



Autocontrol y sugestionabilidad en el uso de la inteligencia artificial

Self-control and suggestibility in the use of artificial intelligence

Dulvis Mejía

/0000-0001-5109-5490/dm6129@unphu.edu.do

Universidad De Murcia, España

Juan Julio Fuente

/0009-0003-5699-8623/juan.julio.fuentes@gmail.com

Julianny Castro

/0009-0007-5584-0049/Jc21-0438@unphu.edu.do

Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña (UNPHU), República Dominicana

Fecha de recepción: 3 de abril de 2026
Fecha de aceptación: 11 de mayo de 2026
Fecha de publicación: 1 de julio de 2026

Favor de citar este artículo de la siguiente forma:

Mejía, D., Fuente, J.J., y Castro, J. (2026). Autocontrol y sugestionabilidad en el uso de la inteligencia artificial.

AULA Revista de Humanidades y Ciencias Sociales, 72 (2), <https://doi.org/10.33413/aulahcs.2026.72i2.478>

RESUMEN

El creciente uso de inteligencia artificial (IA) ha generado preocupación sobre su capacidad para influir en decisiones humanas, especialmente en personas que interactúan constantemente con estos sistemas. Basado en teorías de autocontrol, este estudio tuvo como objetivo explorar el nivel de autocontrol requerido como protección frente a la sugestionabilidad de la IA. Se utilizó un diseño cuantitativo, no experimental y correlacional con una muestra de 134 participantes entre 18 y 60 años. Se aplicaron la Escala Breve de Autocontrol (BSCS-9), la Escala de Sugestionabilidad Multidimensional de Iowa (MISS) y cuestionarios diseñados para medir interacción y sugestionabilidad frente a IA. Los resultados mostraron que el autocontrol total se correlaciona negativamente con la sugestionabilidad general y de la IA, indicando que mayores niveles de autorregulación favorecen resistencia frente a influencias algorítmicas. La autodisciplina y el control de impulsos explicaron el 36.1% de la variación en sugestionabilidad, mientras que el tiempo de uso de IA se asoció con mayor susceptibilidad frente a la IA. Variables sociodemográficas como edad, nivel educativo y sexo no mostraron efectos significativos sobre la sugestionabilidad frente a IA. Se concluye que el autocontrol actúa como un factor protector clave y que la vulnerabilidad ante IA depende más de recursos cognitivos internos que de experiencia tecnológica o características demográficas, destacando la importancia de fortalecer la autorregulación y el pensamiento crítico para promover interacciones seguras y conscientes con sistemas inteligentes.

Palabras clave: autocontrol, sugestionabilidad, inteligencia artificial, control de impulso, autodisciplina.

ABSTRACT

The increasing presence of artificial intelligence (AI) in daily life raises concerns about its influence on human decision-making, particularly among people who interact frequently with digital systems. Grounded in self-control, this study aimed to explore the level of self-control required to protect individuals from AI-related suggestibility. A quantitative, non-experimental, correlational design was used with a sample of 134 participants aged 18 to 60. The Brief Self-Control Scale (BSCS-9), the Multidimensional Iowa Suggestibility Scale (MISS), and IA-specific interaction and suggestibility items were administered. Results revealed a negative association between self-control and both general and AI-related suggestibility, indicating that stronger regulatory abilities support resistance to algorithmic persuasion. Impulse control and self-discipline accounted for 36.1% of suggestibility variance, while longer AI usage time was associated with greater IA susceptibility. Sociodemographic variables such as age, education level, and gender did not significantly predict AI suggestibility. Findings suggest that self-control functions as a key psychological buffer against algorithmic influence and that vulnerability to AI depends more on internal regulatory mechanisms than on technological experience or demographic traits. These results highlight the need to strengthen self-control and critical thinking skills to promote safer and more autonomous interaction with intelligent systems.

Keywords: *self-control, suggestibility, artificial intelligence, impulse control, self-discipline*

Introducción

La creciente integración de la inteligencia artificial (IA) en la vida cotidiana ha transformado significativamente a muchas personas que toman decisiones, desde elecciones financieras hasta interacciones emocionales. Sin embargo, este apoyo tecnológico también ha expuesto a los usuarios a riesgos de manipulación cognitiva, ya que los sistemas de IA pueden explotar sesgos cognitivos y vulnerabilidades emocionales para influir en las decisiones humanas. Un estudio realizado por Sabour et al. (2025) reveló que los participantes interactuaron con agentes de IA diseñados para influir de manera encubierta, mostrando una susceptibilidad significativa a la manipulación, incluso cuando las tácticas eran sutiles.

El autocontrol emerge como un factor protector esencial ya que la capacidad de autorregular pensamientos, emociones y comportamientos permite a los individuos evaluar críticamente las recomendaciones de la IA, reduciendo la probabilidad de decisiones impulsivas o influenciadas indebidamente. Aydin (2025) introdujo el protocolo "Piensa primero, verifica siempre" (TFVA), que demostró que las intervenciones breves basadas en principios éticos pueden mejorar significativamente el desempeño en tareas cognitivas de seguridad, lo que implica que

fortalecer el autocontrol puede ser una estrategia efectiva para contrarrestar los riesgos asociados con la IA.

