

# MITOS Y REPRESENTACIONES DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL

Editores

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



# “La IA puede reemplazar al psicólogo”. Del mito al matiz: asistencia sí, reemplazo no

M. Cecilia Drach

## Paciente, terapeuta y ChatGPT

La sociedad es una estructura hecha de redes de información propulsada por las tecnologías de la información características del paradigma informacionista. Actualmente es difícil (o casi imposible, me atrevo a decir) encontrar algún sector productivo que no esté intervenido fuertemente por las tecnologías de la información. En este contexto, es importante partir de que hoy en día el acceso a tratamiento de salud mental se enfrenta a las barreras del costo económico y a la disponibilidad de profesionales, tanto en el ámbito público como en el privado. El auge de los chatbots y las IA generativas intentan resolver, en parte, el acceso de muchas personas a un acompañamiento en su malestar. Este consumo masivo, allá por el 2020, pandemia del Covid-19 de por medio, comienza a prender las alarmas en las charlas de profesionales de la salud mental.

La idea de que la IA puede reemplazar a un psicólogo resuena cada vez con más fuerza, impulsada tanto por avances tecnológicos como por narrativas entre colegas que oscilan entre el asombro y la alarma. Este mito se alimenta de una mezcla de fascinación y temor frente a la velocidad del desarrollo de tecnologías inteligentes, como los chatbots conversacionales, las plataformas de terapia automatizada y los sistemas de diagnóstico psicológico asistido por algoritmos.

Cuando pensamos en este mito, rápidamente pensamos en sujetos frente a sus dispositivos confesando sus emociones más íntimas. Esta imagen, que en un inicio parece sacada de una película, no está tan lejos de algunos servicios que ya existen en el mercado.

En este sentido, en el último tiempo comenzaron a aparecer artículos de difusión y algunas investigaciones al respecto del uso de chatbots como “terapeutas”, cuestiones que han alimentado este mito. Para nombrar uno de los más recientes, el ensayo clínico de Therabot, publicado en *NEJM AI* (Heinz et al., 2025), mostró que un chatbot de terapia entrenado con IA podría desempeñar un papel vital en la expansión del acceso a la TCC.

## **Integrando la IA a la terapia**

Lo que debería estar en discusión no es si la IA puede repetir/administrar técnicas psicológicas, ya que ha demostrado ser buena para muchas de estas cosas, sino si puede replicar el vínculo humano, el encuadre ético y el carácter relacional que hacen al corazón de toda práctica psicoterapéutica. El mito, en este sentido, presenta una falsa dicotomía: tecnología o humanidad, como si fueran excluyentes, cuando en realidad la conversación más rica ocurre en su intersección.

Se espera que la IA nos libere tiempo para dedicarnos a otras cuestiones, es decir, como sociedad nos permite optimizar el recurso humano. Visto así, podemos apreciarla como un gran ayudante o coterapeuta. Si en vez de luchar contra la tecnología pensamos en qué nos puede ayudar en nuestro trabajo, el mito va perdiendo poder.

Si todos creyéramos en el mito, quizás veríamos proliferar aplicaciones de “autoayuda inteligente”, centros de salud reemplazando profesionales por interfaces y una progresiva deshumanización de la atención. En cambio, si todos pensáramos críticamente en el presente mito, podríamos revalorizar la dimensión ética, relacional y situada de la práctica psicológica, integrando a la IA como herramienta, no como reemplazo.

## **Desnaturalizar el uso de la IA**

Podríamos preguntarnos: ¿por qué una persona estaría dispuesta a hablar con una máquina en lugar de con otra persona? ¿Qué dice eso de nuestras formas de vincularnos, de nuestro tiempo para el otro, de nuestros miedos al juicio humano?

Hay que tener en cuenta que lo que antes nos parecía imposible, hoy nos parece normal. Era cuestión de tiempo que interactuar con asistentes virtuales, desde pedirles que nos digan el clima para ver que vestir, solicitarles que reproduzca música, o que nos den un mensaje motivante, pedirle un consejo emocional, en definitiva, confiar en un algoritmo, pase a ser lo habitual.

En una sociedad diferente —por ejemplo, más equitativa en el acceso a salud mental, con más tiempo para la escucha y con menor presión productivista—, quizás ni siquiera nos haríamos esta pregunta.

## **Hacia una alianza terapéutica**

En un artículo publicado en *Journal of Medicine, Surgery, and Public Health* (Olawade et al., 2024) se exploró a través de una revisión bibliográfica la integración

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Del mito al matiz: asistencia sí, reemplazo no

de la IA en la salud mental, dilucidando las tendencias actuales, las consideraciones éticas y las futuras direcciones en este dinámico campo. Allí se analizaron los marcos regulatorios y las tendencias en investigación y desarrollo.

Las tendencias actuales revelan el potencial transformador de la IA, con aplicaciones como la detección temprana de trastornos de salud mental, planes de tratamiento personalizados y terapeutas virtuales basados en IA. Sin embargo, estos avances conllevan desafíos éticos en cuanto a la privacidad, la mitigación de sesgos y la preservación del componente humano en la terapia. Este componente humano es lo que hace a la alianza/relación terapéutica.

