

La Generación IA

Cómo educar a tus hijos en la era de la inteligencia artificial

Adelanto gratuito — Prólogo y Capítulo 1

por Jorge Fernández Águila

Prólogo · La primera generación

Hay una escena que probablemente ya has visto en tu propia casa, aunque no le dieras importancia.

Un niño pequeño, todavía incapaz de leer, le habla a un altavoz o a un móvil y le hace una pregunta. Y una voz tranquila, segura, le responde. El niño asiente y sigue jugando. Para él no tiene nada de extraordinario: siempre ha sido así. Ha nacido en un mundo donde existe una voz que lo sabe todo, que nunca se cansa y que siempre tiene una respuesta.

Tu hijo pertenece a la **primera generación de la historia que no recordará un mundo sin inteligencia artificial**. Igual que tú no recuerdas un mundo sin electricidad, él no recordará uno sin máquinas que hablan, escriben, dibujan y responden. Para nosotros la IA es una novedad que llegó. Para ellos es, simplemente, el aire que respiran.

Eso no es bueno ni malo. Es nuevo. Y lo nuevo, cuando se trata de nuestros hijos, da vértigo. Es normal. Yo también lo he sentido.

Las otras escenas

La del niño y el altavoz es la escena bonita. Hay tres más que se repiten en miles de casas ahora mismo, y que probablemente son las que te han traído hasta aquí.

La de los deberes. Son las siete de la tarde. Tu hijo lleva veinte minutos en su cuarto y baja con el trabajo terminado. Está bien escrito. Está demasiado bien escrito. Y tú te quedas con una sensación rara que no sabes muy bien cómo nombrar, entre el alivio y la sospecha, sin tener claro si acabas de asistir a un atajo inteligente o a un aprendizaje que no ha ocurrido.

La de la conversación a solas. Descubres, por casualidad, que tu hija de trece años le ha contado a un chatbot algo que a ti no te ha contado. Puede ser una tontería. Puede no serlo. Lo que te remueve no es la máquina: es que ella eligiera la máquina.

La del vídeo que no existe. Llega al grupo del instituto un vídeo de una compañera. Es falso. Lo ha fabricado alguien de clase en diez minutos. Y de repente descubres que las herramientas de este libro no son solo una ayuda para estudiar: también son un arma, y está en el bolsillo de niños de catorce años.

Ninguna de las tres se resuelve con un tutorial. Las tres se resuelven con algo que ya sabes hacer, aunque ahora no lo parezca: educar a tu hijo. Este libro va de eso.

De dónde nace este libro

Nace de una convicción y de un cansancio.

La convicción es que **la respuesta no es el miedo**. Ni prohibir, ni demonizar, ni intentar retrasar lo inevitable. Tampoco el extremo contrario: rendirse, soltar a nuestros hijos en manos de la máquina y mirar hacia otro lado. La respuesta es la de siempre, la que sirvió con cada cambio que dio miedo antes: **educar**. Acompañar. Enseñar a usar bien lo que no se puede evitar.

El cansancio es de tanto libro sobre inteligencia artificial escrito desde la tecnología, lleno de términos y de herramientas que caducan en un año. Este no es ese libro. Este habla desde lo que de verdad importa cuando se trata de un hijo: la **educación, la psicología y el sentido común**. Con rigor —me apoyo en lo que dicen los grandes organismos internacionales y la neurociencia del desarrollo—, pero traducido al idioma de un padre o una madre con poco tiempo y muchas preguntas.

No vas a encontrar aquí “cómo usar tal aplicación”. Vas a encontrar respuestas a lo que de verdad te quita el sueño: *¿a qué edad?, ¿cuánto tiempo?, ¿y los deberes?, ¿le está haciendo tonto?, ¿le protejo o le preparo?, ¿qué le digo?*

Y vas a encontrar una idea que lo cambia todo, y que la ciencia respalda: **el cerebro de tu hijo se puede entrenar**. Esto no va solo de protegerle de la máquina. Va de fortalecer en él justo lo que la máquina amenaza —la atención, el esfuerzo, el criterio, la humanidad— para que crezca siendo alguien que **usa la IA sin que la IA lo use a él**.

No necesitas ser ingeniero. No necesitas entender cómo funciona un algoritmo por dentro. Necesitas lo que ya tienes: ser su padre o su madre, quererle y querer

entender el mundo en el que va a crecer. El resto te lo doy yo, capítulo a capítulo, con los pies en el suelo.

Las tres maneras de equivocarse

Antes de empezar, conviene reconocer los tres caminos fáciles. Los tres son comprensibles, los tres los he visto muchas veces, y los tres acaban en el mismo sitio.