La relevancia de esta investigación es doble. Por un lado, aborda una problemática inédita al explorar la relación entre el autocontrol y la sugestionabilidad frente a la IA, un área poco estudiada en la literatura científica. Por otro lado, ofrece una perspectiva práctica y factible, ya que existen instrumentos validado, como la BSCS-9 y la Multidimensional Iowa Suggestibility Scale (MISS), que permiten medir de manera confiable las variables. Este enfoque no sólo es pertinente para la comunidad científica, sino también para diseñadores de políticas públicas y profesionales de la salud mental, al proporcionar herramientas para promover un uso más consciente y seguro de la inteligencia artificial.

El autocontrol, entendido como la capacidad de regular pensamientos, emociones y comportamientos en función de metas a largo plazo, es un componente esencial. Baumeister y Tierney (2011) destacan que el autocontrol es fundamental para el bienestar y el éxito personal, ya que permite a los individuos resistir tentaciones y tomar decisiones alineadas con sus objetivos. Esta habilidad es especialmente relevante en la era digital, donde las constantes distracciones pueden comprometer la toma de decisiones racionales.

Baumeister & Tierney (2011) expresan que el autocontrol se manifiesta en tres dimensiones interrelacionadas, cognitiva, emocional y conductual. La autorregulación cognitiva permite la evaluación crítica de la información recibida, la autorregulación emocional facilita la gestión de reacciones afectivas ante estímulos de la IA, y la autorregulación conductual implica la capacidad de actuar de acuerdo con metas a largo plazo, resistiendo impulsos inmediatos. Estas dimensiones son esenciales para resistir la sugestionabilidad de la IA, ya que permiten una interacción más consciente y deliberada con las tecnologías inteligentes.

Según la Asociación para el Avance de la Inteligencia Artificial de Reddy (2005), la IA incluye la capacidad de percibir el entorno, razonar, aprender, planificar y tomar decisiones autónomas en función de los datos disponibles. Russell y Norvig (2021), en su obra clásica *Artificial Intelligence: A Modern Approach*, señalan que la IA puede entenderse desde cuatro perspectivas: Sistemas que piensan como humanos; Sistemas que actúan como humanos; Sistemas que piensan racionalmente y Sistemas que actúan racionalmente.

La inteligencia artificial (IA) ha transformado diversos aspectos de la vida cotidiana, desde la automatización de tareas hasta la personalización de contenidos. Sin embargo, su capacidad para influir en las decisiones humanas ha suscitado preocupaciones. Un estudio de Sabour et al. (2025) reveló que los participantes interactuaron con agentes de IA diseñados para influir de manera encubierta, mostrando una susceptibilidad significativa a la manipulación, incluso cuando las tácticas eran sutiles. Este fenómeno, conocido como sugestionabilidad, es especialmente prevalente entre jóvenes y adultos, quienes constituyen el grupo más activo en la interacción con estas tecnologías y son más propensos a adoptar sugerencias sin evaluación crítica.

Según Destéfano (2018) para comprender cómo las personas pueden ser susceptibles a

la sugestión especialmente de sistemas automatizados como la IA es útil apoyarse en teorías de procesamiento cognitivo. La teoría del proceso dual distingue entre dos tipos de procesamiento mental: Sistema 1 (procesamiento automático, rápido, inconsciente) y Sistema 2 (procesamiento deliberado, consciente, más lento). Cuando una persona interactúa con una interfaz de IA que emite sugerencias o recomendaciones, parte de esas sugerencias pueden ser recibidas por el sistema 1 de modo automático, sin reflexión crítica. El uso efectivo del sistema 2, es el del pensamiento controlado.

Cherryman (2003) define la sugestionabilidad como la tendencia o predisposición de una persona a aceptar y actuar según ideas, creencias o indicaciones sugeridas por otros, sin recurrir a un análisis crítico profundo. En la psicología contemporánea, la sugestionabilidad se entiende como un continuo que varía entre individuos y contextos, más que como una característica fija.

Según Irving & Nikolova (2024) la sugestionabilidad está tradicionalmente asociada al campo de la hipnosis, porque hoy en día se considera un fenómeno psicológico más general sujeto a factores cognitivos, afectivos y sociales. Desde una perspectiva contemporánea, puede subdividirse en varias categorías, la sugestibilidad hipnótica, que se refiere a la capacidad de responder a las sugerencias durante el trance o la relajación profunda; la sugestibilidad social, relacionada con la aceptación de influencias de autoridad o presión grupal; la sugestibilidad cognitiva, como la susceptibilidad a aceptar información o creencias cuando no existe evidencia suficiente; y la sugestibilidad perceptual, relacionada con la susceptibilidad a distorsionar la percepción al estar sujeto a estímulos ambiguos o falsos.

