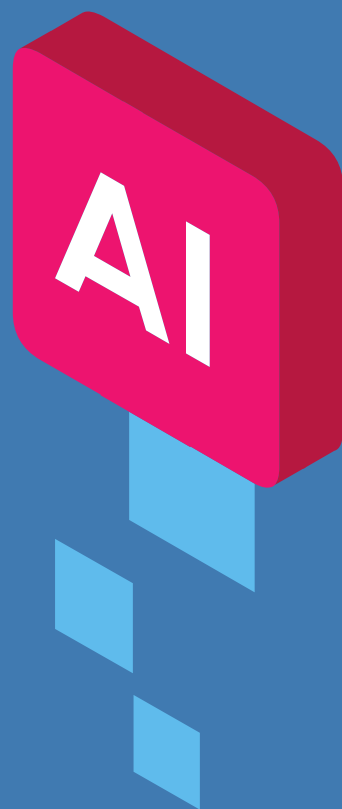
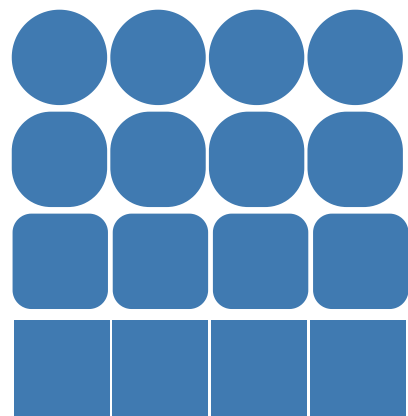


Uso Consciente de la Inteligencia Artificial



GUÍA AMPLIADA

PRECISAR



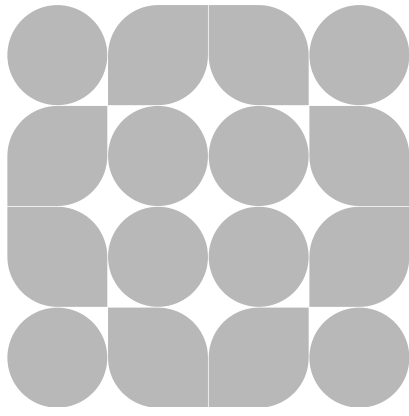
¿Qué es la Inteligencia Artificial?

La inteligencia artificial (IA) permite a las computadoras realizar tareas inteligentes que normalmente solo los humanos pueden hacer. Si has probado herramientas como Alexa, Google Translate o ChatGPT, ya estás usando IA.

También es útil en áreas como la salud, los pasatiempos y las actividades creativas, haciendo que sea más fácil para todos participar y disfrutarlas.

La tecnología de IA no es nueva; se ha utilizado durante un tiempo en nuestros dispositivos y espacios en línea para ayudarnos a comprender o predecir qué podría suceder a continuación. Recientemente, hemos visto el auge de la "IA generativa" (o GenAI).

Las herramientas GenAI pueden crear todo tipo de cosas nuevas a partir de tus ideas, como escribir historias, crear imágenes o incluso componer música. Simplemente dale instrucciones, llamadas "prompts", y crea el contenido con tus aportaciones.



Usos cotidianos de la IA

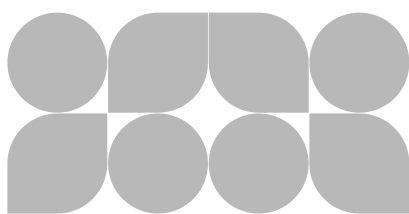
La IA está haciendo la vida más fácil en muchas áreas. Aquí hay algunos ejemplos:

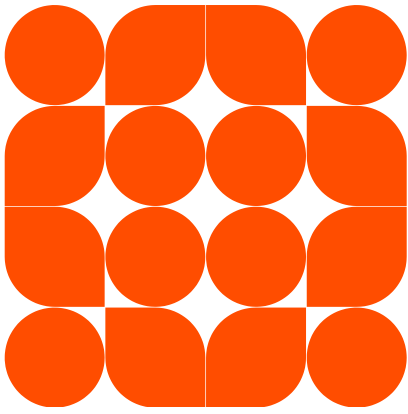
Resúmenes de búsquedas web

Al usar un motor de búsqueda como Google o Bing, es posible que vea un resumen generado por IA en la parte superior de los resultados.

