

# MITOS Y REPRESENTACIONES DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Editores

**Gastón Becerra | Joaquín Mezzadra | Guillermo Movia**



# ¿Es posible hacer psicoterapia con IA? Mitos y realidades en salud mental

Paula Putallaz y Carina Oviedo

## ¿La IA puede reemplazar al psicólogo?

En el presente artículo se aborda críticamente el mito contemporáneo de que la inteligencia artificial (IA) reemplazará la empatía humana en el ámbito de la salud mental. Se exploran sus orígenes, las construcciones culturales que lo respaldan y las figuras públicas que lo han promovido o debatido. A través de un análisis exhaustivo, se desentrañan las simplificaciones y dualismos inherentes a este mito, además de examinar conceptos abstractos como la inteligencia y la objetividad, proponiendo definiciones precisas que faciliten una comprensión más matizada de la problemática.

Por otro lado, analizamos los actores y procesos sociales involucrados, el contexto de referencia, los mandatos de acción y las ideologías subyacentes. Finalmente, adoptamos un enfoque psicosociológico para entender cómo este mito refleja y moldea nuestra sociedad, presentando datos y conclusiones que, a su vez, dan lugar a nuevas interrogantes derivadas de esta discusión.

El mito de que la IA suplantaré a la empatía humana en el ámbito de la salud mental ha cobrado una notable relevancia en el debate público entre los diferentes sectores involucrados, generando diferentes opiniones. Una de ellas es el temor, el cual no es infundado, sino que creemos se nutre de una intersección de factores tecnológicos, culturales y sociales. La IA, con sus avances exponenciales en procesamiento de lenguaje natural y aprendizaje automático, ha demostrado capacidades impresionantes en áreas que antes se consideraban exclusivamente humanas, como el reconocimiento de patrones en el habla o la identificación de emociones a través de expresiones faciales (Russell y Norvig, 2010). Esta rápida evolución tecnológica genera una mezcla de asombro y aprensión en la sociedad.

El mito encuentra sus raíces en la narrativa cultural de la automatización y el reemplazo. Desde la revolución industrial, la humanidad ha sido testigo de cómo las máquinas han asumido tareas que antes requerían esfuerzo humano, generando una preocupación recurrente sobre la pérdida de empleos y, en este caso particular, la deshumanización de profesiones que dependen intrínsecamente de la interacción personal. En el imaginario colectivo, la imagen de un robot o un algoritmo frío y calculador asumiendo el rol de un terapeuta evoca una sensación de desolación y pérdida de la conexión humana esencial para el bienestar emocional.

De este modo, creemos que en el imaginario popular se sostiene que la tecnología es inherentemente fría y desapasionada, en contraste con la calidez y complejidad de las emociones humanas. Esta dicotomía arraigada en el sentido común alimenta la idea de que lo tecnológico y lo humano son fuerzas opuestas, incapaces de coexistir armoniosamente, especialmente en dominios tan delicados como la salud mental.

La voz a este mito le es dada por una diversidad de figuras públicas. En los últimos tiempos, hemos visto a expertos en ética, filósofos, e incluso líderes tecnológicos expresando preocupaciones sobre los límites de la IA y su impacto en la sociedad, incluyendo el riesgo de deshumanización. Si bien los argumentos suelen ser más complejos y matizados, los titulares de prensa y la opinión pública a menudo simplifican estas advertencias, alimentando el temor de que la IA pueda, en efecto, sustituir componentes esenciales de la interacción humana (Bostrom, 2014).

Por otro lado, consideramos oportuno resaltar que también existen figuras que discuten el mito, destacando el potencial complementario de la IA en la salud mental, como veremos más adelante.

## Las dimensiones en disputa

En última instancia, el mito de que la IA reemplazará la empatía humana en salud mental discute no solo la capacidad técnica de las máquinas, sino también la esencia misma de lo que significa ser humano y qué valor intrínseco tiene la conexión emocional. Este mito bloquea una discusión mucho más rica y productiva sobre cómo la IA puede complementar y mejorar la provisión de servicios de salud mental, en lugar de simplemente sustituirlos. Al centrarse en un dualismo simplista, IA vs. empatía humana, tecnología vs. humanidad, se desvía la atención de los desafíos reales y las oportunidades complejas que presenta la integración de la IA en este campo.