Asimismo, desde el inicio de las investigaciones en torno a la alianza/relación terapéutica (Lambert, 1986) hasta la actualidad, dan como resultado que la herramienta por excelencia para la eficacia en los tratamientos psicoterapéuticos es el buen vínculo que establece el profesional con su/s consultante/s (Botella y Corbella, 2011). Con esta evidencia, podemos sostener que la IA está muy lejos de poder reemplazar a un psicólogo/a.

En mi experiencia de la clínica psicoterapéutica (la cual actualmente se encuentra mediada por la tecnología y la teleconsulta), el uso de los chatbots resulta una herramienta para acompañar a mis consultantes. Desde YANA (chatbot con IA generativa) hasta aplicaciones de *mindfulness*, de registro de emociones, entre otros, resultan apropiadas en muchos casos. En este sentido, los propios usuarios de mis servicios han reportado que si bien suelen ser grandes herramientas, les resulta inconcebible la idea de reemplazar nuestros encuentros. Esto refuerza la idea de que la relación terapéutica, el espacio de escucha, el vínculo empático y la presencia humana siguen siendo irremplazables en el proceso psicoterapéutico.

## **La IA no puede reemplazar a un psicólogo**

Puede, en cambio, asistir, complementar y enriquecer su trabajo en tareas específicas: análisis de datos, seguimiento sintomático, acceso a recursos, simulación de escenarios clínicos para la formación profesional.

Lo que el mito oculta es que la psicología no es solo técnica sino también —y sobre todo— vínculo, contexto, ética, cuerpo, historia y lenguaje. Elementos profundamente humanos, difícilmente replicables por un sistema automatizado.

Sin embargo, ignorar el potencial de la IA sería otro error. La clave está en pensar con tecnología, no contra ella, estableciendo límites claros, regulaciones éticas y marcos de uso que prioricen el bienestar humano, aprendiendo a convivir.

\*\*\*

Al preguntarle a ChatGPT de OpenAIChat sobre este mito, es tajante en su respuesta: la IA no puede reemplazar a un psicólogo/a, contrariamente a lo que piensan muchos colegas de la salud mental en el mundo de hoy. Asimismo, fundamenta de manera muy acertada su respuesta:

1. La psicología es una práctica relacional, no solo técnica.

Los estudios que se han hecho a lo largo de la historia sobre la efectividad de la psicoterapia, indican al vínculo terapéutico como lo más importante para lograr buenos resultados. Allí entran en juego la empatía, la escucha activa, la lectura del lenguaje verbal y no verbal, las resonancias, entre otras cuestiones que no pueden emular la IA.

2. El encuadre clínico requiere ética y juicio contextual.

Los psicólogos no solo aplican técnicas, sino que toman decisiones éticas en tiempo real, considerando el contexto, la historia del paciente, su cultura, y las particularidades del caso. La IA no tiene conciencia, ni responsabilidad moral, ni puede asumir las consecuencias de una intervención inapropiada.

3. La subjetividad humana no es predecible ni reducible a patrones.

Aunque la IA puede procesar grandes volúmenes de datos y encontrar patrones, la subjetividad humana es dinámica, contradictoria, cambiante, y muchas veces se expresa a través de lo no dicho, de lo ambiguo o de lo simbólico. Interpretar eso requiere una sensibilidad humana que no puede automatizarse.

4. Los algoritmos están entrenados con datos sesgados.

La IA no es neutral. Aprende a partir de bases de datos que reflejan visiones del mundo determinadas, muchas veces sesgadas por género, cultura, clase o ideología. Confiar ciegamente en sus análisis puede reforzar inequidades o errores.

5. La tecnología puede acompañar, pero no reemplazar.

La IA puede ser útil como herramienta de apoyo en ciertas funciones: seguimiento de síntomas, derivación de recursos, simulación de entrevistas para estudiantes, etc. Pero siempre

“La IA puede reemplazar al psicólogo”. Del mito al matiz: asistencia sí, reemplazo no

bajo supervisión humana, con fines complementarios, no sustitutivos.

La experiencia me confirmó algo importante: la IA puede ser una gran aliada para reflexionar, pero no puede pensar, sentir ni actuar en nuestro lugar. No reemplaza la mirada crítica, la experiencia subjetiva ni el compromiso ético que implica el trabajo psicoterapéutico.

## Referencias

- Botella, L., y Corbella, S. (2011). Alianza terapéutica evaluada por el paciente y mejora sintomática a lo largo del proceso terapéutico. *Boletín de Psicología*, (101), 21-33. <https://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N101-2.pdf>
- Heinz, M. V., Mackin, D. M., Trudeau, B. M., Bhattacharya, S., Wang, Y., Banta, H. A., Jewett, A. D., Salzhauer, A. J., Griffin, T. Z., y Jacobson, N. C. (2025). Randomized Trial of a Generative AI Chatbot for Mental Health Treatment. *NEJM AI*, 2(4), <https://doi.org/10.1056/aioa2400802>
- Lambert, M. J. (1986). Implications on psychotherapy outcome research for eclectic psychotherapy. En J. C. Norcross (Ed.). *Handbook of Eclectic Psychotherapy*. Brunner-Mazel.
- Olawade, D. B., Wada, O. Z., Odetayo, A., David-Olawade, A. C., Asaolu, F. y Eberhardt, J. (2024). Enhancing mental health with Artificial Intelligence: Current trends and future prospects. *Journal Of Medicine Surgery and Public Health*, 3, 100099. <https://doi.org/10.1016/j.gmedi.2024.100099>