Este resumen está diseñado para responder rápidamente a sus preguntas y destacar puntos clave sin tener que visitar varios sitios web, aunque puede ser impreciso.

Ejemplo práctico: Buscas "cómo quitar una mancha de aceite en la ropa" y la IA te muestra un resumen con los pasos principales sin tener que leer varios artículos completos.





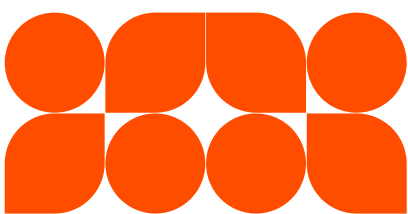
Usos cotidianos de la IA

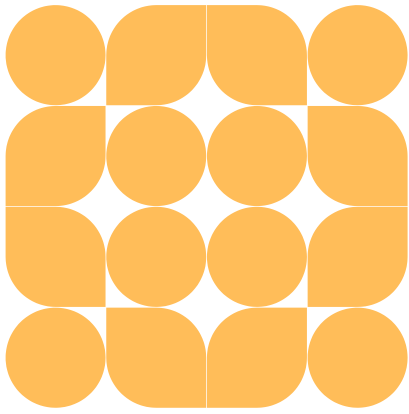
Asistentes virtuales

Dispositivos como Alexa, Siri o Google Assistant ayudan a establecer recordatorios, responder preguntas y controlar dispositivos domésticos inteligentes.

Ejemplos prácticos:

- "Alexa, recuérdame que tome mi medicación por la mañana todos los días"
- "Ok Google, por favor recuérdame cuando llegue a casa"
- "Oye Siri, ¿va a llover mañana?"



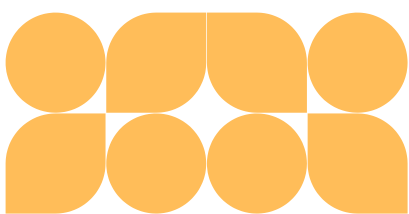


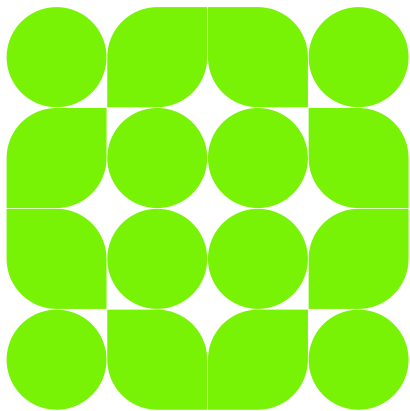
Usos cotidianos de la IA

Asistencia en textos, redacción e investigación

Herramientas como ChatGPT o Perplexity AI pueden ayudarte a redactar correos electrónicos, responder preguntas y proporcionar información sobre una amplia gama de temas. Google Translate te ayuda a traducir entre idiomas que conoces y otros que no, al tiempo que conoce las relaciones entre palabras en distintos idiomas.

Ejemplo práctico: Le pides a ChatGPT "ayúdame a escribir un correo educado para solicitar una cita médica" y te proporciona un borrador que puedes personalizar.



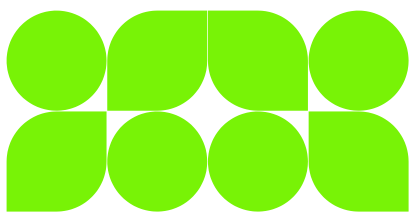


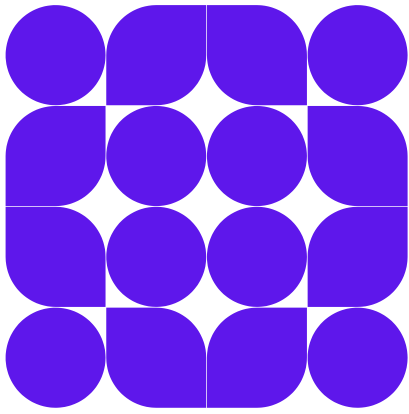
Usos cotidianos de la IA

Accesibilidad

Las herramientas de IA pueden ayudar a las personas con dificultades auditivas o visuales al mejorar la accesibilidad. Tecnologías de asistencia como la conversión de voz a texto, la conversión de imagen a texto, los audífonos con filtro de ruido y los lectores de pantalla facilitan el uso de los dispositivos.

