



EMMA MCKOY/la trompeta

¿La IA lo vuelve tonto?

Los estudios están mostrando lo que sucede cuando delega su mente a las máquinas.

- Andrew Miiller
- 8/9/2026

La inteligencia artificial está revolucionando el mundo y transformando todos los aspectos de la vida. La capacidad sin precedentes de esta tecnología para procesar datos, condensar información, responder preguntas y automatizar tareas está impulsando la productividad, fomentando la innovación y transformando industrias a un ritmo nunca antes visto.

También está erosionando su capacidad de pensar.

Por primera vez desde que se comenzaron a llevar registros en la década de 1930, los puntajes de ci (coeficiente intelectual) humano han estado disminuyendo. Los puntajes de ci aumentaron aproximadamente 3 puntos cada década durante todo el siglo xx. Esa larga tendencia ascendente se ha invertido ahora en muchos países occidentales, con descensos notables documentados desde finales de la década de 1990.

PT

¿Qué pasó? Las calculadoras le hicieron menos hábil con las matemáticas. Elgps debilitó su sentido de la orientación. Los motores de búsqueda perjudicaron su capacidad de recordar datos. Google le permitió dejar de memorizar información que sabía que podría buscar después. Y ahora los chatbots como Chatgpt, Claude y Grok podrían erosionar su pensamiento de maneras sin precedentes.

Su cerebro es como un músculo: si no lo usa, lo pierde. Necesita ejercicio. Por eso las mentes más agudas del mundo leen a profundidad, memorizan conceptos clave y dejan que el conocimiento se acumule en su mente.

La pregunta que ahora enfrenta no es si la IA es buena para la productividad; es si está dispuesto a cambiar capacidad cognitiva por conveniencia. Si quiere proteger su mente, ~~debe~~legir hacerlo.

El riesgo no es que las máquinas piensen mejor que usted. Es que usted deje de pensar por completo.

Delegación cognitiva

Las computadoras no son las primeras herramientas que cambian el funcionamiento de la mente humana. Inventos como el alfabeto, el texto escrito y la imprenta también revolucionaron la manera en que los humanos nos sabíamos y almacenaban información.

El filósofo griego Platón escribió en *Fedro* (370 a. C.) que su maestro Sócrates se negaba a escribir nada, pues creía que eso "provocaría el olvido en las mentes de quienes aprendieran a utilizarlo, pues no ejercitarían su memoria. Su confianza en la escritura, producida por caracteres externos que no son parte de ellos mismos, desalentará el uso de su propia memoria interior".

La tecnología siempre conlleva ventajas y desventajas. Si bien la imprenta reemplazó la capacidad de la persona promedio para memorizar datos, al alentar a los lectores a depender de índices y lecturas superficiales en lugar de interiorizar la información, también liberó tiempo y energía para un trabajo de orden superior más allá del simple recuerdo, un trabajo como el análisis, la crítica y la síntesis.

Sin embargo, los chatbots de ia son diferentes. No sólo hacen cálculos simples como una calculadora, ni le permiten buscar un dato rápido, como en una búsqueda en Google. Desarrollan precisamente las habilidades que lo hacen a usted más inteligente: razonar, combinar ideas y emitir juicios. Así que, mientras la imprenta cambió algo de capacidad de memorización por una mayor capacidad de razonamiento, el chatbot podría estar reemplazando su capacidad de razonamiento por nada más que conveniencia.

Los psicólogos cognitivos están llamando a la inteligencia artificial un acelerador de la "delegación cognitiva". Advierten que entregarle su pensamiento a los chatbots puede causar una fuerte disminución en las habilidades para resolver problemas. Un estudio realizado por investigadores de la Universidad Carnegie Mellon, el mit, la ucla y Oxford en abril mostró esta tendencia.

Los investigadores les dieron a 354 personas problemas de aritmética con fracciones para resolver. Como era de esperar, el grupo con acceso a un asistente de ia resolvió los problemas más rápido y con mayor precisión. Pero cuando los investigadores retiraron la ia, esas mismas personas obtuvieron resultados mucho peores en problemas nuevos que las personas que nunca habían usado ia en absoluto.