El mito parece plantear una tensión binaria entre dos ideas contrarias: un optimismo tecnológico desmedido que promete soluciones automatizadas para todos los problemas versus un pesimismo catastrófico que predice la deshumanización y el colapso de la interacción personal. Esta simplificación, estimamos, ignora la vasta gama de posibilidades intermedias y el rol de los seres humanos en el diseño, implementación y supervisión de sistemas de IA.

La pregunta que nos surge no es si la IA reemplazará a los terapeutas, sino cómo la IA puede ser una herramienta para apoyar a los profesionales de la salud mental, expandir el acceso a la atención y personalizar las intervenciones.

En consecuencia, nuevas preguntas nos planteamos si relativizamos este mito: ¿cómo podemos diseñar sistemas de IA que potencien la empatía humana en lugar

de anularla? ¿Qué aspectos de la empatía son "computables" y cuáles son intrínsecamente humanos y no replicables? ¿Cómo podemos garantizar la ética y la privacidad en el uso de la IA en contextos terapéuticos? ¿Cuál es el rol de la formación y la educación para que los profesionales de la salud mental puedan integrar eficazmente estas tecnologías?

El mito involucra conceptos abstractos cuyo significado es multifacético. La inteligencia de la IA a menudo se equipara erróneamente con la inteligencia humana y la objetividad de la IA se presenta como un contraste a la subjetividad humana, pero esta supuesta objetividad puede enmascarar sesgos algorítmicos si los datos de entrenamiento no son representativos (Noble, 2018). La revolución de la IA se percibe como un evento disruptivo que anula el pasado, en lugar de un proceso evolutivo donde las nuevas tecnologías se integran en estructuras existentes.

Consideramos fundamental definir qué entendemos por empatía en el contexto de la IA: ¿es la capacidad de reconocer y responder a las emociones, o la capacidad de comprender y compartir el estado emocional de otro a un nivel profundo y consciente? Las dimensiones de estos conceptos son variadas y su debate es fundamental para una comprensión crítica del mito.

El mito de la IA reemplazando la empatía en salud mental advertimos que no es un fenómeno aislado; por el contrario, implica a diversos actores y procesos sociales, y su comprensión exige una mirada atenta a los contextos en los que se reproduce.

En primer lugar, los actores principales son los desarrolladores de IA, los profesionales de la salud mental, los pacientes y sus familias, los medios de comunicación y los responsables de políticas públicas. Cada uno de estos grupos tiene intereses y perspectivas distintas que modelan la difusión y la interpretación del mito.

Este mito parece hacer referencia primordialmente al contexto de las sociedades tecnológicamente avanzadas, donde la digitalización y la automatización son omnipresentes. En estos entornos, la eficiencia y la escalabilidad de las soluciones tecnológicas son altamente valoradas, lo que puede llevar a idealizar la IA como una panacea para los problemas de acceso a la salud mental.

Sin embargo, si este mito se lleva a otro contexto, por ejemplo, a comunidades con acceso limitado a la tecnología o donde la confianza en las relaciones interpersonales es culturalmente más fuerte, su resonancia y sus implicaciones serían radicalmente diferentes. En tales contextos, la idea de un terapeuta IA podría ser vista con escepticismo, o incluso como una imposición externa que deshumaniza aún más un servicio ya distante.

De este mito se desprenden mandatos o recomendaciones para la acción. Para los desarrolladores de IA, el mandato implícito es seguir empujando los límites de la tecnología para hacerla cada vez más humana o empática, a menudo sin una

reflexión profunda sobre las implicaciones éticas y sociales. Para los profesionales de la salud mental, el mito puede generar miedo a la obsolescencia o, por el contrario, una resistencia ante cualquier tipo de innovación tecnológica. Para los pacientes, puede sembrar desconfianza hacia la atención asistida por IA, o una expectativa irreal de una solución tecnológica perfecta a sus problemas emocionales. Los responsables de políticas se ven presionados a legislar sobre un terreno poco explorado, a menudo con un conocimiento limitado de las complejidades de la IA y la salud mental.