Ejemplo práctico: Una persona con problemas de visión usa su teléfono que le lee en voz alta los mensajes de texto y correos electrónicos que recibe, permitiéndole mantenerse comunicada.



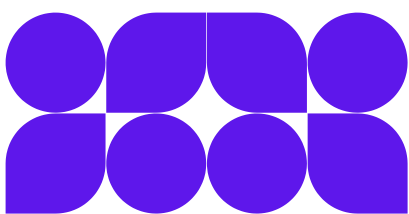


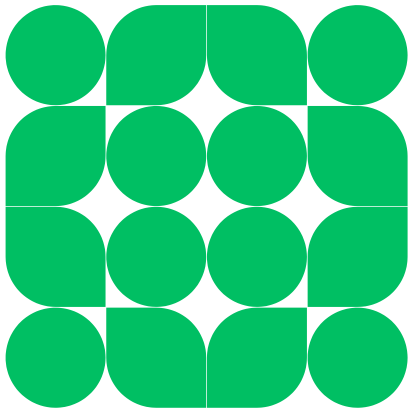
Usos cotidianos de la IA

Seguimiento de la salud y la actividad física

Los relojes inteligentes y las aplicaciones de fitness monitorean cambios en patrones como la frecuencia cardíaca y los patrones de sueño para detectar cualquier cambio a lo largo del tiempo relacionado con problemas de salud.

Ejemplo práctico: Tu reloj inteligente nota que tu frecuencia cardíaca está más alta de lo normal mientras descansas y te sugiere consultar con un médico, detectando posibles problemas antes de que se agraven.



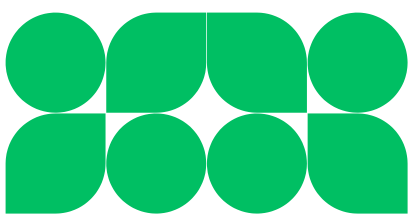


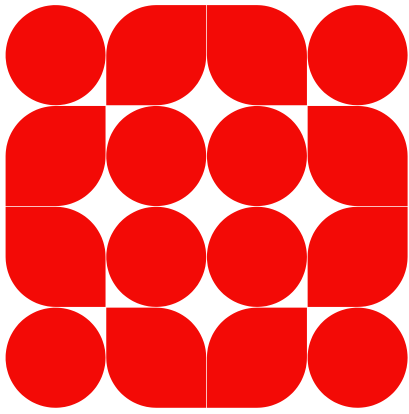
Usos cotidianos de la IA

Compras y banca en línea

La inteligencia artificial se utiliza para sugerir productos que podrían gustarte o detectar fraudes en tu cuenta bancaria.

Ejemplo práctico: Tu banco detecta un cargo sospechoso en tu tarjeta desde otro país y bloquea automáticamente la transacción, enviándote una alerta para confirmar si fuiste tú quien realizó la compra.



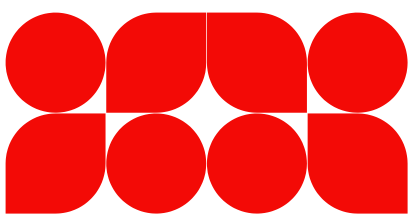


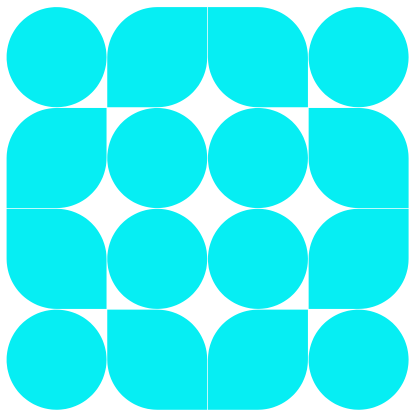
Usos cotidianos de la IA

Navegación y viajes

Aplicaciones como Google Maps utilizan IA para predecir el tráfico basándose en una amplia gama de información, proporcionando actualizaciones y direcciones del tráfico en tiempo real.

