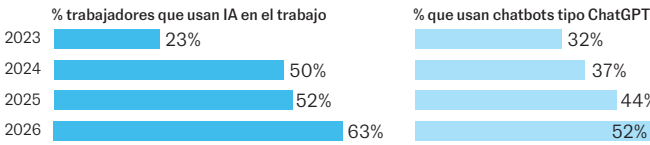




HÁBITOS

Entre el miedo y la esperanza.
La IA ha pasado de ser una novedad tecnológica a instalarse en la rutina de más de la mitad de los profesionales españoles, según InfoJobs. En 2025, el 50% reconocía no saber usar estas herramientas; un año después, ese desconocimiento ha caído a la mitad. El miedo al despido crece en paralelo: el 39% de los encuestados teme esta posibilidad.

Trabajar con ChatGPT abierto



El % de IA corresponde al total de trabajadores encuestados que declaran usar herramientas de IA.
El % de chatbots corresponde al subgrupo de usuarios activos de IA que usa chatbots tipo ChatGPT.
Son series comparables en tendencia pero no en magnitud absoluta.
Fuente: InfoJobs

EL PAÍS

LA CIFRA

103.000

Un sector muy damnificado.
En lo que va de año, más de 70 empresas tecnológicas han eliminado 103.000 empleos en todo el mundo por el uso intensivo de la inteligencia artificial, según Layoffs.fyi.



En la era laboral de la IA ya nada es como antes

Esta tecnología provoca cientos de miles de despidos y la reconfiguración de cada vez más puestos de trabajo en todo el mundo

Por Luis Enrique Velasco

Francisco Carpe supo que un contrato laboral no tardaría en llegar tras graduarse. Había estudiado programación en los años noventa. ¿Qué podía salir mal? Formada en el cambio de siglo, la generación de Carpe vio con ilusión cómo el *software* se convertía en la materia prima de la economía global y, principalmente, en un sector sinónimo de estabilidad laboral. Esta última promesa se ha saltado por los aires, admite Carpe. El lanzamiento de ChatGPT y Claude, entre otras herramientas de inteligencia artificial (IA), ha reescrito las nor-

mas para los trabajadores tecnológicos y, en general, para los empleados de oficina. La IA ha puesto en duda hasta qué punto son necesarias ciertas habilidades acumuladas con el tiempo en una larga lista de ocupaciones. El programador, de 48 años, que trabaja para NTTData, recuerda que optó por la informática porque era la carrera del futuro. Ahora cabe preguntarse: ¿de qué futuro hablaba?
En lo que va de año, más de 70 empresas tecnológicas han eliminado al menos 103.000 puestos de trabajo en todo el mundo, según Layoffs.fyi, una plataforma que rastrea los despidos en el sector, casi tanto como en todo 2025, cuando se registra-



**Protesta en Londres
contra el impacto
social y ambiental de
la IA, el 28 de febrero.**

WIKTOR SZYMANOWICZ (FUTURE
PUBLISHING / GETTY IMAGES)



ron 124.000 bajas. Meta, la matriz de Facebook, fue la última en anunciar que ponía en la calle a 8.000 empleados, el 10% de su plantilla global. En el ámbito nacional, Capgemini abrirá un ERE que afectará a cerca de 750 personas, lo que equivale al 6,5% de la plantilla española. La mayoría de las compañías afirman que detrás de la decisión habita la necesidad de liberar capital para invertir más en IA, sin apuntar directamente a una sustitución masiva de hombres por máquinas.

Sin embargo, hay señales claras de que el mercado laboral vinculado a los servicios ya no refleja el mismo crecimiento y estabilidad que solía caracteri-

zarlo, al menos por el momento. En España, la Encuesta de Población Activa correspondiente al primer trimestre de este año revela que este ámbito ya no es capaz de absorber el talento disponible al mismo ritmo que lo venía haciendo en los últimos ejercicios. En el caso de programación, consultoría y otros servicios informáticos, en el primer trimestre el mercado laboral español empleaba a 512.100 personas, lo que representa una contracción de 23.400 ocupados respecto al año anterior.

