Cómo usar la IA para rendir y aprender

escrito por Sara Carbonell | 8 de octubre de 2026

Buena parte del alumnado ya estudia con inteligencia artificial (IA) generativa. **La pregunta importante en educación no es si la usa, sino cómo la usa.** Los estudios más recientes muestran que puede mejorar lo que el alumnado entrega sin mejorar lo que aprende. Esto nos lleva a indagar cómo orientar al alumnado para que la IA le ayude en el rendimiento (entregar mejores trabajos) y en el aprendizaje de los contenidos.

Según el ***AI Index Report 2026*** de la **Universidad de Stanford, el 80 % del alumnado universitario encuestado en 15 países dice usar IA para estudiar, el doble que en 2023.** En secundaria, las **encuestas que recoge el informe** sitúan ese uso entre el **50 % y el 84 %.** Sin embargo, **solo la mitad de los centros de secundaria tiene una política sobre IA, y el 47 % del alumnado ha querido usarla en una tarea sin saber si estaba permitido.**

Nos pueden servir de ejemplo otros estudios que nos muestran que rendir no es lo mismo que aprender. El experimento más cercano al aula se hizo **con casi mil estudiantes de matemáticas de secundaria en Turquía y se publicó en la revista *PNAS*.** Una parte del alumnado practicó con un asistente parecido a ChatGPT; otra, con un tutor de IA programado para dar pistas en lugar de soluciones, y otra, sin IA. Durante la práctica, quienes tenían IA resolvían mejor los ejercicios. Pero en el examen posterior, ya sin ayuda, el grupo del asistente sin límites sacó un 17 % menos de nota que el grupo que nunca la había usado. Los autores lo explican así: **el alumnado que usó la IA como una muleta no llegó a desarrollar la habilidad por**

sí mismo. Sin embargo, quienes usaron la IA como un tutor que daba pistas no sufrieron ese efecto: rindieron mucho mejor durante la práctica y, en el examen sin ayuda, obtuvieron resultados similares a los de quienes no la habían usado.

Un ejemplo ayuda a entenderlo. Si un alumno pide a la IA que le resuelva una ecuación, entrega un ejercicio correcto. **Si le pide a la IA que le indique en qué paso se ha equivocado, el alumnado hace un trabajo mental para entender en qué ha fallado y puede mejorar el rendimiento a la vez que el aprendizaje.**

Otros dos estudios, publicados en revistas científicas, apuntan en la misma dirección. En el primero, **publicado en el *British Journal of Educational Technology*,** 117 estudiantes universitarios revisaron una redacción con distintos apoyos: ChatGPT, los comentarios de una persona experta, herramientas de análisis de la escritura o ningún apoyo. Quienes usaron ChatGPT fueron los que más mejoraron su texto, pero no aprendieron más que el resto ni supieron aplicar mejor lo aprendido a otra tarea. **Los autores advierten del riesgo de «pereza metacognitiva»: que el estudiante dependa de la herramienta y deje de planificar, supervisar y revisar su propio aprendizaje. Por tanto, este modo de usarla no mejoraría el aprendizaje.**

El segundo, **publicado en *Scientific Reports*, muestra la otra cara.** En un curso introductorio de física de la Universidad de Harvard, 194 estudiantes aprendieron un tema en clase, con metodologías activas, y otro con un tutor de IA diseñado por el profesorado, que les guiaba paso a paso por cada parte del problema. Con el tutor aprendieron más del doble, en menos tiempo, y se sintieron más implicados. **La clave no fue la IA en sí, sino que estaba diseñada para enseñar y no para dar respuestas. Es un estudio con un solo**

curso y dos lecciones, pero coincide con lo observado en secundaria.

¿Qué orientaciones podemos tener en cuenta como profesorado y familiares?

- **Evaluar parte del aprendizaje sin IA.** Podemos proponer que una parte de la evaluación sea oral, de participación en debates u otros modos que no impliquen el uso de la IA.
- **Preferir herramientas que den pistas, no soluciones.** Explicar a los chicos y chicas que elijan herramientas de IA que den indicaciones, explicaciones o pistas como cuando trabajamos en la **zona de desarrollo próximo.**
- **Enseñar a usar la IA para pensar, no para que piense por ellos.** Por ejemplo, pedirle que explique un concepto con otras palabras, que ponga un ejemplo o que señale un error sin corregirlo.
- **Acordar normas claras con toda la comunidad educativa.** Si profesorado, alumnado y familias las construyen juntos, nadie tiene que adivinar cuándo puede usarla.

En casa, más que prohibir o permitir sin más, una pregunta sencilla ayuda mucho: ***«¿Para qué la has usado? Explícame con tus palabras lo que has aprendido».***

La IA cambia más deprisa que la investigación, y los estudios disponibles miden efectos a corto plazo. Por eso, la mejor señal para tener un conocimiento más certero de si el alumnado está aprendiendo con el uso de la IA no es lo que produce con la IA, sino lo que sabe hacer cuando la IA no está a su alcance.

Imagen: