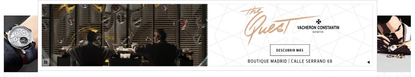





ASFIXIA ERÓTICA >

# "Pensé que te gustaría": la arriesgada práctica sexual que se ha popularizado en las series y en TikTok

La asfixia erótica, que consiste en impedir la respiración cuando se llega al orgasmo, vive una peligrosa edad de oro. El porno, algunas series y las redes sociales podrían ser responsables

GETTY IMAGES - BLANCA LÓPEZ-JOLLAGO


MARTA ALONSO
10 SEPT 2021 - 05:30 CEST


En las series *Euphoria* (2019) y *The Idol* (2023) las escenas de sexo son tan recurrentes e incendiarias que eclipsan siempre a la trama central. Y ambas incluyen, en sus secuencias más recordadas, prácticas de asfixia erótica.

Las dos temporadas de *Euphoria*, a la que pronto se unirá una tercera, la han convertido un icono contemporáneo, que ha marcado a una generación adolescente y ha hecho despegar a estrellas hoy tan incontestables como Zendaya o Jacob Elordi. *The Idol*, pensada como un vehículo para lucimiento de su creador, The Weeknd, parecía haber sido un fracaso sin paliativos. Pero va en camino de convertirse en un fenómeno de culto para el futuro inmediato.

No era la primera vez que la asfixia erótica salía en la ficción. En 1976, *El imperio de los sentidos*, una película de Nagisa Oshima, se convirtió en un escándalo mundial. La película estaba basada en un suceso de 1936. El asesinato de un hombre, asfixiado por su amante, resultó ser producto de una pasión sexual que incluía la asfixia erótica. Desde entonces la práctica está instalada en el imaginario colectivo (algunas muertes accidentales de actores o cantantes se han relacionado con ella), en la pornografía (se lo suelen hacer ellas a ellas) y en las ficciones televisivas, literarias y cinematográficas (desde relatos de Stephen King a series de misterio como *Murder One* o películas como *Instinto Básico 2*, donde, por cambiar, era ella quien se lo hacía a él). Curiosamente, nadie parece haber aprendido una lección al respecto.

Para la generación actual de jóvenes, fue una escena de la primera temporada de *Euphoria* la que puso sobre la mesa esta práctica. Durante un encuentro sexual, McKay, personaje interpretado por Algee Smith, intenta estrangular a Cassie, interpretada por Sydney Sweeney. Ella le pura los pies y le dice que eso no le gusta. El pensaba que sí, que gustaba a todas las mujeres, porque creció viéndolo en el porno que le ofrecía la pandilla del ordenador. "Pensé que te gustaría", se disculpa él, sorprendido. Pero la historia es, desgraciadamente, muy real.

Si bien *Euphoria* dejó, al menos, una reflexión sobre ella, en una escena de *The Idol*, cuatro años después, la práctica se llevó a otro nivel: para algunos críticos, para estética sin análisis ni entrelineado. "Si esto implica que vuelva el porno de tortura con mujeres *performando* ellas solitas postales de deseo reduccionistas para la mirada masculina, de este orgasmo nos bajamos", escribió Noelia Ramírez en una tribuna de EL PAÍS titulada *El poder sexo de la televisión está en 'The Idol'*.

Marina Marroquí, autora de *Eso no es sexo* (Crossbooks, 2023), señala que dar carta de normalidad a esta práctica es muy peligroso. "Lo que se muestra no solo degrada, sino que convierte la violencia en algo normal y aceptable. A los chicos se les presentan imágenes violentas y deshumanizadoras, mientras que a las chicas, en general, se les incita a aceptar esa violencia", asegura la educadora social y especialista en violencia de género en las VII Jornadas de Adolescencia de Benalmádena.

