

# EL CAMINO A LA PÍLDORA NEGRA

Efecto de la masculinidad en personalidades **Alfa** dominantes

AÑOS

35-50

ADICCIÓN NARCISISMO EXTREMO

30-35

DESHUMANIZACIÓN

25-30

DESPRECIO A LAS MUJERES

22-24

CONTROL, VIOLENCIA

19-21

RADICALIZACIÓN MISÓGINA Y  
EXTREMA DERECHA

16-18

MISOGINIA ORGULLOSA

13-15

CULTURA BRO, PUA, TECH

9-12

REFUERZO COMPETITIVIDAD Y AGRESIVIDAD  
BULLYING

6-8

PRESIÓN POR CUMPLIR ESTANDAR  
MASCULINO EN GRUPO (LOS BROS)

3-5

INICIO DOMINANCIA MASCULINA

0-2

TERNURA

# EL CAMINO A LA PÍLDORA NEGRA

**Alfa**, narcisista, violento, desconectado empáticamente, dominante e insensible

**AÑOS**

**35-50**

Posible agresor: Cultura PUA, manipulación emocional para conseguir poder agresividad, desarrollo de adicción, parafilias, prostitución, odio, desprecio y rechazo a las mujeres abierto

**30-35**

Posible agresor: Adicción a sustancias y pornografía, deshumanización y desconexión emocional - uso de prostitución, muñecas virtuales, IA, novias virtuales

**25-30**

Posible agresor: Ve sexo y amistad como. operaciones transaccionales - dependencia pornografía, tecnología sexual y/o prostitución desprecio a las mujeres vistas como objeto

**22-24**

Posible agresor: Ciberviolencia, agresión digital, incapacidad de mantener relaciones saludables uso de violencia y humillación para reafirmarse sexo pornografiado y prostitución

**19-21**

Radicalización online y violencia erotizada como prueba de virilidad. Aceptación de la misoginia como identidad orgullo machista. Las mujeres son mercancía para usar y manipular

**16-18**

La frustración se convierte en desprecio a las mujeres y ven el acoso como muestra de poder por lo que mantienen hostilidad abierta a las mujeres como reafirmación de poder - consumo frecuente pornografía - contacto con prostitución

**13-15**

Se asienta la Cultura Bro, PUA y Tech, la pornografía como forma sexual de descarga y el control sexual violento como forma de poder. Se cosifica a las mujeres y el porno toma el mando de las emociones.

**9-12**

Viven una masculinidad competitiva, refuerzo agresividad y rechazo a lo femenino. se incrementa el consumo de pornografía y ocio tech donde se ridiculiza lo emocional y empieza desconexión empática de las mujeres

**6-8**

Interiorizan roles de género, a través de dominación física y psicológica, sienten la presión del grupo en cuanto a masculinidad, esconden emociones y tienen un posible primer contacto pornografía

**3-5**

Comienza la socialización de género y esta conlleva que se castigue el afecto y se premie la rudeza. Es el inicio dominación masculina y necesidad de validación externa

**0-2**

Ternura emocional parten sin estereotipos pero las emociones pueden ser reprimidas por el entorno

# EL CAMINO A LA PÍLDORA NEGRA

Efecto de la masculinidad en personalidades **beta** inseguras

AÑOS

35-50

RIESGO EXTREMO DELICTIVO

30-35

DESHUMANIZACIÓN RADICAL

25-30

IDEACIONES VENGANZA

22-24

ODIO EXTREMO Y CULPA DE LAS MUJERES

19-21

RADICALIZACIÓN MISÓGINA INCEL Y EXTREMA DERECHA

16-18

RENCOR MISOGINO

13-15

CULTURA BRO, TECH, INCEL

9-12

REFUERZO INSEGURIDAD Y BULLYING

6-8

PRESIÓN POR INFERIORIDAD EN ESTANDAR MASCULINO (LOS BROS)

3-5

INICIO SUMISIÓN AL ALFA DOMINANTE

0-2

TERNURA

# EL CAMINO A LA PÍLDORA NEGRA

**Beta**, inseguro, reprimido, aislado, frustrado desconectado empáticamente, victimista y resentido

AÑOS

35-40

Posible agresor en busca de evasión extrema,, victimismo incel extremo y odio total a las mujeres como responsables de su frustración, vistas como amenazas o irrelevantes - cultura de la violación o matrimonio forzado - autojustificación de la violencia

