

# Eres un máquina

Javier Marín<sup>1</sup>, Olena Vasylets<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Departamento de Psicología Básica y Metodología, Facultad de Psicología y Logopedia, Universidad de Murcia, Campus de Espinardo, Avda. Teniente Flomesta, nº 5, 30100 Murcia, España.

<sup>2</sup>Departamento de Lenguas y Literaturas Modernas y de Estudios Ingleses, Facultad de Filología y Comunicación, Universitat de Barcelona, Gran Via de les Corts Catalanes 585, 08007 Barcelona, España.

[jms@um.es](mailto:jms@um.es)

[vasylets@ub.edu](mailto:vasylets@ub.edu)

SCIHUM: Revista de Cultura, Ciencias y Humanidades

Sección: Filosofía y Pensamiento

Año 2026, Número 1

## Resumen

Se realiza un análisis crítico del impacto del uso creciente de la inteligencia artificial generativa en la escritura académica y en el desarrollo cognitivo de estudiantes jóvenes y universitarios. El objetivo es advertir sobre los posibles costes intelectuales de delegar sistemáticamente la producción escrita en herramientas de IA, más allá de los problemas de integridad académica. El enfoque combina argumentos teóricos que entienden la escritura como un proceso cognitivo formativo con evidencias empíricas recientes que muestran una disminución de la actividad y conectividad cerebral cuando el esfuerzo intelectual se externaliza. Aunque la IA puede mejorar la calidad superficial de los textos, este beneficio no garantiza el desarrollo de competencias como la organización del pensamiento y la elaboración conceptual. Además, sus efectos dependen del nivel previo del estudiante, lo que podría ampliar desigualdades. Se concluye que evitar el esfuerzo cognitivo tiene un coste directo en la autonomía y profundidad del pensamiento.

**Palabras clave:** inteligencia artificial generativa, escritura académica, desarrollo cognitivo, educación universitaria, filosofía y pensamiento

## Eres un máquina

Las nuevas tecnologías han facilitado enormemente nuestra vida. Sin embargo, el mundo cultural y educativo actual está preocupado por el efecto que las redes sociales y la conexión a internet tiene sobre nuestros niños y jóvenes [1,2]. A esa preocupación se añade la reciente irrupción de la GenAI en la enseñanza [3]. En el ámbito universitario existe cierto estupor de los docentes debido al uso fraudulento que se está haciendo de la GenAI [4]. Aunque quizás nos debería preocupar aún más que la GenAI pueda afectar nuestro desarrollo cognitivo y habilidades complejas, como la escritura.

Construir un texto obliga a reorganizar ideas, explicitar supuestos y detectar incoherencias internas [5-8]. Este proceso es lento, imperfecto y cognitivamente exigente, pero precisamente por ello es formativo. Merece la pena señalar la imperfección como un elemento esencial en los aprendizajes que sustenta la escritura [9]. La IA, al despojarnos de nuestros errores, nos evita el conocimiento de nuestras inseguridades y debilidades y con ello nos impide el afrontamiento necesario para evitarlas. También nos desposee del esfuerzo personal al que conduce dicho afrontamiento. Los textos que nos proporciona la IA son prototípicos, adaptados a las normas discursivas, que disuelven cualquier rastro de sello personal en el texto y por tanto desdibujando cualquier marca individual en nuestra posición intelectual. Perder la capacidad para componer un texto coherente, que exprese ideas elaboradas, puede resultar equivalente a perder la capacidad de pensar de forma compleja.

Los estudios al respecto muestran que la delegación sistemática en agentes externos reduce la actividad mental y en el largo plazo termina debilitando la calidad del aprendizaje [10]. Cuando el esfuerzo intelectual desaparece, también lo hace gran parte del beneficio cognitivo que genera. En un reciente estudio se registró la actividad cerebral de universitarios mientras componían un texto académico. Se compararon tres grupos organizados según el nivel de uso de la IA. El grupo “Mente” compuso textos sin ayuda de la IA. El grupo “Búsqueda” podía utilizar herramientas de búsqueda en la red. Finalmente, el grupo “IA” podía apoyarse sin restricciones en la IA generativa. Los resultados fueron impactantes. En primer lugar, los participantes del grupo “Mente” mostraban una conectividad cerebral mucho mayor que los otros dos grupos durante las

4 sesiones experimentales, ocupando una posición intermedia el grupo “Búsqueda”. En la sesión final se produjo un intercambio de condiciones entre los grupos “Mente” y “IA”. Se encontró que el grupo “IAàMente” presentaba una actividad y conectividad cerebral claramente más débil que el grupo “Mente” original, mientras que los del grupo “MenteàIA” demostraron una mejor retención de información que la exhibida por el grupo “IA” original. Estas diferencias también se trasladaron al grado de identificación personal con el texto o la facilidad para citar su contenido [11-18].

