**Sedentarismo neuronal y crisis educativa por Miguel Pastorino**



¿Qué pasaría si le pidiéramos a alguien que hiciera ejercicios físicos por nosotros y nos libre del esfuerzo que implican tales actividades? Lo obvio: perdemos nosotros la posibilidad de mejorar nuestra condición física, nuestra salud, y nos iremos atrofiando físicamente, con todas las consecuencias que no es necesario explicar. Incluso en la retórica del gimnasio a nadie le parece un exceso que se hable de “sacrificio”, “esfuerzo”, “dedicación”, “dejarlo todo”, “hasta que duela”, y que a cuanto más tiempo y más esfuerzo, lograremos mejores resultados, “No pain, no gain”. El cultivarse como persona en todas las dimensiones posibles, es un imperativo presente en todo tiempo y cultura. Normalmente todos quieren ser mejores de lo que son y desarrollarse en distintos aspectos de su vida. Nada de esto nos resulta extraño, sin embargo, convivimos con una paradoja en cuanto al cuidado y desarrollo de nuestras capacidades, porque no sucede lo mismo con el cultivo intelectual. ¿Qué pasaría si los criterios que usamos para el cultivo del cuerpo, del entrenamiento físico se trasladara a la vida intelectual? ¿Se imaginan a un profesor hablando hoy de sacrificio, esfuerzo, dedicación…? Desde los padres hasta los colegas lo mirarían con extrañeza como a un dinosaurio ¿Por qué?

**La atrofia del pensamiento**

Parece que asistimos a una atrofia del pensamiento, a una promoción del sedentarismo cognitivo. Si alguien nos puede ahorrar el tiempo para pensar, leer, escribir, comparar, sintetizar, analizar, se lo agradecemos como si nos hiciera un gran favor. Y ahora que gracias a la Inteligencia Artificial Generativa (IAG) podemos ahorrarnos de hacer trabajos académicos que desarrollan habilidades intelectuales, asistimos a cerebros que se irán atrofiando en capacidades fundamentales para pensar lúcidamente. Y no es que no sea útil usar colaborativamente la IAG para el estudio y el trabajo, sino que el problema es hasta donde queremos entregar nuestra libertad y qué habilitades estamos dispuestos a perder por comodidad.  
El problema viene de tiempo atrás, pero con el uso perezoso de la IAG como Chat GPT, Aithor y otros, se amplifica. El atajo intelectual de siempre, de estudiar de resúmenes de otros, hace que obviamente uno pueda saber menos que quien se tomó el trabajo de procesar un contenido del cual hizo una síntesis propia. Hay estudiantes que, si pueden, estudian de una presentación esquemática o un video en Youtube, que, en lugar de ser apoyos para el repaso, serán el único contenido al que acceden sobre cada tema que deban estudiar. Esto se percibe desde hace años en secundaria y también a nivel terciario. El resultado es evidente: hay mucha gente que va pasando por el sistema educativo con un estímulo y desarrollo cada vez menor de sus capacidades intelectuales, porque ni siquiera dentro del sistema se ve obligado a entrenar la memoria, las conexiones entre problemas, el pensamiento crítico o la reflexión en profundidad. Peor todavía si las evaluaciones no están pensadas para hacer pensar y solo se centran en repetir contenidos o peor aún, si abandonan los contenidos por razones pragmáticas y reduciendo el aprendizaje a desarrollar algunas habilidades “útiles al mercado laboral”. Sin contenido no es posible ayudar a desarrollar competencias, pero es claro que el contenido solo no alcanza y menos si es producido por otro y no hay conexión ni aplicación entre lo que se estudia, lo que se piensa y lo que se hace. La dicotomía entre competencias y contenidos es artificial, se necesita evaluar competencias, pero sin contenidos no pueden comprender el mundo en el que viven, de dónde vienen, ni predecir lo que puede venir. La memoria también es una competencia y sin ella, no hay inteligencia posible.

