RECURSOS I SERVEIS

- **112, telèfon d'Emergències**
- **Atención a Víctimas de Violencia de Género (Ministerio de Igualdad)**
  - Tlf 016
  - 600 000 016 (whatsapp)
- **Candela**
- **Educació per a l'Acció Crítica (EdPAC)**
- **Hospital Parc Taulí (urgències)**
  - 93 723 10 10
- **Internet Segura**
- **Línia d'atenció contra la violència masclista**
  - 900 900 120 (24h, gratuït)
- **Mossos d'Esquadra (Atenció a la Víctima)**
  - 601 00 11 22 (whatsapp 24h)
  - 93 720 20 00 (Comisaria Sabadell)
- **Servei d' informació i Atenció a les Dones Sabadell (SIAD)**
  - 93 724 61 67 / genere@ajsabadell.cat
- **Servei d'Intervenció Especialitzada (SIE) Vallès Occidental- Sabadell**
  - 93 852 87 84
- **Pantallas Amigas**
  - **pensar antes de sextear**
- **Policia Municipal de Sabadell (Servei d'Atenció Víctima)**
  - 93 745 32 61
  - 900 112 092 (24h, gratuït)

SI VOLS MÉS INFORMACIÓ, DEMANA'NS HORA!

ASSESSORIA PUNT LILA

C/ BLASCO DE GARAY, 19

93 745 33 01

689 32 19 45

@sbdjove

*Edició 06 /2026

Ajuntament de Sabadell

Generalitat de Catalunya
Departament de Treball, Afers Socials i Famílies
Direcció General de Joventut

Diputació Barcelona

punt lila

InfoExpress

SÈXTING O SEXPREADING

oficina jove del Vallès Occidental Sabadell

QUÈ ÉS EL SÈXTING?

És l'enviament a través del telèfon mòbil de material íntim i sexual (ja siguin fotos i/o vídeos), sense coacció i que tenen com a protagonistes a les mateixes persones que l'envien.

El sèxting és una **pràctica sexual consentida**, acordada i desitjada per les persones implicades.

Aspectes que cal considerar

- Assegura't que aquestes imatges no es difondran i quedaran en l'àmbit privat
- Els mòbils estan exposats a atacs externs i al robatori de les dades
- Intercanviar aquest tipus de material suposa perdre'n el control... no saps a qui pot arribar i quin ús se'n pot fer sense el teu consentiment
- Difondre, revelar o cedir imatges i vídeos íntims sense el consentiment personal és un delicte
- Si apareixen menors d'edat, pot ser tractat com a delicte de pornografia infantil
- La difusió d'aquests continguts et pot afectar directa i negativament

Practica sèxting segur

- Assegura't de que coneixes els riscos associats i que la teva decisió ha estat presa sense pressions o amenaces
- Valora fins quin punt l'altra persona mereix la teva confiança. Les relacions poden canviar...
  Confirma que qui rebrà el teu missatge, desitja tenir-lo i compta amb avís previ
- Revisa que el teu mòbil no tingui malware i demana a l'altra persona que també ho faci
- Decideix amb calma quin tipus d'imatges o vídeos vols enviar
- Elimina de les fotos o vídeos parts del teu cos que puguin ajudar a conèixer la teva identitat (cara, marques corporals, objectes, tatuatges, etc.), i les metadades, com la geolocalització
- Selecciona el mitjà o l'app que millor s'adapti al teu propòsit amb les majors garanties. Hi ha aplicacions específiques per a això i també sistemes d'encriptació
- Evita l'ús de xarxes wi-fi públiques durant l'enviament, i demana a la persona a qui l'envïis que faci el mateix
- Assegura't bé que envies la foto a la persona correcta... **no hi ha opció d'arreglar aquest error!**
- Elimina del mòbil (i si pots, del núvol) les imatges íntimes. Demana a l'altra persona que faci el mateix

QUÈ ÉS EL SEXPREADING?

El **sexpreading** (*sex* de sexe i *spreading*, difondre en anglès), és difondre o publicar continguts de tipus sexual d'una persona sense el seu consentiment.

Li diem **sexting** quan parlem de la pràctica, i **sexpreading** quan parlem de l'agressió.

El **sexpreading** comporta una **triple violència**:

- comporta una agressió a la intimitat i integritat social
- si deriva de la pràctica del **sèxting**, la persona que difon les imatges trenca la confiança i passa, de ser una relació basada en el joc i el consentiment, a una agressió. Si no prové de la pràctica sexual prèvia, hi ha igualment robatori de la imatge, que s'aconsegueix pressionant o fent-la sense permís
- el càstig i la violència col·lectiva. La reacció de cada persona que rep i difon de nou la imatge a noves persones que agredeixen novament... es pot donar de forma individual o grupal

Les xarxes socials i els xats juguen un paper clau. Faciliten que les imatges s'escampin de forma molt ràpida i exponencial, sense protegir-ne la privacitat. El reenviament, la passivitat i la indiferència no només perpetua la violència, sinó que a més, l'espiral de violència augmenta.

Cal tenir en compte que utilitzar o compartir el contingut d'altres persones sense el seu permís pot portar-nos a ser autors/es d'algun delicte

Tots i totes en som responsables i tenim el deure d'aturar-ho!
Així que, abans de compartir: reflexiona, pregunta i davant del dubte, no ho enviis!

QUÈ ÉS LA SEXTORSIÓ?

De vegades, el **sexpreading** es pot convertir en **sextorsió**. És una forma d'**extorsió sexual** en la qual una persona rep xantatge o amenaces per fer públiques imatges o vídeos de contingut sexual.

PER QUÈ ES POT DIR QUE EL SEXPREADING ÉS UNA VIOLÈNCIA SEXUAL I MASCLISTA?

La gran majoria dels casos de **sexpreading** són comesos per homes i adreçats a noies. Hi trobem una idea de "dona-objecte". El cos de les dones esdevé quelcom públic, que qualsevol home té dret a comentar i opinar.

Les dones no tenen el mateix dret a expressar o gaudir de la seva sexualitat. Cal amagar-la i mantenir-la en privat. Si no, es penalitza. Per aquest motiu, quan la seva sexualitat es fa pública a través del **sexpreading**, s'exerceix violència contra ella, s'insulta i ridiculitza.

Els discursos preventius adreçats a les noies de no fer-se fotos i/o vídeos, alimenten aquesta concepció i recreen els discursos masclistes de que les noies no tenen dret a la sexualitat i que són responsables de la violència que reben. Els discursos que deixen fora als agressors i no contemplin el paper actiu de la societat sencera serà un discurs que fomentarà la reproducció de la violència masclista en totes les seves formes.

La prevenció no és bàsica... és prioritaria.

L'educació sexual i afectiva, la prevenció de les violències masclistes i el consum crític de pantalles són les claus bàsiques per començar a acabar amb noves i antigues violències.

QUÈ POTS FER SI PATEIXES SEXPREADING I/O SEXTORSIÓ?

- **No et sentis culpable**. L'únic culpable és qui agredeix
- **No destrueixis les proves de l'assetjament**. És important fer captures de pantalla, guardar els correus, fotos, converses... serviran a la policia per trobar l'assetjador i demostrar el delicte
- **Demana ajuda** a una persona adulta. Tot i que sentis vergonya o culpabilitat, recorda que l'única persona que et pot ajudar a sortir d'aquesta situació és un adult de confiança
- Pren mesures legals. **Denuncia**
- **Truca al 112 o ves a una comissaria**

112

Text i info: EdPAC, Associació Candela, sexting.es, mossos d'esquadra, pensarantesdesextear