

MITOS Y REPRESENTACIONES DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Editores

Gastón Becerra | Joaquín Mezzadra | Guillermo Movia



“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Claves para la integración de la IA en la salud mental

Mirta Stepaniuk

Paciente, terapeuta y ChatGPT

En los últimos tiempos, y aún con mayor fuerza a partir de la pandemia del Covid-19, las personas se comunican a través de las herramientas digitales. La nueva modalidad atraviesa todas las esferas de nuestra vida cotidiana. En redes sociales circulan numerosos testimonios que nos dejan opiniones acerca de la vida en ámbitos virtuales y su influencia en los abordajes en salud mental. Cabe mencionar una entrevista que ha realizado *Infobae* al *influencer* Tomás Mazza el 26 de mayo de 2025, donde menciona los beneficios que encuentra en el uso de la IA para el manejo de sus sentimientos, puntualmente referencia que utiliza el [ChatGPT para “desahogarse”](#). A propósito, considero relevante referir a Bauman (2011), que trae a cuenta el concepto de confidencialidad, que traza y demarca la frontera de la privacidad, considerando a ésta como el ámbito que se supone de dominio íntimo y personal. El ChatGPT es de uso privado y personal donde el “otro” –humano terapeuta– no aparece con sus puntos de vista, su análisis crítico o reflexiones, y no hay quien interpela nuestras decisiones. En tiempos líquidos y de inmediatez, de enorme crisis sociales en los que la privacidad se pone en jaque con la tecnología y en el que los algoritmos parecen saber más de nosotros que nosotros mismos, parecería que esta idea de contar en un proceso terapéutico los que nos sucede deja al sujeto en un lugar de debilitamiento y vulnerabilidad tan peligroso para muchos en la actualidad.

Seguramente muchos de nosotros hemos, en algún momento de nuestra vida, buscado (googleado) algún diagnóstico médico en relación con una dolencia física. Pero, ¿qué sucede cuando se trata de salud mental (SM)? Los profesionales de la SM que ejercen en el ámbito público y privado atraviesan cambios de época, en donde las indicaciones terapéuticas pasarían a estar sujetas a los juicios del ChatGPT. Para continuar refiriendo algunos conceptos es importante señalar que en 2015 la Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud de nuestro país dio a conocer que una de cada tres personas presentaba un problema de SM a partir de los 20 años. Argentina presenta la notable particularidad de un sistema de salud fragmentado, con enormes dificultades al momento de recibir las demandas en SM. Cabe mencionar que en la pandemia y pospandemia las consultas se han incrementado de manera notable, y también las dificultades económicas de los

usuarios en general y de los profesionales de la SM en particular, que sus magros ingresos muchas veces los obligan a desarrollar sus actividades profesionales en otros campos de aplicación.

Integrando la IA a la terapia

Los nuevos tiempos y los avatares de los cambios de época nos dirigen a considerar que suponer la utilización de la IA en nuestra tarea de psicólogos/as en cualquier campo de aplicación no es un disparate. Imaginemos entonces qué sucede cuando un usuario no puede o no quiere, en un momento determinado, acceder a un turno con un profesional psicólogo/a y recurre a la IA.

Cabe mencionar que nada reemplaza a la intervención directa personalizada de un profesional capacitado, altamente capacitado en ocasiones, para identificar problemáticas y urgencias. Es necesario mencionar que no contamos con una regulación específica sobre y, por ende, no sabemos, entre algunas cosas, quiénes o qué forman parte de estos sistemas de chat IA, con qué datos cuenta para arrojar resultados de “escucha”, cómo se entrenó a los algoritmos y, por ende, la fiabilidad de las respuestas predictivas que arrojen sus usuarios. Las regulaciones de nuestra Ley de SM y la Ley de Ejercicio Profesional nos indican estrictas pautas y regulaciones al momento del ejercicio profesional salvaguardando el bien de la salud mental de la población. Además, si tenemos en cuenta que los usuarios pueden denunciar las “malas prácticas” en SM, entonces, ¿qué sucede con la IA? ¿A quién les reclaman los usuarios? Nos encontramos con algunos interrogantes para continuar profundizando en este proceso del uso de la IA en los abordajes en SM.

En este sentido, advertimos que estos servicios colocan al usuario/paciente en una potencial situación de riesgo que podría agravar su cuadro de salud. Los usuarios se encuentran en una posición de desconocimiento de muchas circunstancias que hacen a la praxis en SM, en ocasiones muchos de sus derechos podrían verse vulnerados. Sabemos que el efecto puede ser devastador por las malas prácticas, y es por ello que en nuestro país en materia de salud contamos con normas específicas de protección como la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y su Protocolo, la Ley Nacional de Derechos del Paciente, normas sobre confidencialidad de la historia clínica y previsiones frente a la responsabilidad penal y civil de los profesionales intervinientes, como así una Ley de Salud Mental donde se destaca la importancia de la mirada interdisciplinaria y, específicamente, el derecho a recibir una atención basada en fundamentos científicos ajustados a principios éticos.

