

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN 9

PREÁMBULO. LAS 3 EDADES DE LA TECNOLOGÍA DIGITAL 11

## PARTE I. CONEXIÓN INTRAVENOSA 15

1. POR QUÉ USO UN MÓVIL SIN INTERNET 15

2. PARADOJAS DE LA INNOVACIÓN 17

3. SALUD MENTAL FRÁGIL EN LA ERA DEL *SMARTPHONE* 20

4. UN PRODUCTO 'SALUDABLE'  
PARA LA INDUSTRIA DIGITAL 23

5. ¿ANIVERSARIOS DE TRABAJO? 25

6. LOS RIESGOS DE VIVIR EN UN HOGAR *SMART* 27

## PARTE II. METAMORFOSIS 31

7. CINCO FORMAS EN LAS QUE LA TECNOLOGÍA DIGITAL NOS HA MODIFICADO 31

8. ANTIEFECTO FLYNN: ¿CADA VEZ MÁS TONTOS? 34

9. DORMIMOS MENOS Y PEOR 36

10. CADA VEZ TENEMOS MENOS SEXO 38

11. MI NUEVO AMIGO ES UNA IA 41

12. ¿QUIERES CONOCER LA HORA DE TU MUERTE? 43

## PARTE III. 1984 EN 2024 47

13. RECONOCIMIENTO FACIAL 47

14. UN ESPÍA EN LA PULSERA 49

15. ¿POR QUÉ ACEPTAMOS SER VIGILADOS? 51

16. BOLÍGRAFOS CONECTADOS PARA CADA NIÑO 53

17. CAYLA, LA MUÑECA CONECTADA 56

18. ROOMBA: UNA ASPIRADORA DE DATOS 59

## PARTE IV. INFANCIA *ON*, INFANCIA *OFF* 61

19. 'DESANESTESIAR' A LOS NIÑOS 61

20. PADRES ANSIOSOS, NIÑOS ANSIOSOS 63

21. LA MEJOR PREPARACIÓN PARA UNA VIDA CONECTADA  
ES UNA EDUCACIÓN DESCONECTADA 65

22. EXPERIMENTO: INSTITUTO SIN MÓVIL 68

23. LOS HIJOS DE LOS MAGNATES DE LA TECNOLOGÍA 70

## **PARTE V. ¿SOBRAREMOS LOS HUMANOS? 73**

- 24. ESCLAVIZADOS O MARGINADOS 73
- 25. ¿ALGUIEN PILOTA LAS MÁQUINAS AUTÓNOMAS? 77
- 26. MIENTRAS LA IA NOS DIVIERTE 80
- 27. TRANSHUMANISMO 83
- 28. GOOGLE DECIDE POR NOSOTROS 86
- 29. *PROMPTER*: ¿EL NUEVO TRABAJO DEL FUTURO? 88
- 30. ELEGIR PARA QUÉ QUEREMOS LA INNOVACIÓN 90

## **PARTE VI. ¿EXTINCIÓN? 93**

- 31. ESCENARIOS 93
- 32. AUTORREPLICACIÓN 95
- 33. ARMAS LETALES AUTÓNOMAS 97
- 34. ROBOTS POLICÍAS 99
- 35. CAMBIANDO UN 0 POR UN 1... 101
- 36. EL APOCALIPSIS VISLUMBRADO POR LOS MAGNATES TECNOLÓGICOS 104

## **PARTE VII. ¿QUÉ PODEMOS HACER? 107**

- 37. APRENDE A DESPISTAR A LOS ALGORITMOS 107
- 38. ELOGIO A LOS OBJETOS DE UN SOLO PROPÓSITO 109
- 39. POR UN CONSUMO ANTIIMPULSIVO 113
- 40. PROHIBIR EL MÓVIL EN LOS RESTAURANTES COMO SE PROHIBIÓ FUMAR 116
- 41. DEFENDERNOS CONTRA LA GUERRA COGNITIVA 118
- 42. ¿PROHIBIDO PROHIBIR? 120
- 43. BENEFICIO DE UN CAMBIO COLECTIVO,  
DIFICULTAD DE UN CAMBIO INDIVIDUAL 122

## **PARTE VIII. POR TIERRA, MAR Y AIRE 125**

- 44. PARA QUÉ SIRVE EL PAPEL 125
- 45. CABLES SUBMARINOS 127
- 46. UN COSTE MEDIOAMBIENTAL POR LAS NUBES 129

## **BONUS 131**

- 47. EL COSTE HUMANO DE LA IA GENERATIVA 131
- 48. EN QUÉ SE PARECEN LA INDUSTRIA ALIMENTARIA Y LA TECNOLOGÍA 133
- 49. UNA ANTICIPACIÓN VISIONARIA 135
- 50. COMPRAR UN CUPÓN DE LA ONCE 137

## **CONCLUSIÓN 139**

## **AGRADECIMIENTOS 143**