

Familia Yakult

Publicación exclusiva para clientes suscriptores de Yakult / Año XXXII / No. 382 / Distribución Gratuita

Inteligencia artificial



Mucho se ha hablado acerca de la inteligencia artificial. Por ejemplo, que “es mejor y más lista que nosotros”, “nunca se equivoca”, “es imparcial” o “terminará reemplazándonos”. Si bien es cierto que se trata de una herramienta muy útil para hacer la vida más fácil, nunca podrá ocupar el lugar de la mente humana. Te invitamos a profundizar sobre este tema en la presente edición de **Familia Yakult**.

Atentamente / Comité Editorial

¿Qué es la inteligencia artificial?

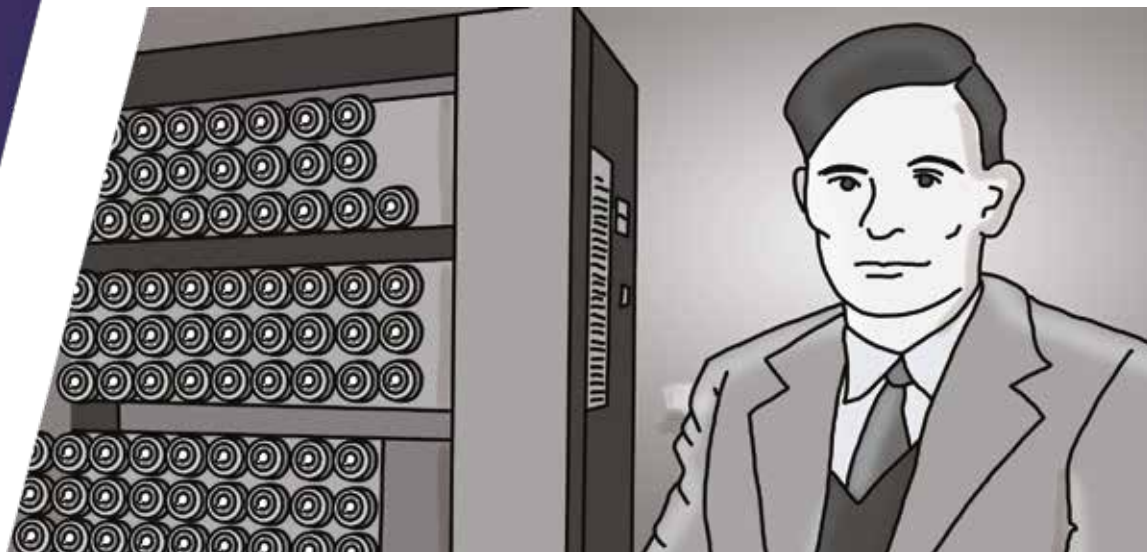
Aunque el concepto de inteligencia artificial fue acuñado desde el siglo pasado, durante mucho tiempo se trató más de un tema teórico que práctico o incluso propio de la ciencia ficción.



Sin embargo, en la actualidad la inteligencia artificial se ha convertido en una herramienta tecnológica empleada no únicamente para el análisis de datos o la resolución de problemas, sino también para tareas recreativas, además de su papel en prácticamente todas las áreas de la naturaleza humana.

De acuerdo con Cole Stryker y Eda Kavlakoglu, en su artículo "¿Qué es la inteligencia artificial?" (2024), se trata de "una tecnología que permite a las computadoras y máquinas simular el aprendizaje humano, la comprensión, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la creatividad y la autonomía".

El matemático Alan Turing es considerado el "padre de la inteligencia artificial", luego de publicar en 1950 el artículo "Maquinaria computacional e inteligencia", donde reemplazó la pregunta "¿pueden pensar las máquinas?", por una prueba que evalúa la capacidad de una máquina para exhibir un comportamiento inteligente.



Quizás te has preguntado alguna vez cómo funciona la inteligencia artificial. Pues bien, parte de la respuesta tiene que ver con los famosos algoritmos.

De acuerdo a José Luis Ruiz en su artículo "¿Cómo funciona la inteligencia artificial y cómo fue creada?" (2024), ésta opera "mediante el uso de algoritmos y modelos matemáticos que permiten a las máquinas procesar datos, aprender de ellos y tomar decisiones basadas en esa información".

Agrega a su vez que, "dichos algoritmos pueden ser diseñados para imitar el pensamiento humano, permitiendo a las máquinas realizar tareas inteligentes como reconocimiento de patrones, toma de decisiones, procesamiento del lenguaje natural y más".

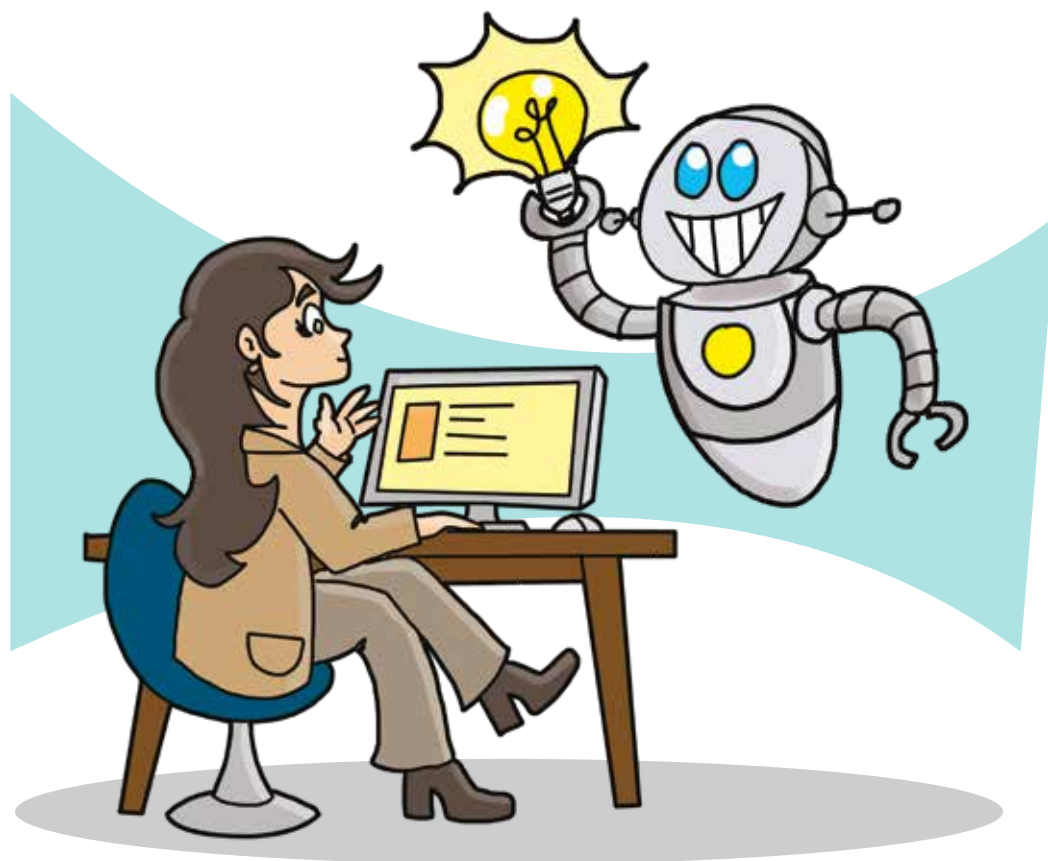
Es curioso, pero las máquinas "aprenden" de un modo muy similar a como lo hacemos nosotros, es decir, a partir de un entrenamiento y contando con datos para la toma de decisiones.

Comité Editorial

Agosto de 2026. Ana Elisa Bojorge Martínez, Hugo Enrique González Reyes, Lorena Flores Ramírez, Rafael Humberto Rivera Cedano, Antonio Iván Israel Salazar Torres, Ramón Hernández Nuñez. **Diseño gráfico:** Gerardo Daniel Cervantes Toscano. **Caricaturas:** Raúl Humberto Medina Valdez Cel. 33 1112 8640. **Familia Yakult** es una publicación mensual de Distribución Gratuita Editada por Distribuidora Yakult Guadalajara, S.A. de C.V., Periférico Poniente Manuel Gómez Morín No. 7425, Tel. 33 3134 5300. INDAUTOR 04-2004-021112493800-102. Fecha de expedición 11 de noviembre de 2004. Visite nuestro sitio web para ver el "Aviso de declinación de responsabilidades" <https://yakult.mx/declinacion-de-responsabilidades>. **Teléfonos Sucursales:** Ameca: 37 5758 1213, Chapala: 37 6765 5152, Cd. Guzmán: 34 1413 8376, Colima: 31 2313 7597, Lagos de Moreno: 47 4741 1011, Manzanillo: 31 4333 6936, Tepatlán: 37 8688 0129, Ocotlán: 39 2239 5521, Puerto Vallarta: 32 2299 1594, Autlán: 31 7381 3403, E-mail: revista_familia@yakult.mx

Usos, ventajas y riesgos

La inteligencia artificial ya está aquí y es increíble cómo en tan poco tiempo logró infiltrarse en áreas tan distintas, como el entretenimiento, la economía, la medicina, el aprendizaje, la agricultura, la creatividad, la atención al cliente, etc.