30-35

Posible agresor. Deshumanización completa de las mujeres - incapacidad de conectar con personas reales - uso o abuso de prostitución, muñecas virtuales, IA, novias virtuales y pornografía

25-30

Problemas de socialización y posible agresor de ciberviolencias, posible uso de tecnologías IA como sustitutos de relaciones humanas, radicalización INCEL, frustración extrema y desconexión con el mundo real. Dependencia pornografía, tecnología y/o prostitución

22-24

Posible agresor de ciberviolencia antifeminista, acoso digital a mujeres que conoce. aumento de la agresión y violencia digital hacia mujeres incapacidad de relaciones sanas. Posible uso problemático de pornografía y prostitución

19-21

Se radicaliza desde el rechazo y profundiza en discursos y comunidades de la manosfera. Siente rechazo total a las mujeres y odio alimentando por comunidades misóginas. Vive aislamiento social completo y consume mucha pornografía y puede que prostitución.

16-18

La frustración sexual se convierte en un rencor creciente, refuerzo digital de la misoginia, resentimiento y hostilidad por falta de éxito romántico. El aislamiento emocional con incapacidad para vincular emocionalmente se exagera con los discursos de la manosfera que llegan en redes, foros y videojuegos.

13-15

La idealización femenina y frustración sexual se crezan con su masculinidad herida, sexualidad pornografiada, frustración sexual creciente y dependencia de videojuegos y el aislamiento como refugio para evitar el rechazo y bullying

9-12

La humillación masculina de la que puede ser objeto se convierte en su gran herida identitaria y siente frustración por no cumplir estándar masculino. Crece inseguridad y baja autoestima por ello se aísla en su habitación con tecnología y pornografía.

6-8

Interioriza roles de género aceptando la norma masculina sin encajar en ella por lo que comienza aislamiento social creciente y baja autoestima. Receptor de bullying. Posible primer contacto pornografía

3-5

Comienza a percibir socialización de género que le estigmatiza creando inseguridad ante roles masculinos tradicionales, se reprime su sensibilidad sin darle poder

0-2

Ternura emocional sin estereotipos Y aceptación sin sesgos, sensibilidad que puede verse coartada por represión emocional del entorno

# RIESGOS

## PARA TODOS

### AÑOS

**35-50**

El alfa, aferrado a su autoridad, se ha vuelto más controlador, misógino y negacionista del cambio social, mientras el beta, atravesado por la frustración acumulada, se convierte en caldo de cultivo para ideologías extremistas, negacionismo de la violencia machista y rechazo activo al feminismo.

**30-35**

El alfa consolida su poder ejerciendo dominio sobre vínculos afectivos y profesionales, pero no tiene amigos, todo es transaccional. Mientras el beta, aislado en una masculinidad fallida, resentido y cínico se ha convertido en antifeminista y puede que de extrema derecha como refugio identitario.

**25-30**

El alfa convierte el éxito social y sexual en justificación de su poder, mientras el beta, atrapado en la frustración vital y relacional, se radicaliza en comunidades donde la masculinidad herida se transforma en resentimiento colectivo hacia las mujeres.

**22-24**

El alfa ejerce la masculinidad como control y autosuficiencia, evitando el compromiso emocional, mientras el beta acumula decepciones, alternando entre la sumisión en las relaciones y el cinismo aprendido en espacios digitales misóginos.

**19-21**

La masculinidad se prueba en el rendimiento sexual, el éxito y el estatus: el alfa busca reafirmarse a través de la dominación emocional o económica, mientras el beta se convierte en espectador frustrado, atrapado entre la dependencia afectiva y la narrativa del varón víctima.

**16-18**

La masculinidad se radicaliza: el alfa normaliza la violencia como forma de deseo y control, mientras el beta convierte su frustración emocional en misoginia pasiva, alimentándose de discursos antifeministas que legitiman su herida como culpa ajena.