Bastaron sólo 10 minutos con IA para debilitar sus habilidades. Los investigadores dijeron que el problema no eran sólo las respuestas erróneas. La gente también dejó de esforzarse mucho. El coautor Rachit Dubey explicó: "Una vez que se retira la IA (...) tampoco están dispuestos a intentarlo sin ella". El estudio advirtió que si una sesión tan corta puede causar tanto daño, el uso diario de IA durante muchos años podría tener efectos graves y duraderos.

En otro estudio, investigadores del mit Media Lab conectaron a 54 estudiantes con cascos especiales que miden la actividad cerebral. Los estudiantes tuvieron que escribir ensayos sobre temas desconocidos bajo presión de tiempo. Un grupo usó Chatgpt, otro usó motores de búsqueda comunes, y el último grupo no usó ningún recurso externo.

Estas imágenes cerebrales contaron una historia contundente. Los estudiantes que usaron motores de búsqueda mostraron una caída del 34% al 48% en la conectividad cerebral, en comparación con los estudiantes que escribieron sus ensayos por completo por su cuenta. Los estudiantes que usaron Chatgpt mostraron una caída aún mayor, de aproximadamente el 47% al 55%. Eso significa que Chatgpt redujo la actividad cerebral entre un 10% y un 20% más que los motores de búsqueda comunes. Los estudiantes que escribieron sus ensayos sin ninguna herramienta podían recordar claramente sus argumentos principales unos minutos después, pero los estudiantes que usaron Chatgpt no podían, y a menudo sentían que las ideas de sus ensayos no eran realmente propias.

Quizás lo más preocupante de todo es que los estudiantes que usaron IA tuvieron un desempeño considerablemente peor en nuevas tareas de escritura cuando ya no contaban con la ayuda de la IA. La IA había debilitado su capacidad de pensar por sí mismos.

Algunas investigaciones recientes sugieren que el uso deliberadamente estructurado de la IA, donde se critica, verifica y reflexiona activamente sobre el resultado, podría mejorar las habilidades de pensamiento crítico. Pero ese tipo de uso no le ahorra tiempo ni esfuerzo. Usar un chatbot para encontrar fallas en sus argumentos lo obliga a dedicar más tiempo a profundizar sus pensamientos, en lugar de autorizar a una computadora a pensar por usted. El verdadero peligro surge cuando los usuarios aceptan pasivamente la información generada por IA o delegan perezosamente tareas mentales complejas a la IA en un esfuerzo por evitar ejercitar sus propios músculos mentales.

Pensamiento crítico

Para entender por qué la IA está perjudicando su pensamiento, necesita entender qué es pensar.

En 1922, Woods Hutchinson señaló cuán poco frecuente es realmente el pensamiento profundo: "Algún cínico declara que el 5% de la gente piensa; el 10% de la gente cree que piensa; y el otro 85% preferiría morir antes que pensar". La mayoría de la gente evitaba pensar en serio mucho antes de que se crearan los chatbots de IA.

Un pensamiento es una imagen mental que usted sostiene ante los ojos de su mente, una representación personal de algo real. Las computadoras no pueden tener pensamientos porque no tienen mentes capaces de conciencia o experiencia interior. Las computadoras sólo pueden emparejar patrones a partir de las enormes cantidades de información cargadas en ellas.

Pero pensar no es simplemente tener un pensamiento. Pensar es el acto de analizar, conectar, evaluar y manipular sus pensamientos individuales para convertirlos en nuevas ideas, opiniones o argumentos.

Memorizar no es lo mismo que pensar, pero es un primer paso importante. Memorizar es el acto de almacenar y recordar pensamientos. Dado que usted no puede analizar, evaluar o manipular pensamientos que no puede recordar, no puede pensar sobre algo hasta que lo recuerde. Por eso Google y Chatgpt perjudican su capacidad de pensar. Cuando usted deja de memorizar información que cree que puede buscar al instante, limita el pensamiento sólo a los momentos en que está conectado a la Internet.

