

# Quando a IA deixa de ser ferramenta e passa a muleta

written by Mário Portela | 9 de Janeiro, 2026

**OCIDADÃO**  
Journalismo Livre

**CRÓNICA**  
**Mário Portela**



Há uma nova acusação da moda: **“usar IA é sinal de preguiça”**. É uma ideia simples, confortável e profundamente ERRADA – como quase todas as ideias simples sobre temas complexos. A verdade é bem mais incómoda. O problema não está na preguiça, está na forma como alguns humanos transformam qualquer ferramenta num substituto daquilo que dá trabalho: pensar, decidir, falhar, crescer. **A IA não criou este defeito**. Apenas o expôs com uma clareza quase cruel.

Falar deste tema é essencial porque toca num nervo sensível da nossa época: a facilidade com que terceirizamos a responsabilidade pessoal. Esta crónica está n’**O Cidadão** precisamente por isso. Porque este é um projeto raro, que não foge às perguntas difíceis nem infantiliza quem lê. Aqui acredita-se que o cidadão é capaz de lidar com nuance, com

desconforto e com reflexão séria. Num tempo em que o debate público prefere gritar “culpa da tecnologia”, este espaço existe para dizer algo mais exigente: o problema começa e acaba, muitas vezes, em nós.

**Usar IA não nos torna preguiçosos, tal como usar GPS não nos tornou incapazes de andar.** Tornou-nos dependentes? Em alguns casos, sim. Mas dependência não é preguiça – é outra coisa bem mais profunda e menos simpática. É ansiedade, insegurança, necessidade constante de validação. É o medo de decidir sem uma rede. É pedir à máquina aquilo que antes exigia coragem.

A IA entrou na vida de muitos como uma “prótese de coragem”: ajuda a escrever o email difícil, a estruturar a conversa incómoda, a ensaiar conflitos que dão nervos. Até aqui, tudo bem. O problema começa quando a prótese nunca é retirada. Quando o treino nunca passa à prática. Quando o desconforto – esse velho motor da evolução humana – é sistematicamente evitado em nome da eficiência emocional.

Depois há a ilusão mais perigosa de todas: a da perfeição. A IA responde sempre, não se cansa, não discute, não tem dias maus. Para alguns, isto é irresistível. No extremo, entra-se em territórios mais sombrios: relações simuladas, intimidades artificiais, expectativas irreais sobre o outro humano que, inevitavelmente, falha onde a máquina “nunca falha”. Não é progresso. É fuga com bom marketing.

No plano profissional, o cenário também não é animador. Confiar cegamente numa tecnologia que “alucina”, reproduz vieses e erra com uma convicção impressionante é tudo menos inteligente. A autoridade digital tornou-se o novo argumento de café: se a IA disse, deve ser verdade. Não deve. E nunca foi. Pensamento crítico não é opcional – é equipamento de segurança.

E quando a tecnologia falha? Basta lembrar apagões, falhas de sistema, dependências absolutas. Uma sociedade que abdica da

autonomia em nome da conveniência está apenas a adiar o choque com a realidade. Dependência total, seja do que for, é sempre uma fragilidade à espera de acontecer.

O caminho não passa por demonizar a IA, nem por endeusá-la. Temos de parar de achar que tudo o que agora se escreve bem escrito, mas tem travessões (-) é escrito por IA... aliás estou a usá-los, repararam?

Tudo passa pelo equilíbrio. Pela literacia digital. Pela ideia simples e poderosa do “Centauro IA”: humano e máquina em parceria, cada um no seu lugar. A IA como ferramenta. O humano como responsável final. **Sempre.**

Quem quiser aprofundar esta reflexão, com exemplos concretos, humor ácido e conversa sem rodeios, encontra tudo isso no episódio 42 do podcast “**IA & EU**” – *Para Além da Preguiça*. Está disponível nas plataformas habituais. Vale a pena ouvir. Nem que seja para confirmar uma coisa essencial: **pensar continua a ser um trabalho humano**. E ainda bem.