**13-15**

El deseo y la identidad se entrelazan con la violencia simbólica: el alfa sexualiza, domina y consume cuerpos como afirmación de poder; el beta, rechazado y confundido, oscila entre la idealización tóxica y el odio latente hacia las chicas que no lo validan.

**9-12**

Los niños ya han interiorizado que su valor depende de no parecer femeninos: el alfa empieza a usar la humillación como herramienta de estatus (hace bullying), y el beta, atrapado en su baja autoestima, se convierte en cómplice o blanco, incubando resentimiento y desconexión emocional.

**6-8**

La masculinidad se convierte en una máscara obligatoria: el alfa refuerza su poder a través del desprecio al débil y a las chicas, mientras el beta se acomoda a la norma sin encajar, reprimiendo su afectividad y convirtiendo su inseguridad en vergüenza silenciosa.

**3-5**

Cuando el juego aún debería ser libre, los niños aprenden que la dureza es virtud y la emoción, vergüenza: el alfa comienza a usar la fuerza para imponerse, mientras el beta se adapta desde el miedo a no pertenecer, incubando sumisión y rencor.

**0-2**

El abandono emocional y la represión del llanto siembran el terreno común de todas las violencias futuras: la masculinidad alfa aprende a desconectarse del afecto para dominar, y la beta a sufrir en silencio, creyendo que sentir es sinónimo de debilidad.

# RIESGOS TECH

## ALFA

### AÑOS

35-50

Se convierte en portavoz de una masculinidad reaccionaria: dirige discursos antifeministas, manipula redes con autoridad patriarcal y usa la tecnología para sostener el orden que lo privilegia, negando el cambio social y combatiendo cualquier forma de igualdad. La misoginia ha arruinado su vida, puedes ser adicto a sustancias, al consumo de pornografía, puedes tener incapacidad sexual con mujeres reales o haber desarrollado parafilias y violencia sexual, en casos delictivos y no puede tener una salud afectiva y sexual sana porque el capitalismo sexual le ha convertido en una sola cosa: CONSUMIDOR

30-35

Perfecciona su rol como autoridad masculina: lidera entornos donde la misoginia se disfraza de opinión, usa el prestigio para controlar y deslegitima lo feminizado como amenaza a su estatus, tanto online como fuera de la red. Riesgo criminal de violencia de género, sexual, asesinato Parafilias delictivas como la pederastia.

25-30

Consolida una identidad centrada en el control y la superioridad: en el trabajo, en las relaciones y en los espacios virtuales ejerce poder simbólico y emocional, reforzado por discursos neoliberales de éxito, seducción y desprecio al feminismo. Participación en violencia física o emocional, riesgo delictivo de abuso. consumo de prostitución pornoviencia. Riesgo de sexo en grupo forzado, violación, alto riesgo delictivo en violencia sexual y/o de género, parafilias, etc

22-24

utiliza redes, apps y foros como herramientas de validación y poder sexual: domina discursos sobre 'éxito masculino', cosifica a las mujeres como trofeos digitales y reproduce estrategias de manipulación emocional normalizadas en la cultura online. Participación activa en acoso digital, riesgo de violencia sexual y de género. Porno extremo gangbang, sumisión en grupo, etc. Escalada parafilias sádicas para control. Uso de tecnología porno, puede que producción y consumo de contenido sexual violento. Consumo de sustancias y prostitución.

19-21

Se convierte en referente dentro de comunidades online donde la misoginia, el cinismo y la cultura del desprecio son sinónimo de prestigio: usa la tecnología para vigilar, seducir o humillar o acosar, siempre desde la lógica del control. Participación en comunidades radicales, PUA o similar. Consumo de pornoviencia, desarrollo de sadismo sexual. Riesgo de violencia extrema y de producción de contenido sexual individual o en grupo. Consumo de sustancias y prostitución.

16-18

Convierte su presencia digital en una estrategia de control: lidera chats, grupos y discursos misóginos, erotiza la violencia, y valida su virilidad a través del desprecio público hacia las mujeres y otros varones no dominantes. Consumo habitual de pornoviencia y BDSM, y/o sustancias, escalada fetichista y de parafilias de dominación. Riesgo de violencia extrema y de producción de contenido sexual individual o en grupo. Consumo de sustancias y prostitución Primeras incursiones en la prostitución.

