



Revista Clínica Española



<https://www.revclinesp.es>

V-043 - UTILIDAD DE UN ASISTENTE VIRTUAL PSICOLÓGICO EN LA VALORACIÓN DEL ESTADO DE ÁNIMO

S. Bajat Pacios¹, D. Tizón Galisteo², M. Ferri³, J. González Romero⁴ y C. Morcillo Serra³

¹Psicología. Hospital de la Zarzuela. Madrid. ²Sistemas. Sanitas Hospitales. Madrid. ³Medicina Interna, ⁴Dirección Médica. Hospital CIMA Sanitas. Barcelona.

Resumen

Objetivos: Los trastornos mentales son la principal causa de discapacidad en el mundo y la inteligencia artificial ha demostrado mejorar la gestión de estos problemas de salud. Hemos creado un sistema de autovaloración inicial de la salud mental del usuario, validado por especialistas en psiquiatría y psicología, basado en inteligencia artificial, con el objetivo de facilitar a cualquier persona el acceso a un recurso sanitario digital inmediato y gratuito, ayudarle a identificar un problema de salud, salvando las distancias y el estigma social, y mejorar así su calidad de la vida.

Material y métodos: Se ha realizado un estudio descriptivo de los 12.896 casos que han utilizado el asistente virtual durante los primeros 9 meses de uso. El acceso al asistente es anónimo, universal y gratuito a través de cualquier dispositivo con acceso a internet. El sistema de inteligencia artificial está entrenado para utilizar los mismos circuitos de preguntas que se emplean en la consulta psicológica presencial y valora si el usuario supera ciertos umbrales relativos a los problemas psicológicos habituales. En caso necesario recomienda una derivación al especialista. Si no lo precisan y tienen un adecuado bienestar emocional se ofrecen sesiones de mindfulness.

Resultados: De la totalidad de los usuarios, el 75% eran mujeres y el 25% hombres. Casi la mitad tenía 18-29 años, con una disminución de los casos más marcada a medida que aumenta la edad. El 41,6% de quienes usaron el asistente presentaban rasgos de un estado de ánimo depresivo, 28,1% estado de ánimo irritable, 26,8% ansiedad y estrés, 6,97% trastorno de ansiedad generalizado, 4,82% trastorno de ataque de pánico y 3,21% fobia. Un 26,3% (3.397 del total de pacientes) realizaron sesiones de mindfulness como promoción del bienestar emocional, que el propio asistente ofrece a aquellos pacientes que lo desean.

Conclusiones: Un asistente virtual psicológico basado en inteligencia artificial, utilizado mayoritariamente por mujeres jóvenes, ha permitido valorar una elevada proporción de problemas de salud mental y realizar sesiones de mindfulness. Esta herramienta digital puede ayudar, sobre todo a las nuevas generaciones, a identificar un problema de salud y mejorar así su calidad de la vida.