

MITOS Y REPRESENTACIONES DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Editores

Gastón Becerra | Joaquín Mezzadra | Guillermo Movia



“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Consuelo exprés: IA, pseudociencias y el rechazo al dolor

Karina Núñez

IA, pseudociencias y la búsqueda urgente de alivio

“¿Y vos qué pensás? Porque yo ya le pregunté a la IA, y también la hice constelar”. Escucho esta frase con frecuencia en mi consultorio de psicología. Viene de pacientes que llegan atravesados por el dolor, el desborde, la urgencia, pero también por un sistema de consumo emocional que ofrece respuestas rápidas, sin demasiada elaboración. Chatbots, biodecodificadores, tarot terapéutico, consteladores, aplicaciones con afirmaciones diarias: todos compiten en el mercado del alivio. Un mercado que promete soluciones sin conflicto, sin historia y sin poner el cuerpo.

No se trata de demonizar herramientas ni subestimar a quienes las usan. Al contrario: si cada vez más personas eligen conversar con una máquina o entregarse a rituales mágicos antes que enfrentar un proceso psicoterapéutico, tal vez sea momento de preguntarnos por qué. ¿Qué hay en nuestro quehacer profesional que a veces resulta tan ajeno, inaccesible o temido?

La respuesta puede estar en el modo en que hoy vivimos el malestar. Como señala Han (2012), vivimos en una sociedad que rechaza todo lo que implique negatividad: el dolor, la espera, el silencio. Una sociedad que convierte incluso el sufrimiento en un problema de rendimiento. Así, se busca “gestionar” el padecimiento emocional como quien organiza una agenda: rápido, limpio y sin fisuras.

La inteligencia artificial entra en escena como parte de esa lógica. No porque tenga voluntad de hacerlo, sino porque se ofrece como lo que muchos necesitan: un interlocutor disponible, que no juzga, que responde al instante, que no interpela. Que da lo que se busca: consuelo inmediato. No cuestiona, no profundiza, no abre preguntas. En ese sentido, funciona como otras prácticas que hoy se presentan como terapéuticas sin serlo: constelaciones familiares, biodecodificación, coaching emocional sin formación clínica. Todas prometen lo mismo: alivio sin elaboración.

Y, sin embargo, la terapia es otra cosa. Es vínculo, proceso, tiempo. Es dolor que habla y espera ser escuchado, no silenciado. No siempre se sale mejor de la sesión. A veces se sale con más preguntas que respuestas. Por eso es tan difícil sostenerla en un mundo que exige productividad emocional.

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Consuelo exprés: IA, pseudociencias y el rechazo al dolor

¿Qué nos dice este mito sobre nuestra época ... y sobre nosotros?

No estamos solo ante una innovación tecnológica. Estamos ante una época que no tolera el dolor. Una época que convirtió el malestar en falla, el síntoma en obstáculo, y la angustia en error de funcionamiento. Lo emocional se volvió un problema a resolver con velocidad, eficiencia y resultados visibles. En ese clima, la IA aparece como un salvavidas emocional instantáneo: disponible 24/7, sin silencios incómodos, sin juicio y sin espera.

Pero el éxito de este mito también nos involucra. Porque muchos pacientes no huyen solo de la incomodidad de una sesión. Huyen del proceso. De lo que duele cuando se abre lo que estaba cerrado. De lo que implica sostener el tiempo de una pregunta sin respuesta. Y en esa huida muchos terminan recurriendo a las pseudociencias, a los discursos mágicos, a la palabra inmediata de una app. No porque esos espacios puedan realmente alojar el dolor, sino porque logran disfrazarlo de alivio. Quizá, en parte, porque desde nuestra práctica como psicólogos no siempre logramos hacer visible algo esencial: que el malestar no se elimina con respuestas, sino que se transforma en el marco de un vínculo, de un proceso, de una escucha que no busca tapar, sino comprender.

El mito de que la IA puede reemplazarnos no solo se alimenta de fantasías tecnológicas. Se sostiene también en una realidad incómoda: a veces, no logramos mostrar que lo que hacemos tiene sentido. Que vale la pena quedarse. Que atravesar el malestar con otro humano es distinto, aunque sea más difícil.

Entre el coaching cuántico y la IA: el mercado del consuelo

Vivimos en una época que convirtió el malestar en mercancía. Hay una oferta emocional para cada angustia, una promesa de sanación para cada dolor, una respuesta rápida para cada pregunta existencial.

El mercado se adaptó con velocidad. Constelaciones familiares, biodecodificación, registros akáshicos, reiki, tarot terapéutico... y ahora también inteligencia artificial. Todos forman parte de una nueva economía del consuelo.