Con el avance de las tecnologías persuasivas, la sugestionabilidad ha adquirido una nueva dimensión, la sugestionabilidad tecnológica. Según Rahwan, (2019), los sistemas de inteligencia artificial y los algoritmos de

personalización pueden influir en las percepciones y decisiones de los usuarios mediante estrategias sutiles, como la repetición de mensajes, la presentación selectiva de información y el uso de retroalimentación positiva.

El autocontrol emerge como un factor protector frente a la sugestionabilidad inducida por la IA. Aydin (2025) introdujo el protocolo "Think First, Verify Always" (TFVA), que demostró que intervenciones breves basadas en principios éticos pueden mejorar significativamente el rendimiento en tareas de seguridad cognitiva. Este enfoque sugiere que fortalecer el autocontrol puede ser una estrategia efectiva para mitigar los riesgos asociados con la IA. Además, el autocontrol no sólo implica la resistencia a impulsos inmediatos, sino también la capacidad de evaluar críticamente las recomendaciones de la IA, promoviendo decisiones más informadas y autónomas.

Shao & Ciampaglia (2018) informan que la sugestionabilidad ha sido utilizada en estudios de psicología social para referirse a la propensión de un individuo a aceptar ideas, creencias o comportamientos sugeridos por otros, sin un análisis crítico profundo. En contextos clásicos, se ha estudiado la influencia social, la propaganda y la persuasión. La novedad en tu tema es que la fuente persuasiva es la IA. En ambientes digitales, los sistemas de IA pueden presentar recomendaciones optimizadas (por retroalimentación, algoritmos predictivos, personalización) que explotan sesgos cognitivos (por ejemplo, sesgo de autoridad, efecto anclaje, heurísticos).

En el presente estudio se explora el autocontrol requerido como protección para la sugestionabilidad de la inteligencia artificial, con la intención de: identificar la relación entre el autocontrol y la sugestionabilidad de la IA; determinar qué rasgos de autocontrol (Autodisciplina y control de impulso) se correlacionan con la resistencia a la sugestionabilidad de la IA; determinar la frecuencia y tipo de interacción con la IA en la suscep-

tibilidad a la sugestionabilidad y analizar diferencias individuales (edad, sexo, nivel educativo) que puedan moderar la relación entre autocontrol y sugestionabilidad frente a la IA.

Metodología

El estudio se sustenta en un diseño cuantitativo, no experimental y de tipo correlacional. La aproximación correlacional se ve aplicable, dado que el interés principal es revisar en qué medida la autodisciplina y control de impulso funcionan como protectores frente a la influencia sugestiva de los sistemas de IA, teniendo además en cuenta variables sociodemográficas y frecuencia de interacción de IA. La población objetivo estuvo compuesta por 134 participantes entre 18 y 60 años, usuarios de inteligencia artificial, quienes fueron seleccionados mediante muestreo no probabilístico por bola de nieve, por conveniencia, con un nivel de confianza del 90% y un margen de error de 10 %, en función de la población general de la provincia del Gran Santo Domingo. Considerando criterios de inclusión como el mínimo de un mes de uso de herramientas de IA, y acceso estable a internet, y de exclusión como la presencia de diagnósticos psiquiátricos graves que puedan comprometer la validez de las respuestas.

Para la recolección de datos se emplearon tres instrumentos principales: la Escala Breve de Autocontrol - Versión en español (BSCS-9), con un nivel de fiabilidad conocida de $\alpha = .83$; la Escala de Sugestibilidad Multidimensional de Iowa (MISS) en su versión adaptada al español, que mide varios dominios de influencia sugestionable (social, perceptual, cognitivo y afectivo); y un cuestionario sociodemográfico complementado con ítems creados sobre hábitos de interacción con la inteligencia artificial, diseñado por los investigadores. Los instrumentos fueron cargado a una plataforma digital y remitido por diferentes medios por el grupo de 10 estudiantes. Finalmente, se procedió a crear una base de dato en SPSS, permitiendo hacer análisis pa-

ramétricos y no paramétricos, permitiendo llegar a los resultados y conclusiones que se muestran en el siguiente apartado.

Resultados

El estudio busca explorar el autocontrol requerido para proteger a las personas de la sugestionabilidad de la inteligencia artificial en las interacciones cotidianas.

