

Inteligencia artificial y psicología clínica

Artificial intelligence and clinical psychology

Por Ernesto Cotonieto Martínez y Andrómeda Ivette Valencia Ortiz

Resumen: El trabajo aborda cómo la inteligencia artificial puede integrarse en la psicología de la salud, explorando sus aplicaciones, beneficios y desafíos en el contexto de la atención psicológica y la promoción del bienestar. El artículo pretende contribuir al campo académico y profesional, aportando una perspectiva actual, ética y relevante sobre el papel de la inteligencia artificial en el ámbito de la salud mental.

Palabras clave: inteligencia artificial, salud mental, atención psicológica.

Abstract: This text approaches how artificial intelligence can integrate in health psychology, exploring its applications, benefits and challenges in the psychology care and well-being promotion context. The article intends to contribute to the academic and professional field, providing a current perspective, ethic and relevant about the artificial intelligence role in mental health area.

Keywords: artificial intelligence, mental health, psychological care.

La inteligencia artificial (IA) ha ganado importancia en diversas áreas, incluida la psicología clínica. Actualmente, existen herramientas basadas en IA que, bien utilizadas, pueden mejorar procesos clave en la enseñanza, investigación, evaluación, diagnóstico e intervención. Un ejemplo destacado es el uso de chatbots, que ayudan en el diagnóstico, reducen la carga administrativa, proporcionan psicoeducación y ofrecen opciones de

tratamiento a través de aplicaciones móviles. Esto contribuye a reducir brechas en la salud mental y ampliar el acceso a la atención sanitaria tanto pública como privada.

Una de las aplicaciones más relevantes de la IA en psicología clínica es el diagnóstico. Esta tecnología puede analizar grandes cantidades de datos, como registros clínicos, respuestas a cuestionarios y publicaciones en redes sociales, para identificar pa-

trones asociados a trastornos mentales. Por ejemplo, los algoritmos de procesamiento de lenguaje permiten detectar síntomas relacionados con condiciones como la depresión, la ansiedad o el riesgo suicida, lo cual facilita la detección temprana de estos problemas.

Además, el uso de chatbots con fines terapéuticos, como Woebot, proporciona apoyo emocional y fomenta el desarrollo de estrategias



Tecnología

de afrontamiento y regulación emocional mediante técnicas cognitivo-conductuales. Aunque está orientado principalmente a adultos jóvenes y disponible solo en Estados Unidos, representa una opción accesible para quienes buscan atención psicológica inmediata, al estar disponible las 24 horas, y además es gratuita.

El seguimiento y monitoreo de síntomas también ha sido mejorado por la IA. Algunas aplicaciones utilizan algoritmos para analizar patrones de sueño, actividad física y cambios de ánimo, lo que facilita la labor de los profesionales al evaluar el progreso de los pacientes. Esto permite realizar ajustes personalizados en los tratamientos y recomendaciones terapéuticas basadas en datos precisos y en tiempo real.

Sin embargo, también es crucial considerar las limitaciones y desafíos éticos de su uso. La privacidad y la confidencialidad de los datos son aspectos especialmente delicados. Asimismo, el sesgo en los algoritmos podría conducir a diagnósticos erróneos o intervenciones inadecuadas si los datos utilizados para entrenar a la IA no son representativos de los casos clínicos y las necesidades de los pacientes.

Por este motivo, es esencial que profesionales con amplia experiencia clínica supervisen y verifiquen el uso de la IA en todas sus etapas, desde el diseño hasta la implementación. Esto garantiza la precisión de las herramientas y asegura que se utilicen conforme a los más altos estándares éticos de la profesión.

