



La próxima pandemia podría ser la ‘zombi’

## Descripción

## Introducción

Durante décadas, la figura del zombi ha ocupado un lugar privilegiado en la cultura popular como reflejo simbólico de nuestros miedos más primitivos, la pérdida de control, el colapso social, la deshumanización del individuo. Pero hoy, en un contexto de aceleración tecnológica, neurociencia avanzada e ingeniería conductual masiva, el concepto de zombi merece una revisión más profunda. No desde la ficción apocalíptica, sino desde la ciencia, la sociología, la filosofía política y las tecnologías emergentes. Y si la próxima pandemia no implicara la destrucción del cuerpo, sino el secuestro de la mente.

En este artículo redefinimos al zombi no como el cadáver animado de la tradición haitiana o el monstruo caníbal de Hollywood, sino como un ser humano vivo cuya conciencia ha sido suprimida, desviada o sustituida por mecanismos externos. Mecanismos biotecnológicos, farmacológicos, informacionales o algorítmicos que, sin necesidad de violencia, anulan la voluntad individual. Un zombi contemporáneo sería aquel que actúa, consume, se relaciona y vota no por decisiones libres, sino por automatismos inducidos desde fuera. Una entidad sin criterio, sin memoria crítica, sin deseo propio. Y lo más inquietante, esta figura no es ya una hipótesis literaria, sino un horizonte técnico plausible e incluso incipiente.

La neurociencia moderna ha desmitificado la conciencia como fenómeno metafísico. Hoy la entendemos como un sistema funcional, distribuido y manipulable, sustentado en dinámicas neuroeléctricas, estructuras cognitivas y química cerebral. Basta intervenir

ciertas regiones clave del cerebro, la corteza prefrontal, el sistema límbico, la red de modo por defecto, para alterar decisiones morales, juicios complejos o la sensación de identidad. Y estas intervenciones ya no pertenecen al terreno de la especulación, están en marcha en laboratorios, hospitales y algunos programas de defensa avanzada.

Pero quizá más peligrosas aún que las tecnologías biomédicas sean las infraestructuras digitales que colonizan el deseo y moldean la conducta sin contacto físico. Las redes sociales, las plataformas de vídeo, los sistemas de recomendación algorítmica y el marketing personalizado han creado entornos de adicción dopaminérgica que sustituyen el pensamiento deliberativo por la reacción emocional. Cada vez más personas viven según lo que el sistema les propone, lo que deben ver, comprar, temer, desear o compartir. Esta zombificación suave no necesita electrodos ni drogas, basta con convertir la atención en un recurso explotable.

En este contexto, el concepto de pandemia adquiere nuevas formas. Ya no se limita a los virus. La Organización Mundial de la Salud ha hablado de pandemias de obesidad, de salud mental y de desinformación. La crisis del COVID evidenció que el miedo, el aislamiento y el bombardeo informativo pueden alterar más profundamente el tejido social que el propio patógeno. Por eso hoy podemos preguntarnos seriamente si es posible una pandemia zombi en términos funcionales, una disrupción masiva que apague la autonomía mental colectiva.

Este artículo, desde un enfoque multidisciplinar y científicamente riguroso, se explora esa posibilidad. No como provocación gratuita, sino como ejercicio de anticipación crítica. Porque las señales ya están aquí. Niños incapaces de sostener la atención sin estímulos rápidos. Adultos que repiten opiniones sin contrastar. Individuos que viven en cámaras de eco algorítmicas. Sujetos que desean lo que no han elegido desear. No son ya, en parte, zombis suaves.

A través de tres grandes bloques analizaremos los mecanismos neurobiológicos y farmacológicos que permiten apagar o redirigir la conciencia individual, las arquitecturas digitales que inducen una zombificación cognitiva por diseño algorítmico y las consecuencias sociales, éticas y políticas de una humanidad que vive, produce y decide sin mente propia.

Este análisis no pretende concluir que estemos al borde de un apocalipsis zombi literal. Pero sí advertir que, si no asumimos el desafío ético y político que implican las nuevas tecnologías del control mental, tanto blandas como duras, podríamos asistir a un proceso silencioso de degradación civilizatoria. Una pandemia sin cadáveres, sin gritos, sin sangre,

pero con millones de cerebros desconectados de su libertad interior.

La zombificación contemporánea no arrastra los pies. No muerde. Te seduce. Te entretiene. Te recompensa. Y mientras sonrías frente a la pantalla, alguien más ha comenzado a pensar por ti.

La pregunta no es si esto puede pasar, es si ya ha empezado y aún no hemos aprendido a verlo.

