



2

Estudiar con IA

2.1 MI VIDA UNIVERSITARIA CON INTELIGENCIA ARTIFICIAL

El otro día abrí el portátil para empezar un trabajo y, antes incluso de abrir Illustrator, ya estaban abiertas automáticamente las mismas pestañas de siempre. Spotify. Pinterest. WhatsApp Web. El campus virtual cargando lento como si estuviera atravesando una crisis existencial propia. Y ChatGPT.

Lo raro es que ni siquiera tuve que pensar en abrirlo.

Simplemente ya estaba ahí.

Después me quedé un momento mirando la pantalla con esa sensación incómoda que aparece cuando descubres que algo ha entrado en tu rutina antes de que hayas decidido conscientemente permitirle entrar. Porque hace no tanto tiempo ChatGPT era esa herramienta nueva de la que hablaba internet entero. Todo parecía exageradísimo. Gente diciendo que cambiaría la educación, el trabajo, la creatividad y prácticamente la estructura completa de la

civilización mientras otros aseguraban que solo servía para hacer redacciones mediocres y copiar deberes.

Ahora ya no funciona así.

Ahora está mezclado con mi vida universitaria de una forma mucho más silenciosa y cotidiana. Está ahí mientras organizo entregas, mientras intento entender textos imposibles, mientras preparo presentaciones o mientras busco una idea visual después de demasiadas horas despierta. Ya no aparece como el futuro. Aparece como una pestaña más del navegador.

Por eso da un poco más de miedo.

Porque las cosas realmente importantes rara vez llegan con música épica de ciencia ficción. Normalmente se vuelven normales poco a poco hasta que un día te das cuenta de que ya no recuerdas exactamente cómo trabajabas antes.

Hay días donde utilizo IA durante horas sin ser completamente consciente de cuánto participa realmente en mi forma de estudiar. No porque haga las cosas por mí, sino porque está integrada en pequeñas partes del proceso constantemente. Me ayuda a ordenar ideas, resumir PDFs eternos, reorganizar textos, desbloquear proyectos o simplemente bajar un poco el ruido mental cuando llevo demasiadas horas saturada y mi cabeza empieza a funcionar exactamente igual que el escritorio de mi portátil: lleno de pestañas abiertas y cosas a medio terminar.

A veces siento que ChatGPT funciona como una especie de segunda capa mental. Como alguien reorganizando piezas

detrás del escenario mientras yo intento sobrevivir a otra semana de entregas.

Y lo más extraño es que ya no me parece raro.

Está rutina de las cosas más importantes de estudiar con IA ahora mismo. La normalidad con la que se ha integrado en la rutina universitaria. No aparece solo en momentos dramáticos donde estás completamente bloqueada o desesperada. Aparece en situaciones más pequeñas y cotidianas. Cuando no sabes cómo empezar una introducción. Cuando intentas aclarar una idea. Cuando llevas demasiadas horas trabajando y ya no distingues bien entre cansancio y falta de concentración.

Maite dijo hace poco que nuestra generación ya estudia acompañada.

La otra noche estábamos haciendo un trabajo grupal por Discord y hubo un momento absurdo donde los tres nos quedamos callados escribiéndole cosas distintas a ChatGPT al mismo tiempo. Dani estaba pidiendo una estructura para una presentación, Maite reorganizaba un texto y yo intentaba encontrar una dirección visual que no pareciera sacada directamente de Pinterest después de una crisis emocional colectiva.

En un momento Dani levantó la vista y dijo:

—Esto ya parece trabajo en equipo pero con otra "invitada" sentada en la mesa.

Nos reímos, pero nadie dijo que estuviera exagerando.

Porque la IA ya no aparece únicamente como herramienta. Es una presencia constante dentro del proceso universitario. Está ahí durante las entregas, durante las dudas, durante el caos organizativo, durante los bloqueos mentales y durante esas noches donde llevas tantas horas despierta que cualquier mínima ayuda externa es un apoyo emocional.

Y eso cambia cosas.

No siempre de forma evidente.

No siempre de forma dramática.

Pero las cambia.

Una de las razones por las que todo esto resulta tan extraño es que la IA universitaria real no se parece absolutamente nada a la imagen futurista que imaginábamos hace unos años. No hay robots caminando por los pasillos ni profesores sustituidos por hologramas absurdos. Nadie está entrando a clase acompañado de androides plateados mientras suena música distópica.

Lo que hay es algo más cotidiano y difícil de detectar.

Hay estudiantes agotados intentando llegar a todo.

Hay gente sobreviviendo a PDFs imposibles.

