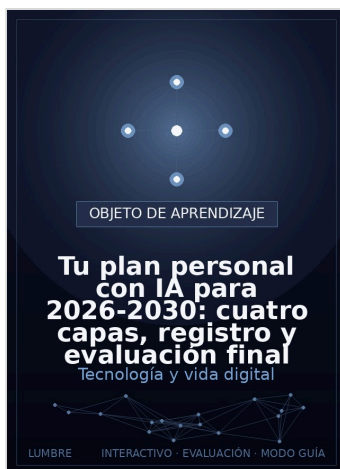


L U M B R E



Tu plan personal con IA para 2026-2030: cuatro capas, registro y evaluación final

Materia: Tecnología y vida digital

03/10/2026

Antes de empezar

Tema 9 de 9, cierre de la ruta. Qué se ve venir entre 2026 y 2030: agentes que ejecutan y la regla de alcance, tope y muestra; los cuatro escenarios razonables y el plan que gana en tres; la brecha de uso; las cuatro capas del plan con número, fecha y registro de cuatro líneas semanales; los tres errores comunes de plan; calendario de revisión trimestral y prueba del apagón; y autoevaluación final de los nueve temas. Con dos videos y tres diagramas propios.

QUÉ APRENDERÁS

- Convertir los ocho temas previos en un plan personal con cuatro capas — habilidad, criterio, cuerpo y vínculos—, dimensionar agentes y escenarios hasta 2030 sin adivinar, establecer registro semanal y revisión trimestral, reconocer los tres errores de plan más comunes y autoevaluar la propia posición con la evaluación final del curso.

Tu plan personal 2026-2030

Los ocho temas anteriores explicaron mecanismos, trabajo, estudio, salud, afectos, economía y derechos. Este último no añade teoría: convierte lo aprendido en decisiones con fecha, y cierra el curso con una evaluación que no es de memoria sino de conducta.

Un plan para 2026-2030 no se escribe con herramientas sino con decisiones: qué vas a hacer tú, qué vas a delegar, qué vas a verificar siempre y qué no vas a cambiar por comodidad.

Ficha del objeto · Lumbre

Curso: La IA en tu vida (2026-2030) · Ruta: Ruta de la IA en tu vida · Etapa: Economía, verdad y tu plan · Tema 9 de 9 · Dificultad: inicial · Duración sugerida: dos horas y media con videos, tres diagramas propios, plan escrito y evaluación final · Edad referencial: desde 15 años · Prerrequisito: temas 1 a 8 de la ruta · Autoría: Roadwise Consulting.