Este tipo de dispositivos, humanos o digitales, responden a una lógica común: aliviar sin interpelar, acompañar sin implicarse, prometer sin sostener. Son tecnologías emocionales de bajo costo simbólico. No demandan vínculo, ni historia, ni tiempo. Y eso, en una sociedad que todo lo quiere ya, se vuelve una oferta irresistible.

Pero hay algo más, y mucho más grave: muchas de estas propuestas se disfrazan de terapéuticas sin serlo. Se apropian del lenguaje de la psicología, hablan de trauma, de vínculo, de emociones, pero sin encuadre, sin ética profesional y sin responsabilidad clínica. Y la IA entra en la misma lógica porque responde como si supiera, replica lo que encuentra y ajusta su discurso a la demanda. La pregunta es: ¿quién se hace cargo si el consejo que daña más de lo que ayuda?

En este escenario, la subjetividad se trata como un dato que puede procesarse y corregirse. La angustia se vuelve un mal funcionamiento. Y el vínculo terapéutico se degrada a una interacción funcional. La IA y las pseudociencias no inventaron esto, solo vinieron a ocupar un lugar que el mercado dejó disponible.

IA: espejo programado de lo que somos

La inteligencia artificial no es una conciencia nueva, ni una voz neutral. Es un sistema entrenado con nuestros propios discursos. Aprende de lo que circula en internet, de lo que decimos, buscamos, escribimos. Reproduce patrones de lenguaje, conductas y respuestas que encuentra en su base de datos. No es objetiva. Está programada, configurada y ajustada a lo que ya existe.

Por eso, la IA no crea verdaderas novedades. Refleja la sociedad que la alimenta. Si lo que predomina es el ideal de éxito, la evasión del dolor, el mandato de felicidad, eso es lo que va a devolver. Su eficacia no está en que piense por nosotros, sino en que reproduce con velocidad y precisión lo que solemos pensar. Incluso cuando eso incluye sesgos, estigmas o respuestas simplificadas.

En ese punto, la IA y las pseudociencias no están tan lejos. Ambas funcionan como respuestas culturalmente aceptadas a un mismo problema: el sufrimiento psíquico. Ambas prometen consuelo. Una lo hace con datos y lenguaje técnico; la otra, con espiritualidad de diseño. Pero en el fondo, ambas ofrecen lo mismo: la posibilidad de evitar el proceso doloroso de preguntarse.

Ni la IA ni las prácticas pseudoterapéuticas se proponen elaborar. Se proponen calmar. Y en esa calma, muchas veces, lo que se pierde es la oportunidad de comprender qué duele y por qué. Como espejos, solo nos muestran lo que queremos ver.

La clínica como espacio de elaboración, no de soluciones

Frente a este paisaje de soluciones expés y promesas mágicas, la clínica psicológica se vuelve casi contracultural. No porque se niegue al cambio o a la tecnología, sino porque propone otra lógica: la del tiempo, el vínculo y la pregunta.

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Consuelo exprés: IA, pseudociencias y el rechazo al dolor

En un mundo que exige respuestas inmediatas, la psicoterapia trabaja con preguntas que se abren, con silencios que se habitan, con dolores que se elaboran.

El proceso terapéutico no es cómodo. No vende resultados garantizados. No busca hacer sentir bien de inmediato, sino entender qué es lo que duele, por qué duele y qué historia lo sostiene. En ese sentido, es una práctica incómoda en una cultura que todo lo convierte en producto. Es, en muchos casos, un espacio de resistencia frente a la lógica de la inmediatez emocional.

Y acá la IA no puede competir, ni tampoco debería. Porque no se trata de quién da la mejor respuesta, sino de quién puede sostener una pregunta sin necesidad de resolverla. De quién puede estar presente cuando lo que aparece no es claro ni lineal. De quién puede mirar a otro a los ojos y decir: “No sé todavía, pero vamos a pensarlo juntos”.

Esa es la diferencia entre acompañar y automatizar. Entre el vínculo y la función. Entre el síntoma que se quiere entender y el que se quiere eliminar. Esa es, también, la diferencia entre la clínica y el algoritmo.

¿Por qué buscan en otro lado?

No se trata solo de que la IA no puede reemplazarnos. Eso ya lo sabemos. El punto es otro, más incómodo, más urgente: ¿por qué tantas personas buscan en otro lado lo que podríamos ofrecer nosotros? ¿Por qué la promesa de una app, de un oráculo moderno, de una voz programada, resulta más accesible que el encuentro humano?

Quizás no alcanza con decir que la IA no duda, no desea o no se interroga. No hay sujeto detrás. Tal vez nos toca revisar también cómo se presenta nuestra práctica, cómo la comunicamos, cómo sostenemos, o no, los espacios de cuidado subjetivo. Tal vez algo se ha vaciado en el discurso profesional, en la forma en que nos vinculamos con quienes buscan ayuda, en la manera en que el sistema mismo presiona para que seamos técnicos de la conducta y no acompañantes del sufrimiento.