## **Cómo apagar la mente humana con ciencia real**

La primera vía hacia una pandemia zombi no necesita virus ni colapsos biológicos visibles, sino conocimiento neurocientífico avanzado aplicado de forma sistemática y potencialmente escalable. En las últimas tres décadas, la investigación en neurociencia cognitiva, psiquiatría biológica y neuroingeniería ha transformado por completo nuestra comprensión de la conciencia humana. Aquello que durante siglos fue considerado un fenómeno intangible, ligado al alma o a la metafísica, hoy se describe como un proceso funcional emergente de redes neuronales concretas, modulable, intervenible y, en determinadas condiciones, suprimible. Esta constatación abre una pregunta inquietante pero científicamente legítima. Puede la ciencia producir sujetos humanos vivos, biológicamente sanos, pero privados de voluntad, agencia y autoconciencia crítica.

La conciencia no es una unidad monolítica sino un sistema distribuido. El cerebro humano opera mediante una compleja arquitectura de redes funcionales interconectadas que sostienen la experiencia subjetiva, la toma de decisiones y la percepción del yo. Entre ellas destacan la red de modo por defecto, implicada en la autorreferencialidad y la memoria autobiográfica, el sistema límbico, responsable de la emoción y la motivación, los circuitos dopaminérgicos de recompensa y aprendizaje, y las áreas prefrontales asociadas al control ejecutivo, la planificación y el juicio moral. La corteza prefrontal dorsolateral, en particular, desempeña un papel central en la inhibición de impulsos, el pensamiento abstracto y la evaluación ética de las acciones. Numerosos estudios de neuroimagen funcional y lesiones cerebrales han demostrado que la alteración selectiva de estas regiones no destruye la vida ni la inteligencia básica, pero sí transforma radicalmente la personalidad, la capacidad de deliberación y la autonomía conductual.

Los casos clínicos clásicos constituyen una evidencia empírica contundente. El célebre caso de Phineas Gage, ampliamente documentado en la literatura neuropsicológica, mostró que una lesión frontal podía convertir a un trabajador responsable y socialmente

adaptado en un individuo impulsivo, irritable y carente de previsión, sin afectar a su lenguaje ni a su memoria elemental. Estudios posteriores con pacientes con traumatismos frontales, tumores o degeneración neurodegenerativa han replicado este patrón una y otra vez. La voluntad, entendida como capacidad de elegir conforme a metas propias y valores internos, puede desaparecer sin que el organismo deje de funcionar. No hace falta matar el cerebro para apagar al sujeto.

A partir de esta comprensión, la neurociencia aplicada ha desarrollado herramientas capaces de modular de forma directa y medible los estados mentales. La estimulación cerebral profunda, utilizada clínicamente en pacientes con enfermedad de Parkinson o depresión resistente, consiste en la implantación de electrodos en núcleos específicos del cerebro para alterar su actividad eléctrica. Estudios pioneros como los de Helen Mayberg demostraron que la estimulación del cíngulo subgenual no solo alivia síntomas depresivos, sino que puede modificar la motivación, la iniciativa y la percepción del yo. Pacientes describen sentirse diferentes, menos angustiados, pero también, en algunos casos, emocionalmente aplanados o desconectados de deseos previos. No se trata de ciencia ficción, sino de terapias aprobadas y en uso clínico.

La estimulación magnética transcraneal, menos invasiva, permite modular la actividad cortical desde el exterior mediante campos magnéticos focalizados. Investigaciones experimentales han demostrado que la inhibición temporal de regiones prefrontales puede reducir la capacidad de razonamiento crítico, alterar juicios morales o modificar la empatía hacia el sufrimiento ajeno. En contextos experimentales controlados, sujetos sanos han mostrado cambios sistemáticos en decisiones éticas complejas tras sesiones breves de estimulación. Esto confirma que aspectos centrales de la conducta moral y social no son inmutables, sino dependientes del estado funcional de circuitos específicos.

La farmacología ofrece otra vía poderosa de supresión de la agencia. Sustancias como la escopolamina, utilizada históricamente como anticolinérgico, pueden inducir estados de obediencia pasiva acompañados de amnesia anterógrada, lo que explica su uso documentado en interrogatorios y abusos criminales. Otras sustancias ampliamente prescritas, como las benzodiazepinas, reducen la ansiedad a costa de disminuir la iniciativa, la memoria y la capacidad de juicio. La ketamina, empleada tanto como anestésico como antidepresivo de acción rápida, induce estados disociativos en los que el sentido de identidad y control se fragmenta. Desde el punto de vista neurobiológico, todas estas sustancias actúan modulando neurotransmisores clave que sostienen la coherencia del yo.

Las interfaces cerebro máquina representan un salto cualitativo adicional. Proyectos como los desarrollados en el ámbito de la neuroprótesis han demostrado que es posible decodificar señales neuronales para controlar dispositivos externos o restaurar funciones motoras en pacientes paralizados. Pero el flujo de información no es unidireccional. Cualquier sistema capaz de leer actividad cerebral es, en principio, capaz de escribir sobre ella. Aunque las aplicaciones actuales se centran en la rehabilitación, la posibilidad de introducir patrones de activación artificial que induzcan acciones, emociones o decisiones no es teórica, sino una consecuencia lógica de la tecnología. La frontera entre asistencia y control es extremadamente fina.