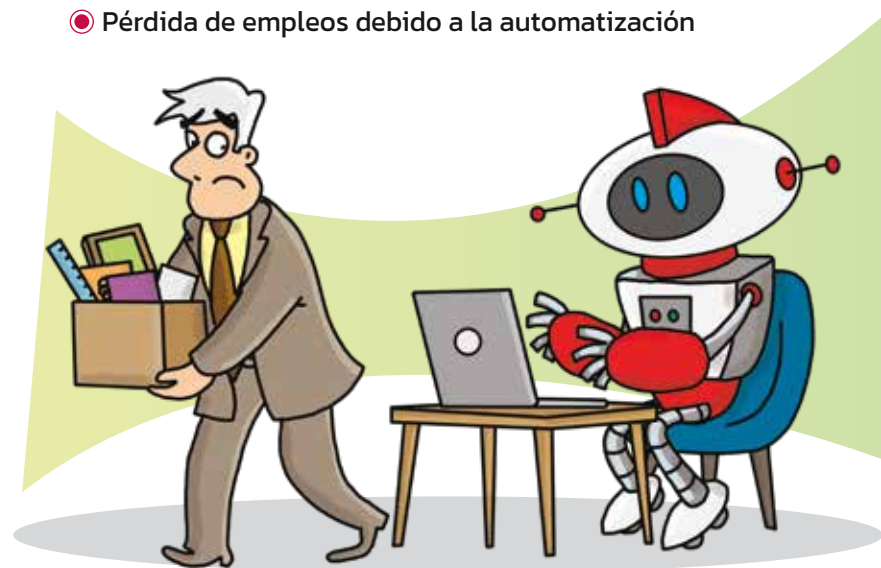
De acuerdo con Cole Stryker y Eda Kavlakoglu, en su artículo "¿Qué es la inteligencia artificial?" (2024), ésta ofrece numerosos beneficios, por ejemplo:

- Automatización de tareas repetitivas, rutinarias y a menudo tediosas
- Obtención más rápida y precisa de la información
- Mejora en la toma de decisiones (más rápidas y fiables)
- Reducción de los errores humanos
- Disponibilidad las 24 horas al día, 7 días a la semana
- Riesgos físicos reducidos en tareas peligrosas

Por otra parte, el Consejo de la Unión Europea, a través de su portal en internet, destaca la relevancia de la inteligencia artificial en la resolución de problemas globales, como la lucha contra el cambio climático o la seguridad alimentaria.

Sin embargo, así como la inteligencia artificial tiene muchas ventajas, su uso supone algunos riesgos, señalados por la Universidad Internacional de Valencia en su artículo "Inteligencia artificial, ventajas y desventajas" (2024):

- La vulneración de los derechos de imagen y datos personales
- La dificultad de la inteligencia artificial para acceder a datos actualizados
- La falta de profesionales calificados para manejarla
- No todas las empresas pueden costearla
- Una dependencia a la tecnología
- La falta de empatía y ética por parte de la inteligencia artificial
- La posibilidad de su uso para fines maliciosos
- Pérdida de empleos debido a la automatización



Si bien es cierto que la inteligencia artificial nos abre las puertas hacia una vida más sencilla, no debemos olvidar lo valioso que sigue siendo el desarrollo humano. Claro que podemos beneficiarnos de la tecnología, pero es vital que no dejemos de pensar, analizar, cuestionar y seguir mejorando nuestras habilidades.

Aplicaciones más populares

Actualmente, la inteligencia artificial ha pasado de ser un tema futurista, a convertirse en parte de nuestras vidas y es que no solo los expertos en informática, gobiernos o empresas se han beneficiado de ella.



De acuerdo con el sitio Statcounter Global Stats, una herramienta pública y gratuita, hasta el mes de junio de 2026 las siguientes aplicaciones de chatbots dominaban el mercado en México:

● ChatGPT (76.82%)

Es un chatbot conversacional (un programa que interactúa con el usuario con voz o texto), líder en el mercado y que permite generar texto e imágenes, analizar documentos y automatizar tareas.

● Gemini (12.38%)

Fue desarrollado por Google y ayuda a los usuarios a generar ideas, crear resúmenes, responder preguntas y encontrar información en las aplicaciones de Google (Workspace, Maps y YouTube).

● Copilot (6.2%)

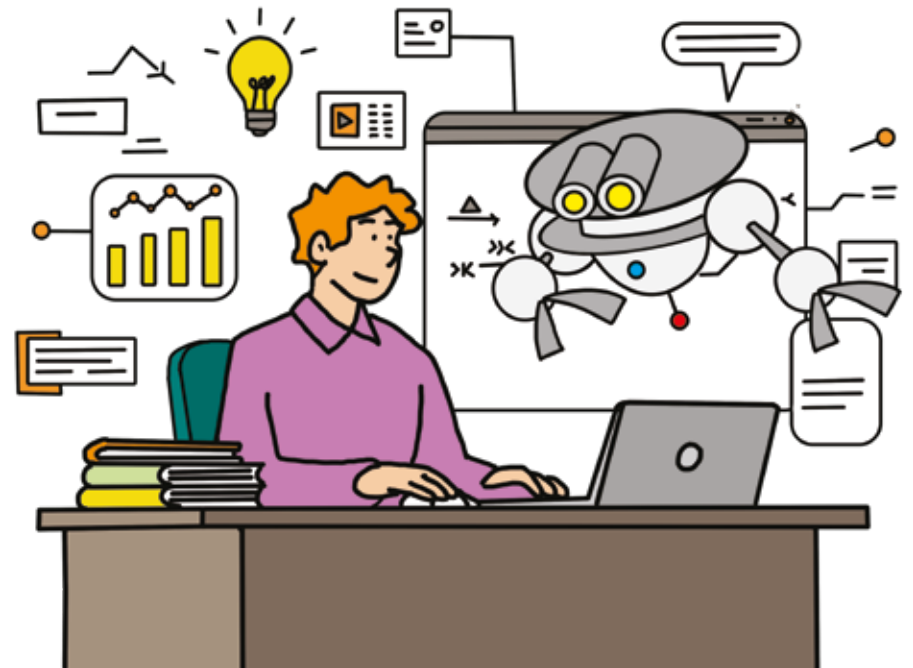
Es un asistente virtual de inteligencia artificial desarrollado por Microsoft que ayuda a chatear, buscar información y crear contenido. Se caracteriza por trabajar junto con Word, Excel, PowerPoint y Outlook para hacer tablas, informes y presentaciones.

● Perplexity (2.9%)

Según su portal de internet, Perplexity combina búsquedas en la web en tiempo real con varios modelos de inteligencia artificial líderes para ofrecer respuestas actualizadas y respaldadas por citas que es posible verificar.

● Claude (1.7%)

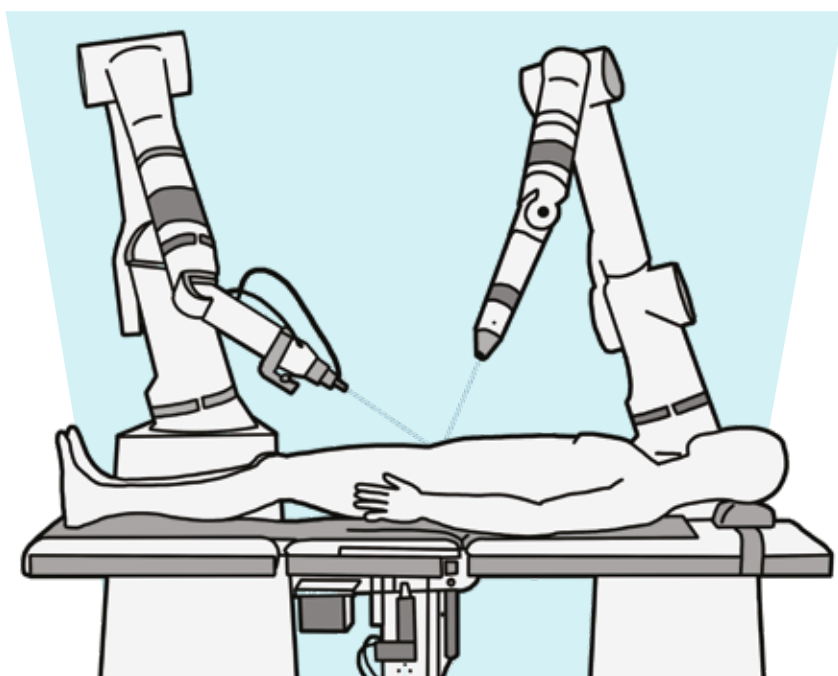
Desarrollado por la empresa Anthropic, Claude fue diseñado para competir con herramientas como ChatGPT y Gemini. Sirve para analizar textos largos, redactar contenidos de alta calidad, programar código y procesar documentos complejos, gracias a su gran capacidad de memoria de contexto.



Existen cientos de aplicaciones móviles y para computadora que utilizan la inteligencia artificial para facilitar las tareas, además de aumentar la productividad y creatividad. Sin embargo, puede ser contraproducente abusar de ellas, ya que la experiencia de aprendizaje puede verse reducida.

Inteligencia artificial y medicina

La inteligencia artificial (IA) en la medicina con sus algoritmos y aplicaciones es de ayuda para los profesionales médicos y las investigaciones científicas, dicho sistema tiene el potencial de aumentar la precisión del diagnóstico y los tratamientos médicos, así lo comenta Aldo Medina en su publicación "Inteligencia artificial y ChatGPT en medicina" (2025).



Por su parte, el médico Alfonso Morales en su publicación "IA en medicina: El nuevo factor económico en la salud" (2026), comenta que la conversación pública suele enfocarse en los aspectos más espectaculares de la inteligencia artificial en medicina, sin embargo, el verdadero impacto de esta tecnología no únicamente es clínico, ni tecnológico, es económico.

Pero, cómo es que la IA impacta de manera económica. El autor nos menciona que el primer cambio ocurre en la productividad, debido a que diferentes sistemas de IA ya realizan tareas como: Documentación clínica, clasificación de riesgo, interpretación de estudios y priorización del paciente, esto no sustituye al médico, redefine el uso de su tiempo.

Por ejemplo, un especialista que antes invertía horas de su tiempo en procesos administrativos ahora puede concentrarse en decisiones clínicas de mayor complejidad y valor agregado, implicando mayor capacidad resolutoria por profesional y mejor utilización de la infraestructura médica existente.

El segundo impacto aún más relevante es que la IA puede anticipar costos futuros, ya que permite identificar a pacientes con mayor riesgo de hospitalización, abandono terapéutico o complicaciones metabólicas, antes de que éstas ocurran, transformando la lógica tradicional de atención hacia modelos preventivos de intervención temprana.

Pero aún existen más ventajas. Dioselina Lanzagorta en su artículo "Inteligencia artificial en medicina: Presente y futuro" (2022), nos comenta las siguientes:

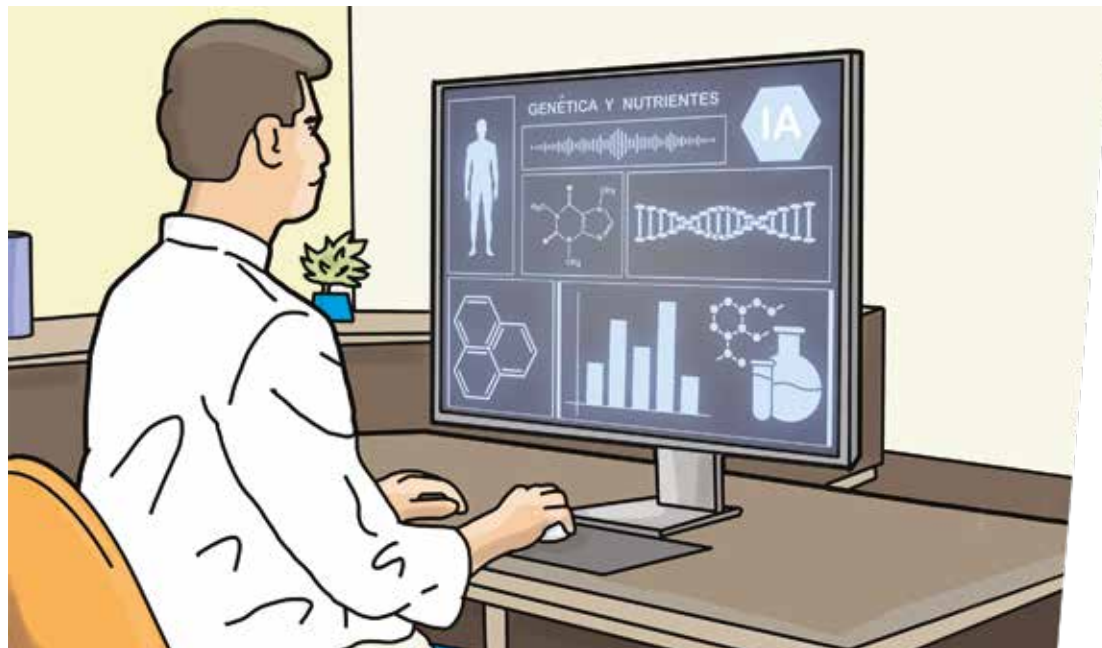
- Integración de información
- Favorecer la relación médico-paciente
- Reducción de errores médicos
- Autonomía del paciente



La atención del paciente, como la esencia de la medicina, continuará dependiendo de la interacción con él y si las actividades repetitivas son automatizadas, la relación médico-paciente se verá importantemente favorecida, aportando tiempo de calidad en los aspectos más relevantes del cuidado.

Inteligencia artificial y nutrición

La inteligencia artificial (IA) representa la inteligencia realizada por máquinas que imitan las funciones cognitivas de los seres humanos, como percibir, razonar, aprender y resolver problemas. Dr. Diego A. Bonilla, "Aplicaciones de la inteligencia artificial y dietética: Más allá de los asistentes virtuales" (2023).