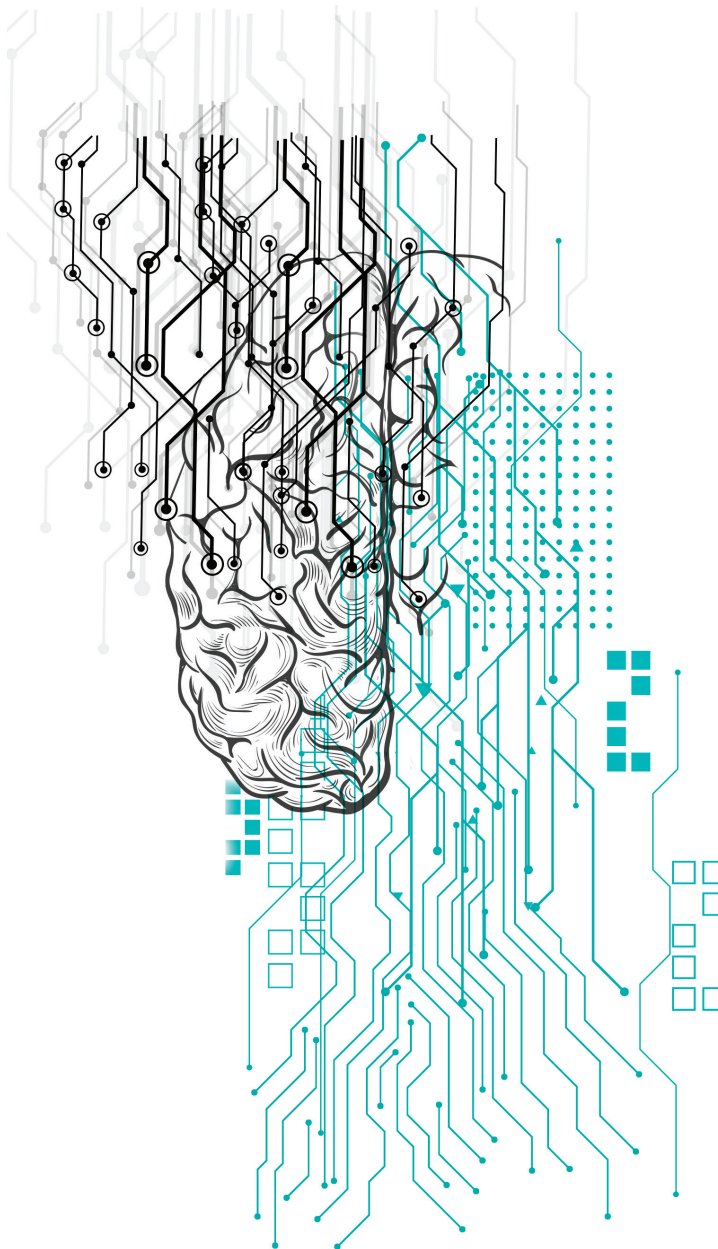


Ilustración: Fabian Alvarado Padilla

También, la supervisión clínica contribuye a evitar riesgos como tratamientos ineficaces o la falta de atención a las características individuales de cada caso. En este sentido, la IA tiene el potencial de transformar el papel de los profesionales de la psicología clínica, pero es fundamental que estos desarrollen habilidades tecnológicas para adoptarla como complemento y no como reemplazo.

ALGUNAS APLICACIONES UTILIZAN ALGORITMOS PARA ANALIZAR PATRONES DE SUEÑO, ACTIVIDAD FÍSICA, E INCLUSO CAMBIOS DE ÁNIMO

La IA puede automatizar tareas repetitivas, lo que permite a los terapeutas centrarse en el contacto humano, la identificación de necesidades y la selección de las mejores alternativas terapéuticas, aspectos que la tecnología no puede replicar debido a la falta de empatía y comprensión emocional.

En conclusión, la inteligencia artificial puede mejorar la calidad de la práctica clínica, revolucionando el enfoque hacia la salud mental. Su integración en la psicología no es solo una promesa futura, sino una necesidad en el contexto actual. Sin embargo, es imprescindible equilibrar el uso de la tecnología con la intervención humana. La supervisión y el uso ético de la IA son fundamentales para aprovechar al máximo sus beneficios en la psicología clínica. 

Referencias

- Abrams, Zara (2024). "What psychologists need to know about the evolution of generative AI", en *Monitor on Psychology*, vol. 55, núm. 1. <<https://www.apa.org/monitor/2024/01/trends-generative-ai-evolution-psychology>>.
- Fiske, Amelia, Peter Henningsen y Alena Buyx (2019). "Your Robot Therapist Will See You Now: Ethical Implications of Embodied Artificial Intelligence in Psychiatry, Psychology, and Psychotherapy", en *Journal of Medical Internet Research*, vol. 21, núm. 5. <<https://doi.org/10.2196/13216>>.
- Shatte, Adrian B. R., Delyse M. Hutchinson y Samantha J. Teague (2019). "Machine learning in mental health: A scoping review of methods and applications", en *Psychological Medicine*, vol. 49, núm. 9. <<https://doi.org/10.1017/S0033291719000151>>.



Andrómeda Ivette Valencia Ortiz es Doctora en Psicología por la UNAM. Pertenecer al Sistema Nacional de Investigadores, SNI 1, en México. Es jefa del Área Académica de Psicología en el Instituto de Ciencias de la Salud de la UAEH y miembro del APA, del IPPA Colegio Mexicano de Profesionales de Psicología para la Salud. Actualmente es presidenta de la Asociación Nacional de Profesionales de Ciencias Cognitivas y del Comportamiento (ANPROCC representante de México en ALAPCCO).



Ernesto Cotonierto Martínez es estudiante del Doctorado en Ciencias del Comportamiento Saludable en la UAEH y docente a nivel licenciatura y maestría. Fue supervisor de casos en el programa "ConTacto Joven" de IMJUVE-UNICEF y ReMJI. Es miembro del Sistema Mexicano de Investigación en Psicología, la Federación Mexicana de Psicología, Psicólogos Sin Fronteras México y la Asociación Nacional de Profesionales en Ciencias Cognitivas y del Comportamiento.