Tabla 1: Medias y desviaciones estándar de las variables de autocontrol y sugestionabilidad

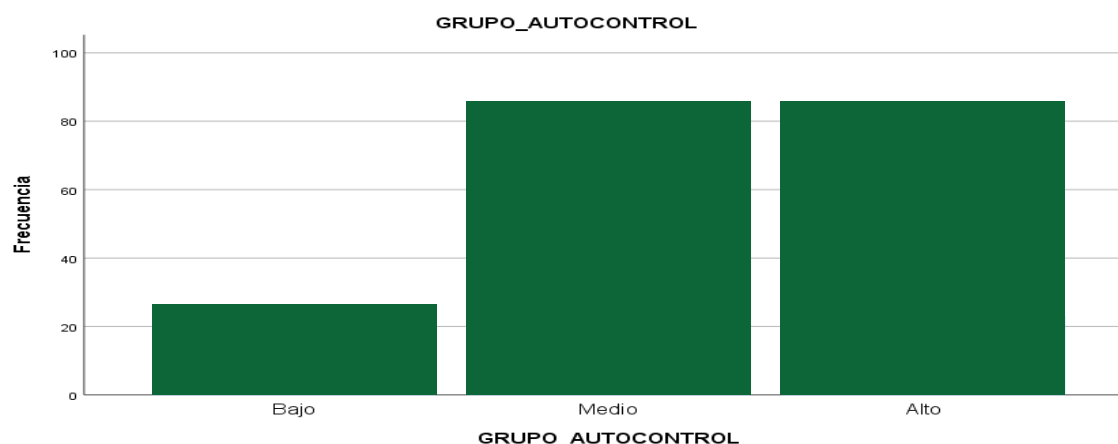
Variable	Media	Desv. Est
Edad	27.10	9.09
Autodisciplina	12.22	3.03
Control de impulsos	17.10	4.97
Autodisciplina en IA	16.72	2.93
Control de impulsos en IA	17.36	3.94
Autocontrol total	63.40	8.8
SU- Persuabilidad	9.35	3.2
SU- Conformidad	10.45	3.4
SU- Reactividad	8.93	3.36
SU- Contagio	7.68	2.7
SU-IA	21.10	7.3
Sugestionabilidad total	49.97	13.50

Nota: La Tabla 1 muestra los valores descriptivos iniciales de las dimensiones centrales del estudio

Fuente: *creación del autor*

En la tabla se observa que los participantes presentan una media de autocontrol general de 63.40 (DE = 8.8) y una media de sugestionabilidad total de 49.97 (DE = 13.50). La media del control de impulsos es de 17.10 y en autodisciplina 12.22. En las escalas de sugestionabilidad hay una media 9.35 en pluralidad, 10.45 en conformidad, 8.93 reactividad, 7.68 en contagio y 21.10 en inteligencia artificial.

Figura 1: Niveles de autocontrol (bajo, medio, alto) en la muestra



Fuente: Puntuaciones del test escala breve de autocontrol (BSCS-9) e ítems creado de autocontrol frente IA

La Figura 1 demuestra que la mayor parte de los participantes (63.4%) presenta un nivel de autocontrol medio. Esto implica que, en condiciones habituales, los individuos cuentan con recursos suficientes para gestionar sus impulsos y regular su comportamiento; sin embargo, podrían verse vulnerables ante situaciones ambiguas, novedosas o de persuasión algorítmica. La presencia de un porcentaje considerable de personas con bajo autocontrol (19.4%) es especialmente relevante, ya que estos individuos podrían ser más proclives a aceptar sugerencias automatizadas sin un análisis crítico. Por otro lado, solo un 17.2% mostró niveles altos de autocontrol, lo que evidencia que la mayoría de los usuarios no cuenta con una sólida estructura autorregulatoria frente al uso intensivo de tecnologías basadas en IA.

Variables		Sugestionabilidad IA	Sugestionabilidad total	Autocontrol total
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson		.383**	-.236**
	Sig. (bilateral)		.000	.006
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson	.383**		-.524**
	Sig. (bilateral)	.000		.000

Fuente: Escala BSCS-9, MISS, autocontrol y sugestionabilidad frente IA.

El análisis correlacional revela patrones significativos donde se muestra que existe una correlación positiva moderada entre sugestionabilidad IA y sugestionabilidad total ($r = .383$, $p < .001$), indicando que la susceptibilidad frente a la IA forma parte del constructo general de sugestionabilidad. El autocontrol total correlaciona negativamente tanto con la sugestionabilidad IA ($r = -.236$, $p = .006$) como con la sugestionabilidad total ($r = -.524$, $p < .001$), lo que respalda empíricamente la hipótesis de que mayores niveles de autocontrol funcionan como un factor protector frente a la sugestionabilidad.

Variables		Sugestionabilidad IA	Sugestionabilidad total	Autocontrol total
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson		.383**	-.236**
	Sig. (bilateral)		.000	.006
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson	.383**		-.524**
	Sig. (bilateral)	.000		.000

Tabla 3: Modelo de regresión múltiple de predictores de sugestionabilidad

Modelo	R	R cuadrado	R cuadrado ajustado	Error estándar de la estimación
		.361	.342	10.956

a. Predictores: (Constante), Autodisciplina_IA, Autodisciplina, Control_impulsos_IA, Control_de_impulsos

b. Variable dependiente: SU_Total_General

Anova						
Modelo		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
1	Regresión	8764.642	4	2191.160	18.256	.000 ^b
	Residuo	15483.239	129	120.025		
	Total	24247.881	133			

Fuente: a. Variable dependiente: SU_Total_General b. Predictores: (Constante), Autodisciplina_IA, Autodisciplina, Control_impulsos_IA, Control_de_impulsos. Obtenidos de Escala de los test escala breve de autocontrol (BSCS-9), multidimensional iowa suggestibility scale (MISS) y dos tests creados para medir autocontrol y sugestionabilidad frente IA.