La IA dejó de ser una curiosidad tecnológica para convertirse en una herramienta cotidiana dentro de la medicina y cada vez más dentro de la nutrición. No se trata de preguntarnos si la usaremos, sino de entender cómo la usaremos dentro de nuestra práctica y el desafío será cómo integrar esta herramienta sin perder los pilares que sostienen la ciencia.

En el campo de la nutrición, donde la cantidad de información disponible crece sin pausa y los métodos suelen ser diversos y variados, la IA puede ordenar, sintetizar y señalar patrones que muchas veces pasan desapercibidos. Dra. Marisa Armeno, "La inteligencia artificial en la nutrición: Oportunidades y desafíos" (2025).

Hay algoritmos que predicen respuestas glucémicas personalizadas, aplicaciones con sistemas de visión por computadora que estiman porciones, macronutrientes y calorías, a partir de fotografías de comida real o algunos modelos que mejoran la predicción de riesgo metabólico integrando biomarcadores, antropometría y estilo de vida de manera simultánea. No son proyectos futuristas, están publicados, evaluados y comienzan a trasladarse a la práctica.

La IA no va a reemplazar a los profesionales e investigadores, pero sí va a transformar la manera en que investigamos, escribimos y evaluamos la evidencia. Su utilidad dependerá de nuestro pensamiento crítico mientras lo analizamos, la herramienta puede sugerir, resumir o acelerar, pero la interpretación sigue siendo humana.

La IA puede ayudarnos a mejorar la calidad de la investigación en nutrición, producir escritos más claros y generar análisis, incluso contribuir a detectar patrones clínicos en enfermedades poco frecuentes, algo que ya se explora con historias clínicas electrónicas.



La tecnología avanza rápido, nosotros debemos avanzar con ella, pero sin perder lo esencial; la inteligencia artificial será parte del futuro de la nutrición, pero la integridad científica seguirá siendo una tarea humana.

YIF Scan de Yakult

Desde el año 1930, el Dr. Minoru Shirota hacía investigaciones con microorganismos para conocer su eficacia sobre la salud humana.

Desde su fundación, Yakult se ha dedicado constantemente a investigar el potencial de los probióticos, así lo comenta Osamu Chonan en la publicación "Actividades de investigación: Herencia y práctica del Shirotaísmo" (2020), añade que probióticos y microbiota intestinal son los temas de investigación básica y que han demostrado que las bacterias ácido-lácticas (como la que se utiliza en Yakult), brindan una variedad de beneficios.



Yakult desarrolló un sistema de análisis altamente eficiente de la microbiota intestinal, llamado YIF-SCAN (Yakult Intestinal Flora-SCAN), basado en secuencias genéticas únicas para cada especie.

Este equipo cuantifica selectivamente las bacterias, lo que permite un análisis rápido y preciso de una amplia gama de bacterias, desde las más abundantes, hasta las relativamente escasas.

El YIF-SCAN es cientos de veces más sensible que los métodos convencionales. Permite una detección altamente sensible y precisa de microorganismos viables en diversos tipos de muestras, como heces, sangre, etc. Así lo describe Hirokazu Tsuji en el artículo "Yakult Intestinal Flora-SCAN: Un novedoso método analítico independiente del cultivo para la detección de bacterias en el torrente sanguíneo" (2017).