13-15

Refuerza su estatus digital mediante la cosificación de las chicas, el humor sexista y la exhibición del poder: en la red, su masculinidad se mide en seguidores, dominación y desprecio por todo lo que huele a feminidad. Riesgo adicciones sustancias, consumo frecuente pornografía extrema y BDSM, conducta sexual violenta, escalada de parafilias de dominación

9-12

Ya habita plataformas donde la agresividad, la burla y la sexualización son capital simbólico: YouTube, Twitch o TikTok lo entrenan para liderar desde la arrogancia, ocultar su miedo y convertir la empatía en debilidad. Influencia de contenido misóginos y PUA, consumo de porno hardcore, inicio del fetichismo y voyeurismo, consumo videojuegos y tecnología, primeros intentos de relaciones sexoafectivas, Cultura del poder sexual neoliberal manosférico (sexo, dinero = poder) Antifeminismo, misoginia, Gymbro, Pornobro

6-8

Consolida su identidad a través del videojuego competitivo y la cultura del 'ganar o humillar', aprendiendo que ser varón es dominar, gritar y nunca mostrar debilidad, ni siquiera en lo virtual. Ira y/o violencia si no se cumplen las expectativas, primeras fantasías sobre dominación leve (bullying), iniciación de uso de dispositivos digitales, exposición mundo y socialización digital, videojuegos y contenido sexista, posible primer contacto pornografía, cultura bro y cultura neoliberal del lujo y el consumo, interacción sexo, dinero y poder

3-5

Empieza a usar pantallas como territorio de poder: imita a figuras agresivas, domina el espacio digital y aprende que la fuerza y el control le dan atención y validación. Internalización de estereotipos sexistas en las primeras influencias de contenidos en plataformas audiovisuales, YouTube y redes sociales

0-2

el niño es entrenado en la desconexión emocional: expuesto precocemente a pantallas, recibe más estímulo visual que afectivo, lo que fortalece una identidad centrada en el control sensorial y no en el vínculo humano. Riesgo de internalización de estereotipos rígidos en las primeras influencias de contenidos en plataformas audiovisuales, YouTube y redes sociales

# RIESGOS TECH

## BETA

AÑOS

35-50

Radicalizado se convierte en difusor de odio: consume y reproduce contenidos antifeministas, participa en espacios digitales misóginos y asume el papel de víctima del progreso, legitimando su resentimiento como una supuesta defensa del hombre común. La misoginia ha arruinado su vida: puede ser adicto a sustancias o pornografía, tener incapacidad sexual con mujeres reales, ha desarrollado parafilias extremas, en muchos casos delictivas y eso le convierte en un hombre incapaz de tener una salud afectiva y sexual sana porque el capitalismo sexual le ha convertido en una sola cosa: CONSUMIDOR

30-35

Transforma su frustración acumulada en convicción ideológica: se refugia en espacios digitales que refuerzan su odio hacia las mujeres, racionaliza su fracaso como injusticia de género y adopta una masculinidad victimista y peligrosa. Riesgo de violencia de género, ciberviolencia contra las mujeres, violencia en grupo o individual, ataques terroristas indiscriminados, violencia sexual, asesinato. Parafilias delictivas como la pederastia.

25-30

Consolida su masculinidad desde el resentimiento: consume pornografía, discursos antifeministas y cultura gamer misógina como herramientas para justificar su exclusión, culpando a las mujeres de su fracaso vital y emocional. Riesgo de acoso sexual y ciberviolencia contra las mujeres. Consumo de pornografía extrema, prostitución, parafilias humillantes y posible consumo de tecnologías sexuales, desconexión emocional. Riesgo delictivo de violencia grupal, sexual y/o de género, pederastia.