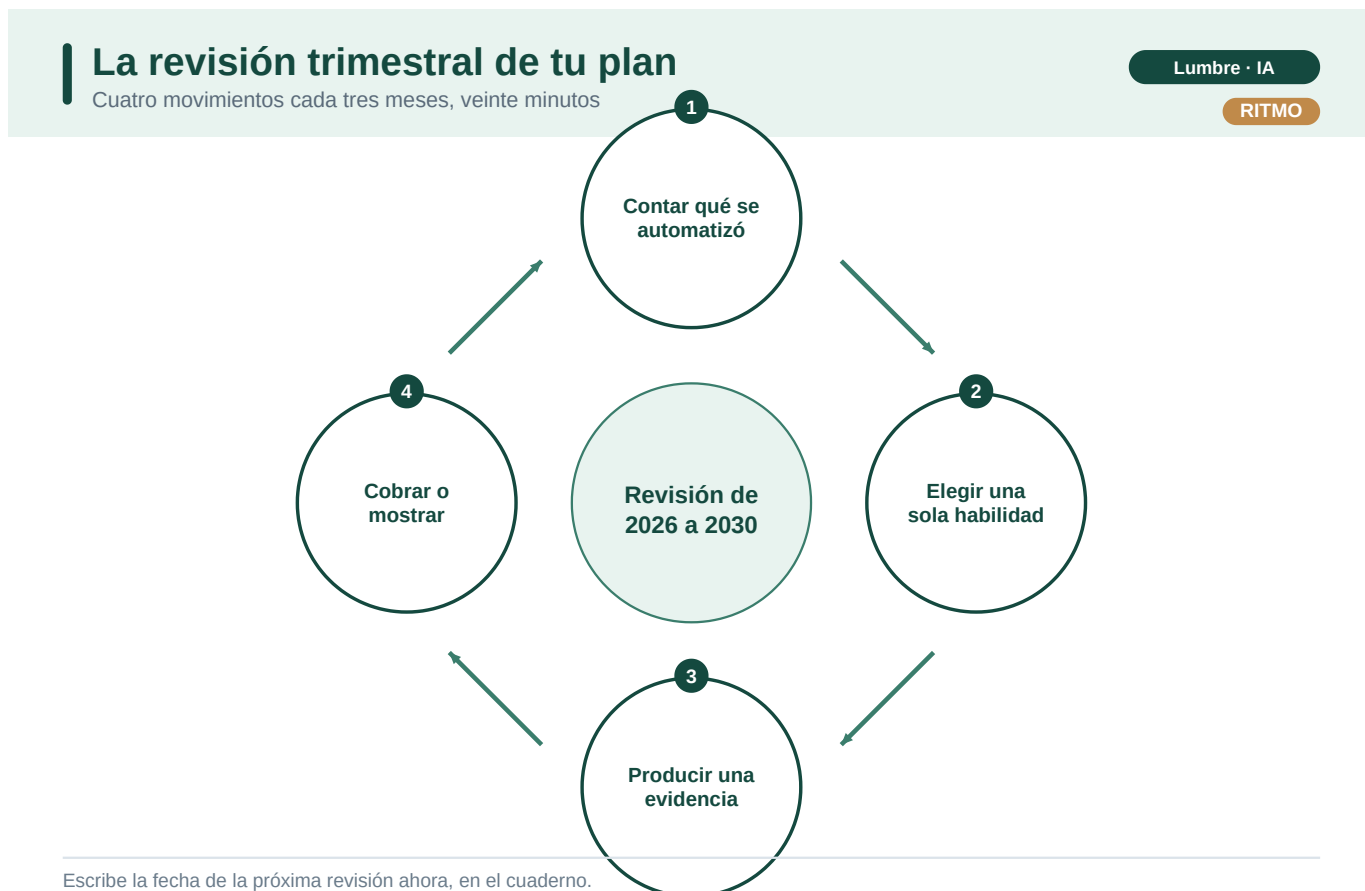
1. Lo que ya se ve venir, sin adivinar

Lo que cambia en los próximos años no es que aparezca un chat nuevo: es que la herramienta toma acciones —reserva, compra, responde, transfiere—, y ahí el criterio

deja de ser un lujo y se vuelve un seguro.

La discusión sobre la inteligencia artificial general es honestamente incierta: hay especialistas que la esperan pronto y especialistas que la consideran improbable; lo único cierto es que tu vida se decide con lo que ya existe.

Un agente que ejecuta es distinto a un chat que responde: el primero puede equivocarse sin que nadie lo vea y sin pedir permiso. Por eso la regla del tema 2 se endurece aquí: lo automatizado se revisa por muestra, con tope de gasto y con botón de paro que conoces.



Un plan que no tiene fecha de revisión es una esperanza escrita, y las esperanzas no se cumplen los martes.

VIDEO

AGI: el mayor experimento de la humanidad

Míralo como ejercicio de calibración: anota qué promesa depende de algo que aún no existe y qué riesgo ya es posible con lo que hoy usas. Esa segunda columna es la que entra en tu plan.



Escanea para verlo en Lumbre

<https://www.youtube.com/watch?v=TT4jjH3oqWg>

VIDEO

¿Qué son los agentes de IA? Explicación sencilla

Anota la diferencia entre responder y actuar, y después escribe dos tareas de tu vida que entregarías a un agente y una que bajo ninguna circunstancia.



Escanea para verlo en Lumbre

<https://www.youtube.com/watch?v=Xh1Jv33RIKw>

1. Una herramienta con agentes puede hoy reservar, pagar y responder correos por ti. ¿Qué decisión de diseño protege mejor?

- ☐ Darle acceso total para que aprenda rápido
- ☐ Fijar alcance, tope de gasto y revisión por muestra de lo ejecutado
- ☐ Usarla solo en fines de semana
- ☐ Prohibirla hasta que esté regulada

2. La expectativa sobre una inteligencia artificial general es un tema donde los especialistas discordan de forma legítima.