El que prohíbe. Decide que en su casa no entra, y durante un tiempo funciona. El problema es que la prohibición no crea criterio: crea distancia. Tu hijo se encontrará con la IA igualmente —en el móvil de un amigo, en el ordenador del colegio, en su propio bolsillo a los catorce— pero para entonces habrá aprendido dos cosas que no querías enseñarle: que de esto en casa no se habla, y que tú no eres la persona a la que preguntar.

El que se rinde. Mira el tamaño del cambio, decide que le queda grande y suelta el timón. “Ellos ya nacen sabiendo.” No nacen sabiendo. Nacen sabiendo manejarla, que no es lo mismo que saber usarla. Un niño puede ser rapidísimo con una herramienta y no tener ni idea de cuándo esa herramienta le está haciendo daño. Esa parte es tuya y no la delega la biología.

El que delega. Confía en que el colegio se ocupará. Muchos colegios se están ocupando, y hay profesores haciendo un trabajo excelente con muy poco apoyo. Pero el colegio llega a las horas lectivas. No llega a la habitación a las once de la noche, ni al grupo de mensajería, ni a la conversación que tu hijo tiene consigo mismo mientras decide si copiar o no copiar. Ahí solo llegas tú.

Hay un cuarto camino, que es el de este libro, y no tiene nombre bonito: es acompañar. Es más trabajo que los otros tres. También es el único que sigue funcionando cuando tu hijo cumple dieciséis años.

Lo que este libro no es

Prefiero decírtelo ahora que decepcionarte en el capítulo cuatro.

No es un catálogo de herramientas. No hay comparativas ni listas de las mejores aplicaciones. Las de hoy no serán las de dentro de tres años, y tu hijo va a vivir cincuenta.

No es un libro técnico. Explico lo justo de cómo funciona una IA para que puedas tomar decisiones con criterio, y ni una línea más.

No es un tratado de alarma. Vas a encontrar riesgos serios tratados en serio, incluidos algunos duros. No vas a encontrar catástrofes infladas para que sigas leyendo.

Y no es un manual de instrucciones para tu hijo concreto. Nadie que no le conozca puede dártelo. Lo que te doy son principios, casos y conversaciones. La traducción a tu hijo la haces tú, que eres quien sabe.

Cómo leer este libro

Puedes leerlo de principio a fin, y está pensado para eso: los cinco bloques van de entender el terreno a actuar en casa. Pero también puedes usarlo como se usa un manual, entrando por donde te aprieta hoy.

Si lo que te preocupa **ahora mismo** son los deberes, ve al capítulo 11. Si has visto a tu hijo hablando con un chatbot como si fuera un amigo, al 6. Si tiene un móvil y ha llegado la adolescencia, al 13, y no te salgas de él sin leer la sección de las primeras veinticuatro horas. Si lo que quieres es poner normas de una vez, al 10.

Y si hoy solo tienes veinte minutos, haz esto: lee la guía por edades del apéndice A, busca el tramo de tu hijo, y quédate con la frase de esa etapa. Con eso ya tienes por dónde empezar esta misma semana. El resto del libro te explicará por qué.

Cada capítulo termina con dos cosas que no son relleno. “**Para recordar**” condensa lo esencial en cinco líneas, para releerlo dentro de un año en treinta segundos. “**Para pensar en casa**” son tres preguntas o ejercicios concretos: si haces solo uno por capítulo, este libro habrá servido para algo real.

Y al final tienes lo más práctico de todo: una **guía por edades, cuarenta preguntas** con su respuesta corta, un **acuerdo familiar** para imprimir y firmar

con tu hijo, una **guía de urgencias** para el día en que pase algo, y las **fuentes** por si quieres comprobar cada dato por tu cuenta. Te animo a que lo hagas.

Una nota sobre lo que sabemos y lo que no

Este libro cita informes de organismos internacionales, encuestas y trabajos de neurociencia del desarrollo. Quiero que sepas cómo hay que leerlos, porque es parte de lo que intento enseñar en estas páginas.

Los datos sobre niños e inteligencia artificial son **jóvenes**. Muchas de las cifras que verás vienen de encuestas hechas en los últimos años, en unos países y no en otros, con preguntas que a veces significan cosas distintas según a quién se le pregunte. Sirven para ver la dirección de las cosas y el tamaño del fenómeno. No sirven para hacer predicciones finas sobre tu hijo.