La IA avanza a pasos agigantados. Somos testigos de las primeras regulaciones en Europa para garantizar que estas tecnologías no quiten derechos ni

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Claves para la integración de la IA en la salud mental

alejen la dignidad de las personas. Pero, como profesionales de la SM, ¿la IA en nuestro ámbito nos preocupa porque nos corre de nuestro “saber” y nos aleja de la fuente laboral? ¿O también nos preocupa la SM de la población? Evidentemente, necesitamos la regulación pública del Estado o las instituciones pertinentes para lograr la plena integralidad de la IA en nuestro campo disciplinar, pensando además que nuestra profesión liberal no es tan antigua y nos reacomodamos permanentemente a los cambios sociales e históricos del mundo y de nuestro país. La tarea que parece un desafío nos interpela para nuestra tarea diariamente en todas las áreas de nuestra disciplina. El desafío nos convoca a replantear nuestra actividad con la utilización de la IA como una herramienta con beneficios pero que, en el camino, no deje de lado los derechos de usuarios y profesionales en pos de la SM de la población.

Las limitaciones de la IA en foco

Retomando lo que nos cuenta Tomás Mazza en su experiencia, relata que la IA lo ayudó a atravesar una situación emocional delicada: “ChatGPT me ayudó muchísimo. Vos pensá que no es una persona”. Explicó que la IA recuerda las cosas que le dijo previamente y a partir de eso realiza nuevos diagnósticos. De esta forma “educa” al chatbot.

Acceder a las buenas prácticas en SM teniendo en cuenta la integración de la IA como herramienta de trabajo es entender los cambios de nuestra época. El desafío es poder comenzar a explicar masivamente que las herramientas como ChatGPT no están programadas con fines terapéuticos, lo que puede derivar en el ofrecimiento de información errónea o consejos inadecuados. Además, la experiencia de un profesional es distinta a la que ofrece una IA

En muchos rincones de nuestra práctica se refiere que la IA está revolucionando la forma en que entendemos y practicamos la psicología. Lo importante es que no debemos pensar esta cuestión como el reemplazo del terapeuta como persona capacitada y especializada por la IA sino la utilización de este recurso o herramienta en todos los campos disciplinares. Allan (2025) escribe en sus artículos digitales que la IA combina la experiencia clínica del profesional con las ventajas tecnológicas para mejorar la precisión, el seguimiento y la eficacia de las intervenciones. Por ejemplo, la IA puede analizar en tiempo real las respuestas del paciente, ofrecer intervenciones adaptadas y recopilar datos relevantes para que el terapeuta pueda tomar mejores decisiones clínicas. Todo esto sin perder de vista el componente humano, que sigue siendo fundamental. El autor identifica varias funciones posibles para la IA en la terapia, por ejemplo, los chatbots son útiles para

las personas que están comenzando a explorar su SM o necesitan apoyo fuera de los horarios de consulta. Lo hacen de manera automatizada, pero siguiendo principios psicoterapéuticos validados. Otra función a mencionar es el análisis de datos emocionales, que es válido para detectar patrones de lenguaje, tonos de voz y estados de ansiedad hasta ideación suicida.

Algunas reflexiones

La terapia con IA puede llegar a personas que, por razones geográficas, económicas o personales, no pueden acudir a una consulta presencial. De hecho, durante la pandemia esta herramienta tuvo una importancia trascendental al momento de salvar vidas y disminuir riesgos en SM. Permite, además, automatizar tareas como el seguimiento de tratamientos y otros indicadores que son relevantes fundamentalmente cuando hablamos de la práctica en comunidades y necesitamos automatizar datos relevantes para intervenir en situaciones críticas de cambios urgentes. Será clave pensar en nuevas formas de abordar el trabajo en psicoterapia, con nuevas posibilidades en el campo de aplicación de la psicología.

La psicología digital abre un nuevo campo de especialización que requiere la capacitación en las competencias en tecnología, análisis de datos y diseño de experiencias terapéuticas asistidas. Los psicólogos podemos formar parte del desarrollo de estos nuevos tiempos digitales y colaborar con otras disciplinas, e incluso liderar la creación de respuestas basadas en la ética y que resulten eficaces.