Los productos de *software* lanzados este año por el equipo de Carpe, por ejemplo, albergan código íntegramente escrito con IA: “En la mayoría de los casos pasa todas las pruebas de calidad”, asegura. Pero la IA no solo es capaz de generar *software* de forma independiente; estos sistemas empiezan a transformar el trabajo diario de cocineros, arquitectos, médicos y comunicadores, quienes confían cada vez más en herramientas de IA generativa. Según un estudio de InfoJobs publicado en febrero de este año, dos de cada tres trabajadores españoles ya incorporan herramientas de IA en su rutina laboral.

El abogado valenciano Salvador Uixera saborea el momento que esta tecnología ha instaurado en su despacho. El mundo del derecho ya no es aquel que descubrió en su primera jornada de trabajo, cuando se graduó hace cinco años: “Ese día entré a una sala llena de jóvenes que completaban modelos de demanda preestablecidos. Nuestra tarea era rellenar algunos datos y darle a imprimir”. Parece que ha transcurrido una vida desde entonces, pero solo ha pasado un lustro. En el último año, la mayoría de los grandes bufetes españoles e internacionales han apartado las pilas de papel y han optado por operar con bases de datos que la IA organiza y filtra. “Documentarse solía llevar semanas y ahora la IA ha reducido esta fase a minutos”, reconoce Uixera.

Tareas administrativas

“Nadie esperaba que la tecnología terminase afectando al conocimiento y al razonamiento, que parecían un territorio exclusivamente humano”, reflexiona Carlos Rebate, director de Transformación de Securitas, quien anticipa que los sistemas inteligentes ganarán cada vez más terreno en numerosas tareas que componen el grueso de las profesiones, especialmente en tareas repetitivas y actividades administrativas. “El trabajo será de tipo *centauro*, en gran parte impulsado por la inteligencia artificial, pero dirigido por humanos”, sintetiza este experto.

En arquitectura, Carlos Muñoz explica que la IA se ha integrado plenamente en los programas de modelado 3D: “Está abriendo la posibilidad de que

pequeñas firmas se embarquen en proyectos ambiciosos”. En medicina, el cirujano Julio Mayol ha olvidado cómo es trabajar sin el apoyo de ChatGPT. El uso de la IA supone aproximadamente el 90% de su actividad profesional, admite. “Con ChatGPT o Gemini, por ejemplo, puedo revisar todas las semanas lo que se publica en revistas especializadas y me hace una síntesis de las ideas fundamentales que debo conocer para generar nuevos proyectos”. Ana Ávila, del equipo de la agencia de comunicación Wildcom, comenta que ha podido reducir la carga mental de redactar decenas de notas de prensa y concentrarse en lo que considera el núcleo de su trabajo. “Nuestra labor principal es construir relaciones con los periodistas; hay que tener una sensibilidad especial para ello y ahora disponemos de tiempo para profundizar”, expone.

Para Marcel Jansen, profesor de Economía Laboral en la Universidad Autónoma de Madrid, lo que distingue esta oleada de automatización de las anteriores —la mecanización industrial, la digitalización de los noventa— es que afecta al núcleo cognitivo de las actividades profesionales. La primera gran ola de digitalización automatizó tareas administrativas y abrió nuevas profesiones, muchas de ellas en el sector tecnológico. En ambos casos, la transición tuvo un impacto decisivo en el tejido laboral, pero el sistema dispuso de décadas para absorber los cambios. El vertiginoso desarrollo de los modelos de lenguaje no parece dejar margen para esta transición ordenada. “Afecta al razonamiento, al análisis, a la redacción y, por lo tanto, a las personas con altos niveles de cualificación”, expone Jansen. Lo más desconcertante es que el cambio avanza a un ritmo que la mayoría de los profesionales apenas puede asimilar.

Carpe, de NTT Data, es testigo de esta veloz transición. Con el lanzamiento de sistemas de inteligencia artificial como Cursor o Claude Code se acabaron las largas jornadas de “picar” código. Ahora, indica, los ingenieros de *software* tienen otros roles complementarios para los que quizás no están preparados. Se dedicarán a liderar equipos, a mejorar la comunicación con los clientes y a desarrollar productos. Pronto no volverán a escribir código, sino únicamente a supervisarlos. La automatización de esta tarea, sin embargo, plantea una pregunta inevitable: ¿habrá suficiente trabajo para todos los profesionales del sector? ¿Y para el resto de profesiones amenazadas por la IA?