El mito supone ideologías y cosmovisiones específicas. En su base, subyace una ideología tecnocientífica que valora la eficiencia, la racionalidad y la cuantificación por encima de otras formas de conocimiento y relación. También se observa una cosmovisión individualista, donde los problemas de salud mental son vistos como fallas individuales que pueden ser arregladas por una intervención tecnológica, minimizando el impacto de los determinantes sociales. Si todos creyéramos ciegamente en este mito, la sociedad podría inclinarse hacia soluciones despersonalizadas, privilegiando la cantidad sobre la calidad en la atención, y desvalorizando el rol insustituible de la interacción humana profunda. Por el contrario, si todos pensáramos en su contra de manera acrítica, se podría obstaculizar el progreso y el potencial de la IA para complementar y mejorar significativamente la atención en salud mental, dejando de lado herramientas valiosas que podrían beneficiar a millones de personas.

## **La sociedad en el reflejo del mito**

Desde una perspectiva sociológica, el mito de que la IA reemplazará la empatía humana en salud mental nos habla de una sociedad en constante redefinición de sus límites entre lo humano y lo tecnológico, y de la creciente racionalización de sus instituciones. Conceptos como la racionalización de Max Weber (1978), que describe la tendencia de las sociedades modernas a organizar la vida social en torno a la eficiencia, el cálculo y el control, son particularmente relevantes. La búsqueda de soluciones de IA en salud mental puede ser vista como una extensión de esta racionalización, donde la empatía, un atributo humano complejo e ineficiente en términos burocráticos, es percibida como un obstáculo a superar o un proceso a optimizar.

Nuestra imaginación sociológica (Mills, 1959) nos permite conectar las ansiedades individuales sobre la IA con problemas públicos más amplios. A nivel personal, la preocupación por ser reemplazado refleja el temor a la irrelevancia en un mercado laboral cada vez más automatizado. Pero elevando esto a un orden social más amplio, vemos que el mito se inserta en un debate sobre el futuro del

trabajo, la naturaleza de las profesiones de cuidado y el valor de las cualidades humanas en una economía postindustrial. No es solo un temor a la máquina, sino a una sociedad donde la conexión humana profunda es infravalorada o mercantilizada.

El mito también nos revela cómo ciertos aspectos de la sociedad se dan por naturales (Marqués, 1981). Se naturaliza la idea de que la tecnología es un motor imparable de progreso que debe ser adoptado sin cuestionamientos, o por el contrario, que es una fuerza inherentemente deshumanizadora. Se da por natural que la eficiencia tecnológica sea el valor supremo, incluso en un campo tan delicado como la salud mental. Lo que se ignora es que la tecnología es una construcción social, moldeada por decisiones humanas, valores y estructuras de poder. La empatía, por su parte, se naturaliza como algo innato e inmutable, sin reconocer su dimensión cultural y su capacidad de ser cultivada y aprendida.

¿Cómo sería una sociedad distinta y qué pasaría con el mito allí? En una sociedad que prioriza el bienestar humano y la equidad por encima de la eficiencia a ultranza, la IA en salud mental sería concebida como una herramienta para empoderar a los profesionales y expandir el acceso, no para reemplazarlos. Se fomentaría el diseño de sistemas de IA que actúen como compañeros aumentados para los terapeutas, facilitando tareas administrativas, proporcionando información relevante o ayudando en la detección temprana de patrones, liberando así tiempo para la conexión empática.

En tal escenario, el mito se desvanece, dando paso a un enfoque más matizado y colaborativo, donde la IA y la empatía humana son vistas como complementarias y no como opuestas. La discusión se centraría en cómo la IA puede aumentar la empatía humana y la capacidad de cuidado, en lugar de intentar replicarla imperfectamente.

## **Fortalezas y limitaciones de la IA en salud mental**

Para confirmar o rechazar el mito de que la IA reemplazará la empatía humana en salud mental, es crucial examinar la evidencia empírica disponible y reconocer sus limitaciones. Actualmente, la mayoría de los datos científicos sugieren que la IA es una herramienta prometedora para apoyar la salud mental, pero no para reemplazar completamente la interacción humana. A continuación, compartimos algunas puntualizaciones basadas en ellos.