En el ámbito experimental, la optogenética ha mostrado hasta qué punto el comportamiento puede ser inducido o suprimido con precisión casi quirúrgica. En modelos animales, la activación o inhibición de conjuntos neuronales específicos mediante luz ha permitido provocar conductas complejas como el miedo, la agresión, la huida o la búsqueda compulsiva de recompensa. Estos experimentos demuestran que no es necesario un aprendizaje consciente ni una motivación interna. Basta con activar el circuito adecuado para que el organismo actúe. Aunque su aplicación en humanos aún es limitada por razones técnicas y éticas, el principio está establecido.

A todo ello se suma la ingeniería genética del comportamiento. La técnica CRISPR ha permitido modificar genes implicados en la regulación dopaminérgica, la respuesta al estrés y la sociabilidad en animales de laboratorio. Experimentos reproducibles han mostrado que alteraciones genéticas específicas pueden aumentar la docilidad, la impulsividad o la propensión a la adicción. Si bien no existen aplicaciones abiertas en humanos con fines conductuales, la posibilidad de influir en rasgos temperamentales desde el ADN ya no pertenece al terreno de la especulación. La biología del carácter es manipulable.

Si se consideran estas herramientas de forma aislada, pueden parecer aplicaciones clínicas o experimentales legítimas. Pero su combinación dibuja un escenario distinto. Un sujeto vivo, sano, funcional, pero con la voluntad inhibida, la capacidad crítica reducida y la conducta dirigida desde fuera. Un zombi neurocientífico. No un monstruo irracional, sino un individuo dócil, predecible y operativamente útil. El desafío ético que esto plantea es enorme, y la neuroética, como disciplina, aún se encuentra en una fase incipiente, con dificultades evidentes para establecer límites claros frente a intereses políticos, militares o económicos.

Las preguntas ya no son hipotéticas. Puede una sociedad aplicar estas tecnologías de forma masiva bajo pretextos terapéuticos o de seguridad. Podría un régimen autoritario utilizarlas para neutralizar disidencia sin violencia visible. Podría una industria farmacéutica comercializar estados de docilidad emocional como bienestar. Podrían desarrollarse armas cognitivas capaces de apagar la iniciativa mediante estímulos invisibles. La historia reciente obliga a tomar estas preguntas en serio. Los programas de control mental de la Guerra Fría, como el conocido proyecto MK Ultra, utilizaron drogas, electrochoques e hipnosis con el objetivo explícito de fabricar sujetos obedientes. Aquellos métodos eran burdos y poco precisos. Los actuales son infinitamente más sofisticados.

El riesgo futuro no reside solo en la supresión masiva, sino en la zombificación personalizada. Sistemas capaces de identificar vulnerabilidades individuales mediante neuroimagen, biometría, análisis conductual e inteligencia artificial, y aplicar el estímulo exacto que reduzca la resistencia cognitiva de cada sujeto. Una anestesia mental adaptativa, indetectable para quien la sufre, presentada como tratamiento, optimización o autocuidado. Legal, incluso deseable.

La conclusión es incómoda pero inevitable. Ya existen mecanismos científicos reales capaces de apagar componentes esenciales de la mente humana. Su uso actual puede ser clínico o experimental, pero el potencial de abuso, militarización o explotación comercial es real y creciente. No hace falta una plaga ni un colapso social para fabricar zombis funcionales. Basta con conocimiento, tecnología y una narrativa convincente que lo justifique. Mientras tanto, la frontera entre curar, mejorar y controlar se vuelve cada vez más difusa.

## **Del laboratorio al feed infinito**

La zombificación contemporánea no comienza con la imposición directa del pensamiento ni con la supresión explícita de la conciencia, sino con un proceso más sutil y eficaz, la reconfiguración progresiva del deseo. Mucho antes de la era digital, la psicología experimental ya había demostrado que la conducta puede moldearse sin necesidad de coerción consciente. En el siglo XX, B. F. Skinner mostró mediante el condicionamiento operante que tanto animales como seres humanos aprenden a repetir conductas cuando estas se asocian a recompensas, especialmente si dichas recompensas aparecen de forma intermitente. Este principio, inicialmente formulado en laboratorios con palomas y ratas, ha sido trasladado con una precisión sin precedentes al diseño de los entornos digitales contemporáneos.

Las plataformas digitales actuales no son espacios neutros de información o comunicación, sino sistemas de respuesta y recompensa cuidadosamente diseñados. Cada gesto, deslizar una pantalla, pulsar un botón, recibir una notificación, activa microcircuitos de anticipación en el cerebro. Cada “me gusta”, cada comentario, cada vídeo sugerido funciona como un refuerzo que no satisface plenamente, sino que genera expectativa de repetición. Desde el punto de vista neurobiológico, el protagonista no es el placer en sí, sino la dopamina como señal de predicción de recompensa. La dopamina no calma, impulsa. No cierra el ciclo, lo reinicia. Este mecanismo es idéntico al que opera en el juego de azar, donde la recompensa impredecible resulta mucho más adictiva que la constante. El feed infinito es, en esencia, una máquina de condicionamiento conductual a escala planetaria.

Las consecuencias cognitivas de esta arquitectura no son colaterales, sino estructurales. Numerosas investigaciones en psicología cognitiva y neurociencia han documentado una reducción progresiva de la capacidad de atención sostenida en usuarios intensivos de tecnologías digitales. La mente se adapta al entorno en el que opera, y cuando dicho entorno prioriza la novedad constante, la interrupción frecuente y la estimulación breve, el cerebro aprende a funcionar en fragmentos. Se incrementa la impulsividad, se refuerza la búsqueda de gratificación inmediata y se debilita la tolerancia al esfuerzo cognitivo prolongado. La lectura profunda, la reflexión abstracta y el razonamiento complejo se vuelven actividades cada vez más costosas y menos gratificantes desde el punto de vista neuroquímico.

El resultado es un sujeto funcionalmente operativo pero cognitivamente empobrecido. Un individuo capaz de interactuar de forma continua, responder a estímulos y consumir información sin descanso, pero con grandes dificultades para sostener una conversación profunda, una argumentación compleja o una duda prolongada. El pensamiento deja de ser deliberativo para convertirse en reactivo. Estudios empíricos han mostrado que incluso en contextos académicos, estudiantes universitarios interrumpen de manera sistemática sus tareas intelectuales cada pocos minutos para revisar dispositivos digitales. A largo plazo, este patrón no solo afecta al rendimiento, sino que moldea cerebros orientados a la novedad rápida en detrimento de la profundidad sostenida. No hay violencia en este proceso, pero sí una extinción progresiva del pensamiento complejo por desuso.

En este ecosistema, los algoritmos de recomendación desempeñan un papel central. No se limitan a sugerir contenidos afines a los intereses previos del usuario, sino que construyen contextos mentales persistentes. Al reforzar de manera reiterada ciertos temas, emociones o narrativas, generan cámaras de eco personalizadas que transforman

preferencias circunstanciales en rasgos identitarios. El deseo inicial, muchas veces casual, se convierte en hábito, y el hábito en identidad. El sujeto ya no explora, es explorado. Ya no elige, es seleccionado. La identidad deja de ser una construcción reflexiva para convertirse en una descarga automática de patrones de consumo simbólico.

Este fenómeno es especialmente visible en poblaciones jóvenes. Un adolescente expuesto de manera reiterada a contenidos extremos, ya sea sobre ideales estéticos irreales, discursos conspirativos o narrativas de polarización social, termina interiorizando esos marcos como propios. No porque los haya evaluado críticamente, sino porque el sistema ha reforzado una y otra vez su presencia hasta convertirlos en el entorno cognitivo dominante. El yo se transforma en interfaz, y la subjetividad en un producto derivado del algoritmo. Como han señalado diversos analistas críticos de la tecnología, estos sistemas no persiguen la verdad ni el bienestar, sino la maximización del tiempo de permanencia. Para ello, privilegian lo emocional, lo disruptivo y lo polarizante, ya que son los estímulos que generan mayor reacción. El resultado es una población cada vez más previsible, más emocionalmente extrema y, por ello mismo, más manipulable.

Todo este proceso se inscribe en lo que puede denominarse una economía de la distracción. El objetivo central no es producir conocimiento ni conciencia, sino capturar y retener atención. La sobreexposición a estímulos breves e intensos genera una hipersensibilidad emocional que dificulta la regulación afectiva. El aburrimiento se vuelve intolerable, el silencio interior desaparece y la introspección se percibe como una amenaza. Sin espacios de pausa, la mente no consolida experiencias ni elabora significados profundos. Las emociones se reducen a reflejos inmediatos, aprobación o rechazo, indignación o adhesión, sin el tiempo necesario para la comprensión. Se reacciona mucho, pero se piensa poco. Esta zombificación emocional no se presenta como empobrecimiento, sino como hiperexpresión, aunque en realidad vacía la experiencia afectiva de profundidad.

La cultura viral refuerza este proceso al convertir la visibilidad en criterio de validez. Lo que circula masivamente adquiere apariencia de verdad, independientemente de su rigor o complejidad. La viralidad premia lo simple, lo breve y lo polarizante, y penaliza lo matizado, lo lento y lo reflexivo. De este modo, no solo se simplifican los contenidos, sino también las mentes que los consumen. Se produce una zombificación cognitiva en dos planos simultáneos. En el plano horizontal, grandes masas acceden a versiones cada vez más simplificadas de la realidad. En el plano vertical, un número reducido de actores diseña las infraestructuras que determinan qué es visible, qué se oculta y qué se amplifica. El control no se ejerce por imposición, sino por arquitectura. Los sujetos creen

---

decidir libremente, cuando en realidad ejecutan patrones previamente inducidos. Es una forma de obediencia suave, con libre albedrío simulado.

La cuestión clave es si esta zombificación digital es reversible. La evidencia sugiere que no es inevitable, pero sí profundamente persistente. Revertirla exige esfuerzos conscientes y sostenidos, como una educación crítica en alfabetización digital, la recuperación de tiempos prolongados de desconexión que permitan reconstruir la atención y prácticas de autoconsciencia que hagan visible el propio uso tecnológico. Sin embargo, mientras la arquitectura del entorno siga diseñada para la adicción y la maximización del engagement, la resistencia individual será siempre marginal. Por ello, la solución no puede ser únicamente personal. Requiere una intervención colectiva que incluya políticas públicas de regulación del diseño adictivo, exigencias de transparencia algorítmica, límites claros a la manipulación conductual y, sobre todo, una nueva ética del diseño tecnológico. Una ética que sitúe la autonomía mental y la salud cognitiva por encima de la rentabilidad de la atención. Solo así será posible frenar una zombificación que no avanza con gritos ni violencia, sino con notificaciones silenciosas y recompensas agradables.



## **La pandemia zombi ya ha comenzado**

Tras haber analizado las bases neurobiológicas y algorítmicas que permiten comprender cómo la conciencia humana puede ser modulada, debilitada o redirigida, resulta inevitable enfrentarse a una pregunta más inquietante precisamente por su plausibilidad. Y si aquello que hemos descrito como una hipótesis de futuro no fuera en realidad una descripción bastante fiel del presente. Y si la zombificación no estuviera por llegar, sino ya desplegándose de forma silenciosa, normalizada y socialmente aceptada.

Este apartado explora indicios reales, observables y empíricamente contrastables de una zombificación funcional en las sociedades contemporáneas. No se trata de un colapso espectacular ni de una catástrofe visible, sino de un proceso progresivo que afecta a la cognición, al deseo y a la conducta colectiva. A través del análisis de síntomas culturales, educativos, mediáticos y urbanos, se perfila un fenómeno estructural que ya no pertenece al terreno de la especulación. Además, se plantea quiénes pueden estar facilitando, promoviendo o beneficiándose de este proceso, no como resultado de una conspiración, sino como consecuencia lógica de determinadas arquitecturas de poder, mercado y control.

El zombi funcional del siglo XXI no es un cadáver ambulante ni un ser desprovisto de inteligencia básica. Es un ciudadano plenamente operativo desde el punto de vista físico, productivo y económico, pero progresivamente apagado en lo cognitivo, lo reflexivo y lo volitivo. Se trata de una forma de disociación suave, colectiva y persistente que se expresa a través de síntomas ampliamente reconocibles en la vida cotidiana. Cada vez resulta más común la incapacidad para sostener la atención profunda durante periodos prolongados, ya sea en la lectura, la contemplación o el pensamiento abstracto. A ello se suma una pérdida progresiva del pensamiento crítico, visible en la aceptación acrítica de narrativas, modas u opiniones sin análisis causal ni contextual. Las reacciones emocionales se vuelven desproporcionadas frente a estímulos triviales o artificialmente amplificadas, mientras el deseo se configura cada vez más como un producto inducido, orientado a la pertenencia simbólica a través del consumo o de identidades algorítmicamente reforzadas.

Estos patrones se manifiestan también en automatismos conductuales cada vez más extendidos. Gestos, frases y opiniones se repiten como ecos virales, no como juicios deliberados. El sujeto habla, comparte y reacciona, pero no elabora. No se trata de fallos individuales ni de debilidades personales, sino de la consecuencia directa de una exposición prolongada a sistemas educativos empobrecidos, entornos digitales hiperestimulantes y arquitecturas de distracción que erosionan la mente deliberativa. Como ha señalado Byung Chul Han, en la sociedad contemporánea no se censura al sujeto

de forma explícita, sino que se lo disuelve en una saturación constante de estímulos y exigencias de rendimiento, convirtiéndolo en una suerte de zombi del yo.

Esta zombificación blanda se ve reforzada por infraestructuras sociales clave como la educación, los medios de comunicación y el diseño urbano. En el ámbito educativo, numerosos pensadores críticos advirtieron ya en el siglo pasado que los sistemas escolares modernos tienden a producir obediencia más que pensamiento autónomo. Modelos pedagógicos centrados en la memorización, la estandarización y la evaluación constante entrenan para cumplir instrucciones, no para cuestionarlas. Investigaciones recientes muestran que la exposición intensiva a dispositivos digitales en contextos educativos se asocia no solo con un descenso de la atención sostenida, sino también con una reducción significativa de la capacidad de análisis lógico y pensamiento abstracto. El resultado es un sujeto altamente adaptado al flujo digital, pero crecientemente incapaz de producir ideas propias.

En paralelo, el ecosistema mediático ha abandonado en gran medida su función informativa para convertirse en una máquina de estimulación emocional. La lógica de la viralidad prima sobre la verdad, y el engagement sobre la comprensión. Titulares diseñados para provocar miedo o indignación, vídeos breves que interrumpen constantemente el procesamiento cognitivo y narrativas binarias que sustituyen el análisis por adhesión emocional configuran un entorno informativo que no fomenta ciudadanos reflexivos, sino audiencias reactivas. En este contexto, la desinformación no es un accidente, sino un subproducto estructural. Como advirtió Peter Sloterdijk, una humanidad que se entretiene con aquello que le impide pensar no necesita ser dominada desde fuera, porque acaba dominándose a sí misma.

El espacio urbano contemporáneo refuerza estas dinámicas. Las grandes ciudades, especialmente en contextos altamente desarrollados, combinan anonimato extremo, hiperconectividad digital y debilitamiento de los lazos comunitarios. La vida cotidiana se organiza en torno a rutinas automatizadas, desplazamientos repetitivos y consumos constantes de estímulos anestésicos. El zombi urbano vive en piloto automático, se refugia en el entretenimiento continuo, mantiene relaciones cada vez más instrumentales o mediadas por plataformas y encuentra placer en la previsibilidad de hábitos que no exigen reflexión. La ciudad deja de ser un espacio de encuentro y se convierte en un circuito funcional de supervivencia confortable.

Ante este panorama surge una pregunta inevitable. Quién se beneficia de una humanidad menos reflexiva, más predecible y emocionalmente dependiente. No es necesario recurrir

a teorías conspirativas para responderla, basta con aplicar un criterio clásico del análisis crítico, quién gana. En primer lugar, las grandes corporaciones tecnológicas y la economía de la atención encuentran en la automatización del comportamiento humano un modelo de negocio altamente rentable. El sujeto reflexivo es impredecible y difícil de monetizar. El sujeto reactivo, en cambio, genera datos, clics y patrones estables de consumo. Como ha señalado Shoshana Zuboff, el capitalismo de vigilancia no se limita a predecir comportamientos, sino que los fabrica activamente.

En el ámbito político, tanto los regímenes autoritarios como las democracias degradadas se benefician de ciudadanos cognitivamente pasivos. En unos casos, la zombificación reduce la necesidad de represión violenta al neutralizar la disidencia desde la raíz. En otros, facilita el auge del populismo, la manipulación emocional y el voto tribal. En ambos escenarios, el sujeto deliberativo representa un obstáculo para el poder, mientras que el ciudadano zombi resulta funcional.

A ello se suma el impacto emergente de la inteligencia artificial en la configuración de la realidad emocional. Las tecnologías capaces de generar contenidos personalizados, simular interacciones afectivas o fabricar realidades perceptivas fragmentan la esfera pública hasta el punto de que cada individuo habita una burbuja cognitiva diseñada a medida. La realidad compartida se diluye y con ella la posibilidad de un debate común. Como ha advertido Yuval Harari, quien controle la dimensión emocional de las inteligencias artificiales controlará buena parte del rumbo histórico del siglo XXI.

La zombificación no se propaga como un virus biológico, pero sí como una epidemia memética. Se transmite a través de contenidos virales que simplifican ideas complejas, de estímulos emocionalmente adictivos y de arquitecturas digitales que refuerzan automatismos. Un solo vídeo, una consigna repetida o un tema en tendencia pueden tener más impacto conductual que una ley o una campaña política. La clave de su eficacia es que no se impone por la fuerza, sino que avanza a través del placer, la pertenencia y la comodidad.

La pregunta final es si este proceso es reversible. La respuesta es afirmativa, pero no trivial. Revertir la zombificación exige reconstruir entornos educativos centrados en la pregunta y no en la respuesta automática, recuperar prácticas de lectura profunda y pensamiento lento, fomentar el debate ético y regular de forma decidida las tecnologías que modifican la conducta sin consentimiento explícito. Por encima de todo, exige recuperar el deseo de pensar. Y ese es precisamente el deseo que la zombificación busca erosionar.

En síntesis, la zombificación contemporánea no es un acontecimiento súbito ni espectacular, sino un proceso progresivo, estructural y, en muchos aspectos, placentero. No requiere mordidas ni sangre, sino distracción, automatismo y sobreestimulación. No necesita un plan maestro centralizado, pero sí se apoya en estructuras que la fomentan, actores que la capitalizan y sistemas que la perpetúan. La pandemia zombi puede haber comenzado ya. Lo único que falta es que aprendamos a reconocerla.