Una memoria deficiente es una desventaja seria en el proceso de pensamiento. La mente necesita acceso rápido y fácil a una gran cantidad de datos e ideas, para poder combinarlos en ideas más grandes y una comprensión más profunda. Una razón principal por la que los animales son deficientes en el pensamiento crítico es que tienen memorias mucho más limitadas que los humanos. Sólo pueden retener unos pocos pensamientos en su cerebro a la vez. Los cuervos, por ejemplo, unas de las aves más inteligentes, sólo pueden contar hasta aproximadamente cuatro. Esto significa que cualquier proceso de pensamiento que implique conectar más de cuatro ideas es básicamente imposible para el cuervo promedio.

Para pensar de manera verdaderamente crítica, debe relacionar una gran cantidad de ideas mediante operaciones matemáticas mentales como la suma, la resta, la multiplicación, la división e incluso los exponentes logarítmicos.

Por eso, algunos de los pensadores más destacados de la historia, como John Locke, Thomas Jefferson y Abraham Lincoln, dedicaban parte de su tiempo libre a practicar el razonamiento lógico resolviendo demostraciones geométricas. Lincoln memorizó las 173 proposiciones de los primeros seis libros de Euclides, para poder "demostrar" argumentos legales con la misma lógica que el geómetra griego Euclides usaba para demostrar teoremas sobre triángulos.

Estos pensadores entendían que el pequeño porcentaje de personas que realmente piensan de manera crítica no conectan ideas con conjeturas apresuradas, falacias ilógicas o pensamientos ilusorios. Analizan, evalúan y combinan pensamientos con rigor, con un nivel de precisión matemática que la mente humana difícilmente desarrollará si delega sus capacidades de resolución de problemas a un chatbot, un motor de búsqueda o una calculadora.

Fortalecimiento espiritual

En *Lo que la ciencia no puede descubrir acerca de la mente humana* el difunto Herbert W. Armstrong explicó una verdad vital sobre cómo funciona la mente humana. Observó el hecho de que "prácticamente no hay diferencia en la forma y estructura entre el cerebro animal y el cerebro humano", y señala un dato clave: "espíritu hay en el hombre, y el soplo del Omnipotente le hace que entienda" (Job 32:8). El Sr. Armstrong llamó a esto el "espíritu humano".

La mayoría de las personas religiosas, e incluso algunos científicos que estudian el cerebro, entienden que debe haber un componente no físico de la mente humana, pero pocos han reflexionado con seriedad sobre cómo funciona.

"Recuerde, este espíritu no es el hombre, sólo algo en el hombre", escribió el Sr. Armstrong. "Recuerde también que este espíritu no puede ver, oír ni pensar. El hombre ve, oye y piensa a través de su cerebro físico y de los cinco sentidos: ver, oír, gustar, oler y sentir. El espíritu en el hombre le imparte al cerebro físico el poder del intelecto físico, formando así la mente humana. Este espíritu actúa, entre otras cosas, como una computadora, añadiéndole al cerebro el poder psíquico e intelectual. El conocimiento recibido en el cerebro a través del ojo, el oído y los sentidos es inmediatamente 'programado' en la computadora espiritual. Toda la memoria se almacena en esta computadora espiritual. Esta 'computadora' le da al cerebro *recuerdo instantáneo* de cualquier porción de los millones de datos de conocimiento que pueda necesitarse en el proceso de razonamiento. Es decir, que la memoria queda registrada en el espíritu humano, sin importar si también lo hace en la 'materia gris' del cerebro" (ibíd.).

Este espíritu humano explica por qué los humanos superan ampliamente a los chimpancés, los cuervos, los delfines, los elefantes y los pulpos en inteligencia. Los cerebros humanos no son necesariamente superiores a los cerebros de los delfines en biología física; sin embargo, los humanos poseen un espíritu que amplifica el pensamiento crítico, imparte libre albedrío y almacena millones de datos de conocimiento más allá de lo que el animal más inteligente puede manejar. Como escribió el Sr. Armstrong, es este espíritu el que le da al ser humano un intelecto semejante al de Dios, con la capacidad de pensar, razonar y tomar decisiones.

Debido a que el espíritu humano no es el hombre, sólo algo en el hombre, todavía necesita un cerebro físico para registrar y formar pensamientos. Este hecho tan importante resalta la importancia de la salud neuronal.