Evidentemente no podemos bajarnos del tren de la historia. Los tiempos actuales, aun siendo hostiles para la SM en algunas comunidades, requieren de la capacitación innovadora en la tecnología para abordar problemáticas novedosas, diversas contextualmente y amplias. Es de suma relevancia que el colectivo profesional de psicólogos reciba formación en competencias digitales y aprendan a integrar la tecnología como aliada terapéutica. También será necesario que los colegios profesionales y las universidades actualicen sus planes de estudio para incluir esta dimensión. El tiempo de la salida de los espacios de confort es inminente.

A propósito de lo expuesto, me atreví al uso del chatbot Whatsapp con el propósito de averiguar cómo me guiará en la atención clínica:

P: ¿La inteligencia artificial puede ayudarme con un paciente?

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Claves para la integración de la IA en la salud mental

R: La inteligencia artificial puede ser una herramienta valiosa en el ámbito de la salud, pero siempre debe complementar el juicio y la experiencia de los profesionales médicos, nunca reemplazarlos. Si necesitas ayuda con información sobre diagnósticos, tratamientos generales o investigaciones médicas, puedo ofrecerte datos y referencias basadas en fuentes confiables. Sin embargo, no puedo proporcionar asesoramiento médico personalizado ni sustituir una consulta con un profesional de la salud.

P: ¿Qué sucede si un paciente tiene una urgencia en salud mental con la IA?

R: Las urgencias de salud mental requieren atención inmediata de profesionales capacitados, como psicólogos, psiquiatras o servicios de emergencia especializados. La inteligencia artificial puede proporcionar información general sobre salud mental y guiar hacia recursos adecuados, pero no puede ni debe reemplazar la asistencia de un profesional.

Si un paciente está en crisis, lo más recomendable es contactar con un servicio de emergencia local o hablar con un especialista de confianza. En Argentina, una opción es la línea de asistencia gratuita de la Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones: 0800-999-0091, disponible las 24 horas. También existen organizaciones y profesionales preparados para brindar apoyo inmediato.

P: ¿Qué sucede con la IA que no hay reglamentaciones en SM?

R: Si no existen regulaciones claras para el uso de inteligencia artificial en salud mental, pueden surgir varios riesgos y desafíos:

- Precisión y seguridad: Sin normas que garanticen la calidad y seguridad de los sistemas de IA, existe el riesgo de información imprecisa o dañina para los pacientes.

- Privacidad y ética: La falta de regulaciones puede comprometer la protección de datos sensibles y la confidencialidad de las personas que buscan apoyo.

- Dependencia de la IA: Algunas personas podrían confiar excesivamente en la tecnología en lugar de buscar ayuda profesional, lo que podría ser perjudicial en situaciones de crisis.

- Responsabilidad legal: Sin marcos legales, no está claro quién es responsable en caso de que la IA proporcione recomendaciones incorrectas o cause daño.

Por eso, muchos países y organismos están trabajando en establecer regulaciones para garantizar que la IA sea una herramienta segura, ética y efectiva en el ámbito de la salud mental. Mientras tanto, es fundamental que su uso se mantenga como un complemento, no un sustituto, del apoyo profesional.

Las respuestas son estrictamente dirigidas a planteos específicos que contemplan cuestiones puntuales de la actividad que nos permiten entender que su uso en la práctica disciplinar se convierte en una herramienta valiosa y efectiva. De todos modos, la IA desde su diseño, desarrollo e implementación para la tarea en SM, debería contemplar aspectos que hacen al bienestar y desarrollo de la integralidad de la salud en general a modo de beneficiar el buen uso de la herramienta, sabiendo que algunas instancias solo deben responderse en la vincularidad con un otro que no sea un chatbot. En los tiempos y modos de programación en áreas tan sensibles como la SM debe concentrarse la eficacia y la productividad al servicio del bien público, reflejando seguridad de su uso en la vida democrática en sociedad y en igualdad de condiciones para todos/as.

Claramente el chatbot no es una terapia y el desahogo es solo catarsis. Hay una tendencia a hablar con máquinas, tal vez propio de estos tiempos, siendo entonces necesarias recomendaciones desde las políticas públicas y las capacitaciones sobre IA. Evidentemente es un área con grandes desafíos por delante, que aún no está claro cómo lograrlos, sobre todo en las escalas de más desarrollo productivo que atraviesa transversalmente la sociedad en todos sus espacios de producción.

Referencias

Allen, J. (2025). Terapia asistida con inteligencia artificial: Cómo aplicarla en psicología. *Emprende Psicólogo*. <https://emprende psicologo.com/terapia-asistida-inteligencia-artificial-psicologia>

Bauman, Z. (2011). *Daños colaterales: Desigualdades en la era global*. Fondo de Cultura Económica.