22-24

Se aferra a discursos de la manofera que refuerzan su victimismo masculino: lejos del vínculo real, reafirma su identidad en la hostilidad digital hacia las mujeres y en la negación de su propia vulnerabilidad. Riesgo de criminalidad a través de ciberviolencia contra las mujeres. Consumo de pornoviolencia extrema, consumo de contenido violento e ideológico misógino, incapacidad para relaciones reales, consumo de prostitución, IA, servicios sexuales virtuales

19-21

Consumo discursos antifeministas que le prometen poder y sentido: la soledad se convierte en ideología y el dolor, en narrativa de revancha masculina contra las mujeres. Participa en foros de contenido cada vez más extremo de contenido peermeado por Incel, PUA's y masculinistas de extrema derecha. Consumo de pornografía extrema, fetichismo, voyeurismo y sadismo emergente. Riesgo de ciberviolencia contra las mujeres, abuso de prostitución, violencia física sexual.

16-18

Frustrado por su exclusión afectiva y sexual, se refugia en comunidades digitales donde la misoginia se presenta como justicia, y la violencia simbólica como identidad masculina legítima. Consumo de pornografía violenta y degradante, sadismo y voyeurismo avanzado. Riesgo de acoso sexual y ciberviolencia contra las mujeres. Participación en foros incel o consumo de contenido extremista. Primeras incursiones en la prostitución.

13-15

El adolescente se ve arrastrado por un entorno digital que mercantiliza a las mujeres y ridiculiza la vulnerabilidad masculina; incapaz de cumplir con el modelo alfa, encuentra refugio en discursos de odio, foros misóginos y comunidades que transforman su dolor en resentimiento colectivo. Usa cada vez más pornografía, distorsión de la percepción de las relaciones, consumo de contenido en redes misóginas, parafilias en escalada y ya es "adicto tecnológico"

9-12

Navega solo en un mundo digital que glorifica la misoginia disfrazada de humor, premiando la pasividad silenciosa o la complicidad acritica, mientras su identidad se forma entre el algoritmo, la invisibilidad y el resentimiento no nombrado. Primeros contactos con discursos PUA e INCEL en redes sociales, consumo de porno hardcore, fetichismo y voyeurismo, cultura tech exacerbada, experiencias pasivas o sufridas de bullying, sensación de fracaso y de incapacidad de cumplir el estereotipo alfa. Empezando a cosificar a las mujeres.

6-8

Se refugia en pantallas donde observa, admira e imita sin cuestionar: videojuegos, youtubers y algoritmos refuerzan una masculinidad insegura que depende del like. Evita el conflicto real y aprende que ser hombre es mirar desde la distancia, no participar desde el vínculo. Se da un aislamiento social temprano, exposición mundo digital, socialización digital a través de videojuegos acceso a contenido sexista, inicio del voyeurismo y el fetichismo, posible primer contacto pornografía. Riesgo de sufrir o presenciar bullying cultura bro y cultura neoliberal del lujo y el consumo e una clara interacción de sexo, dinero y poder

3-5

El niño beta aprende a calmar su angustia con tecnología en vez de afecto, afianzando una masculinidad solitaria, pasiva y emocionalmente dependiente del estímulo digital. Riesgo de baja autoestima y aislamiento temprano con primeras influencias YouTube y redes sociales en entornos sin control parental.

0-2

Cuando un niño es criado muchas veces por pantallas que reemplazan el contacto humano: en lugar de mirada, voz y apego, recibe estímulos fragmentados que dificultan el desarrollo emocional, instaurando desde el inicio una masculinidad desconectada, dependiente y vulnerable al vacío digital.

# HERRAMIENTAS NEOLIBERALES

de la construcción del consumidor de violencia sexual

AÑOS

35-50

Consolidación de la identidad masculina desde la autoridad y la resistencia al cambio social  
Producción o difusión de contenido digital antifeminista o negacionista de la violencia de género  
Consumo normalizado y silencioso de prostitución y pornografía extrema como válvula de escape emocional  
Influencia de discursos antiigualitarios en canales de opinión y redes privadas (Telegram, X, YouTube)  
Participación en comunidades digitales de "padres separados" o "varones víctimas" que promueven el resentimiento institucionalizado  
Validación de la masculinidad tradicional como defensa del orden frente a los "excesos" del feminismo

