SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE INTELIGENCIA ARTIFICIAL: ESTADO ACTUAL, APROVECHAMIENTO Y RIESGOS

Autora:
García Márquez, Herzel, Universidad Anáhuac México, herzel.garcia@anahuac.mx
1 Autora de correspondencia: Herzel García Márquez, herzel.garcia@anahuac.mx / Ponencia presentada en el Congreso de Psicología, Universidad de Pamplona, 2026.
Eje 1: El Futuro Tecnológico y la Práctica Clínica

Resumen

Introducción: La salud mental enfrenta una crisis global de alta magnitud: más de 1,000 millones de personas viven con algún trastorno mental, mientras que la pandemia por COVID-19 incrementó de manera estimada la prevalencia de trastorno depresivo mayor y trastornos de ansiedad. En este escenario, la inteligencia artificial (IA) emerge como herramienta de apoyo potencial para ampliar acceso, psicoeducación, seguimiento y formación clínica; sin embargo, su adopción avanza más rápido que la validación clínica, la regulación y la preparación ética de los sistemas de salud.

Objetivo: Examinar críticamente el estado actual, los usos potencialmente aprovechables y los riesgos de la IA aplicada a la salud mental, con énfasis en el contexto latinoamericano -México y Colombia- y en criterios clínicos, éticos y formativos para su uso responsable.

Metodología: Se desarrolló una revisión narrativa crítica a partir de evidencia científica reciente, reportes internacionales, datos epidemiológicos disponibles, documentos regulatorios y contenidos de la ponencia presentada en la Universidad de Pamplona. La información se organizó mediante tres ejes analíticos: evidencia de efectividad, riesgos clínicos y condiciones de gobernanza.

Resultados: La literatura reporta beneficios moderados en intervenciones digitales estructuradas y acompañamiento de baja complejidad, especialmente en síntomas leves o moderados, pero también muestra brechas relevantes: baja proporción de ensayos clínicos robustos, riesgo de respuestas inadecuadas ante ideación suicida, sesgos, problemas de privacidad y falsa sensación de contención terapéutica. El marco human-in-the-loop aparece como principio central para preservar juicio clínico, alianza terapéutica y responsabilidad profesional.

Conclusión: La IA no debe ser abordada como sustituto de la psicoterapia ni como solución automática a la brecha de atención. Su incorporación exige validación clínica, supervisión

humana, transparencia, protección de datos, adaptación cultural y participación activa de psicólogos en diseño, evaluación, docencia y regulación.

Palabras clave: Inteligencia artificial; salud mental; ética clínica; human-in-the-loop; psicología latinoamericana.

Referencias

American Psychological Association. (2025). Use of generative AI chatbots and wellness applications for mental health: An APA health advisory. https://www.apa.org/topics/artificial-intelligence-machine-learning/health-advisory-chatbots-wellness-apps

Comisión Europea. (2024). Artificial intelligence in healthcare. https://health.ec.europa.eu/ehealth-digital-health-and-care/artificial-intelligence-healthcare_en

Consejo Nacional de Salud Mental [CONASAMA] / Observatorio Mexicano de Salud Mental y Adicciones. (2024). 04 Datos de salud mental 2024. Secretaría de Salud. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/949747/04_DATOS_SM_2024.pdf

Flückiger, C., Del Re, A. C., Wampold, B. E., & Horvath, A. O. (2018). The alliance in adult psychotherapy: A meta-analytic synthesis. Psychotherapy, 55(4), 316-340. https://doi.org/10.1037/pst0000172

Función Pública. (2025). Ley 2460 de 2025. https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=260636

García Márquez, H. (2026). Salud mental en tiempos de inteligencia artificial: estado actual, aprovechamiento y riesgos [Ponencia]. Congreso de Psicología, Universidad de Pamplona, Colombia.

Heinz, M. V., Bhatt, A., Bhatt, S., Ratner, K., Stolzoff, N., Altman, N., Yates, T., Klaiman, R., & 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

Hua, Y., Siddals, S., Ma, Z., Galatzer-Levy, I., Xia, W., Hau, C., Na, H., Flathers, M., Linardon, J., Ayubcha, C., & Torous, J. (2025). Charting the evolution of artificial intelligence mental health chatbots from rule-based systems to large language models: A systematic review. World Psychiatry, 24(3), 383-394. https://doi.org/10.1002/wps.21352

Li, H., Zhang, R., Lee, Y.-C., Kraut, R. E., & Mohr, D. C. (2023). Systematic review and meta-analysis of AI-based conversational agents for promoting mental health and well-being. npj Digital Medicine, 6, Article 236. https://doi.org/10.1038/s41746-023-00979-5

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2025). Decreto 0729 de 2025: Por el cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental 2025-2034. https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/decreto-0729-de-2025.pdf

Organización Mundial de la Salud. (2022). COVID-19 pandemic triggers 25% increase in prevalence of anxiety and depression worldwide. https://www.who.int/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide

Organización Mundial de la Salud. (2024). Ethics and governance of artificial intelligence for health: Guidance on large multi-modal models. https://www.who.int/publications/i/item/9789240084759

Organización Mundial de la Salud. (2025a). Over a billion people living with mental health conditions - services require urgent scale-up. https://www.who.int/news/item/02-09-2025-over-a-billion-people-living-with-mental-health-conditions-services-require-urgent-scale-up

Organización Mundial de la Salud. (2025b). Anxiety disorders. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders

Organización Mundial de la Salud. (2026). Towards responsible AI for mental health and well-being: Experts chart a way forward. https://www.who.int/news/item/20-03-2026-towards-responsible-ai-for-mental-health-and-well-being--experts-chart-a-way-forward

Pichowicz, W., Kotas, M., & Piotrowski, P. (2025). Performance of mental health chatbot agents in detecting and managing suicidal ideation. Scientific Reports, 15, Article 31652. https://doi.org/10.1038/s41598-025-17242-4

Puentedura, R. R. (2006). Transformation, technology, and education. Hippasus.

Santomauro, D. F., Mantilla Herrera, A. M., Shadid, J., Zheng, P., Ashbaugh, C., Pigott, D. M., Abbafati, C., Adolph, C., Amlag, J. O., Aravkin, A. Y., Bang-Jensen, B. L., Bertolacci, G. J., Bloom, S. S., Castellano, R., Castro, E., Chakrabarti, S., Chattopadhyay, J., Cogen, R. M., Collins, J. K., ... Ferrari, A. J. (2021). Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 204 countries and territories in 2020 due to the COVID-19 pandemic. The Lancet, 398(10312), 1700-1712. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)02143-7

Stade, E. C., Stirman, S. W., Ungar, L. H., Boland, C. L., Schwartz, H. A., Yaden, D. B., Sedoc, J., DeRubeis, R. J., Willer, R., & Eichstaedt, J. C. (2024). Large language models could change the future of behavioral healthcare: A proposal for responsible development and evaluation. npj Mental Health Research, 3, Article 12. https://doi.org/10.1038/s44184-024-00056-z