Ejemplo práctico: Google Maps te avisa que hay un accidente en tu ruta habitual al trabajo y te sugiere un camino alternativo que te ahorra 15 minutos de viaje.



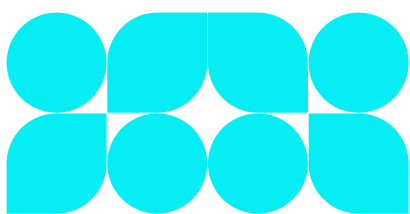


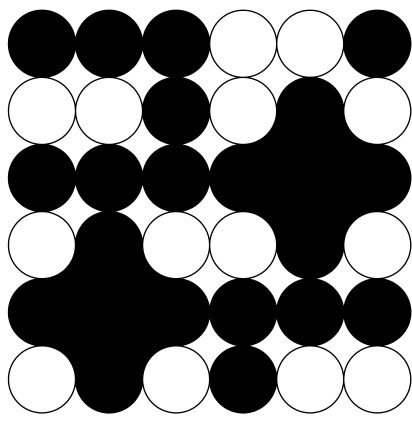
Usos cotidianos de la IA

Pasatiempos y creatividad

La IA apoya pasatiempos como la edición de fotografías y el arte digital, la composición musical, la creación de recetas, los rompecabezas y más.

Ejemplo práctico: Usas una aplicación de edición de fotos que automáticamente mejora la iluminación y los colores de tus fotos familiares, haciéndolas lucir profesionales sin necesidad de conocimientos técnicos.



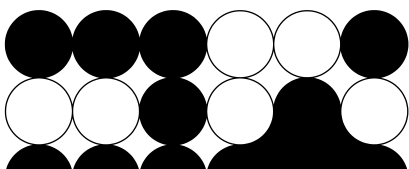


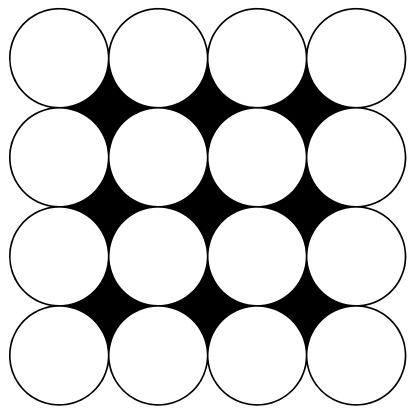
¿Tienes curiosidad por utilizar herramientas de IA?

La IA puede ser una herramienta excelente para explorar a tu propio ritmo. Si eres nuevo en el mundo de la IA, empieza con tareas sencillas como configurar recordatorios o hacerle preguntas básicas a un asistente virtual (Alexa, Siri o el Asistente de Google).

Una vez que te sientas cómodo, prueba herramientas basadas en texto como ChatGPT de OpenAI o Gemini de Google para ayudarte a escribir correos electrónicos, resumir artículos u organizar tus ideas. Para explorar tu creatividad, puedes experimentar con Canva para diseño gráfico o DALL-E para crear imágenes generadas por IA.

Puedes encontrar la mayoría de estas herramientas en la tienda de aplicaciones de tu dispositivo o mediante una búsqueda web. Dependiendo de la herramienta, puedes usar la activación por voz o escribir tu pregunta.





Desafíos de la IA

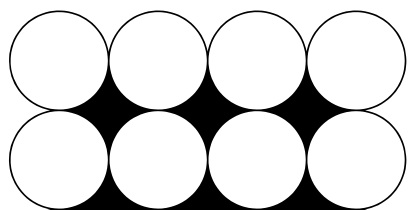
Como se mencionó anteriormente, existe una amplia gama de aplicaciones donde la IA ya está mejorando la funcionalidad y la accesibilidad de muchas experiencias digitales. Sin embargo, como todas las tecnologías, la IA también puede presentar desafíos y riesgos.

