

FICHA DE PLATAFORMA

IA de compañía: cuando un chatbot hace de amigo

No es la IA que ayuda con los deberes. Es la que conversa, acompaña y nunca lleva la contraria. Por qué engancha, qué no puede hacer y cómo detectarlo a tiempo.

Familias · Centros educativos

11 a 18 años

guiateconecta.com

Dato	Situación
De qué hablamos	Chatbots que mantienen una relación conversacional continuada
Dónde están	Aplicaciones propias y también dentro de Instagram, Snapchat o WhatsApp
Edad mínima	Varía; algunas ya han cerrado el acceso a menores de 18
Herramienta para familias	Muy limitada. En Snapchat se puede restringir «Mi IA»
Se puede gastar dinero	Sí, por suscripción en la mayoría

La distinción que hay que hacer primero

Usar una IA para resumir un tema o corregir una redacción es una cosa. **Mantener una relación con ella es otra completamente distinta**, y es la que preocupa.

Las llamadas *IA de compañía* están diseñadas para crear vínculo: recuerdan conversaciones anteriores, adoptan una personalidad, preguntan cómo ha ido el día. Muchas se presentan directamente como amigo, confidente o pareja.

No es un fenómeno marginal. Según **Eurostat**, el 63,8 % de los jóvenes europeos de 16 a 24 años utilizó herramientas de IA generativa en 2025. En Estados Unidos, el **Pew Research Center** situó en el 64 % la proporción de adolescentes que ya usaba chatbots.

Por qué engancha tanto a esta edad

No es un defecto del producto: es exactamente su diseño.

- **Está disponible siempre**, también a las tres de la mañana, que es cuando peor se está.
- **No juzga nunca**. Se le puede contar lo que a un amigo no.
- **Tiende a dar la razón**. Está entrenado para que la conversación resulte agradable y continúe.
- **No se cansa ni se enfada**, no tiene un mal día ni deja de contestar.
- **No hay coste social**. No hay que exponerse, ni arriesgarse al rechazo.

Y ahí está el problema. Una adolescencia se construye aprendiendo a sostener relaciones que *sí* tienen fricción: alguien que te lleva la contraria, que se enfada, que no está disponible. Una relación sin ninguna fricción es cómoda y no enseña nada. Cuando sustituye a las otras, en lugar de sumarse, deja de ser un entretenimiento.

Lo que un chatbot no puede hacer

LO QUE PARECE

- «Me entiende mejor que nadie.»
- «Es confidencial, no se lo cuenta a nadie.»
- «Me da buenos consejos.»
- «Se preocupa por mí.»
- «Si estuviera mal, se daría cuenta.»

LO QUE ES

- Reconoce patrones de lenguaje. No comprende.
- Las conversaciones se procesan y almacenan en un servidor.
- Genera la respuesta más probable, no la más adecuada.
- No hay nadie al otro lado.
- No detecta de forma fiable una crisis ni avisa a nadie.

Ese último punto es el crítico. En octubre de 2025, **Character.AI anunció que cerraba el acceso de los menores de 18 años** a las conversaciones abiertas con sus personajes, después de la demanda de una madre por el suicidio de su hijo adolescente. Fue la primera empresa del sector en tomar una medida así.

Señales de alerta específicas

Ninguna significa nada por sí sola. Lo que importa es la acumulación y el desplazamiento: que lo de dentro empiece a ocupar el lugar de lo de fuera.



ORGANIZA: AYUNTAMIENTO DE SANTA Mª DE GUÍA.
Financia: Cabildo de Gran Canaria

- Habla de la IA como de una persona, con nombre propio.
- Conversa con ella de noche, durante largos ratos.
- Le cuenta cosas que en casa no cuenta, y lo dice abiertamente.
- Reduce el contacto con amigos reales en el mismo periodo.
- Se irrita o se angustia si no puede acceder a la aplicación.
- Menciona consejos recibidos sobre asuntos importantes: salud, relaciones, decisiones.

Qué preguntar, sin ridiculizar

Reírse de que hable con una IA cierra la conversación en el acto, y además no es tan raro como parece. Funciona mejor la curiosidad:

- «¿Con cuál hablas? Enséñamela.»
- «¿De qué hablas con ella que no hablas con nadie más?»
- «¿Te ha dado alguna vez un consejo que te chocara?»
- «¿Qué crees que hace con lo que le cuentas?»
- «Si un día estuvieras muy mal, ¿a quién se lo dirías?»

La última pregunta es la que importa. Si la respuesta es el chatbot, no hay que prohibir nada: hay que ocuparse de por qué no hay nadie más en esa lista.

De dónde salen estos datos

- Eurostat, uso de IA generativa entre jóvenes europeos, 2025.
- Pew Research Center, uso de chatbots entre adolescentes, 2025.
- Anuncio de Character.AI sobre el acceso de menores, octubre de 2025.
- INCIBE, sección Menores: [incibe.es/menores](https://www.incibe.es/menores)

Revisado en septiembre de 2026. Este tema evoluciona muy rápido. Si algo ha cambiado, avísanos en hola@ideamosjuntos.com y lo actualizamos.

PARA QUIEN IMPARTE LA SESIÓN

Esta hoja es material de apoyo para el aula. Si vas a imprimir la ficha para repartir, puedes dejarla fuera.

Para el aula

Funciona bien plantearlo como un ejercicio de criterio y no como una advertencia. Dos actividades cortas:

- 1 Pedir a la IA un consejo sobre un conflicto inventado y analizar en grupo la respuesta: qué da por supuesto, a quién no ha escuchado, qué no puede saber.
- 2 Hacerle la misma pregunta dos veces con matices distintos, y comprobar que la respuesta cambia según cómo se pregunte. Entender que *te dice lo que encaja con lo que le has contado* desactiva buena parte de su autoridad.