Hay grupos de clase activos a las tres de la mañana.

Hay personas intentando mantener cierta estabilidad mental dentro de una universidad que funciona como una fábrica constante de entregas, tareas y sensación de urgencia.

Y en medio de todo eso aparece una herramienta capaz de reducir parte del caos.

Claro que termina integrándose tan rápido.

Es evidente en la biblioteca. Desde fuera parece que todo sigue igual. Mesas llenas de apuntes, auriculares, cafés y estudiantes aparentando estabilidad emocional mientras claramente están entrando en combustión interna. Pero luego miras las pantallas reflejadas y ChatGPT aparece constantemente. Resumiendo textos. Explicando conceptos. Reorganizando trabajos. Simplificando artículos académicos escritos con un nivel de complejidad completamente innecesario para cualquier ser humano funcional.

Hace poco Maite leyó en voz alta un fragmento de teoría visual y dijo:

—Esto no es lenguaje académico. Esto es violencia comunicativa.

Nos reímos. Más de lo normal probablemente. Pero era una de esas risas de agotamiento colectivo donde cualquier cosa ligeramente absurda termina pareciendo un evento histórico.

Mucha gente habla de estudiantes usando IA como si todo se redujera a vagancia o facilidad, pero lo que veo alrededor es muy distinto.

Lo que veo es cansancio.

Saturación.

Gente intentando sostener demasiadas cosas al mismo tiempo.

La IA aparece en ocasiones ahí, justo en medio del agotamiento.

No sustituyendo completamente el trabajo.

No pensando mágicamente por ti.

Pero sí reduciendo parte del peso organizativo y mental constante.

Y eso genera una relación muy rara con la herramienta.

Porque empiezas utilizándola para tareas concretas y de repente descubres que forma parte de tu manera de estudiar sin haber tomado nunca una decisión clara al respecto. Igual que pasó con el móvil, las redes sociales o Spotify. Un día simplemente estaban ahí todo el tiempo.

Con ChatGPT empieza a ocurrir algo parecido.

Ahora muchas veces antes de empezar cualquier trabajo ya sé más o menos en qué momento voy a abrirlo. Igual que sé cuándo pondré música o cuándo entraré al campus virtual para descargar materiales. Se ha convertido en una parte completamente integrada del entorno universitario cotidiano.

Y eso modifica pequeñas cosas constantemente.

La forma en la que empiezas proyectos.

La paciencia que tienes frente a ciertos bloqueos.

La manera de organizar información.

El tiempo que permaneces sola con una duda antes de buscar ayuda externa.

Incluso cambia la sensación de esfuerzo.

Hay trabajos que antes parecían montañas enormes y ahora resultan mucho más manejables simplemente porque sabes que existe una herramienta capaz de ayudarte a estructurar el caos inicial. Esto es increíble cuando estás saturada.

El problema es que también empieza a cambiar tu relación con algunas partes del pensamiento.

Porque una cosa es ayudarte a ordenar ideas y otra muy distinta acostumbrarte a no permanecer demasiado tiempo sola dentro de la confusión antes de buscar inmediatamente apoyo externo.

Esa línea empieza a volverse difusa.

Esto se vuelve especialmente evidente en cualquier trabajo. Antes había más tiempo de espera: más rato sin saber exactamente cómo empezar, más momentos en los que no quedaba otra que sentarte frente a la pantalla y convivir un poco con el caos mental hasta encontrar una dirección.

Ahora salto directamente esa parte:

- Abro ChatGPT.
- Pido una estructura.
- Un enfoque.
- Una forma de empezar.

Reduce una parte del recorrido mental donde antes tenía que ordenar ideas sola durante más tiempo.

No sé todavía si eso es bueno, malo o simplemente diferente. Probablemente las tres cosas al mismo tiempo.

Lo único que sé es que estudiar ya no es igual.

Y no porque la IA haya convertido la universidad en una película futurista extraña, sino porque se ha vuelto demasiado cotidiana. Porque está integrada en pequeños momentos normales. Porque ya no aparece como algo excepcional.

Simplemente forma parte del paisaje mental universitario.

Está ahí mientras haces trabajos.

Mientras sobrevives a semanas imposibles.

Mientras reorganizas apuntes.

Mientras intentas producir ideas después de dormir cuatro horas.

Y al mismo tiempo algo cambia por debajo.

Muy despacio.

Casi sin darte cuenta.

Hasta que un día abres el portátil, ves ChatGPT ya abierto antes incluso de empezar a trabajar y piensas:

—Vale. Creo que ya no estudio igual que antes.