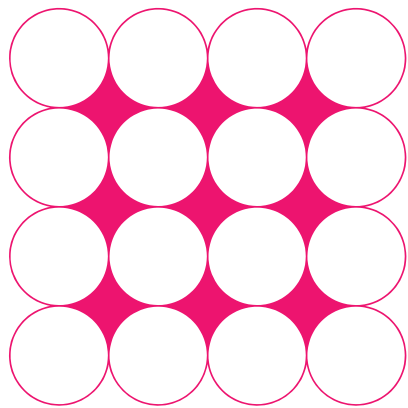
Tenga en cuenta lo siguiente:

La IA puede inventar cosas

Las herramientas de IA generativa como ChatGPT o Google Gemini pueden proporcionar información que parece precisa o real pero es incorrecta; estas se llaman alucinaciones.

Ejemplo práctico: Le preguntas a ChatGPT sobre un evento histórico específico y te da fechas o nombres incorrectos que suenan muy convincentes, pero que al verificarlos resultan ser falsos.

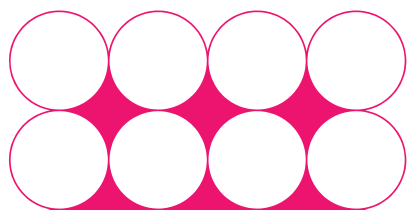


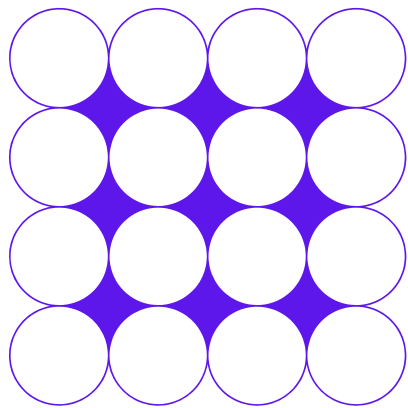


Desafíos de la IA

Los mejores consejos:

- Incluya la mayor cantidad posible de información y contexto en una instrucción de IA y pídale que incluya fuentes. Con menos detalles, es más probable que la IA invente cosas.
- Verifique la información generada por IA con fuentes confiables antes de actuar en consecuencia.





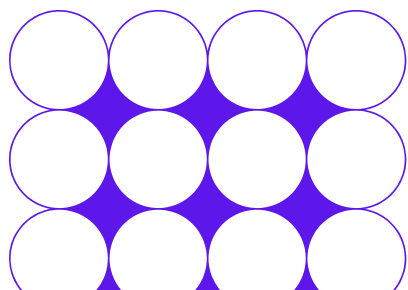
Desafíos de la IA

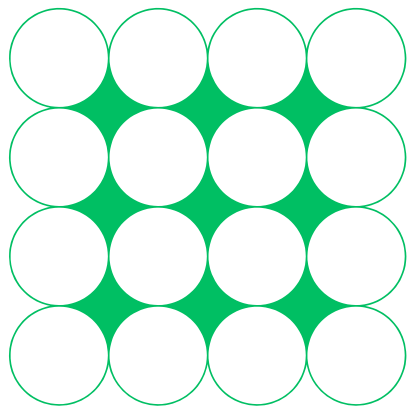
Los estafadores también utilizan IA

Los estafadores ahora utilizan inteligencia artificial para crear historias de estafa muy convincentes.

- La IA puede crear vídeos o fotos falsos que pueden parecer muy real.
- Los estafadores utilizan IA para escribir correos electrónicos o mensajes de texto convincentes que parecen provenir de una fuente confiable.

Ejemplo práctico: Recibes un video que parece ser de un familiar pidiéndote dinero urgente por una emergencia, pero en realidad es un video falso creado con IA usando fotos y grabaciones de voz de esa persona.