**Algunos problemas viejos y nuevos**

Es cierto que los expertos en educación detectan graves dificultades entre los modelos tradicionales de enseñanza y las generaciones actuales; desde las dificultades para seguir mentalmente un discurso oral durante varios minutos, hasta para comprender argumentos, para abstraer temas complejos, sin utilizar recursos audiovisuales. Los que viven atrapados en las redes sociales, hiperestimulados por el ruido constante y la fugacidad de los contenidos, parecerían seres a los que captar su atención podría ser un desafío titánico. Podemos agregar a esto problemas sociales, políticos e institucionales, dificultades estructurales y el descrédito que la figura del profesor tiene en algunas sociedades como la nuestra, junto a la falta de reconocimiento social que no le pone en un lugar ejemplar ante sus alumnos, la situación parece cada vez más difícil.

Además, el mito de la “igualdad” hace que se confunda la necesaria igualdad de oportunidades, la equidad y la inclusión, con que tiene que ser todo homogéneo y luchar contra la lotería natural bajando el nivel de exigencia para que nadie se sienta mal. Y crece la presión institucional para “no complicar” al estudiante, o incluso se patologiza cada vez más cuestiones que son naturales en la vida emocional y se trata cualquier dificultad emocional para hacer frente a una prueba como si fuera un trastorno. Y no me refiero a las dificultades de aprendizaje que puedan tener muchos estudiantes, sino a la etiqueta hiperprotectora que aparece ante la más mínima dificultad.

Otro problema que afecta a todos los niveles es la colonización de la mentalidad instrumental que solo busca resultados, con un pragmatismo aplastante que hace perder el gusto por el saber y anestesia la curiosidad que lleva a la búsqueda del conocimiento. Si lo que importa son las notas, los créditos, los resultados que se miden como si fuera una cadena productiva, el saber ya no vale nada más que como medio para alcanzar otros intereses.  
Cada vez más surgen aplicaciones de Inteligencia Artificial que pueden asistirnos en nuestras tomas de decisiones cotidianas, ya sea en alimentación, deporte, estudio, trabajo, manejo del sueño, gestión emocional, gestión del tiempo, a las que podemos entregar todos nuestros datos cotidianos para que nos ayuden a vivir mejor. ¿Las mejores decisiones en la vida son sugeridas por Inteligencia Artificial? ¿Estamos seguros de ello? ¿Nuestra toma de decisiones se vuelve cada vez más asistida y menos libre?

**¿Solo motivación?**

Los altos niveles de desarrollo de la persona, en cualquiera de sus dimensiones, requieren cierto grado de esfuerzo, de cansancio, de tolerar el fracaso, pero se vende la ilusión de una educación de calidad que sea solo entretenimiento y centrada en la motivación.  
La motivación es importante, pero desarrollar virtudes es pensar a largo plazo. Si se educa en virtudes, cuando desaparece la motivación, permanece la voluntad de hacer aquello en lo que se cree. Pero si solo dependemos de la motivación, ¿hay que tener un equipo de animación veinticuatro horas al día para que la gente no deje de hacer lo que es mejor para ellos y para el mundo en el que viven? Si solo dependen del estimulo externo para estudiar y hacer cosas que valen la pena, ¿serán capaces de desarrollar fuerza interior para alcanzar sus propósitos en la vida? La filósofa española Victoria Camps escribe al respecto de la crisis educativa: “La voluntad de motivar ha sustituido a la voluntad de inculcar actitudes o modos de hacer las cosas. Se han buscado estímulos para que el aprendizaje sea atractivo y no sea visto como una tarea dura y aburrida. El resultado está a la vista”.

**Pérdida de memoria cultural**

Si bien no son todos los estudiantes los que describo, ni siquiera son la mayoría, que crezcan estas tendencias de sedentarismo intelectual es algo que debería preocuparnos. Más de un estudiante de bachillerato, incluso algún universitario me ha dicho: “Nunca leí un libro”, “Yo no leo, aprendo mirando videos”. Otros descargan aplicaciones que les resumen libros en audios, con lo cual jamás habrán leído de verdad esos libros. Y la respuesta suele ser: ¿para qué voy a perder tiempo leyendo todo si puedo obtener lo esencial del texto? Eso es porque confunden información con formación, datos con sabiduría. Y esto hace años que continúa en la vida profesional, no es exclusivo de la juventud.