El modelo de regresión indica que los factores del autocontrol explican el 36.1% de la varianza en sugestionabilidad general ($R^2 = .361$), lo cual representa un poder predictivo robusto en el estudio. La prueba ANOVA confirma que el modelo es significativo ($F_{4,129} = 18.256$, $p < .001$).

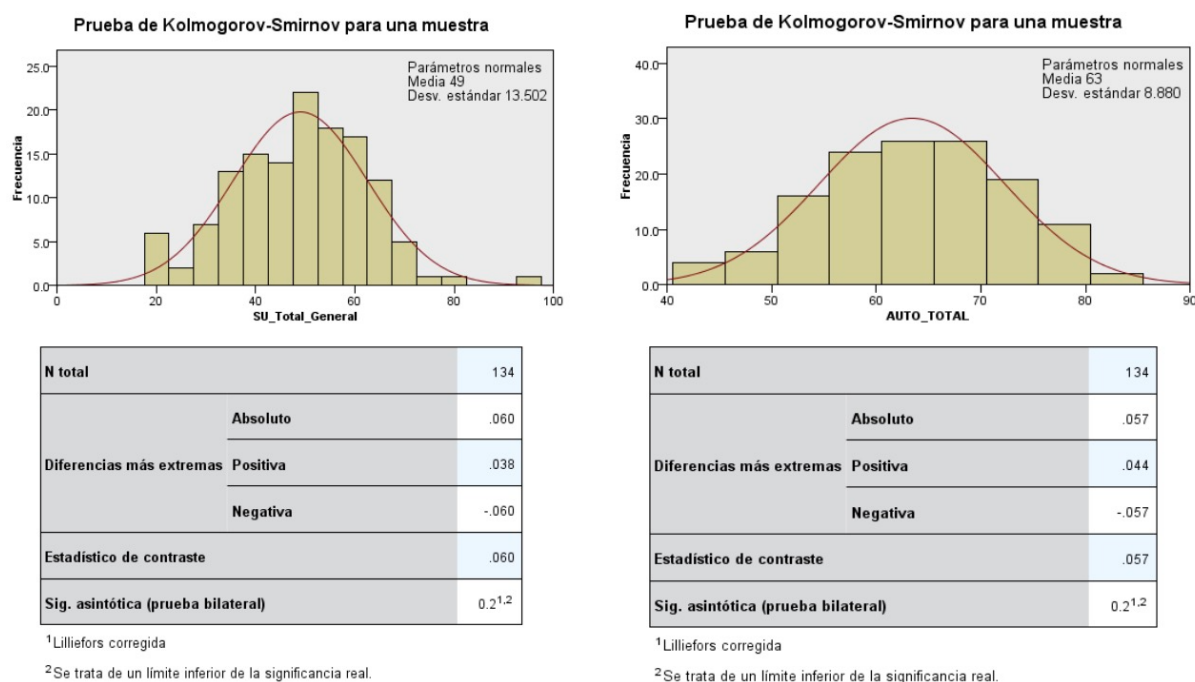
Tabla 4: Correlaciones entre frecuencia, tipo y tiempo de uso de IA y sugestionabilidad

		Sugestionabilidad	Frecuencia de uso IA	IA usadas	Tiempo de uso de IA
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson	.383**	.175*	.072	.303**
	Sig. (bilateral)	.000	.043	.410	.000
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson		-.110	.055	.277**
	Sig. (bilateral)		.205	.526	.001
Frecuencia uso IA	Correlación de Pearson			-.180*	-.372**
	Sig. (bilateral)			.038	.000
Herramientas de IA usadas.	Correlación de Pearson				.248**
	Sig. (bilateral)				.004

Nota: Escala MISS), sugestionabilidad frente IA, frecuencia, tipo y uso de la IA.

Se muestra que la frecuencia de uso de IA se correlaciona negativamente con la sugestionabilidad de la IA ($r = -.175$, $p < .05$), lo cual sugiere que a mayor contacto con IA, mayor sugestionabilidad. Igualmente, el tiempo estimado utilizando IA se correlaciona positivamente con sugestionabilidad IA ($r = .303$, $p < .001$), lo que podría indicar que los usuarios de largo plazo presentan una exposición acumulada a interacciones persuasivas o automatizadas. Además, se presenta que no hay correlación entre las herramientas de Inteligencia Artificial utilizadas y la sugestionabilidad de la IA

Figura 2: Figuras de Normalidad (Kolmogorov-Smirnov)



Fuente: Gráficas chi cuadrado obtenidas en escala BSCS-9 y MISS.