El director del Centro de Políticas de Tecnología de la Información de Princeton, Arvind Narayanan, considera que muchos de los argumentos habituales sobre el reemplazo masivo de trabajadores parten de premisas que son erróneas. “No basta con mirar si una IA es capaz de hacer una ta-

Las empresas recortan su plantilla con el pretexto de invertir más en inteligencia artificial

“Mucha gente se quedará sin trabajo”, avisa un exdirectivo de Google

Los sectores con más presencia de mujeres y los trabajadores mayores están en el punto de mira

Se aligeran las labores más burocráticas, como redactar correos o buscar documentación

rea; hay que preguntarse: ¿cuántas veces podemos confiar en que la hará correctamente?”. Cita, por ejemplo, la introducción de bots —agentes conversacionales— en la atención al cliente, y resalta la necesidad de separar capacidad y fiabilidad. “Las máquinas pueden ser capaces, pero aún queda un largo camino para fiarnos de ellas en una llamada con un cliente”. El año pasado, por ejemplo, un juez ordenó a la aerolínea Air Canada que hiciera un reembolso a un cliente que había recibido información errónea de uno de estos sistemas automáticos.

Carmen Pagés, directora de la Unidad de Prospectiva del Mercado Laboral y de Competencias de la Universitat Oberta de Catalunya, sostiene que la evidencia académica disponible apunta a que la IA, al menos por ahora, no está destruyendo empleo de forma masiva, sino que está reconfigurando con fuerza tareas dentro de los trabajos existentes, y cita dos estudios relevantes. La conclusión del primero —que siguió las carreras profesionales de 25.000 trabajadores de ocupaciones expuestas a la IA dos años después de adoptar asistentes conversacionales— fue que apenas hubo efectos sobre los salarios u horas trabajadas. “Lo que sí cambió fue la naturaleza del trabajo, ya que muchos empleados comenzaron a dedicar más tiempo a supervisar

resultados, generar contenidos o integrar automatizaciones en sus procesos”, añade.

Otra investigación, centrada en 7.000 trabajadores del conocimiento de grandes empresas, detectó que la IA redujo significativamente el tiempo invertido en redactar correos y en el trabajo fuera del horario laboral, aunque eso no tuvo un impacto detectable en el empleo ni en los salarios de los trabajadores. Las señales más visibles aparecen, según Pagés, entre los trabajadores *freelance* de plataformas digitales, “probablemente el segmento más vulnerable frente a esta tecnología”. Un estudio de la Universidad de Washington en St. Louis y de la Universidad de Nueva York concluyó que, tras la implantación de la IA, el volumen de contratos entre los trabajadores por cuenta propia cayó un 2% y los ingresos un 5%. Aun así, la académica considera que este escenario difícilmente puede extrapolarse al grueso del empleo asalariado, donde los contratos y las estructuras corporativas siguen actuando como guardarraíles frente a la automatización.

La vulnerabilidad no se distribuye de manera homogénea. El centro de estudios Brookings Institution advierte que las ocupaciones con mayor riesgo de automatización están históricamente representadas por mujeres, principalmente en puestos administrativos y de oficina, donde las tareas son repetitivas y más fáciles de automatizar. A este grupo se suman los trabajadores de mayor edad que afrontan, al mismo tiempo, una menor capacidad de reciclaje profesional y menos tiempo para adaptarse a las nuevas exigencias del mercado.

Daños sociales

Sea porque la IA está captando inversiones o porque directamente está sustituyendo mano de obra tecnológica, Mo Gawdat, exdirectivo de Google, considera necesario ir más allá y examinar los perjuicios sociales que podrían acarrear los recortes masivos. “Los entusiastas de Silicon Valley te dirán: esto es genial, más productividad, jornadas más sencillas y que ya no deberás trabajar tan duro”, ironiza. “Pero lo cierto es que mucha gente se quedará sin trabajo”. Según un estudio elaborado por la Universidad Politécnica de Valencia, dos de cada diez empleos (entre el 18% y el 22% de la ocupación) ya están expuestos a la IA, con riesgo de sufrir recortes en la fuerza laboral. “Entonces el sistema debe encontrar nuevas formas de mantener a la gente feliz, porque el trabajo, que había brindado identidad y propósito, se asomará a una crisis”, vaticina este experto, quien cree que



Viene de la **página 3**

el desempleo de una gran parte de la población es una realidad tangible a medio plazo.