Y hay algo que aún no sabemos, por una razón sencilla: **no ha pasado tiempo suficiente**. Nadie ha seguido todavía a una generación entera criada con IA desde la guardería hasta la vida adulta. Cuando alguien te diga con total seguridad qué efectos tendrá esto a los treinta años, desconfía, aunque lo diga con muchos números.

Por eso, cuando en este libro no hay evidencia sólida, lo digo. Y cuando lo que te doy es criterio y no dato, también. Distinguir una cosa de la otra es exactamente la habilidad que queremos que tenga tu hijo. Sería raro no practicarla yo aquí.

Lo que sí es sólido, y no depende de ninguna encuesta, es lo que un niño necesita para crecer bien: esfuerzo, límites, conversación, sueño, juego, amigos de carne y hueso, y adultos que estén. Eso lleva funcionando mucho tiempo y no lo va a derogar ninguna tecnología.

Antes de empezar

Una advertencia honesta. Este libro no te va a dar certezas absolutas, porque no existen. Nadie ha criado todavía a una generación entera con inteligencia artificial, así que cualquiera que te prometa el manual definitivo te está vendiendo algo. Lo que sí te doy es lo mejor que hay hoy: lo que dice la evidencia disponible, lo que dicen los

organismos que estudian esto en serio, y criterio para las mil situaciones que ningún libro puede anticipar.

Y una última cosa, quizá la más importante. Si estás leyendo esto es porque te preocupa, y si te preocupa es porque estás. Esa es, con diferencia, la variable que más pesa en todo lo que viene a continuación. No la tecnología. Tú.

Tu hijo ya empezó este camino. Vamos a asegurarnos de que no lo hace solo.

Empecemos.

Capítulo 1 · Tu hijo ya usa la IA (aunque no lo sepas)

En este capítulo: cuántos niños usan ya la inteligencia artificial y para qué · por qué tu hijo va por delante de ti · qué cambia de verdad en su cabeza · y por qué prohibir no es la respuesta.

Tu hijo ya usa inteligencia artificial.

Puede que tú no lo sepas. Pero él sí. La usa para los deberes, para resolver dudas, a veces para hablar de lo que le preocupa. Y si no le enseñas tú a usarla bien, se lo enseñará la máquina, sola, sin criterio y sin ti delante.

Este libro va de que lo hagas tú.

Deja que estos datos te despierten

Durante un tiempo nos dijimos que la IA era cosa de mayores: oficinas, ingenieros, universidades. Olvídalo. En 2026, UNICEF preguntó directamente a los niños. Encuestó a chavales de 12 a 17 años y a sus padres en diez países —Armenia, Brasil, Colombia, República Dominicana, Jordania, México, Montenegro, Macedonia del Norte, Pakistán y Serbia— y esto es lo que encontró:

Al menos 20 millones de niños ya han usado inteligencia artificial. Hasta la mitad de los encuestados. No dentro de cinco años. Ahora.

La usan más del triple que sus padres. En tu casa, el que mejor maneja esto probablemente no seas tú. Es él.

Unos 13 millones la usan para estudiar y hacer los deberes. Es su herramienta de trabajo diaria, la conozcas tú o no.

Más de 2 millones —1 de cada 10— acuden a ella para pedir consejo sobre lo que les preocupa. Léelo otra vez. Hay niños que le cuentan a una máquina lo que no le cuentan a nadie más. Ni a ti.

Y antes de que pienses “ya, pero eso será lejos de aquí”: en Europa occidental la cifra es **mayor**, no menor. Internet Matters preguntó en 2025 a mil niños británicos de 9 a 17 años y a dos mil padres, y encontró que **el 64 % de los niños usa chatbots de IA**, que **el 42 % de ellos los usa para el trabajo del colegio** y —este es el que conviene leer despacio— que **más de un tercio dice que hablar con un chatbot es como hablar con un amigo**.

Dos de cada tres niños. En un país como el nuestro, con el mismo móvil en el bolsillo y la misma conexión.

Para de leer un segundo y deja que eso cale. La inteligencia artificial no es algo que *va a llegar* a la vida de tu hijo. **Ya está dentro**. En su habitación, en su móvil, en sus deberes y, a veces, en sus secretos.

La pregunta ya no es *si* la va a usar. La pregunta es: **¿quién le va a enseñar a usarla? ¿Tú, o la máquina?**

(Tienes la fuente exacta de estos datos y de todos los demás en el apéndice D, al final del libro. No te pido fe. Te pido que mires la evidencia y actúes.)

Lo que está cambiando en su cabeza

No te quedes en la discusión de siempre —“pantallas sí, pantallas no”—. Eso es quedarse en la superficie. La IA está cambiando tres cosas mucho más profundas en tu hijo. Conócelas, porque de ellas va el resto del libro.