Las distribuciones de Sugestionabilidad Total (SU_Total_General) y Autocontrol Total (AUTO_TOTAL) fueron evaluadas mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov. En ambos casos, los valores de significancia fueron $p = .213$, superiores a $.05$, indicando que no se rechaza la hipótesis de normalidad. Los histogramas muestran curvas normales ajustadas que se alinean adecuadamente con los datos, sin presencia de asimetrías ni valores atípicos relevantes. Estos resultados confirman que ambas variables siguen una distribución normal, lo que permite utilizar pruebas estadísticas paramétricas con validez (correlaciones, t-test, ANOVA y regresión). En conjunto, la normalidad de los puntajes respalda la solidez metodológica y garantiza la confiabilidad de los análisis posteriores.

Tabla 5: Características sociodemográficas de los participantes (frecuencias y porcentajes)

Variable	Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Sexo	Masculino	48	35.8
Sexo	Femenino	86	64.2
Estado civil	Casado	17	12.7
Estado civil	Soltero	109	81.3
Estado civil	Viudo	1	0.7
Estado civil	Unión Libre	7	5.2
Nivel educativo	Secundaria	15	11
Nivel educativo	Estudiante universitario	64	47.1
Nivel educativo	Técnico Superior	6	4.4
Nivel educativo	Grado o licenciatura	39	28.7
Nivel educativo	Maestría	9	6.6
Nivel educativo	Doctorado	1	0.7

Fuente: Datos obtenidos de un cuestionario sociodemográfico creado.

La Tabla 5 presenta la composición sociodemográfica de la muestra. Se observa una mayor proporción de participantes femeninas (64.2%), lo que sugiere que la percepción y el comportamiento frente a la IA pueden estar influenciados por características asociadas al sexo, aspecto que será retomado en el análisis inferencial. En cuanto al estado civil, la muestra es predominantemente soltera (81.3%), característica coherente con la distribución por edad (media de 27 años). Respecto al nivel educativo, el 47.1% son estudiantes universitarios, y el 28.7% poseen un grado o licenciatura.

Tabla 6: Correlaciones entre nivel educativo, autocontrol y sugestionabilidad

		Sugestionabilidad total	Auto control total	Nivel educativo
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson	.383**	-.236**	-.142
	Sig. (bilateral)	.000	.006	.103
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson		-.524**	-.174**
	Sig. (bilateral)		.000	.045
Autocontrol total	Correlación de Pearson			.368**
	Sig. (bilateral)			.000

Fuente: Escala BSCS-9, MISS, autocontrol, sugestionabilidad frente IA y nivel educativo.

El nivel educativo se correlacionó positivamente con el autocontrol ($r = .368$) y negativamente con la sugestionabilidad general ($r = -.174$, $p < .05$). Esto sugiere que mayor educación formal menor susceptibilidad a la sugestionabilidad y mayor autocontrol menor sugestionabilidad, pero no se confirma correlación en sugestionabilidad de la IA, aunque sigue siendo negativa.

Tabla 7: Correlaciones entre sexo, autocontrol y sugestionabilidad

		Sugestionabilidad total	Auto control total	Sexo
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson	.383**	-.236**	-.071
	Sig. (bilateral)	.000	.006	.418
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson		-.524**	.080
	Sig. (bilateral)		.000	.355
Autocontrol total	Correlación de Pearson			.040
	Sig. (bilateral)			.643

Fuente: Escala BSCS-9, MISS, autocontrol, sugestionabilidad frente IA y sexo.

No se presentan asociaciones significativas entre sexo y las principales variables. Esto indica que, en esta muestra, el sexo no modera la relación entre autocontrol y sugestionabilidad.

Tabla 8: Correlaciones entre edad, autocontrol y sugestionabilidad

		Sugestionabilidad total	Auto control total	Edad
Sugestionabilidad IA	Correlación de Pearson	.383**	-.236**	-.142
	Sig. (bilateral)	.000	.006	.102
Sugestionabilidad Total	Correlación de Pearson		-.524**	-.201*
	Sig. (bilateral)		.000	.020
Autocontrol total	Correlación de Pearson			.325**
	Sig. (bilateral)			.000

Fuente: Escala BSCS-9), MISS), autocontrol, sugestionabilidad frente IA y edad.

La edad se correlacionó positivamente con el autocontrol ($r = .325$) y negativamente con la sugestionabilidad general ($r = -.201$). Esto sugiere que la madurez psicológica, adquirida con la edad, fortalece la capacidad de autorregulación y disminuye la vulnerabilidad a influencias automatizadas. Los individuos más jóvenes podrían ser más susceptibles a la persuasión digital.