La pérdida de memoria cultural es un grave problema para la vida en común, y se extiende la tendencia a no tener idea del pasado ni de la cultura compartida. Hay personas que pueden saber mucho de música coreana y de mandalas hindúes, pero no saben de dónde salieron los Derechos Humanos o no sabrían responder por qué es importante vivir en Democracia. Uno puede encontrarse jóvenes terraplanistas porque aprenden por Youtube o que dudan de toda la historia de Europa porque lo vieron en un video de Tik Tok de 30 segundos a un “influencer” que dice que todo eso es un invento.  
También se confunde el pensamiento crítico con la moda de “pensar críticamente”. El pensamiento crítico es algo que se logra con mucho esfuerzo y estudio, analizando los propios supuestos, prejuicios y fundamentos de lo que afirmamos, así como también las implicancias de nuestros razonamientos y los tipos de argumentos que pueden usarse, así como la forma en que adquirimos y producimos conocimiento. Pero la expresión “pensar críticamente” se usa a menudo como un lugar común para plantear casos y resolver problemas sin una base teórica que permita pensar desde algún lugar que no sea la espontaneidad o la pura opinión. Una cosa es pensar pragmáticamente para tomar decisiones, lo cual es útil para muchas cosas en la vida y en el trabajo, pero algo muy distinto es analizar y reflexionar sobre los cimientos de todo lo que pensamos y hacemos.

**El problema somos los adultos, no los jóvenes**

A veces contra la incredulidad y el pesimismo de muchos educadores y gestores en ámbitos educativos, si a los jóvenes se les contagia el gusto por el estudio, si se les pone en contacto con la profundidad de las ideas que han construido nuestra cultura, si descubren lo significativo que es para sus vidas comprender el mundo en el que viven, pueden sorprendernos. También tengo cada vez más anécdotas de jóvenes hartos de que los profesores les hagan estudiar de sus presentaciones, o que les hagan repetir de memoria lo que les enseñaron, o que les quieran entretener. Hay muchos jóvenes que quieren conocer las fuentes, que quieren saber, que quieren comprender mejor y pensar por sí mismos, aportar su propia perspectiva y usar las nuevas tecnologías como un soporte con el que pueden ponerse a prueba y dar un salto en su capacidad de investigar.  
Cómo insistió Hannah Arendt cuando escribió sobre educación, el problema es siempre el mundo adulto y lo que les transmite a las nuevas generaciones, el problema es renunciar al pasado y creer que una generación puede inventarse a sí misma de la nada, quedando en la orfandad cultural. Eso no es educar, es abandono. También es verdad que un problema grave es que los adultos subestimamos a los jóvenes y no siempre estamos dispuestos a escuchar, a compartir con pasión y alegría el gusto por el saber.

La mejor forma de hacer frente al sedentarismo cognitivo es transmitir la propia pasión por el saber y los beneficios de desarrollar habilidades intelectuales que nos permitan pensar por nosotros mismos con mayor profundidad y sin renunciar a nuestra libertad para elegir quienes queremos ser y a dónde queremos llegar.

Se le atribuye a Aristófanes la expresión de que “educar no es llenar un vaso, sino encender un fuego”. Despertar el deseo de saber es desde los antiguos filósofos griegos la esencia de la educación y el primer paso es el arte de escuchar. La escucha es el cimiento de la práctica educativa. Solo quien escucha podrá ofrecer un discurso que sea significativo para quienes reciben su enseñanza. Los estudiantes cambian positivamente cuando tienen un maestro, un profesor, que los escucha, que les presta atención y se interesa por ellos.

<https://semanariovoces.com/sedentarismo-neuronal-y-crisis-educativa-por-miguel-pastorino/>