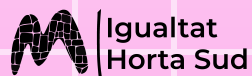


DESMUNTANT EL PORNO

Sexualitat conscient

MATERIALS PER A LA DINAMITZACIÓ



Redacció, disseny i creació:

Tamara Ruiz Pérez. Tècnica de Joventut

Vicent Pelechano Ferre. Tèctic Dinamitzador de Joventut

Unitat d'Igualtat de la Mancomunitat Intermunicipal de l'Horta Sud

Maquetació i disseny:

Pau Seguí. Tèctic de disseny

Anahit Manukyan Aslanyan. Tècnica de Turisme i Màrketig

Supervisió:

Felicidad López Cayuela. Tècnica Coordinadora de Programes

Publicació:

Octubre 2025

© Departament de Joventut de la Mancomunitat de l'Horta Sud, 2025

Aquest material està subjecte a una llicència Creative Commons Reconeixement
– No Comercial – Compartir Igual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

Podeu consultar els termes complets de la llicència en:

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.ca>



10 TIPS ESSENCIALS

ABANS DE CREURE'T

EL PORNO

1

No és la vida real.

El porno és espectacle,
no educació sexual.

2

Cossos de pel·li.

No et compares:
són irreal i editats.

3

Consentiment al 100%.

En el sexe real sempre es
pregunta i es respecta.

4

El plaer no té guió.

Hi ha moltes formes de gaudir,
no sols les que veus en pantalla.

5

Sense jerarquies.

Ningú mana ni obeeix:
l'únic que val és l'acord mutu.

6

El porno exagera.

No és el referent del que t'agradarà
ni del que hauries de fer.

7

Cuida't.

La teua autoestima no depèn de
comparar-te amb actors o actrius.

8

Zero pressions.

Ni l'edat, ni el grup, ni la pantalla
han de dir quan i com viure el sexe.

9

Parla i pregunta.

Compartir dubtes amb gent de
confiança t'ajuda més que el porno.

10

Busca alternatives.

Hi ha recursos, guies i experiències
reals que sí eduquen.



Descobreix
més recursos
al QR



VERTADER O FALS ?

En el sexe no es parla, es fa.

VERTADER O FALS ?

La penetració vaginal és la pràctica
que més plaer dona.

FALS

La comunicació és fonamental per a gaudir de les relacions sexuals. Expressar desitjos, incomoditats o límits millora l'experiència i prevé situacions no desitjades.

FALS

Encara que la pornografia la mostra com el centre del plaer, existeixen moltes zones erògenes i formes de gaudir la sexualitat més enllà de la penetració.

VERTADER O FALS ?

A les dones els costa més
arribar a l'orgasme.

VERTADER O FALS ?

La mida del penis NO influïx
en la satisfacció sexual.

VERTADER FALS

No és un tema biològic, sinó cultural. La manca d'educació sexual, la vergonya i la invisibilització del plaer femení dificulten l'autoconeixement i l'expressió dels desitjos.

VERTADER

El plaer no depèn de la mida, sinó de la comunicació, el respecte i el coneixement del cos propi i alié. Aquest mite genera ansietat i inseguretats innecessàries.