Esta es una idea que inquieta a Mar Manrique, autora de *Un trabajo soñado* (Península, 2026), quien señala que el mercado laboral ya se había degradado en los últimos años, marcado por la inestabilidad, la hipercompetencia y la necesidad de reinventarse, especialmente entre los más jóvenes. “La IA podría exacerbar estas tendencias. Por ejemplo, al empujar a los trabajadores a invertir más horas para competir con quienes dominan la IA o para simplemente demostrar que son competentes frente a las máquinas”. Kate Crawford, filósofa y autora de *Atlas de la IA* (Ned Ediciones), un libro que profundiza en las implicaciones económicas y sociales de esta tecnología, también teme que la IA potencie los sistemas de vigilancia laboral que ya predominan en las grandes organizaciones, en particular en aquellas que cuentan con plantillas extensas. “Podremos ver una profundización del aumento del monitoreo y de la evaluación algorítmica. En general, un mecanismo más invasivo en la gestión del trabajo”, sostiene Crawford en su libro.

Recelos

Hay trabajadoras como Cristina Laguna (26 años, Ciudad Real) que directamente le han cerrado las puertas a esta tecnología. El riesgo de que un modelo de lenguaje se equivoque es una de las razones que frenan a Laguna, quien trabaja en un centro de atención al cliente desde hace un año y medio. “Tengo la sensación de que no me puedo fiar porque alguna vez una compañera recibió información errónea al comparar dos productos en ChatGPT. Además, a veces siento que no estoy haciendo bien mi trabajo; es como que estoy utilizando la vía más fácil”, describe esta operaria.

Los expertos advierten sobre los riesgos potenciales que encierran estos sistemas, especialmente los agentes de IA, el siguiente escalón en el desarrollo de esta tecnología. Recientemente, Anthropic —el laboratorio tecnológico dirigido por Dario Amodei que dio luz a Claude— anunció que detenía el lanzamiento de Mythos, su último modelo de lenguaje, debido a su capacidad para descubrir vulnerabilidades y fallos ocultos en los sistemas informáticos y el *software* de los gobiernos del mundo.

Pero no todo el mundo es pesimista con la implantación de esta tecnología. Por ejemplo, si se pregunta a Mar Pujadas (28 años, Valencia) dirá que su *start-up* Omniloy no podría funcionar sin la agilidad que le aportan los sistemas inteligentes.

—Cuando me pediste una respuesta rápida para este reporta-

El impacto de la IA en el mercado laboral

Destrucción de trabajo en las grandes empresas

Empresa	Despidos	% plantilla	Fecha	Motivo aducido
Oracle	30.000	19%	6/03/2026	Inversiones en IA
Amazon	28.000	2%	2/11/25-28/01/26	Adopción de IA
Dell	11.000	10%	16/03/2026	Apuesta por la IA
Microsoft	8.750	7%*	23/04/2026	Inversiones en IA
Meta	8.000	10%	23/04/2026	Inversiones en IA
Telefónica	4.772	35%	25/11/2025	Recorte de costes
Block	4.000	40%	27/02/2026	Apuesta por la IA
Morgan Stanley	2.500	3%	5/03/2026	Cambio de prioridades
Ericsson	1.900	7%**	15/01/2026	Mala situación de la compañía
Société Générale	1.800	5%	22/01/2026	Reorganización
ASML	1.700	4%	28/01/2026	Ganar agilidad
Nordea	1.500	5%	17/03/2026	Apuesta por la IA
Nike	1.400	2%	24/04/2026	Mala situación de la compañía
Cloudflare	1.100	~21%	7 /05/2026	Eficiencias por IA agéntica
Disney	1.000	~0%	14/04/6	Consolidación del marketing
Citi	1.000	1%	13/01/2026	Reorganización
Snap	1.000	16%	15/04/2026	Apuesta por la IA
Epic Games	1.000	20%	24/03/2026	Mala situación de la compañía
Majorel	769	60%	22/04/2026	Integración en Teleperformance
Capgemini	748	6,8%***	10/04/2026	Adopción de IA / posible externalización
Pinterest	700	16%	27/01/2026	Apuesta por la IA
Inetum	400	5%	23/04/2026	Evolución tecnológica
(*)Plantilla EE UU. (**) Plantilla España. (***) Plantilla España				

