

El espejo de lo que queremos ver.

Sesgo de confirmación, cámaras de eco y la crisis de la deliberación.

1. La elección del espejo.

Hay una escena que se repite cada mañana en millones de hogares. Alguien enciende la radio, abre el periódico digital o consulta sus redes sociales. Y elige, sin ser del todo consciente, aquello que ya sabe que le va a dar la razón. El votante de izquierdas sintoniza una emisora que refuerza sus convicciones y el votante de derechas lee un medio que confirma sus sospechas. Y ambos, al terminar, sienten que se han informado, aunque, en realidad, se han confirmado.

Esa elección no es inocente. Es el resultado de un mecanismo psicológico profundo: el sesgo de confirmación, que nos empuja a buscar, interpretar y recordar la información que confirma nuestras creencias previas, y a ignorar o desacreditar la que las contradice. No es un defecto de unos pocos, es una tendencia universal y en el ecosistema mediático actual, amplificado por los algoritmos, se ha convertido en una amenaza para la democracia.

Este ensayo analiza por qué buscamos espejos que nos devuelvan lo que queremos ver, cómo el sistema digital amplifica esa tendencia y qué consecuencias tiene para nuestra capacidad de pensar, debatir y vivir juntos. Y se pregunta, al final, si nuestra propia capacidad intelectual no será un instrumento al servicio de algo que no alcanzamos a comprender.

2. La arquitectura del sesgo.

El sesgo de confirmación no es una novedad. Los psicólogos lo documentaron hace décadas. Peter Wason, en 1960, demostró que las personas tienden a buscar evidencias que confirmen sus hipótesis y evitan las que las refutan.

Es un mecanismo de ahorro cognitivo, porque procesar información que contradice nuestras creencias nos obliga a revisar nuestro modelo mental y eso consume energía, genera ansiedad y nos enfrenta a la posibilidad de estar equivocados.

La disonancia cognitiva, concepto acuñado por Leon Festinger, explica por qué evitamos esa incomodidad. Cuando nuestros actos o nuestras creencias entran en contradicción con la evidencia, sentimos un malestar que tratamos de eliminar. Y la forma más fácil de eliminarlo no es cambiar de creencia, sino reinterpretar la evidencia o rodearnos de quienes piensan como nosotros.

El psicólogo Jonathan Haidt lleva esta idea un paso más allá. Sostiene que el razonamiento moral es post hoc; es decir, primero tenemos la intuición y luego usamos la razón para justificarla. La función del razonamiento no sería buscar la verdad, sino defender nuestras intuiciones ante los demás. Somos, en cierto modo, abogados de nuestras propias creencias, no jueces imparciales de la realidad.

3. La ideología como justificación de la posición social.

Pero el sesgo de confirmación no es solo un mecanismo psicológico, es también una herramienta de la ideología. La ideología no es solo un conjunto de ideas sobre cómo debería organizarse la sociedad, es un sistema que nos permite sentir que nuestro lugar en el mundo es el correcto. Justifica la desigualdad, naturaliza las jerarquías y hace que cada uno asuma su papel como si fuera el único posible.

El sociólogo Pierre Bourdieu lo explicó con claridad. La ideología dominante no se impone por la fuerza, sino que se interioriza como sentido común. Y esa interiorización tiene una función, la de protegernos de la incertidumbre. Si el mundo es como debe ser, entonces nuestro lugar en él es el que nos corresponde. Si la desigualdad es natural, entonces no hay que cuestionarla. Si los pobres son pobres porque no se esfuerzan, entonces los ricos merecen lo que tienen.

Ese es el poder de la ideología. No solo nos dice lo que debemos pensar, sino que nos hace creer que lo pensamos por nosotros mismos. Y el sesgo de confirmación es su mejor aliado, porque nos empuja a buscar la información que refuerza esa creencia y evita la que la pondría en duda.

4. Cámaras de eco y filtros burbuja.

En el ecosistema digital, el sesgo de confirmación se ha multiplicado. Eli Pariser acuñó el término "filtro burbuja" para describir cómo la personalización invisible de la web nos muestra contenidos que se ajustan a nuestras preferencias, creando un entorno informativo hecho a nuestra medida. Cass Sunstein popularizó el concepto de "cámaras de eco" como espacios digitales donde nuestras opiniones rebotan una y otra vez, amplificadas por quienes piensan igual, sin que nunca entren en contacto con voces discrepantes.

