



●● **Universidad
para Mayores**

CURSO 2025 - 2026

CURSO MONOGRÁFICO

Herramientas de Inteligencia artificial aplicada a la vida

Profesorado:
María Guijarro Mata-García
Jorge Sánchez Alonso

1. JUSTIFICACIÓN

En la sociedad actual, las herramientas de inteligencia artificial (IA) están revolucionando la forma en que interactuamos con la tecnología y accedemos a la información. Estas herramientas ofrecen una oportunidad sin precedentes para mejorar la calidad de vida, autonomía, y participación en la era digital. Sin embargo, la falta de familiaridad con estas tecnologías puede ser una barrera significativa. Un curso dedicado a enseñar el uso de herramientas de IA como ChatGPT, Gemini, Fliki, Suno, Mapify, NotebookLM, Grok, CapCut, DeepSeek, y otras, es esencial para capacitar y ayudar a aprovechar al máximo estas innovaciones.

Facilitación de la Comunicación y Conexión Social

Herramientas de IA como las que se van a ver en este curso, ChatGPT y Gemini, pueden ayudar a mantenerse conectadas con familiares y amigos, facilitando la comunicación mediante la redacción asistida de mensajes, correos electrónicos y publicaciones en redes sociales. Esto puede mejorar el bienestar emocional, promoviendo interacciones sociales significativas.

Acceso a Información y Recursos Educativos

Herramientas como Perplexity pueden proporcionar acceso fácil y rápido a información y recursos educativos. Los asistentes virtuales pueden responder preguntas, explicar conceptos y ayudar con la búsqueda de información, facilitando un aprendizaje continuo y el acceso a

conocimientos actualizados. Esto es especialmente beneficioso para mantener la mente activa y curiosa.

Estimulación creativa y Recreativa

Aplicaciones como Fliki y Suno pueden fomentar la creatividad y proporcionar entretenimiento. Estas herramientas permiten a los usuarios explorar y crear arte digital, realizar proyectos de diseño gráfico y participar en actividades creativas, lo cual puede ser una fuente de satisfacción y una forma de expresión personal.

Asistencia en Tareas Diarias y Productividad

Herramientas como Fliki y CapCut pueden asistir en la edición de videos y la creación de contenido multimedia, permitiendo documentar y compartir sus experiencias de manera creativa. Estas habilidades pueden ser útiles tanto para proyectos personales como para mantenerse activos y productivos.

Soporte en Salud / Bienestar

Herramientas de IA pueden proporcionar recordatorios de medicación, seguimiento de actividades físicas y monitoreo de la salud, mejorando la gestión del bienestar personal. La capacidad de estas herramientas para proporcionar asistencia personalizada puede promover hábitos saludables y una mayor independencia.

Reducción de la Brecha Digital

Un curso sobre estas herramientas de IA puede ayudar a reducir la brecha digital, capacitándolas para participar plenamente en la sociedad moderna. Al aprender a utilizar estas tecnologías, podemos acceder a los mismos recursos y oportunidades que las personas más preparadas, promoviendo su inclusión social y digital.

Seguridad y Tranquilidad

Las herramientas de IA pueden ofrecer soluciones de seguridad, como la detección de emergencias y la provisión de asistencia en situaciones críticas. Esto proporciona una capa adicional de seguridad y tranquilidad.

Conclusión

Un curso dedicado al uso de herramientas de IA es esencial en el momento actual. Este curso no solo mejorará su calidad de vida y autonomía, sino que también fomentará su inclusión en la era digital, proporcionándoles las habilidades y conocimientos necesarios para utilizar estas tecnologías de manera efectiva y beneficiosa. Al hacerlo, se promueve su bienestar emocional, cognitivo y social, permitiéndoles aprovechar al máximo las innovaciones de la IA.

2. OBJETIVOS

Objetivos principales del Curso sobre el Uso de Herramientas de IA aplicada a la vida.

1. **Introducción a la Inteligencia Artificial** ◦ Introducción divulgativa de la IA que se utiliza en las herramientas que trabajaremos durante el curso.
 2. **Facilitar la Comunicación y Conexión Social:**
 - Enseñar a utilizar herramientas de IA como ChatGPT, Claude, DeepSeek, Copilot y Gemini para redactar mensajes, correos electrónicos y publicaciones en redes sociales.
 - Promover la conexión y comunicación con familiares y amigos, reduciendo el aislamiento social.
 3. **Proveer Acceso a Información y Recursos Educativos:**
 - Capacitar a los participantes en el uso de Mapify (o software similar) y Perplexity para buscar información, resolver dudas y acceder a recursos educativos en línea.
 - Fomentar el aprendizaje continuo y el mantenimiento de una mente activa y curiosa.
 4. **Fomentar la Creatividad y el Entretenimiento:**
 - Introducir herramientas como Google AI Studio, Fliki y Suno para la creación de arte digital y proyectos de diseño gráfico.
 - Ofrecer actividades recreativas y creativas que proporcionen satisfacción personal y oportunidades de expresión.
-

5. Reducir la Brecha Digital:

- Capacitar a los participantes para utilizar diversas herramientas de IA, cerrando la brecha digital.
- Promover la inclusión digital y social, asegurando que los participantes puedan acceder a los mismos recursos y oportunidades que otras generaciones.

6. Proveer Seguridad y Tranquilidad:

- Enseñar a utilizar tecnologías de IA que ofrecen soluciones de seguridad, como la detección de emergencias y asistencia en situaciones críticas.
- Proporcionar una capa adicional de seguridad y tranquilidad para los participantes y sus familias.

7. Fomentar la Autonomía y la Independencia:

- Equipar a los participantes con las habilidades necesarias para utilizar herramientas de IA de manera autónoma.
- Aumentar la confianza en el uso de tecnología, permitiendo gestionar su vida diaria de manera más independiente.

Estos objetivos están diseñados para empoderar al estudiantado, mejorando su calidad de vida y promoviendo su inclusión en la sociedad digital moderna a través del uso de herramientas avanzadas de inteligencia artificial.

3. CONTENIDOS

Conceptos básicos de IA.

Introducción a las herramientas de texto generativo: ChatGPT, Claude, DeepSeek, Copilot y Gemini.

Introducción a las herramientas de Salud Digital.

Introducción a las herramientas de aprendizaje: Perplexity y Mapify (o sw similar).

Uso seguro y responsable de la IA.

4. METODOLOGÍA

Introducción al Curso y Conceptos Básicos de IA

- Teoría:

- Bienvenida y presentación del curso.
- Introducción a la inteligencia artificial: ¿Qué es y cómo funciona?

- Práctica:

- Familiarización con la interfaz del curso en línea y herramientas básicas de comunicación digital.

Introducción a herramientas de texto generativo: ChatGPT, Gemini, Copilot,

DeepSeek, Claude

- Teoría: ○ Explicación de estas herramientas: usos y beneficios.
- Práctica:
 - Crear cuentas y configurar perfiles.
 - Primeros pasos con estas herramientas: cómo iniciar una conversación.

Comunicación

- Teoría:
 - Técnicas de comunicación efectiva utilizando asistentes virtuales.
 - Práctica:
 - Ejercicios de redacción de mensajes y correos electrónicos.
- Uso Avanzado de ChatGPT, Claude, DeepSeek, Copilot y Gemini
- Teoría:
 - Funcionalidades avanzadas de ChatGPT, Claude, DeepSeek, Copilot y Gemini.
 - Práctica:
 - Simulación de conversaciones complejas y búsqueda de información.

Prompts efectivos para ChatGPT, Gemini, Copilot, DeepSeek

- Teoría: ○ Redacción de prompts avanzados.
 - Práctica:
-

- Ejemplos.

Uso de ChatGPT y Gemini en sus capacidades multimodales

- Teoría: ○ Entorno multimodal.
- Práctica:
 - Trabajo con documentos de texto, imagen, sonido.

Generación de imágenes mediante IA

- Teoría: ○ Conceptos clave en generación de imágenes.
- Práctica:
 - Creación de imágenes.

Generación de vídeos mediante IA

- Teoría: ○ Técnicas avanzadas en arte digital.
- Práctica:
 - Desarrollo de proyectos complejos.

Traductores automáticos y el avance de la IA

- Teoría: ○ De los primeros traductores al entorno actual.
- Práctica:
 - Uso de DeepL y Google Translate.

Seguridad y uso responsable de la IA

- Teoría: ○ Consideraciones de privacidad y seguridad en el uso de IA.
 - Práctica: ○ Configuración de medidas de seguridad.
-

Legislación sobre IA

- Teoría:
 - Legislación actual: Europa, EEUU, China.

Esta metodología asegura una cobertura integral de las herramientas mencionadas y proporciona una experiencia de aprendizaje equilibrada entre teoría y práctica.

Para un correcto seguimiento del curso se recomiendan competencias básicas digitales, sin conocimientos expertos.

Hay que tener en cuenta que todas las herramientas ofrecidas en este programa son las que en la actualidad de esta memoria son de registro gratuito, pudiendo cambiar en el momento de la impartición. En el caso de ser así, se impartirán otras de iguales características.

5. EVALUACIÓN

La evaluación es voluntaria y se realizará a través de los trabajos y proyectos realizados en clase bajo la supervisión de los docentes.