## Conclusión

A lo largo de este artículo hemos recorrido una hipótesis que, en otro tiempo, habría sido relegada al ámbito de la ficción especulativa o al guion de una distopía cinematográfica. Sin embargo, en el contexto actual, marcado por el avance acelerado de las neurociencias, las tecnologías de modificación conductual, la ingeniería emocional y los entornos digitales optimizados para capturar la atención y redirigir el deseo, esa hipótesis deja de ser fantástica para volverse científicamente plausible. La zombificación funcional, entendida como la transformación progresiva del ser humano en un sujeto sin conciencia crítica ni autonomía volitiva, ya no puede considerarse un mero recurso narrativo. Se perfila como un horizonte tecnológico, cultural y político que comienza a desplegarse ante nuestros ojos, de forma gradual, silenciosa y profundamente normalizada.

La pandemia zombi del futuro no estará causada por un agente infeccioso ni se manifestará mediante síntomas clínicos tradicionales. No habrá fiebre, ni colapsos hospitalarios, ni cuerpos errantes por las calles. No se emitirán alertas sanitarias ni se decretarán cuarentenas visibles. Será una pandemia invisible y, precisamente por ello, extraordinariamente eficaz. Su sintomatología principal no afectará al cuerpo, sino a la mente. Se expresará como una renuncia progresiva al pensamiento autónomo, una erosión de la atención sostenida, un empobrecimiento de la deliberación, un deseo inducido desde fuera, una obediencia emocional reforzada por recompensas y una saturación sensorial que impide el silencio interior. Será una sumisión placentera, no una imposición violenta.

En esta nueva forma de pandemia, los vectores de contagio no serán microbios, sino algoritmos. No habrá pacientes, sino usuarios. No existirán hospitales, sino plataformas. El resultado no será la muerte biológica, sino algo potencialmente más grave, la desconexión progresiva de la capacidad humana para pensar, cuestionar y decidir con profundidad. Surgirá así una masa creciente de individuos plenamente funcionales, productivos, integrados socialmente y aparentemente sanos, pero desvinculados de su facultad más

esencial, la conciencia reflexiva.

Desde las tecnologías de intervención neurobiológica capaces de modular estados mentales hasta los sistemas algorítmicos que diseñan hábitos, preferencias e identidades, la zombificación ya dispone de herramientas técnicas suficientes para ser operativizada. No obstante, lo verdaderamente inquietante no es su posibilidad tecnológica, sino el hecho de que su avance no requiera una intención explícita ni un plan centralizado. La zombificación emerge como una consecuencia estructural de dinámicas ya en marcha, reforzadas por incentivos económicos, lógicas de poder y arquitecturas de diseño que priorizan la eficiencia, la previsibilidad y la captación de atención por encima de la autonomía mental.

A lo largo del análisis hemos visto cómo este proceso se construye desde múltiples frentes que convergen entre sí. Desde el ámbito neurocientífico, donde se demuestra que es posible modular o inhibir selectivamente regiones cerebrales asociadas al juicio moral, la empatía, la autorreflexión o el yo narrativo. Desde el frente algorítmico, que explota los circuitos dopaminérgicos para inducir hábitos, reforzar conductas repetitivas y fabricar deseos previsibles. Desde el sistema educativo y cultural, que en muchos contextos premia la repetición, penaliza la duda y confunde rendimiento con comprensión, entrenando para la obediencia más que para la autonomía. Y desde el plano político y mediático, que sustituye el debate por la gestión emocional, y convierte al ciudadano en consumidor de relatos simplificados, polarizados y emocionalmente cargados.

No estamos ante una conspiración única ni ante un enemigo identificable. El fenómeno es más perturbador precisamente porque no necesita coordinación consciente. Se trata de una convergencia sistémica. Una suma de intereses, dispositivos, inercias culturales y lógicas de mercado que, sin necesidad de acuerdo explícito, generan las condiciones óptimas para una humanidad cada vez menos crítica, menos libre y menos consciente de sí misma. Existen, sin duda, actores que se benefician de este estado, desde grandes plataformas tecnológicas hasta estructuras políticas que prefieren ciudadanos dóciles y predecibles. Pero junto a esta realidad externa, hay una verdad incómoda que no puede eludirse. La zombificación también requiere una cuota de complicidad del propio sujeto.

Porque no basta con que existan tecnologías de manipulación. Es necesario que aceptemos la anestesia como forma de vida. Y la aceptamos porque resulta cómoda. Porque pensar exige esfuerzo. Porque dudar genera ansiedad. Porque elegir de verdad implica asumir responsabilidad. Porque es más fácil reaccionar que reflexionar, deslizar el dedo que sostener una idea, consumir una narrativa que construir un criterio propio. Así,

de forma gradual y casi imperceptible, nos transformamos en entidades que responden a estímulos pero no deciden, que sienten emociones inmediatas pero no las elaboran, que existen funcionalmente pero no viven de manera consciente.