Por otro lado, conocemos estudios que indican efectos positivos en la habilidad de los estudiantes que usan la IA para componer textos académicos [19]. Aunque resulta alentador señalar las ventajas de esta nueva herramienta, que está aquí para quedarse, no debemos realizar una valoración apresurada. En muchos de los estudios favorables, la mejora se refiere a la calidad del texto, que presenta una mejor organización y redacción que el texto habitual de un estudiante promedio. En nuestra experiencia como profesor universitario hemos calificado textos de los que estamos convencidos de que se han elaborado con un apoyo importante en una GenAI. Hemos asignado buenas calificaciones, pero ya no es posible hacer la misma inferencia de antaño: el autor podría no disponer de las destrezas y conocimientos otrora aseguraba un texto bien elaborado.

Una cuestión digna subrayar es que las posibles ventajas que puede suponer el uso de la IA están mediadas por la previa formación del estudiante [20]. Algunos estudiantes, especialmente aquellos con menos capacitación, pueden tener dificultades para aprovechar genuinamente las herramientas de IA para su aprendizaje o incluso puede suceder que ésta constituya un freno para su desarrollo intelectual. Esto apunta a una posibilidad que debería preocuparnos, ya que es posible que la GenAI esté produciendo un nuevo «efecto mateo» en el desarrollo cognitivo, similar al ya descrito en otros ámbitos de la educación, como el aprendizaje de la lectura [21-24]. El riesgo no es solo que los estudiantes escriban y lean menos, sino que piensen menos o lo hagan de una forma más superficial, una vez que quedan exentos de las tareas cognitivas que obligan al escritor a reflexionar con cierto grado de profundidad y complejidad.

Por todo lo expuesto estimamos que sería conveniente una consideración más detallada de las posibles consecuencias educativas y personales que podría acarrear el lanzarnos alegremente en brazos de la IA para que resuelva nuestros problemas a la hora de generar

textos [25]. Es posible que creamos que la IA es la materialización de una vieja ilusión: un robot incansable que realiza a la perfección todas las tareas que nos resultan tediosas o ingratas y que nos libera el tiempo para dedicarlo al ejercicio de nuestras cualidades más elevadas. Hay un precio a pagar por evitar ciertos esfuerzos. Quizás la idea podría formularse cambiando el adagio que dice: “si cree que educar es caro, pruebe a no educar” convirtiéndolo en “si cree que el esfuerzo cognitivo es problemático, pruebe a no esforzarse”.

1. Heyes, K. (2018, agosto 6). *La salud mental en las redes sociales*. <https://doi.org/10.64628/AAO.wmcn9rj53>
2. Jiménez, V., Arriba, M., & Sarralde, R. (2023). Adolescentes y redes sociales: Pros y contras. *The Conversation*. <https://doi.org/10.64628/AAO.97r3yaaed>
3. Madden, M., Calvin, A., Hasse, A., & Lenhart, A. (2024). *The Dawn of the AI Era: Teens, Parents, and the Adoption of Generative AI at Home and School*. Common Sense. <https://www.common sense media.org/es/investigaci%C3%B3n/el-amanecer-de-la-era-de-la-ia-adolescentes-padres-y-la-adopcion-de-la-ia-generativa-en-casa-y-en-la>
4. Tartaglia, Z., & Cevasco, J. (2025). Integridad académica en estudiantes universitarios en países hispanohablantes: Una revisión sistemática desde 2019 a 2024. *Escritos de Psicología - Psychological Writings*, 18(2), 104-112. <https://doi.org/10.24310/escpsi.18.2.2025.21442>
5. Flower, L. S., & Hayes, J. R. (2015). La teoría de la redacción como proceso cognitivo. En *Textos en Contexto*.
6. Scardamalia, M., & Bereiter, C. (1992). Dos modelos explicativos de los procesos de composición escrita. *Infancia y Aprendizaje*, 15(58), 43-64. <https://doi.org/10.1080/02103702.1992.10822332>
7. Bjork, R. A., Dunlosky, J., & Kornell, N. (2013). Self-Regulated Learning: Beliefs, Techniques, and Illusions. *Annual Review of Psychology*, 64(1), 417-444. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-113011-143823>
8. Clark, A. (2011). *Supersizing the mind: Embodiment, action, and cognitive extension*. Oxford Univ. Press.