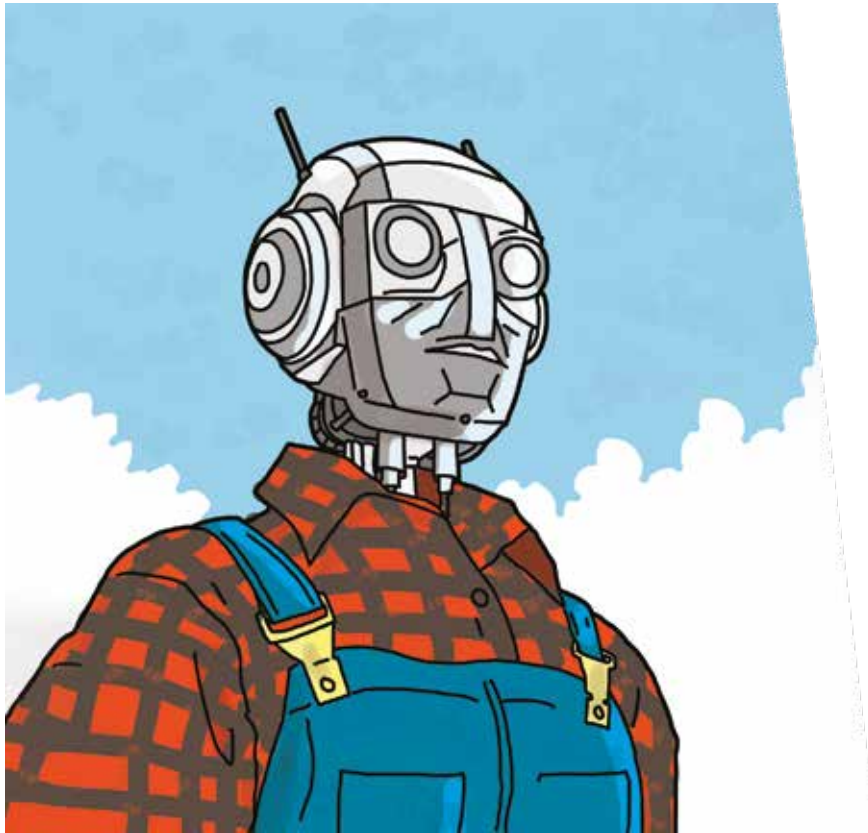
Por otro lado, el investigador Mai Niikura, en la publicación "Desarrollo de un sistema analítico rápido y sensible para *Pseudomonas aeruginosa* basado en PCR cuantitativa de transcripción inversa dirigida a moléculas de ARNr" (2021), menciona que el análisis que realiza YIF-SCAN solo requiere de seis horas para la cuantificación de bacterias y detecta únicamente bacterias vivas de las muestras, en comparación de los métodos convencionales, que puede durar de varios días a semanas.



Yakult, como empresa líder en la investigación de probióticos, está determinada a utilizar el conocimiento que ha adquirido durante todos estos años de estudio sobre la microbiota intestinal para mejorar la salud humana.

Ciencia ficción e inteligencia artificial

Lo que hoy es una realidad: Máquinas que pueden hacer desde los trabajos más peligrosos hasta las tareas más aburridas, computadoras que pueden hablar y simular emociones e incluso reemplazar a los humanos, fue algo que la ciencia ficción ya vislumbraba desde hace siglos.



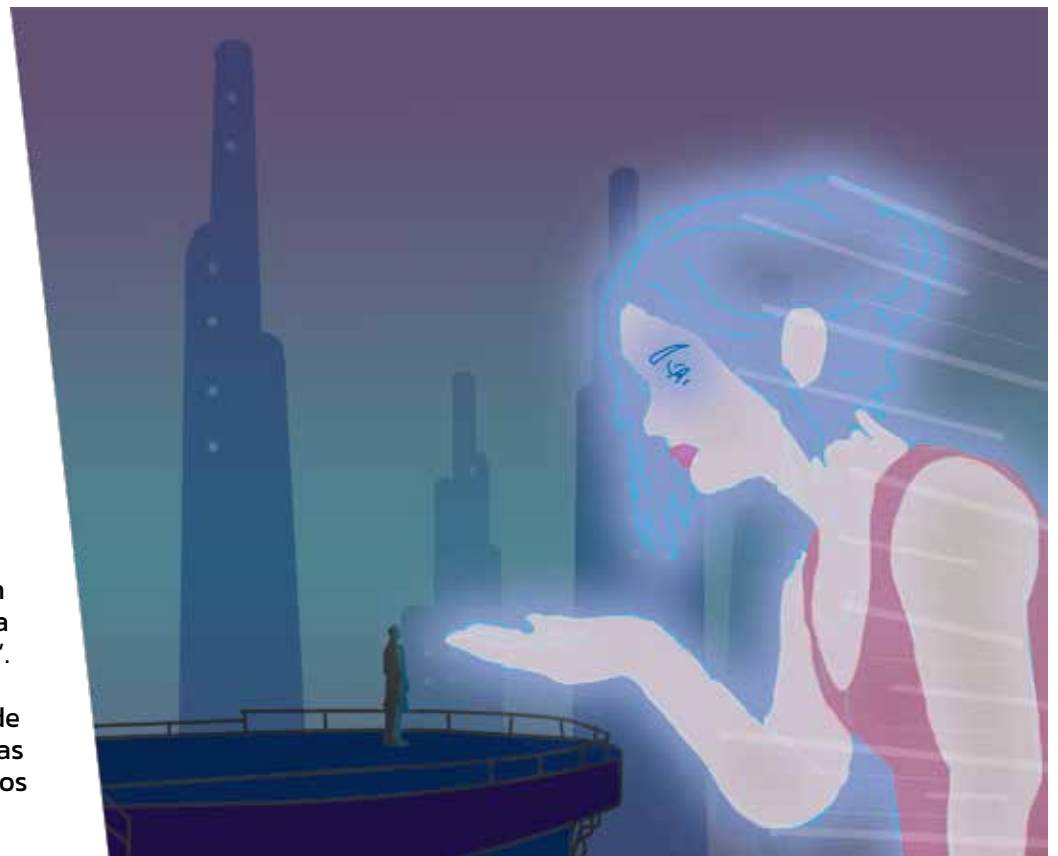
Según la Academia Mexicana de la Lengua, la ciencia ficción es un género narrativo, "caracterizado por la especulación imaginativa basada en la ciencia o desarrollos tecnológicos posibles o hipotéticos".

