

# La IA dispara los riesgos de los patrones más adictivos y engañosos de internet

Especialistas alertan que el uso de esta tecnología puede relegar acciones como el descanso, el estudio y la socialización.

Agencia EFE

**L**a inteligencia artificial (IA), con una capacidad de generar contenidos de ocio completamente personalizados y prácticamente interminables, está disparando los patrones más adictivos y engañosos de internet, según los expertos, que sitúan a los menores y a los adolescentes como los más vulnerables ante una tecnología diseñada para maximizar el tiempo que una persona pasa ante una pantalla.

Esta tecnología permite adaptar prácticamente en tiempo real el contenido que ofrecen las plataformas o servicios de internet (redes sociales, videos o videojuegos) a los gustos de cada usuario, lo que implica un riesgo directo, pero también implica numerosos riesgos indirectos, ya que puede relegar otras tareas o hábitos imprescindibles, como el descanso, el estudio, las relaciones sociales, las actividades al aire libre u otras formas de ocio.

Los patrones adictivos son aquellos comportamientos repetitivos que una persona adopta de manera compulsiva y que le resultan difíciles de controlar, y además de con sustancias (como el alcohol, el tabaco o las drogas) pueden dar la cara con determinadas conductas o hábitos, como el juego, la comida o el uso de las pantallas y de internet, y en este caso los sistemas de inteligencia artificial están multiplicando las pautas más dañinas.

Para prolongar el tiempo que los usuarios pasan en algunas plataformas digitales, éstas emplean técnicas que inducen al 'scroll infinito' o a la reproducción automática para que una persona se mantenga enganchada sin darse cuenta del tiempo que está empleando, para crear una falsa sensación de ur-

gencia mediante alertas constantes o para infundir temor a perderse algo importante cuando la persona está desconectada.

## SESGO PLANIFICADO

Sergio Rodríguez, consultor de la Agencia Ejecutiva Europea de Investigación (REA), no tiene dudas de cómo la IA ha disparado esos riesgos asociados a los patrones más adictivos de internet ni de que las pantallas están sustituyendo al ágora como espacio de socialización, y alerta de que la población que más las utiliza -los jóvenes- es también la que menos recursos emocionales tiene.

"La población entre los 12 y los 21 años percibe el mundo a través de ese marco planificadamente sesgado, con el agravante de que contiene intencionadamente elementos adictivos", ha señalado a EFE Sergio Rodríguez, que asevera que "los adolescentes sienten que controlan el mundo desde la palma de su mano, cuando en realidad es precisamente al revés".

Durante los últimos meses se han sucedido los trabajos de investigación que alertan del potencial adictivo de la inteligencia artificial por su capacidad de generar contenidos completamente personalizados y de una forma infinita; que advierten de los riesgos para la salud mental, sobre todo de los menores, y de los peligros que se esconden en los entornos digitales y que se pueden exacerbar debido a la irrupción de esta disruptiva tecnología.

Los adolescentes sienten que controlan el mundo desde la palma de su mano, cuando en realidad es precisamente al revés.

SERGIO RODRÍGUEZ  
CONSULTOR REA



La inteligencia artificial ha irrumpido en gran parte de las actividades humanas.

Los adolescentes sienten que controlan el mundo desde la palma de su mano, cuando en realidad es precisamente al revés.

SERGIO RODRÍGUEZ  
CONSULTOR REA

que no sólo son atractivas, sino también "engañosas y adictivas" y que en muchos casos recopilan además muchos datos personales.

Eos patrones consiguen por ejemplo cambios de conducta en muchas personas que pueden ser considerados como síntomas de una adicción -como desbloquear de forma inconsciente un teléfono móvil cada pocos minutos-, ha señalado la AEPD en su informe, en el que señala que la naturaleza "omnipresente" de esos patrones de diseño adictivos puede tener consecuencias de largo alcance

ce y que la exposición prolongada a ellos puede tener efectos perjudiciales para la salud (como alteraciones del sueño o mayores niveles de estrés o ansiedad).

## DESINTOXICACIÓN

Entre las medidas para protegerse de esos patrones y para favorecer la 'desintoxicación digital', este organismo plantea una combinación de concienciación personal y auto-disciplina, así como estrategias prácticas, como deshabilitar las notificaciones para no acudir de forma constante a las pantallas, desactivar las reproducciones automáticas, establecer límites de tiempo o revisar la configuración de todas las aplicaciones.

Sergio Rodríguez, consultor de la REA y profesor en la Universitat Abat Oliba CEU de Barcelona (España), ve también posibilidades de poner coto a esos patrones, tanto desde la formación como desde la regulación, y ha subrayado en ese sentido la importancia de que las familias

y la escuela formen a los niños y los jóvenes en el buen uso de la inteligencia artificial, de que ese uso sea "progresivo, crítico y creativo", y de evitar la larga exposición a los dispositivos.

A su juicio, la UE ha puesto el acento en algo fundamental, la regulación, "pero apenas hemos dedicado re-

SHUTTERSTOCK

## NOTIFICACIÓN

Primer Juzgado Familiar Santiago, Av. General Mackenna 1477, 3º piso, Santiago, causa RIT C-2636-2023, sobre Impugnación y reclamación de filiación, caratulada "CASTILLO/SILVA" notifica de conformidad a lo prevenido en artículo 54 Código de Procedimiento Civil a VÍCTOR ARIEL DÍAZ YÁÑEZ, RUN N° 15.464.924-7 de sentencia definitiva dictada por Juez dona Romina Muñoz Rívano, en audiencia de fecha 08 de mayo de 2025, la que en su parte resolutiva dispone: Por estas consideraciones, se declara: 1.- Que se hace lugar a la demanda de impugnación de paternidad interpuesta por doña CAROLINA ANDREA CASTILLO SÁEZ, RUN 13.926.842-3 y se declara que don VÍCTOR ARIEL DÍAZ YÁÑEZ, RUN 15464924-7 no es padre de filiación no matrimonial de JAVIERA ANTONIA DÍAZ CASTILLO, RUN 22.944.213-9. 11.- Que se hace lugar a la demanda de reclamación de paternidad interpuesta por doña CAROLINA ANDREA CASTILLO SÁEZ, RUN 13.926.842-3 y se declara que don ARIEL ANDRÉS SILVA RIQUELME, RUN 13.933.403-5 es padre de filiación no matrimonial de JAVIERA ANTONIA DÍAZ CASTILLO, RUN 22.944.213-9, nacida el día 11 de febrero del 2009 e inscrita bajo el N°651 de Registro del Año: 2009 correspondiente a la circunscripción de VITACURA, del Servicio de Registro Civil e Identificación. 111.- Ejecutoriada que sea la presente sentencia subinscribase al margen de la respectiva partida de nacimiento, debiendo oficiarlo lo aquí resuelto al Servicio de Registro Civil e Identificación. IV.- No se condena en costas a los demandados por estimar que han tenido motivos plausibles para litigar. Santiago, nueve de mayo de dos mil veinticinco.

Miguel Durán Tapia  
Ministro de Fe  
Primer Juzgado de Familia de Santiago