Pero ¿qué es la asfixia erótica? Consiste en impedir la respiración de la pareja o la propia, con el convencimiento de que la ausencia de oxígeno aumenta el placer que se siente al llegar al clímax en una relación sexual. Lucía Jiménez, sexóloga de Diversual, explica que "el estrangulamiento potencia la erección y las contracciones vaginales y anales, ya que se produce un efecto vasodilatador en el cuerpo. Forma parte de las prácticas RACK [siglas de Risk Aware Consensual Kink, algo así como 'prácticas arriesgadas que se practican de forma consciente']. En el mundo del BDSM se habla de que aquello que se practique debe ser seguro, sensato y consensuado. Sin embargo, nunca hay seguridad absoluta en este tipo de prácticas". La sexóloga Anna Sánchez Bendaham añade que, fisiológicamente, la asfixia erótica produce una reducción temporal del flujo de oxígeno, lo que puede intensificar sensaciones físicas y emocionales, disparar endorfinas y generar un subidón eufórico. "Desde lo psicológico, también puede vincularse al juego de poder, vulnerabilidad o entrega", añade.

Un reciente estudio de la Universidad de Hamburgo y la Universidad Técnica de Ilmenau sobre prácticas de sexo violento consensuado señaló que un 40% de los adultos menores de 40 años han incorporado este tipo de prácticas en sus relaciones sexuales, en las que es habitual que los hombres asuman un rol activo. Bendaham señala que este fenómeno tiene un doble filo. "Por un lado, visibiliza formas de placer diversas; por otro, puede impulsar imitaciones sin contexto, sin consentimiento explícito y con desigualdades de poder. Lo que se vuelve *mainstream* no siempre es lo que está bien comprendido o bien practicado", comenta. Este movimiento al *mainstream* de una práctica que antes se circunscribía a los circuitos BDSM preocupa a medios de tendencias como *Dazed & Confused*, a la BBC o al mismo *The New York Times*. Todas esas cabeceras han publicado, en los últimos meses, reportajes al respecto.

Miriam Al Adib Mendiri y Diana Al Azem, autoras de *Cuando la ficción empieza a ser porno* (Aletia Editorial, 2020), explican a ICON que la eroticización de la violencia, y en particular la asfixia erótica, ha dejado de ser algo minoritario porque hoy los


erótica, ha dejado de ser algo minoritario porque hoy los

referentes sexuales de los jóvenes ya no son tanto la educación afectivo-sexual en casa o en la escuela, sino las series y el porno. "Estas prácticas aparecen representadas en contextos de glamour, deseo y transgresión, lo que contribuye a normalizarlas. Además, vivimos en una cultura donde se busca constantemente lo extremo y lo impactante, y eso se refleja también en lo sexual", aseguran antes de advertir que la asfixia erótica puede ser letal. "El límite entre la excitación y la asfixia real es muy estrecho. Normalizarla puede llevar a que adolescentes o jóvenes la prueben sin tener conciencia de los riesgos físicos: lesiones cerebrales, arritmias o muerte súbita. También está el riesgo emocional de confundir la violencia con el deseo y aprender que para dar placer hay que poner en peligro la vida de la otra persona".

Bajo el hashtag #KinkTok ha nacido una comunidad de TikTok en la que se habla abiertamente de sexo BDSM y que, para los expertos, genera difusión y fomenta la normalización rápida sin que haya una educación crítica de por medio. La dominatrix Veronika Kesterd explicaba a *Mashable* que aunque no es ético enseñar este tipo de prácticas en TikTok, la gente lo hace constantemente. "Algunas de las cosas que se muestran son realmente dañinas o físicamente peligrosas", asegura.

"Nadie debería iniciar un juego que suponga dolor, restricción de partes del cuerpo o, como en este caso, de la respiración, sin consultarlo previamente con la persona. No es seguro, y no sabemos qué reacciones puede provocar en quien lo recibe, si se siente atrapada, le produce claustrofobia o qué umbral del dolor tiene. Si alguien, porque lo ha visto en el porno, lo hace sin consentimiento, la otra persona debería parar. Y si accede a jugar, delimitar hasta dónde puede llegar y cuáles son las líneas rojas infranqueables", explica Lucía Jiménez.

