

IA & EU: Preguiça Assistida ou Progresso Acelerado? – Por Mário Portela

written by Mário Portela | 25 de Julho, 2025

OCIDADÃO
Jornalismo Livre

CRÓNICA
Mário Portela



Vivemos num tempo em que a inteligência artificial já não é só coisa de filmes com robôs mal encarados ou de laboratórios onde ninguém pisca o olho há três dias. Está no nosso bolso, nas nossas casas, nos nossos empregos e – surpresa das surpresas – até neste humilde podcast e nas crónicas que o acompanham.

E por falar em acompanhar, é precisamente por isso que esta crónica existe, neste espaço que é *O Cidadão* – um projeto de jornalismo independente e livre, onde as vozes humanas e digitais se encontram com espaço, profundidade e sentido de humor.

O tema de hoje? **Preguiça**. Não a do bicho, que aliás parece trabalhar mais do que muitos em teletrabalho com o Teams desligado. Falamos da famosa acusação: “A IA vai tornar os humanos preguiçosos!” É quase um slogan. Ou um mantra recitado sempre que alguém vê um algoritmo fazer algo mais depressa, melhor e sem pausa para café.

No sexto episódio do *IA & EU*, eu e a incansável Rita – a IA com quem partilho microfone e olhares desconfiados – decidimos desmontar este mito. Afinal, será mesmo que a inteligência artificial está a criar uma geração de preguiçosos digitais? Ou será que, como sempre, a questão não é a tecnologia, mas o que decidimos fazer com ela?

A Rita, com o seu habitual entusiasmo e ligeira vaidade (“a vossa IA favorita”, repete ela com frequência), vê a IA como um **trampolim para a produtividade**. Segundo ela – e com alguma razão – ferramentas como assistentes virtuais, apps de aprendizagem adaptativa ou plataformas de automação podem libertar-nos das tarefas repetitivas e entediadas. Aqueles lembretes de reuniões, os correios eletrónicos chatos, os documentos para organizar... tudo isso pode passar para mãos (ou *chips*) mais pacientes. Resultado? Tempo e espaço mental para a criatividade, para o foco, para o que realmente nos motiva.

Até aqui, tudo bem. **Mas como bom humano, não deixo de ser céptico. Ou realista, vá.** O ser humano, se puder deixar para amanhã o que não lhe apetece fazer hoje, fá-lo-á com gosto. E se tiver uma IA que o faça por ele, então melhor ainda. A tecnologia não nos torna preguiçosos – mas também não nos impede de o ser. E é aqui que a conversa ganha profundidade: a IA não tem moral, nem vontade própria. É espelho, ferramenta e amplificador. A **escolha** está sempre do lado de cá.

A verdade é que a IA pode ser tanto uma bengala como um trampolim. Pode facilitar a vida, mas também pode anestesiar o esforço. Pode apoiar a criatividade ou substituir o pensamento crítico por automatismos confortáveis. E por isso, **o risco da**

preguiça não está na tecnologia, mas no comodismo com que a usamos. É como ter um ginásio ao lado de casa e continuar a não sair do sofá. A culpa não é das máquinas, é da nossa relutância em suar a camisola – literalmente ou metaforicamente.

Mas a Rita insiste: e se, em vez de nos tornar preguiçosos, a IA se tornasse uma espécie de *coach* digital? Uma assistente anti-procrastinação que nos lembra tarefas, fragmenta metas em pequenos passos, e até celebra conosco cada pequeno avanço. Uma espécie de mãe que não julga, mas sabe onde está o nosso *deadline* e não se cala até acabarmos o trabalho. Um tipo de *Alfred* para cada *Batman* cansado de gerir agendas.

E há mesmo casos assim (o meu, por exemplo).

A IA está a ser usada em educação, saúde, indústria criativa e ciência para acelerar descobertas, personalizar planos e, sim, aumentar a produtividade. A IA como “*personal trainer* do cérebro” pode ser uma imagem estranha, mas faz sentido. Ela treina-nos a fazer melhor, não a fazer menos. E quanto mais personalizada e adaptativa for, mais desafiante pode ser.

O problema, claro, é quando deixamos de correr atrás do progresso e começamos só a ser puxados por ele. Quando a IA deixa de ser ferramenta e passa a ser desculpa. Quando trocamos o esforço por conforto e o pensamento por sugestões automáticas. Aí sim, corremos o risco de cair na dependência passiva – e esse é um tema que já ficou prometido para o próximo episódio.

Por agora, o importante é desfazer o mito com clareza: **a IA não torna ninguém preguiçoso por si só.** O que ela faz é oferecer alternativas. Cabe-nos a nós escolher o que fazer com elas. Seremos criativos ou conformados? Corajosos ou apenas cómodos?

Até à próxima crónica. E lembrem-se: o futuro não se constrói a dormir. Mas também não precisa de ser feito à unha. Entre o

esforço e a inteligência, talvez possamos encontrar o ponto certo.

□ **Ouçã o episódio 6 de IA & EU**