- ☐ Verdadero
- ☐ Falso

2. Cuatro escenarios para 2030

Cuatro escenarios razonables para 2030, y ninguno es seguro: productividad repartida, productividad concentrada, burbuja que deja infraestructura y desempleo, y regulación

Escenario 2030	Cómo se ve	Qué te protege
Regulación lenta y pareja	Menos novedades, más papeles, derechos exigibles	Constancias, canales de reclamo, criterio propio

3. Ordena el ciclo de una adopción personal de IA que se vuelve dependencia.

La herramienta resuelve una tarea incómoda _____

Se usa para tareas cada vez más centrales _____

La destreza propia deja de ejercitarse _____

Sin la ventana abierta la tarea ya no sale _____

Aparece la prueba del apagón, demasiado tarde _____

VIDEO

La nueva brecha de la IA no es digital, es intelectual

La exposición deja una pregunta útil para tu plan: ¿de qué lado de la brecha estás hoy?
Escríbelo con un ejemplo concreto de la última semana.



Escanea para verlo en Lumbre

https://www.youtube.com/watch?v=f4jHj_R0oAM

4. Un país de ingresos medios aprueba en 2027 una ley de inteligencia artificial con clasificación por riesgo y canales de impugnación. Antes de leer el desenlace más común en estos casos, ¿qué ocurre?

- ☐ La ley se aplica de inmediato y el problema desaparece
- ☐ Avanza donde hay instituciones capaces y queda decorativa donde no
- ☐ Nadie la cumple porque la tecnología es incomprensible
- ☐ Las empresas se van todas en un trimestre

Reflexiona: Por eso el plan personal no puede delegarse por completo en la regulación.

3. Las cuatro capas del plan

El plan personal tiene cuatro capas y un calendario: habilidad, criterio, cuerpo y vínculos; una regla por capa, un registro de cuatro líneas por semana y una lectura cada trimestre.

En la capa de habilidad: una cosa de tu oficio que vas a aprender a hacer mejor que la máquina, con algo medible y con fecha.

En la capa de criterio: el ritual de verificación del tema 2 aplicado a todo lo que firmes, sin excepciones para lo urgente, porque lo urgente es donde más se cuela el error.

Tres años, tres preguntas distintas

Qué conviene resolver en 2026, en 2028 y en 2030

Lumbre · IA

MAPA



Se revisa cada tres meses con dos números y una decisión.

El plan no intenta adivinar cómo será 2030: intenta que llegues a él con más capacidades y menos dependencias.

En la capa de cuerpo y atención: dos horas semanales sin pantalla, sueño protegido y una tarea manual por semana. La herramienta no descansa; tú sí necesitas.

En la capa de vínculos: una conversación difícil por semana con una persona real, porque la destreza afectiva se oxida exactamente igual que la profesional.

• Plan 2026-2030

- Habilidad
 - Una destreza con fecha
 - Prueba pública de criterio
- Criterio
 - Ritual en todo lo firmado
 - Dos hechos verificados
- Cuerpo
 - Dos horas sin pantalla
 - Sueño protegido
- Vínculos
 - Una charla difícil semanal

- Contacto humano medido
- Medición
 - Cuatro líneas por semana
 - Lectura trimestral

El mapa mental interactivo es interactivo en la versión online.



Hay un riesgo de plan demasiado ambicioso: once propósitos que se abandonan en tres semanas valen menos que cuatro que se sostienen dos años. El plan se calibra por lo que sobreviviría a una mala temporada tuya.

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN LUMBRE

5. Escribir el plan en una tarde



ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN LUMBRE

6. Mi plan en una página



Lo que no se mide se siente, no se sabe: un registro de cuatro líneas por semana y una lectura trimestral es la diferencia entre un propósito y una decoración.

La revisión trimestral tiene tres preguntas fijas: qué dejé de hacer yo, qué verifiqué realmente y dónde estuve a punto de entregar el criterio por comodidad.

7. ¿Cuántas capas tiene el plan personal que propone este tema?

Respuesta: (capas)

8. Empareja cada capa del plan con su regla operativa.

8.	Capa de habilidad	-----
8.	Capa de criterio	-----
8.	Capa de cuerpo	-----
8.	Capa de vínculos	-----
8.	Revisión trimestral	-----

Opciones: Una destreza de tu oficio, medible y con fecha · Ritual de verificación sin excepción para lo urgente · Dos horas sin pantalla y sueño protegido · Una conversación difícil por semana con gente · Tres preguntas fijas sobre delegación y comodidad

4. Los tres errores de plan más comunes

El primer error es el plan de herramientas: aprender cinco aplicaciones y no cambiar ninguna conducta. El segundo es el plan moral: prohibirse la herramienta y quedarse con el mismo trabajo y menos recursos. El tercero es el plan heroico: once propósitos sin calendario, que sobreviven tres semanas y se leen en enero como un reproche.