Cómo aprende. Antes, saber algo costaba: buscar, leer, equivocarse, insistir. Ese esfuerzo *era* el aprendizaje. Ahora la respuesta llega entera, perfecta y en dos segundos. Y tu hijo puede empezar a confundir *tener la respuesta* con *haber aprendido*. No es lo mismo. Un niño que pregunta antes de pensar es un niño que deja de entrenar el músculo más importante que tiene: el suyo.

A quién cree. La máquina habla segura, ordenada, sin dudar nunca. Más convincente que un profesor que titubea o que un padre cansado. Si nadie le enseña lo contrario, tu hijo creerá que lo que dice la IA va a misa. Y la IA se equivoca. Mucho. Enseñarle a dudar de la máquina será una de tus tareas nuevas.

En quién confía. Este es el que asusta de verdad. Un niño que le cuenta sus miedos a un chatbot está hablando con algo que no siente, que le da la razón en todo y que guarda cada palabra que le dice. Se *siente* como compañía. No lo es. Y tú tienes que estar ahí antes de que esa confusión se instale.

Prohibir no funciona. Punto.

Sé lo que estás pensando, porque es lo natural: *“pues se acabó, nada de IA en casa”*.

No va a funcionar. Y te explico por qué sin rodeos.

La IA está en el colegio. Está en casa de sus amigos. Está en el móvil que tarde o temprano tendrá. Un niño al que prohíbes sin explicar no aprende a usarla bien: aprende a usarla **a escondidas de ti**. Que es exactamente lo contrario de lo que quieres.

Pero ojo, el extremo opuesto es igual de malo. Dejarle usar la IA para todo, celebrando lo moderno que es, sin límites ni criterio, tampoco. Los mismos informes de la OCDE que ves citados aquí lo dicen claro: bien usada, esta tecnología potencia el aprendizaje; mal usada, dispara la ansiedad, la dependencia y la pérdida de atención. El filo lo decides tú.

Así que quítate las dos ideas fáciles de la cabeza —ni prohibir ni rendirte— y quédate con la única que funciona, la que voy a repetirte todo el libro:

No se trata de prohibir. Se trata de enseñar a usar.

Igual que no le prohibiste salir a la calle: le enseñaste a cruzar.

La nueva tarea es tuya

A ti te enseñaron a leer, a escribir, a montar en bici, a comportarte. Sigue haciendo falta. Pero a esa lista, tú vas a tener que añadir cosas que tus padres jamás tuvieron que enseñarte:

- A distinguir lo verdadero de lo que una máquina se inventa.
- A hablar con un asistente sin engancharse a él.

- A comprobar, a dudar, a preguntar “¿y esto es verdad?”.
- A proteger sus datos y su intimidad.
- Y la más importante: a saber **cuándo NO usar la IA**. Cuándo toca pensar, sudar o hablar con una persona de carne y hueso.

Es una nueva alfabetización. Suena grande, y la lista impone. Pero fíjate en lo que pide de verdad: ninguna de esas cinco cosas es técnica. Todas son criterio, y el criterio se enseña igual que se ha enseñado siempre, hablando y dando ejemplo. Lo demás —los datos, las herramientas, las conversaciones exactas por edad— te lo pongo yo en la mano, capítulo a capítulo.

Empieza aquí. Empieza hoy. Porque tu hijo ya empezó.

Lo que verás en tu casa, según la edad

Los datos son útiles, pero lo que de verdad te sirve es reconocer la escena cuando la tengas delante. Esto es lo que suele pasar en cada etapa. No es una lista de peligros: es un mapa para que sepas dónde estás.

De 3 a 5 años. Todavía no lee, pero habla. Le pregunta cosas al altavoz de la cocina o al móvil de sus padres: por qué el cielo es azul, si los dinosaurios existían de verdad. Lo importante aquí no es la IA, es que ya está aprendiendo que **existe una voz que siempre responde**. Y que responde antes que tú.

De 6 a 9 años. Empieza a usarla con una intención clara: hacer un dibujo, inventar una historia, resolver una duda del cole. Es la edad dorada para enseñar, porque todavía te lo cuenta todo. Si en esta etapa tu hijo aprende a preguntarse “¿y esto será verdad?”, habrás ganado la partida entera.

De 10 a 12 años. Aquí llega la IA a los deberes. De golpe y a menudo sin que tú te enteres. También es cuando aparece el primer uso social: se la enseña a sus amigos, la usan juntos, comparan lo que les dice. Empieza a haber un territorio suyo al que tú no entras.