9. Zhai, C., Wibowo, S., & Li, L. D. (2024). The effects of over-reliance on AI dialogue systems on students' cognitive abilities: A systematic review. *Smart Learning Environments*, 11(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s40561-024-00316-7>
10. Barr, N., Pennycook, G., Stolz, J. A., & Fugelsang, J. A. (2015). The brain in your pocket: Evidence that Smartphones are used to supplant thinking. *Computers in Human Behavior*, 48, 473-480. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.02.029>
11. Longcamp, M., Boucard, C., Gilhodes, J.-C., & Velay, J.-L. (2006). Remembering the orientation of newly learned characters depends on the associated writing knowledge: A comparison between handwriting and typing. *Human Movement Science*, 25(4-5), 646-656. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2006.07.007>
12. Mangen, A., Anda, L. G., Oxborough, G. H., & Brønnick, K. (2015). Handwriting versus keyboard writing: Effect on word recall. *Journal of Writing Research*, 7(2), 227-247. <https://doi.org/10.17239/jowr-2015.07.02.1>
13. Marín, J., Pérez-Sánchez, M. A., & Vasylets, O. (2023, septiembre 10). *Lo que el teclado se llevó: ¿qué hemos perdido al dejar de escribir a mano?* <https://doi.org/10.64628/AAO.jnfnr7qhe>
14. Markman, A. B., & Brendl, C. M. (2005). Constraining Theories of Embodied Cognition. *Psychological Science*, 16(1), 6-10. <https://doi.org/10.1111/j.0956-7976.2005.00772.x>
15. Pearson, H. (2025). Are the Internet and AI affecting our memory? What the science says. *Nature*, 638(8049), 26-28. <https://doi.org/10.1038/d41586-025-00292-z>
16. Sloman, S. (with Fernbach, P.). (2017). *The Knowledge Illusion: Why We Never Think Alone*. Penguin Publishing Group.
17. Vasylets, O., & Marín, J. (2022). Pen-and-Paper versus Computer-Mediated Writing Modality as a New Dimension of Task Complexity. *Languages*, 7(3), 195. <https://doi.org/10.3390/languages7030195>
18. Zhai, C., Wibowo, S., & Li, L. D. (2024). The effects of over-reliance on AI dialogue systems on students' cognitive abilities: A systematic review. *Smart Learning Environments*, 11(1), 28. <https://doi.org/10.1186/s40561-024-00316-7>
19. Zhao, Y., Yue, Y., Sun, Z., Jiang, Q., & Li, G. (2025). Does Generative Artificial Intelligence Improve Students' Higher-Order Thinking? A Meta-Analysis Based on 29 Experiments and Quasi-Experiments. *Journal of Intelligence*, 13(12), 160. <https://doi.org/10.3390/jintelligence13120160>

20. Heilala, V., Sikström, P., Setälä, M., & Kärkkäinen, T. (2025). Artificial intelligence competence of K-12 students shapes their AI risk perception: A co-occurrence network analysis. arXiv preprint arXiv:2512.04115.
21. Stanovich, K. E. (1986). Matthew effects in reading: Some consequences of individual differences in the acquisition of literacy. *Reading Research Quarterly*, 21(4), 360-407. <https://doi.org/10.1598/rrq.21.4.1>
22. Desmurget, M. (2023). *La fábrica de cretinos digitales: Los peligros de las pantallas para nuestros hijos* (Primera edición: septiembre de 2020; Sexta impresión: marzo de 2023). Península.
23. Fisher, M., Goddu, M. K., & Keil, F. C. (2015). Searching for explanations: How the Internet inflates estimates of internal knowledge. *Journal of Experimental Psychology: General*, 144(3), 674-687. <https://doi.org/10.1037/xge0000070>
24. Haidt, J. (2024). *The anxious generation: How the great rewiring of childhood is causing an epidemic of mental illness*. Penguin Press.
25. Carreres, F. (2025, marzo 25). La Comunidad limita las pantallas en el aula a una hora al día en Primaria y a dos en la ESO. *La Verdad - Murcia*. <https://www.laverdad.es/murcia/comunidad-limita-pantallas-aula-hora-dia-primaria-20250325112630-nt.html>