EL PINGUINO

Fecha: 26/03/2026 Audiencia: 15.600 Sección: OPINION
Vpe: $241.793 Tirada: 5.200 Frecuencia: 0
Vpe pág: $1.035.072 Difusión: 5.200
Vpe portada: $1.035.072 Ocupación: 23,36%

SANDRA ALCINA,
ACADÉMICA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHILE

Inteligencia artificial, universidad y salud mental

La inteligencia artificial se está integrando en la forma en que pensamos, aprendemos y nos relacionamos. Los estudiantes utilizan inteligencia artificial para resumir contenidos, responder preguntas, redactar informes e incluso orientar decisiones académicas. En el ámbito de la salud, su uso comienza a extenderse como apoyo en procesos de aprendizaje clínico.

A primera vista, esto parece un avance incuestionable. Y en muchos aspectos lo es. La inteligencia artificial permite optimizar tiempos, mejorar el acceso a la información y democratizar herramientas que antes estaban restringidas. Sin embargo, el problema no radica en su uso, sino en la ausencia de límites.

En el contexto universitario, se observa una tendencia preocupante: la externalización progresiva del pensamiento. Procesos fundamentales como el análisis crítico, la formulación de hipótesis o la argumentación están siendo reemplazados por respuestas inmediatas generadas por sistemas que, aunque sofisticados, no comprenden realmente el contexto ni la complejidad humana.

Esto no es un problema tecnológico. Es un problema formativo.

La educación superior no tiene como objetivo producir respuestas rápidas, sino formar criterio. Y el criterio no se construye evitando el esfuerzo cognitivo, sino precisamente enfrentándolo.

Pero hay un segundo nivel de preocupación que aún no ha sido suficientemente discutido en Chile: el impacto en la salud mental.

A nivel internacional han comenzado a documentarse casos donde la interacción prolongada con sistemas de inteligencia artificial ha generado dependencia emocional, distorsión de la realidad e incluso conductas de riesgo en personas vulnerables. La capacidad de estos sistemas para simular empatía, validación y cercanía puede transformarse en un factor de riesgo cuando reemplaza vínculos humanos reales.

Este fenómeno se relaciona con conceptos como la antropomorfización: esa tendencia a atribuir características humanas a una máquina y la creación de entornos de validación constante, donde el usuario no es confrontado, sino reforzado en sus propias ideas.

En un país donde los problemas de salud mental en estudiantes universitarios han aumentado de manera sostenida en los últimos años, este escenario debería ser motivo de alerta. La soledad, la ansiedad y la sobreexigencia encuentran en estas herramientas una respuesta inmediata, pero no necesariamente saludable.

La universidad, como espacio formador, no puede quedar al margen de esta discusión. No basta con incorporar inteligencia artificial en los procesos educativos. Es imprescindible formar en su uso crítico, establecer límites claros y comprender que no todas las soluciones tecnológicas son, por definición, soluciones humanas.

Chile enfrenta hoy un desafío que no es menor: avanzar en innovación sin sacrificar la formación del pensamiento crítico ni el bienestar de las personas. El verdadero riesgo no es que las máquinas piensen como humanos, sino en que los humanos dejemos de pensar como tales.