30-35

Consumo de contenido digital que reafirma el liderazgo masculino y desacredita el feminismo  
Participación en foros y redes donde se naturaliza la explotación sexual como estilo de vida  
Uso de redes sociales para exhibir estatus económico y capital erótico  
Narrativas de autosuperación masculina que desprecian la emocionalidad y promueven el control relacional  
Refuerzo de la cultura del "proveedor exitoso" vinculado al consumo de cuerpos y afectos como mercancía  
Influencia de discursos empresariales, coachings y podcast que banalizan la violencia simbólica hacia las mujeres

25-30

Podcasts y canales de opinión antiigualitaria normalizados  
Consumo de prostitución justificado como "liberación emocional"  
Estética del "hombre de éxito" que oculta prácticas machistas  
Cultura cripto y apuestas como nuevo territorio de masculinidad neoliberal  
Modelos de paternidad ausente o autoritaria reforzados en redes

22-24

Canales de "alpha males", seducción y coaching financiero con misoginia encubierta  
Apps de citas como consumo emocional y sexual  
Refuerzo del varón como víctima a través de redes sociales  
Videojuegos hipercompetitivos como modelo emocional dominante  
Discursos de éxito que exaltan la dominación y el individualismo

19-21

Tinder y apps similares usadas como mercado de validación sexual  
Participación en comunidades manosféricas y foros de odio  
Monetización del deseo: consumo de OnlyFans, cam girls, sugar dating  
Pornografía como parte del ocio rutinario  
Narrativas de "superación masculina" basadas en desprecio hacia mujeres

16-18

Cultura manosférica (Incel, MGTOW, redpill) en YouTube, TikTok  
Podcasts y canales antifeministas como referentes masculinos  
Normalización entre pares del consumo de prostitución  
Grupos de WhatsApp donde se comparte pornografía violenta  
Cultura de apuestas y Twitch con streamers sexistas y misóginos

13-15

Redes sociales que promueven comparación física e hipersexualización  
Foros (Reddit, Discord, 4chan) con circulación de pornoviolencia y misoginia  
Consumo regular de pornografía gratuita y extrema  
Videojuegos que cosifican mujeres (GTA, Red Dead Redemption)  
Aspiración a consumir o producir contenido tipo OnlyFans  
Culto al lujo al dinero

9-12

TikTok, Twitch y YouTube con contenidos sexualizados y virales misóginos  
Exposición accidental o buscada a pornografía  
Videojuegos violentos mainstream (Fortnite, Call of Duty, GTA)  
Cultura meme que ridiculiza a chicas y normaliza el humor sexista  
Publicidad sexualizada en apps gratuitas o en juegos móviles  
influencers de corte antifeminista, misóginos y/o de extrema derecha, productores de pornografía/onlyfans, música y videoclips, microtransacciones (videojuegos) y apuestas (cultura del dinero "fácil" y del neoliberalismo, manejo de dinero propio y de la familia).

6-8

Tablets, consolas o móviles, Tv/plataformas, Publicidad, Libros, Redes sociales Videojuegos, videoclips y música, Disney, Netflix. Apps.  
YouTube como fuente de modelos masculinos gritones, burlescos y dominantes  
Videojuegos con microtransacciones (económicas) que premian la agresividad  
Apps educativas gamificadas que refuerzan la competición  
Influencers que ridiculizan la feminidad o exaltan la rudeza  
Juguetes que exaltan fuerza y éxito: legos militares, figuras armadas  
Comienzo de las dinámicas de consumo activo y uso de dinero  
Dibujos animados estereotipados y con violencia  
Libros estereotipados.

3-5

TV, Publicidad, Smartphone, Libros

- Series animadas con roles masculinos activos y dominantes (Paw Patrol, Blaze)
- Primer contacto con videojuegos básicos competitivos
- Camisetas con mensajes de poder ("líder", "no llores", "jefe")
- Juguetes hipermasculinizados: armas de juguete, súper héroes agresivos
- cuentos estereotipados

0-2

TV, Tablets y móviles como chupete emocional Tablets y móviles como chupete emocional  
Apps de entretenimiento sin interacción humana (Baby Shark, YouTube Kids)  
Carritos, peluches y ropa con mensajes de "futuro campeón", "guapo", "valiente"  
Falta de juguetes simbólicos afectivos (muñecos de cuidado, peluches con expresividad emocional)  
Cuentos estereotipados