Fuente: Comunicados oficiales de empresas, Layoffs.fyi, prensa especializada, World Economic Forum (2025). Future of Jobs Report 2025

Las ‘start-ups’ ven en la IA un atajo para competir con empresas más grandes

“Hemos perdido una parcela del trabajo que nos pertenecía”, reconoce un informático

je, mi agente con IA fue quien te respondió, comenta por teléfono.

Por su tamaño y estilo de organización, los expertos coinciden en que las empresas emergentes son las que más provecho podrán sacar de los modelos de lenguaje como ChatGPT. “Pasamos mucho tiempo entrenando a la IA para que conozca nuestra organización”, comenta Pujadas, “y ahora es como tener un secretario disponible todo el tiempo”. Esta apuesta les ha permitido que la IA permee los procesos internos. El chatbot propio de Omniloy agiliza las conversaciones internas, contesta los correos, y puede crear presentaciones o estrategias de negocio en

Panorama laboral para 2030

Empleos con mayor crecimiento		Empleos con mayor declive	
1	Especialistas en <i>big data</i>	1	Empleados de servicios postales
2	Ingenieros de <i>FinTech</i>	2	Cajeros de banco y trabajadores similares
3	Especialistas en IA y aprendizaje automático	3	Empleados de introducción de datos
4	Desarrolladores de <i>software</i> y aplicaciones	4	Cajeros y expendedores de billetes
5	Especialistas en gestión de seguridad	5	Asistentes administrativos y secretarios de dirección
6	Especialistas en almacenamiento de datos	6	Trabajadores de imprenta y oficios afines
7	Especialistas en vehículos autónomos y eléctricos	7	Empleados de contabilidad, teneduría de libros y nóminas
8	Diseñadores	8	Empleados de registro de materiales y control de inventario
9	Conductores de camiones ligeros y servicios de reparto	9	Auxiliares de transporte y revisores
10	Especialistas en Internet de las cosas (IoT)	10	Vendedores a domicilio, vend. ambulantes y afines
11	Analistas y científicos de datos	11	Dieñadores gráficos
12	Ingenieros medioambientales	12	Tasadores, interventores e investigadores de siniestros
13	Analistas de seguridad informática	13	Funcionarios judiciales
14	Ingenieros de operaciones	14	Secretarios jurídicos
15	Ingenieros de energías renovables	15	Operadores de telemarketing

Competencias clave en 2025

Porcentaje de empleadores que las consideran esenciales para su plantilla

Competencias	% Empleadores
Pensamiento analítico	69%
Resiliencia, flexibilidad y agilidad	67%
Liderazgo e influencia social	61%
Pensamiento creativo	57%
Motivación y autoconciencia	52%
Alfabetización tecnológica	51%
Empatía y escucha activa	50%
Curiosidad y aprendizaje continuo	50%
Gestión del talento	47%
Orientación al servicio y atención al cliente	47%
IA y <i>big data</i>	45%
Pensamiento sistémico	42%
Gestión de recursos y operaciones	41%
Fiabilidad y atención al detalle	37%
Control de calidad	35%
Docencia y mentoría	26%
Redes y ciberseguridad	25%
Diseño y experiencia de usuario	25%
Multilingüismo	23%
Marketing y medios	21%

segundos. Pero donde hay más utilidad, cuenta, es en la parte de ingeniería dedicada al desarrollo de producto. “Todos los trabajadores —un total de 18— tienen una suscripción a un modelo de lenguaje”.