Discusión y conclusión

Los hallazgos del presente estudio proporcionan evidencia sustancial sobre la relación entre el autocontrol y la sugestionabilidad frente a la inteligencia artificial en jóvenes y adultos. En primer lugar, los análisis de normalidad indicaron que el autocontrol y la sugestionabilidad presentan una distribución aproximadamente normal. Esta propiedad respalda el uso de análisis paramétricos e implica que ambos constructos se comportan como rasgos continuos en la población, en lugar de categorías discretas, lo cual concuerda con teorías previas sobre la autorregulación de Baumeister y Tierney (2011). Los resultados de los análisis correlacionales mostraron que, a mayor nivel de autocontrol, menor sugestionabilidad general y específica frente a la IA, respaldando la hipótesis central del estudio y corrobora-

rando los modelos de autorregulación que consideran el autocontrol como un sistema inhibitor de los impulsos y el pensamiento automático. Asimismo, la evidencia obtenida se explica mediante la teoría del proceso dual de Destéfano & Velázquez (2018), que sostiene que los individuos con mayor capacidad de autorreflexión activan procesos deliberativos (Sistema 2), que evalúan críticamente las sugerencias algorítmicas. Las personas con bajo autocontrol, a su vez, operan de forma automatizada bajo la influencia del Sistema 1.

El análisis de regresión reveló que más de un tercio de la varianza total en la sugestionabilidad se explica por la autodisciplina y el control de impulsos, un hallazgo significativo, ya que implica que las diferencias en la vulnerabilidad persuasiva no se derivan de la exposición a la IA, sino

de una capacidad de regulación cognitiva interna. Esta idea se sustenta en el protocolo piensa primero y verifica siempre (Think First, Verify Always) de Aydin (2025) que afirma que el entrenamiento autorregulador puede reducir los riesgos de manipulación algorítmica.

Por otro lado, aunque el tiempo transcurrido con el uso de IA mostró una mayor sugestionabilidad específica, ni la frecuencia ni la variedad de herramientas utilizadas explicaron el fenómeno. Esto indicaría que el efecto no depende del número de interacciones, sino del tipo de relación cognitiva establecida con el sistema. Esto coincide con los enfoques sobre la sugestionabilidad tecnológica, que señalan que la IA influye no por la cantidad de contacto, sino por la personalización algorítmica.

En relación a variables sociodemográficas, la edad y el nivel educativo se correlacionaron con mayor autocontrol y menor sugestionabilidad general, pero no alcanza significación estadística al cruzarse con la sugestionabilidad frente a IA, aunque se mantiene siendo negativa. Estos resultados apoyan el planteamiento de Sabour et al. (2025), quienes observaron que la IA puede manipular incluso a personas formadas y adultas mediante mecanismos implícitos y retroalimentación adaptativa. Así, según diversos autores, la vulnerabilidad frente a IA parece estar menos ligada a una experiencia vital y más a recursos cognitivos internos. Finalmente, no se observaron diferencias significativas por sexo, lo cual sugiere que las funciones autorregulatorias involucradas operan de forma transversal, lo que apoya la noción de que el autocontrol es un rasgo general y no un atributo diferenciado por sexo.

En conclusión, los resultados de este estudio podrían resumirse indicando que el autocontrol funciona como un factor protector esencial frente a la sugestionabilidad general y a la sugestionabilidad inducida

por inteligencia artificial. Las personas con mayor capacidad para regular pensamientos, emociones y conductas mostraron menor vulnerabilidad frente a influencias persuasivas, tanto en términos generales como tecnológicos. Esto sugiere que la resistencia a la manipulación algorítmica depende menos de la familiaridad con la IA y más de recursos autorregulatorios internos, particularmente del control de impulsos y la autodisciplina.

Además, variables como edad, educación y sexo no predijeron la sugestionabilidad específica ante IA, lo que evidencia que la influencia algorítmica no opera siguiendo patrones sociológicos tradicionales, sino mediante mecanismos cognitivos individuales. En conjunto, estos resultados subrayan la necesidad de fortalecer habilidades de autocontrol y pensamiento crítico para promover interacciones más autónomas, conscientes y seguras con tecnologías inteligentes, especialmente entre jóvenes adultos que constituyen el grupo de mayor exposición.

Recomendaciones

De manera general se recomienda aplicar programas de fortalecimiento de la autorregulación, especialmente en el ámbito del control de impulsos, con el fin de desarrollar el pensamiento crítico hacia los sistemas inteligentes; incorporar contenidos de alfabetización digital cognitiva que ayuden a los usuarios a identificar las influencias algorítmicas y, para desarrolladores de IA, adoptar mecanismos de Ética Algorítmica dentro del Enfoque TFVA: "Pensar Primero, Verificar Siempre", propuesto por Aydin (2025).

