento. *Anales de Psicología*, 35(2), 214-224. <https://doi.org/10.6018/analesps.35.2.339831>
- Barroso, R., Ramião, E., Figueiredo, P., y Araújo, A. M. (2021). Abusive sexting in adolescence: Prevalence and characteristics of abusers and victims. *Frontiers in Psychology*, 12, 610474. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.610474>
- Baumgartner, S. E., Valkenburg, P. M., y Peter, J. (2014). The influence of descriptive and injunctive peer norms on adolescents' risky sexual online behavior. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 753-758. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0063>
- Benotsch, E. G., Snipes, D. J., Martin, A. M., y Bull, S. S. (2013). Sexting, substance use, and sexual risk behavior in young adults. *Journal of Adolescent Health*, 52(3), 307-313. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.06.011>
- Bjork, J. M., Knutson, B., Fong, G. W., Caggiano, D. M., Bennett, S. M., y Hommer, D. W. (2004). Incentive-elicited brain activation in adolescents: Similarities and differences from young adults. *Journal of Neuroscience*, 24(8), 1793-1802. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.4862-03.2004>
- Blakemore, S. J. (2008). The social brain in adolescence. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(4), 267-277. <https://doi.org/10.1038/nrn2353>
- Caldera, M. I. F., Hernández, M. G., y Cuenca, A. B. R. (2013). Sexting: Nuevos usos de la tecnología y la sexualidad en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1), 521-533. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2013.n1.v1.261>
- Carrillo-Sierra, S. M., Quintero Sánchez, C. A., Merchán Morales, V., Tamayo Lopera, D. A., Hernández Calle, J. A., Carreño Mesa, I. A., Guerrero Cardozo, G., y Ramos Castañeda, J. A. (2020). Neurodesarrollo adolescente: perspectiva en la educación actual. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 13(2), 109-121. <https://doi.org/10.33881/2027-1786-rip.13210>
- Cerisola, A. (2017). Impacto negativo de los medios tecnológicos en el neurodesarrollo infantil. *Pediatría Panamá*, 46(2), 126-131. <https://www.pediatriapanama.org/sites/default/files/2017-46-2-126-131.pdf>
- Chambers, R. A., Taylor, J. R., y Potenza, M. N. (2003). Developmental neurocircuitry of motivation in adolescence: A critical period of addiction vulnerability. *American Journal of Psychiatry*, 160(6), 1041-1052. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.6.1041>
- Chaudhary, P., Peskin, M., Temple, J. R., Addy, R. C., Baumler, E., y Shegog, R. (2017). Sexting and mental health: A school-based longitudinal study among youth in Texas. *Journal of Applied Research on Children*, 8(1), Article 11. <https://doi.org/10.58464/2155-5834.1329>
- Contreras, C. T. M., Cabrera, F. J. P., y Martínez, K. I. M. (2016). Sexting: su definición, factores de riesgo y consecuencias. *Revista sobre la Infancia y la Adolescencia*, 10, 1-18. <https://doi.org/10.4995/reinad.2016.3934>
- De Domini, G. (2009, mayo 10). El "sexting" crece a pesar de sus peligros. *Clarín*. https://www.clarin.com/sociedad/sexting-crece-pesar-peligros_0_ryJxVKRhRKg.html
- Del Rey, R., Ojeda, M., Casas, J. A., Mora-Merchán, J. A., y Elipe, P. (2019). Sexting among adolescents: The emotional impact and influence of the need for popularity. *Frontiers in Psychology*, 10, 1828. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01828>
- Dodaj, A., Sesar, K., y Jerinić, S. (2019). A prospective study of high-school adolescent sexting behavior and psychological distress. *The Journal of Psychology*, 154(1), 33-50. <https://doi.org/10.1080/00223980.2019.1666788>
- Döring, N. (2014). Consensual sexting among adolescents: ¿Risk prevention through abstinence education or safer sexting?

- Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 8(1). <https://doi.org/10.5817/CP2014-1-9>
- Frankel, A. S., Bass, S. B., Patterson, F., Dai, T., y Brown, D. (2018). Sexting, risk behavior, and mental health in adolescents: An examination of 2015 Pennsylvania Youth Risk Behavior Survey data. *The Journal of School Health*, 88(3), 190-199. <https://doi.org/10.1111/josh.12596>
- Galvan, A. (2010). Adolescent development of the reward system. *Frontiers in Human Neuroscience*, 4, 6. <https://doi.org/10.3389/neuro.09.006.2010>
- Gámez-Guadix, M., Santisteban, P., y Resett, S. (2017). Sexting among Spanish adolescents: Prevalence and personality profiles. *Psicothema*, 29(1), 29-34. <https://doi.org/10.7334/psicothema2016.222>
- Houck, C. D., Barker, D., Rizzo, C., Hancock, E., Norton, A., y Brown, L. K. (2014). Sexting and sexual behavior in at-risk adolescents. *Pediatrics*, 133(2), e276-e282. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-1157>
- Kim, S., Martin-Storey, A., Drossos, A., Barbosa, S., y Georgiades, K. (2020). Prevalence and correlates of sexting behaviors in a provincially representative sample of adolescents. *Canadian Journal of Psychiatry*, 65(6), 401-408. <https://doi.org/10.1177/0706743719895205>
- Klettke, B., Hallford, D. J., Clancy, E., Mellor, D. J., y Toumbourou, J. W. (2019). Sexting and psychological distress: The role of unwanted and coerced sexts. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(12), 827-832. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0034>
- León García, D. C. (2024). La autoestima en los adolescentes de centros educativos: revisión teórica. *Aula Virtual*, 5(12), e288. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11169222>
- Lu, Y., Baumler, E., y Temple, J. R. (2021). Multiple forms of sexting and associations with psychosocial health in early adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(5), 2760. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052760>
- Morgan, C., Webb, R. T., Carr, M. J., Kontopantelis, E., Green, J., Chew-Graham, C. A., Kapur, N., y Ashcroft, D. M. (2017). Incidence, clinical management, and mortality risk following self-harm among children and adolescents: Cohort study in primary care. *BMJ*, 359, j4351. <https://doi.org/10.1136/bmj.j4351>
- Mori, C., Choi, H. J., Temple, J. R., y Madigan, S. (2021). Patterns of sexting and sexual behaviors in youth: A latent class analysis. *Journal of Adolescence*, 88, 97-106. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.01.010>
- Peiró, R. (2021). Autoestima. *Economipedia*. <https://economipedia.com/definiciones/autoestima.html>
- Peña, M., Macizo, P., y Ramos, S. (2017). Desarrollo del control inhibitorio y de la memoria de trabajo en niños de edad escolar. *Anales de Psicología*, 33(2), 327-334. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.251661>
- Pérez, P., Flores, J., de la Fuente, S., Álvarez, E., García, L., y Gutiérrez, C. (2011). Guía sobre adolescencia y sexting: Qué es y cómo prevenirlo. Observatorio de la Seguridad de la Información de INTECO. https://www.incibe.es/sites/default/files/contenidos/guias/doc/guia_adolescentes_sexting.pdf
- Quesada, S., Fernández-González, L., y Calvete, E. (2018). El sexting en la adolescencia: prevalencia y asociación con la victimización de ciberacoso y violencia en el noviazgo. *Behavioral Psychology*, 26(2), 225-242. https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2019/08/03.Quesada_26-2oa.pdf
- Ramírez, M. (2015). Desarrollo neurobiológico y cognitivo del adolescente. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(6), 772-782. <https://doi.org/10.1016/j.rmclc.2015.10.004>
- Ramos, C., y Pérez, C. (2015). Control inhibitorio y monitoreo en población infantil con TDAH. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 13(2), 1201-1212. <https://doi.org/10.11600/1692715x.13243280814>

- Temple, J. R., Le, V. D., van den Berg, P., Ling, Y., Paul, J. A., y Temple, B. W. (2014). Brief report: Teen sexting and psychosocial health. *Journal of Adolescence*, 37(1), 33-36. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.10.008>
- Temple, J. R., Choi, H. J., Brem, M., Wolford-Clevenger, C., Stuart, G. L., Peskin, M. F., y Elmquist, J. (2020). The temporal association between traditional and cyber dating abuse among adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 427-435. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01025-z>
- Van Ouytsel, J., Walrave, M., Ponnet, K., y Heirman, W. (2015). The association between adolescent sexting, psychosocial difficulties, and risk behavior: Integrative review. *Journal of School Nursing*, 31(1), 54-69. <https://doi.org/10.1177/1059840514541964>
- Wachs, S., Wright, M. F., Gámez-Guadix, M., y Döring, N. (2021). How are consensual, non-consensual, and pressured sexting linked to depression and self-harm? The moderating effects of demographic variables. *Archives of Sexual Behavior*, 50(6), 2403-2413. <https://doi.org/10.1007/s10508-021-01936-x>