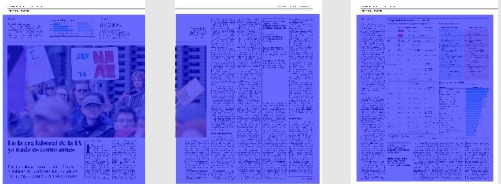
Son numerosas las industrias que siguen rebuscando maneras de que la IA se convierta en un motor del negocio. Un motor a la medida. En este grupo entran principalmente autónomos y pequeñas empresas, el grupo que precisamente conforma el grueso del tejido empresarial en España. “Son quienes mejor aprovechan estas herramientas, acostumbrados a buscarse la vida constantemente”, puntualiza

Pilar Jericó, experta en liderazgo y autora del libro *No miedo* (Planeta).

La IA ha permitido reconfigurar la cadena operativa de oficinas como las de Milton González y Valeria Moreiro, las cabezas que dan forma a NotReal estudio, una firma de diseño que ha cerrado contratos con marcas de la talla de Microsoft y Google. “Nos ayuda a plasmar la idea de un cliente al instante para saber si debemos seguir por ese camino o cambiar de inmediato a otro”, relata González. Esto ha supuesto un giro en el negocio. Pero, a diferencia de lo que se vaticinaba inicialmente, no ha liberado tiempo para el ocio u otras ocu-

El País - Suplemento Negocios

Fecha: [domingo, 17 de mayo de 2026](#)
Fecha Publicación: [domingo, 17 de mayo de 2026](#)
Página: [2](#), [3](#), [4](#), [5](#)
Nº documentos: [4](#)



Recorte en **color** % de ocupación: **275.55** Valor: **198259,72€** Periodicidad: **Diaria** Tirada: **82.471** Audiencia: **758.000** Difusión: **53.721**

paciones. “La IA no te brindará más espacio para tus *hobbies*. En nuestro caso, podemos dedicar más horas a explorar la parte creativa de este negocio o a resolver otros problemas típicos de una pequeña firma, pero siempre aparecen cosas por hacer”.

La restauración es otro mundo en el que los chatbots han ganado autoridad. Lo cuenta David Chamorro, fundador de Food Idea Lab y chef enfocado en la innovación, quien considera que estos sistemas impulsarán a un sector que ha estado de espaldas a los avances tecnológicos durante mucho tiempo. La cocina es terreno de aciertos y errores, de pruebas de concepto que pueden alargarse durante semanas. “La IA borra esos tiempos”. Y cita un ejemplo concreto: “Algo tan sencillo como encontrar la fórmula para cristalizar helado puede resultar terriblemente difícil si no conoces el proceso; con ChatGPT tienes pocas posibilidades de equivocarte”.

Entrenamiento adecuado

Donde más posibilidades de transformación ve es en lo que ocurre fuera de los fogones: “La IA puede encargarse de la gestión de un restaurante, desde el manejo del personal hasta el control de facturas o las variaciones del menú”, expone. “Imagínate esto para un pequeño restaurante que muchas veces vive al límite de sus posibilidades”. Con el entrenamiento adecuado, un modelo puede decirte si fuiste a pérdidas por no llenar el salón o si te irá mejor contratando a un camarero extra, relata este chef de 37 años.

Ese es el futuro, según Pagés: uno en el que los humanos se encargarán de diseñar, verificar y supervisar el trabajo de la IA. El problema, subraya Jansen, es que desde hace tiempo las universidades se han quedado atrás en su intento de formar a las nuevas generaciones para afrontar estas nuevas realidades. Ahora la responsabilidad recae en las empresas, que “deberán fortalecer y agilizar las capacitaciones que ayuden a que una gran parte de la gente no se quede atrás”, concluye el profesor.

Carpe, el ingeniero informático con el que arrancaba este reportaje, no cree que el hachazo sea letal para su sector. Cuando empezó a estudiar informática en los noventa, se respiraba un ambiente de ilusión porque gracias al código se intuía una revolución sin precedentes, de la que se alegra haber sido parte. ¿Ha cambiado esa sensación? “Francamente, no, más bien se ha multiplicado”, comenta. Pero antes será necesaria una renuncia, reconoce. Esa será la parte más compleja de esta gran transformación en estos tiempos. “Hay que admitir que hemos perdido una parcela de nuestro trabajo que antes nos pertenecía por completo”, concluye resignado.