Tal vez esta sea la característica más inquietante del nuevo zombi. No es un monstruo, es un vecino. No provoca terror, genera interacción. No muerde, hace scroll. No invade ciudades, habita nuestras casas, nuestras escuelas y nuestras redes. No se reconoce como zombi, porque cree estar eligiendo libremente. Y precisamente ahí reside su eficacia.

Si esta pandemia ya está en marcha, si la zombificación se expande sin una resistencia significativa, el horizonte que se dibuja es inquietante. Una política sin deliberación real, reducida a reflejos emocionales. Una cultura sin innovación, atrapada en la repetición de fórmulas virales. Un mercado sin deseo auténtico, basado en impulsos inducidos. Y, en última instancia, una humanidad estancada, perfectamente adaptada a obedecer y cuidadosamente diseñada para no resistir.

Estamos condenados a ese escenario. No necesariamente. Porque aunque el proceso sea real y poderoso, no es irreversible. Pero su reversión no vendrá de vacunas, ni de soluciones técnicas simples, ni de reformas superficiales. La única defensa efectiva frente a esta pandemia es el cultivo activo de la conciencia. La reactivación deliberada de la voluntad, del pensamiento complejo y de la incomodidad reflexiva.

Esto exige un esfuerzo profundo y sostenido. Recuperar el silencio como espacio cognitivo legítimo. Reentrenar la atención como un músculo intelectual que puede fortalecerse. Cuestionar de manera constante aquello que creemos desear. Defender la lentitud frente a la hiperaceleración impuesta. Educar para la disonancia, para la crítica y para la pregunta que no tiene una respuesta inmediata ni confortable.

Tal vez el acto más radical en el mundo contemporáneo no sea la rebelión violenta ni la desobediencia espectacular, sino la elección consciente. Detenerse y preguntarse si lo que uno piensa es realmente propio. Si lo que uno siente ha sido diseñado. Si lo que uno desea nace de una experiencia vivida o de un estímulo cuidadosamente calculado.

Resistir la pandemia zombi es, ante todo, un ejercicio cotidiano de reinención subjetiva. Una reconfiguración constante del yo frente a entornos que compiten por capturarlo. Y esa tarea no puede delegarse en instituciones, expertos o tecnologías externas. Es individual, intransferible e ineludible.

Porque si no decides tú, alguien más lo hará por ti.

---

Aquí termina esta advertencia. Pero comienza tu elección.

Y queda una última pregunta abierta, incómoda y necesaria, ¿qué parte de lo que piensas hoy realmente lo pensaste tú?

## Referencias

- Alter, A. (2017). *Irresistible*. Penguin Press.
- Colado García, S. (2021). *Multiversos digitales: La tecnología como palanca evolutiva*. Universo de Letras.
- Dehaene, S. (2014). *Consciousness and the Brain*. Viking.
- Eyal, N. (2014). *Hooked: How to Build Habit-Forming Products*. Portfolio.
- Fisher, M., Godwin, K. E., & Seltman, H. (2014). *Visual environment, attention allocation, and learning in young children: When too much of a good thing may be bad*. *Psychological Science*, 25(7), 1362–1370.  
<https://doi.org/10.1177/0956797614533801>
- Han, B.-C. (2016). *La expulsión de lo distinto*. Herder.
- Harari, Y. N. (2016). *Homo Deus: Breve historia del mañana*. Debate.
- Harari, Y. N. (2018). 21 lecciones para el siglo XXI. Debate.
- Harari, Y. N. (2023). *The rise of intelligent surveillance*. *Financial Times*.
- Huxley, A. (1932). *Brave New World*. Chatto & Windus.
- Mayberg, H. S., Lozano, A. M., Voon, V., McNeely, H. E., Seminowicz, D., Hamani, C., Schwab, J. M., & Kennedy, S. H. (2005). Deep brain stimulation for treatment-resistant depression. *Neuron*, 45(5), 651–660.  
<https://doi.org/10.1016/j.neuron.2005.02.014>
- Sloterdijk, P. (2010). *Has de cambiar tu vida*. Pre-Textos.
- Tononi, G. (2008). *Consciousness as integrated information*. *Biological Bulletin*, 215(3), 216–242.
- Tufekci, Z. (2015). *Algorithmic harms beyond Facebook and Google*. *Colorado Technology Law Journal*, 13, 203–218.
- Young, L., Camprodon, J. A., Hauser, M., Pascual-Leone, A., & Saxe, R. (2010). Disruption of the right temporoparietal junction with transcranial magnetic stimulation reduces the role of beliefs in moral judgments. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(15), 6753–6758.  
<https://doi.org/10.1073/pnas.0914826107>
- Zuboff, S. (2019). *The Age of Surveillance Capitalism: The Fight for a Human Future at the New Frontier of Power*. PublicAffairs.
- Žižek, S. (2010). *Living in the End Times*. Verso Books.