Los algoritmos de las plataformas no son neutrales. Están diseñados para maximizar el tiempo que pasamos en ellas y eso significa mostrarnos más de lo que ya nos gusta, de lo que ya creemos y de lo que nos indigna o nos conforta. El resultado es un ecosistema informativo fragmentado, donde cada uno vive en su propia burbuja de realidad, convencido de que su versión de los hechos es la única verdadera.

En España, los datos confirman esa tendencia. Un estudio sobre las Elecciones Generales de 2023 reveló que solo el 5,9% de los encuestados buscó activamente medios con ideologías contrarias a la suya. Es decir, más del 90% se informó en medios que reforzaban sus convicciones. El sesgo de confirmación no es una hipótesis, es una realidad medible.

5. El papel de los medios.

Los medios de comunicación no son ajenos a este fenómeno. Lejos de combatir la polarización, muchos la alimentan. La fragmentación de la esfera pública ha convertido a los medios en altavoces de sus audiencias, en lugar de espacios de información contrastada. Cada medio tiene su línea editorial, su público objetivo y su relato. Y los espectadores eligen el medio que les da la razón.

La confusión entre información y opinión agrava el problema. Los debates televisivos se convierten en combates de gladiadores, donde no importa lo que se dice, sino quién lo dice y cómo lo dice. Las tertulias se llenan de opinadores que repiten los mismos argumentos, sin contraste, sin matices y sin voluntad de convencer a quien no piensa igual. El periodismo, que debería ser un servicio público, se ha convertido en una industria de confirmación.

6. Polarización y erosión democrática.

Las consecuencias de esta dinámica son profundas. La primera es la polarización afectiva, la tendencia a ver al que piensa distinto no como un adversario, sino como un enemigo. España es uno de los países de Europa con mayor polarización afectiva, según los estudios comparados. El otro no es alguien con quien debatir, sino alguien a quien derrotar, despreciar o silenciar.

La segunda consecuencia es la erosión de la deliberación democrática. Sin debate, no hay democracia. La democracia no es solo votar cada cuatro años, es conversar, contrastar, argumentar, ceder y pactar. Y para eso hace falta exponerse a voces distintas, aceptar la posibilidad de estar equivocado, reconocer que el otro puede tener razones que no hemos considerado.

La tercera consecuencia es la manipulación. Quien controla el relato de una burbuja controla a sus habitantes. Y en un ecosistema fragmentado, los poderes fácticos no necesitan convencer a todos, les basta con reforzar a los suyos, con mantener a cada grupo en su trinchera, con impedir que la conversación cruce fronteras.

7. Alternativas: educación crítica y pluralidad.

¿Es posible resistir a esta dinámica? La humildad epistémica, la capacidad de reconocer que uno puede estar equivocado, es una virtud cívica tan importante como la libertad de expresión, y esa virtud se aprende, se cultiva y se practica.

La educación es el primer terreno. Una educación que enseñe a pensar, no a repetir, que exponga a los alumnos a voces distintas, que les obligue a argumentar y a contraargumentar, que les enseñe a distinguir entre información y opinión, entre hechos y creencias. La alfabetización mediática es hoy tan esencial como la alfabetización lectora.

Los medios públicos tienen también un papel fundamental. Son necesarios medios que no compitan por la audiencia con las armas de la polarización, sino que ofrezcan información contrastada, plural y rigurosa.

Y en el ámbito personal, la decisión de exponerse a la incomodidad. Leer a quien no piensa como nosotros, escuchar a quien nos contradice y aceptar que la duda no es una debilidad, sino una forma de lucidez.

8. El espejo roto.

¿Y si el problema fuera más profundo? ¿Y si nuestra capacidad intelectual no fuera un instrumento para buscar la verdad, sino una herramienta al servicio de un objetivo que no alcanzamos a comprender? La pregunta es incómoda, pero merece ser planteada.

La evolución nos dotó de un cerebro que consume una enorme cantidad de energía y ese cerebro no está diseñado para la verdad, sino para la supervivencia. Buscamos información que nos reconforte porque la incertidumbre es peligrosa, nos rodeamos de quienes piensan como nosotros porque la cohesión del grupo nos protege y defendemos nuestras creencias con pasión porque renunciar a ellas es negar una parte de lo que somos.

Quizás nuestra capacidad intelectual no sea un faro que ilumina la realidad, sino un espejo que nos devuelve la imagen que necesitamos para seguir viviendo, un espejo que nos permite justificar nuestra posición, defender nuestras intuiciones, pertenecer a un grupo y sentir que el mundo tiene sentido. Y si eso es así, entonces la cuestión no es cómo pensar mejor, sino si estamos dispuestos a renunciar a la comodidad del espejo para enfrentarnos a la intemperie de la duda.