Para terminar, Miriam Al Adib Mendiri y Diana Al Azem creen necesario señalar que el porno ha construido un modelo de masculinidad basado en la dominación, la resistencia y la agresividad que es el responsable de que muchos hombres jóvenes sientan que deben cumplir ese rol aunque no lo vivan como propio. "Esto puede generar angustia, desconexión de su propio deseo y una sexualidad vivida más como obligación como disfraste. Es necesario transmitir que la hombría no pasa por poner en riesgo a la pareja, sino por construir encuentros seguros, placenteros y consensuados", aseguran. Tal vez el problema es que eso tipo de sexo, en la ficción, no resulta nada divertido para el que mira.


ÚLTIMAS NOTICIAS

07:31 | Última hora del conflicto en Oriente Próximo, en directo: Israel y Hamás negocian en Egipto el plan de paz cuando se cumple el segundo aniversario del atentado del 7 de octubre de 2023

06:53 | Sánchez da tres meses a las empresas para cumplir el reparto de alojamiento del alumnado

06:33 | La eterna crisis política de Francia: Lecornu dimite y Macron amenaza con elecciones

06:16 | El Nobel de Medicina premia a los descubridores de las células que ayudan que el cuerpo se ataque a sí mismo

MONTE VALDERAS

Dos ollellas de alba: Valderas recuerda el reto de la emancipación

LO MÁS VISTO

1. A ocho del bugar ensayados que Ayuso ha preparado para alumnas Cameron: "Estamos encantadísimas muchas metan horros de maquinaria que ni alza pisada"
2. El PSOE sobre una dos puntos en Andalucía: "Moreno Bonilla ya está a la menor distancia del PP desde las elecciones de 2018"
3. Pocadas: Miércoles Bonal, Fed a Bellaterra, el cumpanyet de marcha erótica, encuadra a sus planes de electrodomésticos
4. Una crevera lesbiana y retro: un dómino de Cantonada Cantonada, un bar de ecoyr "mediamiñón" sobre la mesa de Ecología en la parrada
5. Cobra, a su llegada a Barcelona: "Nos han malbratuat, pero no nada comparado con lo que sufre el pueblo palestino"



SOBRE LA FIRMA

Marta Alonso
SEE ORIGINALS



Recibe el boletín de ICON

COMENTARIOS - 0

Normas >

MÁS INFORMACIÓN

"¿Por qué debería ser anónimo el donante?": así es 'el Tinder del esperma', la controvertida aplicación para tener un hijo

MARTA ALONSO - SERES LIBRE

Cuando el ligue se cuela en Vinted: "Hemos normalizado que cualquier 'app' sirva para eso"

MARTA ALONSO - SERES LIBRE

ARCHIVADO EN

Sexo no consensual · Sexo · Machismo · Pornografía · Euphoria · Series drama · Pornhub

Se adhiere a los criterios de The Trust Project
Más información >

Si está interesado en borrar este contenido, pinche aquí

CONTENIDOS PATROCINADOS

¿La suspeita de los expulsados al siguiente lo salven

ESANUNC... | Más información

Las personas nacidas entre 1954 y 1990 tienen derecho al seguro de decesos si...

COMPÁRAMEHO TU PRECIO!

Hotel 2 noches + Parque 3 días

PORTEVENTURA... | Leer más

Y AHORA...

La sección llega al vehículo eléctrico

EL PAÍS

José Manuel Soto recibe cientos de mensajes por decir con dé la muerte de...

HUFFPOST

"Siempre me ha dado asco": Eva Amaral confiesa lo que no soporta de los grandes...

CADENA SER

Escaparate | Cursos | Cursos online | Idiomas online | EL PAÍS Vivos

escaparate EL PAÍS

Auriculares inalámbricos con conexión Bluetooth 5.3 y emparejamiento automático. SOLO 17,99€

Quitapelusas eléctrico recargable apto para mascotas y niños. Ahora SOLO 19,99€

Crema consumo con extracto de colágeno y ácido hialurónico. Ahora SOLO 29,70€ (31% DE DESCUENTO)

Soporte para el portátil compatible con la mayoría de dispositivos. Ahora SOLO 8,99€ (25% DE DESCUENTO)