

Redes sociales y el proceso de toma de decisiones

Por: Francisco Ameliach Orta. Publicado en su pagina web franciscoameliach.com, el 21.07.26.

¿Alguna vez te has preguntado por qué es tan difícil convencer a alguien en Internet con datos duros y hechos comprobables? La respuesta corta es que **el cerebro humano no evolucionó para buscar la verdad lógica. Evolucionó para sobrevivir**. En nuestro tiempo, redes sociales, interpretación de la realidad y decisiones forman un mismo sistema.

Si cruzamos la filosofía de **Friedrich Nietzsche** con los últimos descubrimientos neurocientíficos como los expresados por **Antonio Damasio** en su obra *El extraño orden de las cosas*, descubrimos una verdad incómoda: **nuestra mente es una máquina de interpretar el mundo a conveniencia**. Las redes sociales han aprendido a hackear este mecanismo biológico para influir la construcción de nuestra realidad.

El sistema sabe qué video te va a atrapar, qué publicidad te va a convencer y cuándo estás a punto de aburrirte. ¿Cómo lo hace? La respuesta combina un famoso experimento médico, la advertencia de un gran pensador y el diseño de la pantalla de tu celular.

A continuación, analizamos tres premisas de Nietzsche comprobadas por la neurociencia, el experimento de **Haynes** y las reflexiones del historiador **Harari** que explican cómo funciona nuestra mente y cómo las plataformas digitales las usan para moldear nuestras interpretaciones.

LA INTERPRETACIÓN DE LA REALIDAD

“Nietzsche: un mismo hecho admite diversas interpretaciones.

Solemos creer que nuestros ojos y oídos son cámaras de video que registran la realidad de forma exacta. Nietzsche rompió este mito al afirmar que todo lo que llamamos «conocimiento» es solo una perspectiva, una interpretación condicionada por quiénes somos.

EL RESPALDO NEUROCIENTÍFICO:

En *El extraño orden de las cosas*, Antonio Damasio explica que el sistema nervioso jamás toca el mundo exterior de forma directa. El cerebro procesa señales químicas y eléctricas para construir **imágenes mentales**. Un «hecho» exterior no entra a tu mente; lo que experimentas es una simulación generada por tu biología. Percibir, a nivel puramente fisiológico, ya es interpretar.

EL HACKEO DE LAS REDES SOCIALES:

Los algoritmos de las redes sociales saben que el cerebro prioriza el bienestar a la realidad cruda. Por eso, crean un entorno a la medida de tu interpretación. A través de las **burbujas de filtro**, la plataforma te muestra exclusivamente los «hechos» que coinciden con tu visión del mundo.

“En redes sociales no interactúas con la realidad; interactúas con un espejo digital diseñado para validar en principio tu propia perspectiva, pero en segundo plano con mensajes que permiten reafirmarla o modificarla de acuerdo a los intereses de los que controlan los algoritmos.

EL REFUGIO DE LA COMODIDAD COGNITIVA

*“**Nietzsche:** Los seres humanos no son objetivos al realizar una interpretación, sino que tienden a escoger la que menos les incomoda.*

Nietzsche sabía que preferimos una mentira reconfortante antes que una verdad dolorosa. Construimos dogmas y certezas para protegernos del caos y de la angustia existencial.

EL RESPALDO NEUROCIENTÍFICO:

Damasio explica esto mediante el concepto de **homeostasis** y el papel de los **sentimientos**. Los sentimientos son los barómetros conscientes de nuestro estado corporal: nos avisan si estamos en bienestar (homeostasis positiva) o en peligro/dolor (homeostasis negativa).

“El cerebro está programado evolutivamente para evitar el sufrimiento y buscar la estabilidad. Una idea que contradice lo que crees genera disonancia cognitiva, lo que el cerebro traduce como una amenaza a tu bienestar biológico. Por lo tanto, el organismo selecciona de forma automática el relato que le devuelva la tranquilidad y la comodidad”.

EL HACKEO DE LAS REDES SOCIALES:

¿Por qué pasamos horas haciendo *scroll* en el teléfono? Porque las plataformas explotan nuestra necesidad de comodidad homeostática. Al darte contenido que refuerza tus prejuicios, el algoritmo te genera microdosis de dopamina y una sensación de confort. Si asoma una verdad incómoda que contradice tu ideología, la plataforma te da la opción de bloquearla, silenciarla o sumarte a un linchamiento digital para «reparar» tu comodidad perdida. Las redes sociales son el analgésico definitivo contra la incomodidad de pensar diferente.

LA VERDAD COMO UN JUEGO DE PODER

“Nietzsche: La verdad es una conquista del poder”.

Para el filósofo alemán, la «Voluntad de Poder» es el motor de todo lo vivo. Lo que una sociedad acepta como «la verdad» no es un reflejo de la justicia divina, sino la interpretación que logra mayor consenso en un espacio y tiempo determinado.

EL RESPALDO NEUROCIENTÍFICO:

Damasio coincide desde una perspectiva evolutiva: los seres humanos creamos culturas, leyes y **relatos** como herramientas de regulación social. Una narrativa colectiva (una religión, una ideología política, una identidad nacional) no triunfa por ser científicamente exacta, sino porque logra coordinar a las masas y estabilizar la vida del grupo. La «verdad» cultural es, en esencia, la herramienta de control homeostático más poderosa que posee nuestra especie para dominar el entorno.

EL HACKEO DE LAS REDES SOCIALES:

Hoy, la conquista del poder ya no se da solo en los campos de batalla físicos, sino en la economía de la atención. Quien domina el algoritmo, domina la verdad. Las redes sociales permiten que narrativas extremas, noticias falsas o discursos manipulados se conviertan en «verdades» absolutas para millones de personas en cuestión de horas. La verdad en la era digital no se mide por su veracidad, sino por su **capacidad de viralización**. Gana el relato que genera más interacciones, más clics y más control sobre la conversación pública.

EL EXTRAÑO ORDEN DE TU 'FEED'

Al conectar a Nietzsche con Damasio, la conclusión es clara: **tu mente no busca la verdad universal; busca proteger tu estabilidad biológica y emocional. El problema surge cuando delegamos esa protección en un algoritmo cuyo objetivo es manipularte para alcanzar un objetivo programado en beneficio de los que tienen el poder de controlar el algoritmo.**

“Las redes sociales han perfeccionado la fórmula: nos ofrecen interpretaciones a la carta, eliminan cualquier rastro de incomodidad cognitiva y nos venden el poder de creer que formamos parte de la «tribu que tiene la razón». Al final, la verdad en el siglo XXI no es un descubrimiento científico; es el resultado de un algoritmo que descubrió exactamente cómo funciona nuestra biología”.

EL EXPERIMENTO QUE DESCUBRIÓ «LA TRAMPA» DEL CEREBRO

En el año 2008, un científico llamado John-Dylan Haynes **hizo un experimento** que cambió lo que sabemos sobre nosotros mismos. Metió a varias personas en un escáner cerebral (una máquina similar a la que usan en los hospitales para ver el cuerpo por dentro) y les dio una tarea muy simple: tenían que pulsar un botón con la mano izquierda o con la mano derecha, cuando ellos quisieran. Solo debían avisar el momento exacto en el que habían tomado la decisión en su mente.

El resultado asombró al mundo: al mirar las luces y mapas del cerebro en la computadora, el científico podía saber qué mano iba a usar la persona **hasta 7 segundos antes** de que la propia persona lo supiera conscientemente.

¿QUÉ SIGNIFICA ESTO EN LA VIDA REAL?

La ciencia demostró que nuestras decisiones no nacen de la nada en nuestra mente consciente. Tu cerebro funciona como una máquina biológica: primero se encienden los motores de forma automática (en el inconsciente) y, mucho después, tú te das cuenta y dices: «¡Ah, quiero pulsar el botón derecho!». La decisión ya estaba tomada; tú solo fuiste el último en enterarte.

LA GRAN ADVERTENCIA: NOS ESTÁN «HACKEANDO»

El famoso historiador Yuval Noah Harari, en su libro *Homo Deus*, tomó este descubrimiento y lanzó una advertencia muy seria para el futuro de la humanidad. Harari dice que siempre hemos creído que somos completamente libres de elegir lo

que compramos, lo que votamos o lo que pensamos. Pero la ciencia demuestra que no es así: somos seres manejados por impulsos biológicos.

El peligro real, según Harari, es el siguiente:

“Si una computadora logra reunir suficientes datos sobre tus reacciones y tus gustos, llegará a conocer cómo funciona tu cerebro mejor que tú mismo. Cuando eso ocurra, esa computadora ya no necesitará pedirte permiso ni convencerte de nada; simplemente creará el deseo en ti, y tú creerás que elegiste libremente”.

EL «SCROLL INFINITO» EN REDES SOCIALES: EL ESCÁNER CEREBRAL EN TU BOLSILLO

Ese futuro del que hablaba Harari ya está pasando hoy en aplicaciones de redes sociales a través del famoso **scroll infinito** (esa función que te permite deslizar el dedo hacia abajo para ver videos cortos sin que la pantalla termine nunca).

Este diseño no se hizo para que la aplicación sea más cómoda, sino para aprovechar las debilidades de tu cerebro mediante tres trucos:

- **Miden tus reacciones invisibles:** Mientras deslizas el dedo, tú crees que estás distraído. Pero el algoritmo de la aplicación está midiendo cosas que tú ni notas: los milisegundos exactos que tardas en pasar un video, si aceleras el dedo cuando algo no te gusta o si te detienes un segundo de más en una imagen. Esos pequeños gestos le dicen a la computadora qué estás sintiendo **segundos antes de que tú lo pienses**, y por eso el siguiente video que te muestra es siempre perfecto para ti.
- **El truco de la máquina tragamonedas:** El scroll infinito no tiene botones de «siguiente página» ni finales. Al no saber qué video vendrá después, tu cerebro entra en un estado de expectativa constante, igual al de una persona que juega en un casino. Esto libera una sustancia química llamada dopamina, que te da una sensación de placer instantáneo. El teléfono crea un puente directo con tus impulsos automáticos, saltándose por completo tu parte lógica que te dice: «Ya es tarde, apaga el teléfono».
- **Descubren tus puntos débiles:** Al ver cómo reaccionas de forma automática, el sistema sabe si estás triste, aburrido, ansioso o inseguro. Si el algoritmo detecta, por ejemplo, que estás pasando por un momento de

baja autoestima, te segmentará (te pondrá en un grupo especial) y empezará a mostrarte videos o anuncios que jueguen con esa emoción para inducirte a tomar una decisión (comprar algo, votar por...) o para mantenerte pegado a la pantalla.

EL SEGUNDO DE LA LIBERTAD EN REDES SOCIALES

Cuando sientas que pasaste dos horas mirando la pantalla y «se te fue el tiempo», recuerda que no fue tu culpa ni tu decisión libre. Una supercomputadora al otro lado del mundo analizó tu cerebro, predijo tu aburrimiento y movió tu dedo por ti.

Enlace: <https://www.franciscoameliach.com/redes-sociales-por-que-es-tan-difícil-convencer-a-alguien-en-internet-con-datos-duros-y-hechos-comprobables/>