Agrega también que algunas de las obras que hoy se clasifican dentro de este género comenzaron a producirse en el siglo XIX, por ejemplo, las narraciones de Mary Shelley, (Frankenstein) o H. G. Wells (La guerra de los mundos).

Obviamente, el séptimo arte también se ha nutrido de la inteligencia artificial para crear historias. Santiago Morante, en su artículo "La inteligencia artificial en las películas de ciencia ficción: Un patrón recurrente de fascinación y terror" (2022), señala que existen una gran cantidad de filmes que siguen el patrón R.U.R.

R.U.R. (Robots Universales Rossum), es una obra de teatro de ciencia ficción escrita por Karel Čapek en 1920. Dicho patrón, seguido en múltiples películas como Terminator, Matrix, Tron y Yo, robot, nos habla acerca de la siguiente serie de sucesos:

1. El ser humano crea un ente autónomo.
2. Una persona o grupo le da demasiado poder a este ente.
3. Inesperadamente, el ente se desarrolla más allá de lo que esperaban sus creadores.
4. El ente decide que el ser humano es un obstáculo y tiene que eliminarlo.
5. Inicia una lucha entre las máquinas y el humano.



¿Llegará el día en que la inteligencia artificial sea una amenaza para la humanidad? Más allá de la ciencia ficción, quizás el verdadero riesgo sea que dependamos demasiado de ella y veamos estancado nuestro desarrollo humano.

Los probióticos pueden ayudar a:



Exclusivo de la marca **Yakult**



Mejorar la digestión

Para el organismo es muy importante la digestión, al igual que los procesos de alimentación y absorción, que son complementarias. Ya que los alimentos que ingresan al cuerpo tienen que ser triturados y disueltos a sus moléculas más pequeñas para después ser llevadas al torrente sanguíneo y ser aprovechadas por el cuerpo. Para todo ello el cuerpo utiliza la masticación, así como los procesos del estómago e intestino.

Los **probióticos ayudan en la salud intestinal**, ya que promueven la mejora de las mucosas, necesarias para un adecuado proceso digestivo de los alimentos.

Síguenos en nuestras redes sociales



Uso de la inteligencia artificial para el estudio de la microbiota intestinal



Aunque nuestras manos parezcan limpias, pueden tener millones de bacterias causantes de enfermedades.

Te invitamos a descubrir si tu lavado de manos es correcto a través de una divertida dinámica en el salón de clases.

Escríbenos para pedir más información:



¿Te gustaría recibir tu revista **Familia Yakult** cada mes directamente en tu correo electrónico?

Solo tienes que suscribirte a nuestro Newsletter:



Te invitamos a separar correctamente los residuos



Sigue estos pasos

1

Consume el PRODUCTO



2

Lava el FRASCO y la TAPA con poca agua y deja que se sequen



3

Deposita el FRASCO y la TAPA en algún bote o bolsa

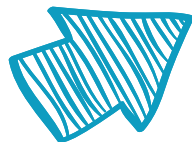




Crucigrama numérico

Yakuamigo, te invitamos a encontrar las siguientes cifras de números en esta sopa de letras:

- 05689
- 13468
- 21548
- 32549
- 45127
- 54217
- 65328
- 78451
- 87541
- 98652



1	2	5	6	8	9	2	1	7	9
0	8	4	5	7	8	5	4	3	8
5	5	2	3	5	6	3	5	2	6
6	4	3	2	4	5	8	7	5	5
8	2	7	8	9	1	6	8	4	3
0	1	7	2	1	5	4	7	9	7
5	7	8	4	5	1	3	8	8	8
6	4	3	8	4	5	1	2	7	4
8	5	0	5	6	8	9	4	5	7
4	5	1	2	8	8	0	1	2	1



El *Lactobacillus casei* Shirota

es considerado un probiótico

Exclusivo de la marca **Yakult**



No olvides en esta temporada vacacional ofrecer a tus hijos alimentos ricos en fibra, como frutas y verduras, además de probióticos, como el *Lactobacillus casei* Shirota, para que su sistema digestivo trabaje con normalidad y prevenir molestias intestinales.



En la compra de \$120.00 de productos de la marca Yakult, solicite en el canal de Venta Domicilio un cupón individual para disfrutar en Selva Mágica.

Vigencia al 31 de agosto del 2026