## Fortalezas

- **Accesibilidad:** Plataformas de IA pueden ofrecer apoyo 24/7 y llegar a poblaciones en áreas remotas o con barreras de acceso a la atención tradicional.
- **Detección temprana:** Algoritmos de aprendizaje automático pueden analizar patrones en el habla, texto o incluso datos fisiológicos para identificar signos tempranos de depresión, ansiedad o riesgo de suicidio (Coppersmith et al., 2018).
- **Personalización:** La IA puede adaptar intervenciones y contenidos educativos según las necesidades individuales del usuario, basándose en su historial y respuestas (Insel, 2021).
- **Monitoreo:** Herramientas de IA pueden monitorear el progreso del paciente y alertar a los profesionales sobre cambios significativos.

## Limitaciones

- **Falta de empatía genuina:** La IA puede simular empatía mediante el reconocimiento de palabras clave o tonos de voz, pero carece de la capacidad de comprender verdaderamente las emociones humanas desde una perspectiva existencial o de experiencia vivida (Turkle, 2011).
- **Manejo de crisis complejas:** En situaciones de crisis aguda, riesgo de suicidio o trauma profundo, la intervención humana es indispensable por su capacidad de juicio ético, intuición y respuesta flexible no programada.
- **Sesgos algorítmicos:** Los datos con los que se entrena la IA pueden reflejar y amplificar sesgos sociales existentes, llevando a diagnósticos erróneos o intervenciones inadecuadas para ciertos grupos demográficos (O'Neil, 2016).
- **Confianza y relación terapéutica:** La base de la terapia es la confianza y el vínculo. Crear una relación genuina con una máquina es un desafío fundamental que va más allá de la mera interacción verbal.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) enfatiza que el desarrollo y uso de la IA en salud debe centrarse en principios éticos y de derechos humanos, promoviendo un enfoque que complementa, en lugar de reemplazar, el trabajo clínico humano (World Health Organization, 2021). En la misma línea, el Instituto Nacional de Salud Mental de Estados Unidos (NIMH) financia proyectos que aplican IA para el diagnóstico temprano, el seguimiento y la personalización del

tratamiento en salud mental, bajo la premisa de una supervisión profesional constante y un marco ético sólido (National Institute of Mental Health, s.f.).

La principal limitación de los datos actuales es que la investigación sobre el impacto a largo plazo de la IA en la relación terapéutica y los resultados de salud mental es aún incipiente. Muchos estudios se centran en la viabilidad técnica o en resultados a corto plazo. Además, la definición de empatía en el contexto de la IA es compleja y a menudo reduccionista, lo que dificulta comparar directamente la empatía humana con la simulada por máquinas.

## **Entre la verdad y el desafío**

El mito de que la IA reemplazará la empatía humana en salud mental contiene elementos veraces en el sentido de que la IA es capaz de procesar y responder a información emocional de maneras que pueden simular aspectos de la empatía identificando patrones, analizando el lenguaje y ofreciendo respuestas predefinidas que a menudo útiles.

También es real que la IA puede aliviar la carga de tareas administrativas y repetitivas, permitiendo a los profesionales enfocarse más en la relación terapéutica.

Sin embargo, observamos que la mayor parte del mito es una falacia. La IA, en su estado actual y previsible, carece de la capacidad para la empatía genuina, que implica una comprensión profunda de la experiencia subjetiva, la intuición, la conexión emocional bidireccional y la capacidad de responder creativamente a situaciones humanas complejas y no estandarizadas. No puede compartir la experiencia vivida, ni ofrecer el tipo de apoyo incondicional y matizado que un ser humano puede proporcionar.

La idea de que una máquina pueda reemplazar la calidez, la presencia y la comprensión profunda de un terapeuta humano es una simplificación peligrosa y una desvalorización de la riqueza de la interacción humana.