Este mito no solo refleja una ilusión tecnológica. También expone nuestras fallas como colectivo profesional. La desconfianza hacia la psicología no surgió con ChatGPT. Hace años que el mercado emocional fue colonizado por discursos fáciles, rápidos, prometedores.

Y hace años que una parte del campo profesional se mantiene en silencio. O se repliega. O cierra sus puertas al debate.

Por eso, más que refutar el mito, lo que necesitamos es recuperar el sentido de lo que hacemos. Volver a hablar de lo que implica un proceso terapéutico.

Reivindicar la escucha, el tiempo, el vínculo. Y hacerlo con claridad, con humildad y con una pregunta siempre abierta: ¿cómo podemos volver a ser elegidos como ese otro con quien vale la pena atravesar el malestar?

¿Y qué pasa con la formación del psicólogo?

En este contexto, no podemos dejar de preguntarnos qué está pasando con la formación de los futuros psicólogos. ¿Qué lugar se les da en la universidad a las herramientas tecnológicas? ¿Cómo se enseña, si es que se enseña, a posicionarse frente a lo que circula afuera del consultorio, donde el malestar se vuelve contenido viral, consejo de *influencer* o dato que devuelve una IA?

Como psicóloga y docente universitaria, uso herramientas de IA todos los días: para preparar clases, pensar consignas, acompañar prácticas, revisar trabajos. No porque crea que la tecnología reemplaza lo que hacemos, sino porque estoy convencida de que tenemos que enseñar a los futuros profesionales a pensar con ella, no a temerle ni a entregarse sin reflexión.

Formar psicólogos hoy exige mucho más que transmitir teorías. Requiere enseñar a leer la época, a habitar el malestar sin tapanlo, a construir vínculo en tiempos de fragmentación, y también a pensar críticamente la tecnología, no desde el rechazo, sino desde la apropiación ética. Porque si los pacientes ya conversan con una IA, más vale que quienes los escuchen sepan de qué se trata.

Y no se trata solo de incluir contenidos sobre IA o pseudociencias en una materia optativa. Se trata de preparar profesionales que puedan leer los nuevos lenguajes del sufrimiento, que comprendan por qué alguien prefiere constelar antes que hablar, o confiar en una app antes que exponerse al juicio de otro humano. Solo desde ahí podremos recuperar sentido, confianza y presencia.

Formar psicólogos hoy también implica habilitar herramientas, como la misma IA, para pensar, organizar, escribir y crear. Porque usar estas tecnologías no es peligroso si sabemos desde dónde y para qué lo hacemos. El problema no es la herramienta, sino su uso sin pensamiento. Por eso, tal vez el mayor desafío de la formación actual sea este: seguir formando subjetividad en tiempos de automatización emocional.

Para la escritura de este artículo usé herramientas de inteligencia artificial generativa como ChatGPT. No como oráculo ni como sustituto del pensamiento, sino como interlocutor de una conversación interna. Le pedí ayuda para organizar ideas, probar formulaciones, encontrar sinónimos, afinar párrafos. En ningún

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Consuelo expresó: IA, pseudociencias y el rechazo al dolor

momento sentí que podía delegar en la máquina lo que solo puedo hacer como psicóloga: pensar, elegir y responsabilizarme de lo que escribo.

El uso de IA en este trabajo fue valioso, pero también revelador. Porque incluso cuando acierta con un concepto, su tono es plano, previsible y sin matices. Es como una superficie pulida que nunca se agrieta. Sirve para ordenar, pero no para conmover. Para acelerar, pero no para detenerse. Y ahí entendí algo clave: la IA puede ayudarme a escribir, pero no puede escribir desde mí.

También me llamó la atención cómo responde a preguntas clínicas. Siempre desde el sentido común, desde una idea general del bienestar. Nunca desde el conflicto, la contradicción o el síntoma. No puede captar lo que no está dicho. No puede sostener el silencio. No puede mirar al otro y preguntarse qué hacer con eso que se está jugando en el vínculo.

Usar IA para escribir este artículo me sirvió para confirmar que, lejos de reemplazarme, es una herramienta que necesita ser ubicada. Que puede ser útil si no se le entrega el lugar del sujeto, si no se la deja ocupar el espacio de la palabra. Y también me dejó pensando: ¿qué tanto buscamos respuestas rápidas, incluso los que decimos cuestionarlas, cuando algo nos incomoda?

Referencias

Han, B. C. (2012). *La sociedad del cansancio*. 2º edición. Herder Editorial.