

¿Por qué tantos jóvenes están recurriendo a la IA como compañía emocional y qué papel juegan la soledad y el aislamiento digital en este fenómeno?

Desde PsiCall no estamos en contacto con la IA ni realizamos ningún estudio al respecto, por lo que nuestras consideraciones pueden ser limitadas. Sin embargo, sí podemos decir que observamos que cada vez más estudiantes nos cuentan que utilizan herramientas de inteligencia artificial para desahogarse, pedir orientación o simplemente sentirse acompañados cuando atraviesan momentos de ansiedad o malestar emocional. Este fenómeno puede responder a varios factores muy presentes en la vida universitaria actual.

En primer lugar, la disponibilidad constante de la IA juega un papel fundamental: está accesible a cualquier hora, sin esperas y sin necesidad de coordinar una cita. Para estudiantes que viven picos de ansiedad nocturna o que no saben a quién acudir, esta inmediatez se vuelve muy útil.

Muchos jóvenes pueden sentir miedo de mostrarse vulnerables frente a otras personas o creen que pueden ser incomprendidos. Con una IA sienten que pueden expresar lo que les ocurre sin exponerse a críticas, vergüenza o rechazo.

Por último, un factor que nos mencionan con frecuencia es el motivo económico. Algunos estudiantes no pueden acceder fácilmente a apoyo psicológico privado, y la IA parece una alternativa más accesible mientras encuentran recursos adecuados.

Cuando combinamos estos elementos con el contexto de soledad y aislamiento digital que viven muchos universitarios, hiperconectados en redes, pero con pocas relaciones sociales profundas y estables, es comprensible que recurran a la tecnología buscando una forma de compañía emocional.

Desde PsiCall entendemos por qué ocurre y acompañamos sin juzgar, pero también recordamos que, aunque la IA puede aliviar momentáneamente, no reemplaza la conexión humana ni el apoyo profesional individualizado y contrastado que muchos estudiantes realmente necesitan. Estamos aquí para ofrecerles ese espacio seguro, cercano y humano mediante la atención por llamadas y correos.