Y hay una falsa consolación que circula: se repite que la brecha ante la IA es de acceso y que basta la suscripción para quedar del lado bueno; la evidencia de los ocho temas anteriores apunta justo al contrario.

El plan que funciona tiene forma de intercambio explícito: la máquina te devuelve horas y tú inviertes una parte fija de esas horas en criterio y en cuerpo. Sin esa segunda mitad, el ahorro se gasta en más trabajo y el plan se vuelve aceleración sin dirección.

El curso termina su parte de explicar; la otra mitad es tuya y se mide en conductas, no en opiniones sobre la tecnología.

ACTIVIDAD INTERACTIVA
DISPONIBLE EN LUMBRE

9. Una de estas cuatro afirmaciones sobre planes personales es falsa. ¿Cuál?



10. Clasifica cada intención según su tasa real de supervivencia a dos años.**Elementos:**

- Una regla por capa con número y fecha
- Once propósitos redactados en enero
- Registro de cuatro líneas semanales
- Aprender cinco herramientas nuevas
- Una tarea manual semanal protegida
- Prohibirse la tecnología por principio

Plan que funciona	. . .
Plan que se abandona	. . .

ACTIVIDAD INTERACTIVA
DISPONIBLE EN LUMBRE

11. De las cuatro capas del plan, ¿cuál tienes más descuidada hoy?



ACTIVIDAD
INTERACTIVA
DISPONIBLE
EN LUMBRE

12. «Un plan personal de cuatro capas es ingenuo: decide la empresa, el mercado y la plataforma, no uno.» Responde admitiendo lo que no depende de ti y nombrando lo que sí.



13. Escribe la frase de tu plan en una línea, con número y fecha, y el nombre de la persona a quien le vas a pedir que te pregunte por ella en tres meses. Si no tienes a quién, ese es el primer hueco del plan.

Un plan que nadie conoce se renegocia solo, y siempre hacia abajo.

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN LUMBRE

14. Tarjetas del cierre



ACTIVIDAD INTERACTIVA
DISPONIBLE EN LUMBRE

15. Memoria del cierre

Empareja cada idea del curso
con su regla práctica.



ACTIVIDAD
INTERACTIVA
DISPONIBLE EN
LUMBRE

16. Sopa de letras del plan

Cinco palabras del cierre del curso,
en horizontal y en mayúsculas, sin
acentos.



Calendario sugerido del plan

1. Semana 1 **Escribir el plan** Una regla por capa con número y fecha, y el registro de cuatro líneas listo.
2. Mes 1 **Sostener el registro** Sin optimizar nada: el objetivo es que la cruz aparezca cuatro semanas seguidas.
3. Trimestre 1 **Primera revisión** Las tres preguntas fijas y un ajuste, no cinco.
4. Semestre 1 **Prueba del apagón** Una entrega completa sin herramienta, para medir destreza propia.
5. 2027-2030 **Repetir y ampliar** Una capa nueva por año cuando las cuatro estén sostenidas.

ACTIVIDAD INTERACTIVA DISPONIBLE EN
LUMBRE

17. Autoevaluación final del curso



No vas a llegar a 2030 con una opinión sobre la inteligencia artificial: vas a llegar con las decisiones que tomaste esta semana con ella.

— Cierre del curso

Trazabilidad curricular del objeto

Dónde vive este objeto dentro de la ruta del curso

Campo	Valor
Categoría	Tecnología y vida digital

Campo	Valor
Curso	La IA en tu vida (2026-2030)
Ruta	Ruta de la IA en tu vida
Etapas	Economía, verdad y tu plan
Área de conocimiento	Proyecto personal · escenarios y plan de acción
Tema	Tu plan personal 2026-2030
Objeto en la ruta	9 de 9
Dificultad	Inicial
Modalidad	Autoestudio con video, diagrama propio y reactivos con evidencia
Prerrequisito	temas 1 a 8
Autoría	Roadwise Consulting

Referencia curricular

Materia:	Tecnología y vida digital
-----------------	---------------------------

Versión interactiva completa (con actividades, videos y autoevaluación):



<https://lumbre.lat/object/ia-09>

Material educativo generado desde Lumbre · lumbre.lat