Desafíos de la IA

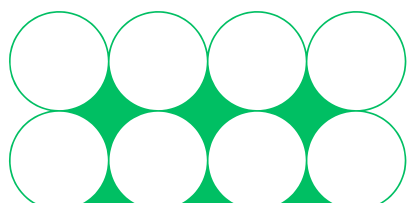
Los mejores consejos

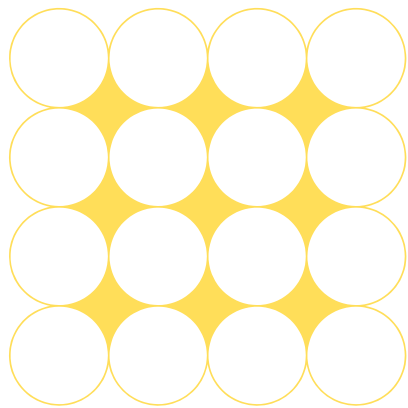
Sea escéptico y verifique siempre los contactos y el contenido cuidadosamente y a través de canales oficiales o confiables.

Utilice estas 5 preguntas clave para detectar posibles estafas:

• **¿Te sorprende el mensaje?** Si es inesperado, urgente o te genera emociones fuertes (miedo, alegría excesiva, preocupación), ten cuidado.

• **¿Te presionan para actuar rápido?** Si te están apurando para que hagas clic en un enlace, tomes una decisión inmediata o te piden que no consultes con nadie más, es una señal de alerta.



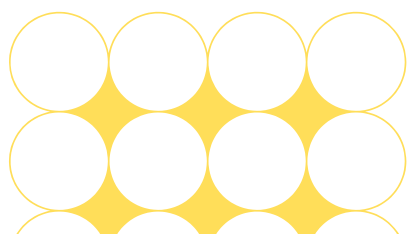


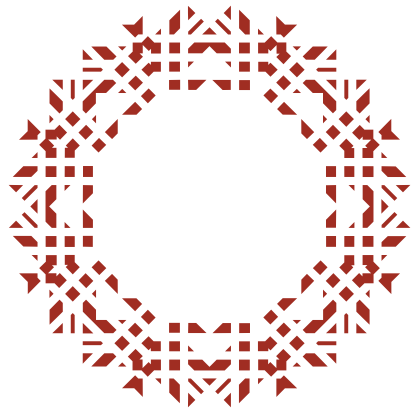
Desafíos de la IA

• **¿Te piden acceso a información personal?** Si solicitan datos personales, contraseñas, acceso a tu cuenta bancaria o a tu dispositivo, desconfía.

• **¿Te piden dinero o pagos?** Si te solicitan transferencias, pagos urgentes, tarjetas de regalo o cualquier tipo de dinero, detente.

• **¿Qué debes hacer si sospechas?** Detente inmediatamente. No respondas ni hagas clic en nada. Comunícate con alguien de confianza o verifica directamente con la organización o persona que supuestamente te contactó, usando sus canales oficiales.



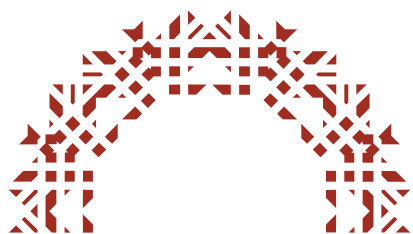


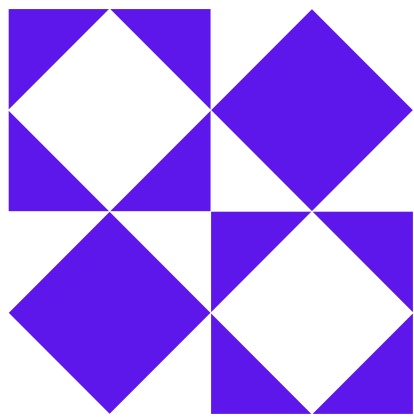
Consideraciones de privacidad

Las herramientas de IA suelen recopilar y almacenar tus datos para mejorar su funcionalidad. Esto puede comprometer tu privacidad, ya que podrían compartirse o usarse sin tu conocimiento, especialmente si los usas para tu trabajo.

Ejemplo práctico: Le das a ChatGPT información confidencial sobre un proyecto de trabajo y esa información podría usarse para entrenar la IA, haciendo que potencialmente otros usuarios puedan acceder a detalles similares.

