

Especialistas hablan de efectos en el lenguaje, la memoria y la planificación

# Apagón mental: estudio del MIT concluye que escribir con la ayuda del ChatGPT disminuye la actividad cerebral

“Escribir a mano o en teclado no solo es una forma de comunicarnos, sino una poderosa herramienta para pensar”, dice Solange Siegle.



FABIÁN LLANCA

“Tu cerebro y ChatGPT: acumulación de deuda cognitiva al utilizar un asistente de inteligencia artificial para tareas de escritura” se titula la investigación realizada por académicos, neurocientíficos y lingüistas del Instituto de Tecnología de Massachusetts, MIT, que detectó dispares activaciones cerebrales entre personas que usan herramientas generativas para escribir comparadas con otras que redactan sin esa ayuda (<https://acortar.link/ZA9c4p>).

El estudio conformó tres grupos de redactores para escribir textos breves. El primer grupo prescindió de internet y solo se apoyó en sus conocimientos; otro grupo trabajó con Google, y el tercero tuvo acceso a ChatGPT. Mientras cumplían las tareas encomendadas, los cerebros de los participantes estaban conectados a electrodos, sometidos a electroencefalografías. El equipo encabezado por la doctora en informática Natalia Kosmyna, del Media Lab del MIT, concluyó que el grupo sin ayuda registró 34% menos de conectividad cerebral, el grupo que tuvo acceso a Google activó 48% menos su cerebro, y quienes tuvieron a mano ChatGPT bajó su actividad cerebral en 55%.

“Cuando los participantes reproducen las sugerencias sin evaluar su exactitud o pertinencia, no sólo renuncian a apropiarse de las ideas expresadas, sino que corren el riesgo de interiorizar perspectivas superficiales o distorsionadas”, concluye el estudio.

Para Solange Siegle, académica de la facultad de Educación de la Universidad San Sebastián, “escribir a mano o en teclado no solo es una forma de comunicarnos, sino una poderosa herramienta para pensar. Cuando escribimos se activa una red compleja en el cerebro que involucra áreas del lenguaje, la memoria y la planificación, fortaleciendo nuestra capacidad para organizar ideas, reflexionar

**Los textos escritos con plataformas generativas son muy estructurados, tienen poca creatividad y el acercamiento personal a los temas casi no existe.**

y aprender”.

Aunque leer, resolver crucigramas o hacer sudokus también estimula funciones cognitivas como la atención, el razonamiento verbal o la memoria de trabajo, agrega Siegle, “la escritura se destaca por integrar múltiples procesos mentales de forma simultánea. En síntesis, si bien todas estas prácticas aportan al desarrollo cognitivo, la escritura se distingue por su capacidad para integrar pensamiento, lenguaje y acción de manera simultánea y profunda”.

Cuando el ejercicio de escribir se abandona por estrés o exceso de pantalla, apunta Marina Gaínza, neuropediatra de la Sociedad Chilena de Medicina del Estilo de Vida (Sochimev), “el cerebro pierde conectividad, como un músculo que se deja de ejercitar. Escribir con IA apaga el cerebro. Esto es especialmente relevante durante la infancia, la adolescencia y la juventud, etapas en que el cerebro está en plena transformación. En este período, escribir no es solo cumplir con una tarea: es aprender a pensar, a argumentar, a cuestionar y a encontrar una voz propia”.

Iván Llanos, académico de la escuela de Ingeniería en Ciberseguridad de la Universidad de

Las Américas, profundiza que “el estudio comprobó que los textos creados por personas que usaban IA eran bastante estructurados, con poca creatividad, no existe o es mínimo el acercamiento personal hacia la temática y los mismos autores no recordaban lo que habían escrito. En su contraparte los que escribieron usando solo su cerebro tenían mayor actividad cerebral recordando casi todo lo generado en sus escritos, algo que académicamente fija un referente de observación”.

**¿Qué elementos evidencian la autoría generativa de un texto comparado con un autor humano?**

“Hasta ahora existen varios elementos que permiten distinguir los textos generados por IA de textos generados por una persona, algunos de ellos guardan relación con la mayor integración y participación que tienen los textos generados por humanos. La contraparte cuenta con un trato distante, tiene problemas para incorporar adecuadamente la narratividad en los textos elaborados por IA, existen serias deficiencias en cuanto a especificidad, profundidad y precisión en la referencia de fuentes bibliográficas, entre otros aspectos. La IA podría servir

de manera exponencial para trabajos o escritos académicos, pero es limitada y requiere una revisión profunda de los mismos en relación con lo expuesto en ellos”.

Marina Gaínza, neuropediatra de Sochimev, refiere que “la inteligencia artificial puede ser una gran aliada para mejorar nuestra productividad, pero también puede volverse un problema cuando reemplaza el proceso de pensar por uno mismo. Y eso es justamente lo que está pasando en muchas escuelas y universidades: estudiantes que entregan tareas perfectas generadas por IA, pero que no entienden, no recuerdan y no se conectan con lo que escribieron”.

**Entonces, ¿la IA nos vuelve menos capaces?**

“Aún se necesitan más estudios para entender si estos efectos ocurren sin importar cómo se use la IA, pero me impresiona que el problema, más que la herramienta en sí, es el uso que le damos. Cuando se emplea como apoyo -para revisar un texto ya escrito, mejorar el estilo o terminar de traducir un párrafo- puede ser una aliada valiosa. Pero cuando sustituye el proceso de pensar y escribir, nos vuelve dependientes, reduce el esfuerzo mental y vuelve superficial el aprendizaje”.