Este análisis abre nuevas preguntas y discusiones cruciales: ¿cómo podemos definir y medir la empatía de la IA de manera rigurosa para evitar malentendidos y falsas expectativas? ¿Cuáles son los límites éticos de la autonomía de la IA en la toma de decisiones clínicas en salud mental? ¿Cómo se puede garantizar que la integración de la IA no aumente las brechas de equidad en el acceso a la atención? ¿Qué nuevas competencias y habilidades necesitarán los profesionales de la salud mental en una era de IA para maximizar sus beneficios y mitigar sus riesgos?

Nuestra posición en esta discusión es clara: la IA en salud mental debe ser vista como un complemento y no como un sustituto de la empatía humana. Es una herramienta poderosa que, cuando se diseña e implementa éticamente y bajo la supervisión de profesionales capacitados, tiene el potencial de expandir el acceso a

la atención, mejorar la eficiencia y personalizar las intervenciones. Sin embargo, la esencia de la terapia y el cuidado en salud mental seguirá residiendo en el vínculo humano, en la capacidad de conectarse, comprenderse y apoyarse mutuamente en la vulnerabilidad. Ignorar este aspecto fundamental es deshumanizar un campo que por definición es profundamente humano.

La IA es una herramienta valiosa siempre que su empleo respete las condiciones éticas, reemplazar la empatía humana —con sus raíces biológicas y experiencia compartida— no solo es improbable, sino conceptualmente imposible. Es fundamental promover las buenas prácticas para su implementación favoreciendo al bienestar integral y a la calidad de vida, considerando los diversos entornos sociales y culturales (Putallaz, 2024). El verdadero desafío no es diseñar una IA que imite lo humano, sino emplear la IA como recurso para que las personas podamos profundizar en lo que nos hace auténticamente humanos: nuestra capacidad de cuidar y dejarnos cuidar con empatía genuina

## Referencias

- Bostrom, N. (2014). *Superintelligence: Paths, dangers, strategies*. Oxford University Press.
- Coppersmith, G., Dredze, M. y Stapelberg, J. (2018). From tweets to treatments: Leveraging social media for mental health monitoring. En *Proceedings of the 2018 Conference on Empirical Methods in Natural Language Processing*. Association for Computational Linguistics (ACL).
- Garcés-Zalazar, L. y Velastegui-Hernández, D. (2024). Inteligencia artificial y su impacto en la psicología humana: Mini revisión. *Mediciencias UTA*, 8(1), 26-34. <https://doi.org/10.31243/mdc.uta.v8i1.2306.2024>
- Insel, T. R. (2021). *Healing: Our path from mental illness to mental health*. Penguin Press.
- Marqués, J. V. (1981). *Por una sociología de la vida cotidiana*. Anagrama.
- Mills, C. W. (1959). *The sociological imagination*. Oxford University Press.
- National Institute of Mental Health. (s.f.). *Technology and the future of mental health treatment*. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/technology-and-the-future-of-mental-health-treatment>

- Noble, S. U. (2018). *Algorithms of oppression: How search engines reinforce racism*. New York University Press.
- O'Neil, C. (2016). *Weapons of math destruction: How big data increases inequality and threatens democracy*. Crown.
- OpenAI. (2025). *Respuesta de ChatGPT sobre cómo citar en APA* (versión del 29 de junio) [Modelo de lenguaje grande]. <https://chat.openai.com/share/abc123>
- Oviedo, C. (2024). Algoritmos supervisados y no supervisados en salud mental: Un enfoque hacia el bienestar psicológico a través de la telesalud. *Revista de la Asociación Iberoamericana de Telesalud y Telemedicina (AITT)*, (11), 17-19. <https://es.linkedin.com/pulse/algoritmos-supervisados-y-en-salud-mental-un-enfoque-hacia-oviedo-uuh4f>
- Putallaz, P. (2024). *Buenas prácticas en el uso de aplicaciones móviles para la salud mental en adolescentes: Un estudio cualitativo* [Tesis doctoral, Universidad de Flores].
- Russell, S. J. y Norvig, P. (2010). *Artificial intelligence: A modern approach*. 3° edición. Prentice Hall.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.
- Weber, M. (1978). *Economy and society: An outline of interpretive sociology*. University of California Press.
- World Health Organization. (2021). *Ethics and governance of artificial intelligence for health*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240037403>