De 13 a 16 años. El uso se vuelve privado y mucho más amplio: deberes, curiosidad, imagen, identidad y —esto es lo que casi ningún padre ve venir— conversación personal. Es la edad en la que ese “uno de cada diez” que le pide

consejo a una máquina deja de ser una estadística y se convierte en tu hijo, un martes por la noche, con la luz apagada.

No hace falta que actúes distinto en cada etapa desde hoy. Basta con que sepas **en cuál estás**, porque las conversaciones que sirven a los ocho años no sirven a los quince. Al final del libro tienes una guía completa por edades, pero llévate ya esta idea: cuanto más pequeño es, más te escucha; cuanto más mayor, más necesita que le hayas escuchado antes.

Qué decirle esta semana

Te dejo la conversación concreta, porque “habla con tu hijo” es un consejo inútil si no sabes cómo empezar. No hace falta sentarse solemnemente en el salón. Funciona mucho mejor en el coche, cocinando o paseando al perro: de lado, sin mirarse a los ojos, sin que parezca un interrogatorio.

Prueba con esto:

“Oye, una curiosidad. ¿Tú usas alguna de esas cosas de inteligencia artificial, ChatGPT o parecido? Es que las estoy mirando y no me entero de nada.”

Fíjate en lo que hace esa frase. **Le pones en el papel de experto**, que es donde quiere estar y donde, además, realmente está. No le acusas de nada. No hay castigo posible en el horizonte, así que no tiene motivo para mentirte.

Y luego, la pregunta que de verdad importa:

“¿Y para qué la usas más?”

Ahí te callas. Aunque te cuente algo que no te guste. Sobre todo si te cuenta algo que no te guste. Si a la primera confidencia le sueltas un sermón, acabas de comprar tu silencio para los próximos tres años. Ya habrá tiempo de poner normas: hoy solo estás abriendo la puerta.

El error que casi todos cometemos

Reaccionar al susto.

Un padre descubre que su hijo hizo un trabajo entero con IA y esa misma noche quita el móvil, cambia las contraseñas y anuncia que se acabó. Es comprensible. Y es un error, por dos motivos.

El primero, práctico: no funciona. La IA está en el ordenador del colegio, en el móvil de su amigo, en la tablet de casa de sus primos. Lo único que consigues es que aprenda a usarla donde tú no miras.

El segundo, más importante: **le enseñas que este tema, contigo, acaba en castigo.** Y esa lección se le queda. El día que de verdad le pase algo serio —una imagen manipulada, un chantaje, una conversación que le hace daño— tendrá que elegir entre contártelo o no. Y elegirá según lo que aprendió el día que reaccionaste al susto.

La alternativa no es no hacer nada. Es tomarte veinticuatro horas antes de decidir, y después poner una norma clara, explicada y hablada. Las normas que se cumplen son las que se entienden.

Para recordar

- Tu hijo **ya usa IA**. No es futuro, es presente, y toca educarlo.
- La adopta **más rápido que tú**, y puede que la use hasta para pedir consejo personal.
- Lo que cambia no es el tiempo de pantalla: es su relación con **el conocimiento, la autoridad y la confianza**.
- Prohibir no funciona; rendirse tampoco. **No es prohibir, es enseñar a usar.**
- Para hacerlo **no necesitas ser experto en tecnología**. Necesitas ejercer de padre con criterio.

Para pensar en casa

1. ¿Sabes de verdad para qué usa tu hijo la IA? Pregúntaselo hoy, sin juzgar. Solo escucha.

2. Cuando tiene una duda, ¿a quién acude primero: a ti o a la máquina? ¿Qué te dice eso?
3. Si tu hijo pudiera aprender de ti UNA sola cosa sobre la IA este año, ¿cuál querrías que fuera?

En el próximo capítulo abrimos el capó un momento —sin miedo y sin tecnicismos— para que entiendas **qué es de verdad eso con lo que tu hijo habla cada día**. Porque no puedes enseñarle a usar bien algo que tú no entiendes. Tranquilo: en diez minutos lo tendrás claro.

Sigue leyendo

Esto es solo el principio. El libro completo tiene 15 capítulos y 4 apéndices prácticos (guía por edades, 30 preguntas para hablar en casa, un acuerdo familiar y las fuentes), con la evidencia de UNESCO, OCDE y UNICEF dentro.

Consíguelo aquí: masterenclaudes.com/libros

Y si te ha servido este adelanto, una reseña honesta en Amazon ayuda a que llegue a más familias.