Como los músculos, las conexiones neuronales se atrofian si no se usan. La razón de esto es que las células inmunitarias del cerebro eliminan las vías neuronales no usadas para conservar recursos. Por lo tanto, delegar su pensamiento a la IA terminará debilitando sus vías neuronales y reduciendo su capacidad de formar pensamientos de alta calidad.

Si usted permite que esto suceda, su espíritu humano todavía registrará al menos parte de la información que absorbe pasivamente de los chatbots de IA, los amigos, la televisión e Internet. Pero ese "aprendizaje" pasivo no lo diferenciará del 85% de la humanidad que "preferiría morir antes que pensar".

Si usted realmente quiere desarrollar el intelecto semejante al de Dios que su Creador le dio, entonces no sólo debe evitar la delegación cognitiva, sino que también debe desarrollar activamente su cerebro y su mente. Ningún animal irracional es capaz de llegar a conclusiones, entregarse al pensamiento creativo, decidir cómo combinar las cosas, planear algo nuevo, razonar racionalmente o pensar con lógica. Estas capacidades involucran el poder que Dios le dio únicamente al hombre.

Ejercicio mental

El Sr. Armstrong describió tres maneras básicas en que la gente adquiere sus creencias y convicciones. La más común es creer descuidadamente, sin pruebas, lo que han leído o escuchado. La segunda es aceptar de forma prejuiciosa cualquier evidencia que respalde lo que quieren creer, mientras rechazan cualquier evidencia contraria. La forma menos común es examinar detenidamente todos los hechos, buscar información completa y considerar el asunto objetivamente.

El auge de la IA ha hecho que usar el primer método sea más fácil que nunca. Examinar, buscar y considerar es un trabajo arduo, así que la tentación es dejar que Claude, Chatgpt, DeepSeek, Gemini, Grok, Perplexity y una infinidad de otros programas de IA lo hagan por usted. Pero este enfoque perezoso tiene dos consecuencias importantes. Primero, usted corre el riesgo de ser engañado por desinformación cuando no verifica los datos. Segundo, se pierde oportunidades de fortalecer su mente mediante un riguroso ejercicio mental.

Dios creó la mente para que necesitara ejercicio. Esa es una razón importante por la que la Biblia nos anima a meditar. En el Salmo 143:5, el rey David escribió *Me acordé* de los días antiguos; *meditaba* en todas tus obras; *reflexionaba* en las obras de tus manos". La palabra hebrea para *acordarse* en este versículo simplemente significa recordar, pero la palabra *parameditar* implica hablar consigo mismo. Es el acto de la concentración profunda, especialmente sobre un tema espiritual.

Versículos como este muestran que simplemente leer sobre la ley de Dios o escuchar un sermón no basta para arraigar la ley de Dios en el espíritu humano. Usted debe tomarse el tiempo para meditar sobre la ley de Dios, reflexionarla y, en efecto, "hablar consigo mismo" sobre ella. Así es como funciona la mente humana.

"Porque cual es su pensamiento en su corazón, tal es él..." (Proverbios 23:7). Para dominar de verdad la ley de Dios, o cualquier otro tema, usted debe dedicar mucho tiempo a pensar en ella. Si no lo hace, nunca aprenderá la materia. Y si permite que su mente se atrofie, comenzará a perder incluso la capacidad de formar pensamientos profundos.

Las investigaciones en ciencia cognitiva que muestran el vínculo entre la fuerte dependencia de las herramientas digitales y el bajo desempeño mental resaltan la importancia de reservar tiempo para realmente pensar. La IA es una herramienta impresionante que puede tener algunos buenos usos, pero el verdadero propósito de su vida es aprender a pensar, sentir y actuar como Dios, a desarrollar Sus pensamientos, emociones, carácter y mente. Un chatbot de IA no tiene esa capacidad, así que tenga cuidado de delegarle a una máquina su responsabilidad de tomar decisiones.

Usted tiene una decisión que tomar: ¿dejará que las máquinas piensen por usted, o se elevará para convertirse en la persona de pensamiento claro, para lo cual lo diseñó su Creador? El futuro de su mente depende de esa decisión.