Consejo: Evite introducir datos personales o confidenciales (como información bancaria o contraseñas) en las herramientas de IA. Revise atentamente las políticas y la configuración de privacidad y asegúrese de que cualquier opción para usar su información con fines de entrenamiento esté desactivada. Lea atentamente los términos y condiciones.





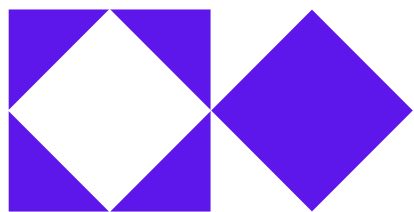
La IA puede estar sesgada

La IA, y en particular las herramientas de IA generativa, pueden producir resultados sesgados o con tendencia a estereotipos, incluyendo resultados con sesgo de género o racial.

Tenga esto en cuenta y revise cuidadosamente los resultados al usar estas herramientas, especialmente si comparte contenido con otros.

Ejemplo práctico: Le pides a una IA que genere imágenes de "ejecutivos de empresas" y solo te muestra hombres de traje, o le pides "personal de enfermería" y solo te muestra mujeres, reforzando estereotipos de género.

Consejo: cuando dé una indicación, pídale a la IA que sea consciente de sus sesgos y que resalte cualquier punto en su respuesta que considere que está desequilibrado.





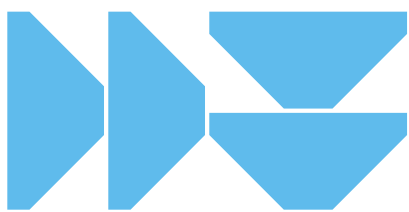
El papel de la IA en la desinformación

Las herramientas de inteligencia artificial de desinformación se pueden utilizar para generar contenido falso o engañoso que parece y se siente real y puede hacer que parezca que alguien dijo o hizo algo que nunca hizo o inventó un evento que nunca sucedió.

Esto se utiliza a menudo para manipular la opinión pública, difundir estafas o sembrar el pánico. Puede incluir desde artículos periodísticos completamente inventados hasta vídeos, audios e imágenes falsos.

Ejemplo práctico: Ves un video de un político o figura pública diciendo algo muy controversial, pero en realidad es un video falso creado con IA (un "deepfake") que nunca ocurrió en la realidad.

Consejo: Verifique las fuentes y coteje la información con medios de comunicación confiables, sitios web de verificación de datos y canales oficiales para confirmar su autenticidad. Cuestione el contenido que parezca sensacionalista, demasiado bueno para ser verdad o que evoque emociones intensas.





Consejos clave de seguridad al explorar la IA

•**Empieza lentamente:** Comience con las funciones básicas antes de explorar herramientas de IA avanzadas.

•**Piense antes de compartir:** evite ingresar información personal o confidencial.

•**Verificar la información:** la IA puede generar contenido engañoso o incorrecto, por lo que siempre verifique los datos con fuentes confiables.

•**Revisar la configuración de privacidad:** ajuste los controles de privacidad en las aplicaciones de IA para limitar el intercambio de datos.





Consejos clave de seguridad al explorar la IA

- **Tenga cuidado con el contenido generado por IA:** la IA puede crear imágenes, vídeos y voces realistas que pueden no ser reales.

- **Revisar la configuración de privacidad:** ajuste los controles de privacidad en las aplicaciones de IA para limitar el intercambio de datos.

- **Tenga cuidado con el contenido generado por IA:** la IA puede crear imágenes, vídeos y voces realistas que pueden no ser reales.

Recuerde que, si bien la tecnología y las herramientas impulsadas por IA pueden comunicarse como un ser humano, no es una persona real y no satisfará sus necesidades emocionales como lo haría un ser humano.



Este material es parte de una serie de recursos que desarrolla la **Fundación Precisar** para promover el acceso y la comprensión de la información, el uso ético de la tecnología y el acceso equitativo del conocimiento.

Su uso es abierto y gratuito, siempre que se mencione la fuente.

Para más recursos, visite: www.precisar.net