Referencias

- Angelucci, L. (2025, August 6). (PDF) *Escala de sugestionabilidad interrogativa de Gudjonsson: confiabilidad, análisis de ítems y estructura factorial*. ResearchGate. Retrieved September 21, 2025, from https://www.researchgate.net/publication/28298868_Escala_de_sugestionabilidad_interrogativa_de_Gudjonsson_confiabilidad_analisis_de_items_y_estructura_factorial
- Aydin, Y. (2025, July 23). "Think First, Verify Always": Training Humans to Face AI Risks. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2508.03714>
- Baumeister, y Tierney. (2011). *La Fuerza de Voluntad*. American Psychological Association. Retrieved October 7, 2025, from <https://www.apa.org/topics/willpower-spanish.pdf>
- Cherryman, J. (2003). *La psicología de los interrogatorios y las confesiones: un manual*. GH Gudjonsson. <https://research.ebsco.com/c/6pw7z2/search/details/lzejtfh2vf?db=asn%2Cagr%2Caps%2Casu%2Cbsu%2Cb7h%2Cufh%2Cddh%2Ce000xww%2Cnlebk%2Ce086sww%2Ceue%2Cegs%2Cent%2Ceih%2Ceric%2Cfap%2C8gh%2Chjh%2Chsi%2Clgs%2Clis%2Clth%2Cmdl%2Cddu%2Cpbh%2Cbwh%2Csxi&limiters=None&>
- Council, J. R. (2005). *Personalidad, psicopatología y sugestionabilidad hipnótica*. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77808904>
- Destéfano, M., y Velázquez, F. (2018). *Teorías de doble proceso: ¿una arquitectura de procesos múltiples?* <https://www.redalyc.org/journal/3397/339755051004/html/>
- Irving, J. A., y Nikolova, N. (2024). *La relación entre la transliminalidad, la sugestibilidad hipnótica e imaginativa y otros rasgos de personalidad*. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0001691824000027?-via%3Dihub>
- Pfundmair, M., Stöger, L. M., y Steffens, C. (2023). *Ostracism and suggestibility: how temporary cognitive deficits drive suggestibility after ostracism*. https://www.researchgate.net/publication/370864759_Ostracism_and_suggestibility_how_temporary_cognitive_deficits_drive_suggestibility_after_ostracism
- Rahwan, I., Cebrian, M., y Bongard, N. (2019). *Machine behaviour*. <https://www.nature.com/articles/s41586-019-1138-y>
- Reddy, R. (2005). *The Origins of the American Association for Artificial Intelligence (AAAI)*. <https://research.ebsco.com/c/6pw7z2/search/details/o4d4j4kaib/details?db=asn%2Cagr%2Caps%2Casu%2Cbsu%2Cb7h%2Cufh%2Cddh%2Ce000xww%2Cnlebk%2Ce086sww%2Ceue%2Cegs%2Cent%2Ceih%2Ceric%2Cfap%2C8gh%2Chjh%2Chsi%2Clgs%2Clis%2Clth%2Cmdl%2Cddu%2Cpbh%2Cbwh%2Csxi&limite>
- Rodríguez Ruiz, J., Marín López, I., y Espejo Siles, R. (2024). *Is artificial intelligence use related to self-control, self-esteem and self-efficacy among university students?* https://www.researchgate.net/publication/382592562_Is_artificial_intelligence_use_related_to_self-control_self-esteem_and_self-efficacy_among_university_students
- Rubio Hernández, F. J., Díaz López, A., y Cava, V. (2024). *Efecto mediador del autocontrol sobre la autoestima y el uso de Instagram en adolescentes. Relaciones con el rendimiento académico y el estrés tecnológico*. <https://research.ebsco.com/c/6pw7z2/search/details/de7zad3e4z?db=asn%2Cagr%2Caps%2Casu%2Cbsu%2Cb7h%2Cufh%2Cddh%2Ce000xww%2Cnlebk%2Ce086sww%2Ceue%2Cegs%2Cent%2Ceih%2Ceric%2Cfap%2C8gh%2Chjh%2Chsi%2Clgs%2Clis%2Clth%2Cmdl%2Cddu%2Cpbh%2Cbwh%2Csxi&limiters=DT1%3>
- Russell, y Norvig. (2021). *Artificial Intelligence: A Modern Approach*. <https://luismejias21.wordpress.com/wp-content/uploads/2017/09/inteligencia-artificial-un-enfoque-moderno-stuart-j-russell.pdf>
- Sabour, S., Mengyuan Liu, J., y Liu, S. (2025). *Human Decision-making is Susceptible to AI-driven Manipulation*. https://www.researchgate.net/publication/388920519_Human_Decision-making_is_Susceptible_to_AI-driven_Manipulation
- Shao, C., y Ciampaglia, G. L. (2018). https://www.researchgate.net/publication/329218472_The_spread_of_low-credibility_content_by_social_bots



Dulvis Mejía

Licenciado en Psicología, Mención Psicología Clínica en la Universidad Autónoma de Santo Domingo. Máster en Psicología de la Intervención Social y Doctor en psicología, ambos títulos en la Universidad de Murcia, España.



Julianny Castro

Estudiante de término de la carrera de Psicología Clínica en la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña, con experiencia en aplicación de pruebas psicológicas, así como en psicopedagogía y modificación conductual.



Juan Julio Fuente

Estudiante de término de la Licenciatura en Psicología Clínica en la Universidad Nacional Pedro Henríquez Ureña, con experiencia en la aplicación de pruebas psicológicas con enfoque en psicología clínica.