



¿Tiene la Inteligencia Artificial (IA) cabida dentro de la psiquiatría y el cuidado de la salud mental?

Auge de la Inteligencia Artificial (IA)

La inteligencia artificial es una tecnología que permite que las máquinas realicen funciones avanzadas imitando, en cierta medida, la inteligencia humana. Dentro de ella, el machine learning (aprendizaje automático) hace posible que los sistemas aprendan de los datos y mejoren con la experiencia, sin necesidad de ser programados para cada tarea.

Estas tecnologías son capaces de analizar grandes cantidades de información en poco tiempo, ayudándonos a resolver problemas e incluso a apoyar el diagnóstico de enfermedades.

Hoy en día, su uso está muy extendido: muchas personas recurren a la IA para resolver dudas, generar imágenes o planificar proyectos. Esto puede ayudarnos a ahorrar tiempo y esfuerzo, además de ofrecer perspectivas diferentes.

Pero más allá de su aplicación cotidiana, la inteligencia artificial presenta un enorme potencial en ámbitos como la medicina.

La IA en el ámbito médico

Aunque su uso aún no es generalizado, la IA ya ayuda a procesar datos médicos, ofrecer información útil a los profesionales sanitarios y apoyar la investigación.

También resulta valiosa para analizar imágenes o pruebas diagnósticas, facilitando la toma de decisiones clínicas.

Dada la cantidad de datos que puede manejar, la IA puede ayudar en diagnósticos diferenciales y en la búsqueda de la mejor solución para cada paciente, reduciendo la

posibilidad de error. Además, su implementación podría contribuir a optimizar recursos y reducir costes sanitarios.

Por todo ello, no cabe duda de que la IA formará parte fundamental de los sistemas de salud digitales del futuro.

La aplicación de la IA en salud mental

En psiquiatría, el uso de la inteligencia artificial presenta tanto oportunidades como desafíos. Las enfermedades mentales requieren una valoración integral —biológica, psicológica y social— y dependen en gran medida de una comprensión subjetiva del paciente.

El vínculo terapéutico y la confianza entre profesional y paciente son esenciales en este ámbito, y es difícil imaginar un lazo similar con un interlocutor no humano.

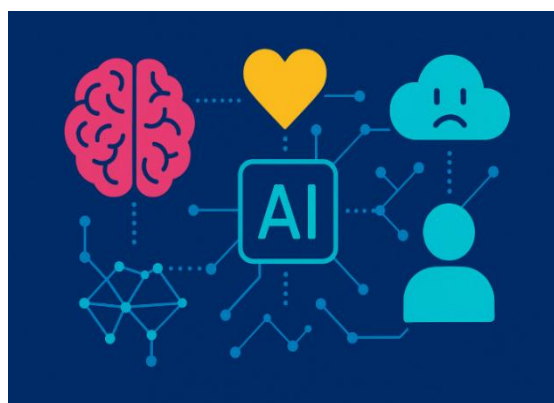
Aun así, la IA tiene un potencial importante en salud mental. Puede resultar útil para desarrollar herramientas de screening prediagnóstico y para evaluar el riesgo de aparición de distintos trastornos.

Por ejemplo, ya se ha demostrado que la IA puede ayudar a identificar trastornos afectivos como la depresión mediante el análisis de electroencefalogramas. El machine learning ha mostrado utilidad para diferenciar pacientes con trastornos afectivos o psicóticos de personas sanas, y también se ha aplicado en

el estudio del TDAH en población infantil y juvenil.

Además del diagnóstico, la IA puede ser de ayuda en el apoyo terapéutico. Existen aplicaciones, como Tess o Woebot, basadas en terapia cognitivo-conductual, que ofrecen acompañamiento mediante conversaciones escritas y ayudan a identificar y gestionar emociones. Se ha comprobado que reducen síntomas ansiosos y depresivos.

También hay estudios que exploran el uso de terapias basadas en realidad virtual para mejorar la adherencia al tratamiento y aliviar síntomas psicóticos, depresivos o ansiosos, así como para potenciar la calidad de vida.



En población infantil, la terapia con robots ha mostrado resultados prometedores en niños con trastorno del espectro autista, favoreciendo la empatía, el reconocimiento facial, el lenguaje espontáneo y las habilidades sociales.

Asimismo, la IA podría ofrecer apoyo complementario en la atención a pacientes psicogerítricos, con trastornos del sueño o con problemas de adicción.

Dificultades y límites de la IA en salud mental

Pese a su potencial, la aplicación de la inteligencia artificial en salud mental sigue siendo compleja. La entrevista psiquiátrica requiere observación del comportamiento, lenguaje no verbal, empatía y

compasión: aspectos profundamente humanos que la IA no puede replicar.

El paciente necesita sentirse comprendido, acompañado y validado en su sufrimiento. Ese vínculo terapéutico es el núcleo de la relación en psiquiatría y no puede sustituirse por un algoritmo.

Por otro lado, la seguridad y privacidad de los datos son cuestiones cruciales. La información recogida por sistemas de IA puede almacenarse en servidores externos, lo que implica riesgos si se produjeran filtraciones o accesos no autorizados. En psiquiatría, donde se manejan experiencias personales e íntimas, esta cuestión adquiere una importancia especial.

En resumen, la IA tiene un enorme potencial como herramienta de apoyo, análisis y evaluación en salud mental, pero todavía necesita más desarrollo, regulación y tiempo para definir claramente sus límites y su uso ético.



AUTORA

Dra. Sandra Bravo Herrero

Psiquiatra

Equipo Clínico | **Atam**