



# Revista Clínica Española

<https://www.revclinesp.es>



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

S. Bajat Pacios<sup>1</sup>, D. Tizón Galisteo<sup>2</sup>, M. Ferri<sup>3</sup>, J. González Romero<sup>4</sup> y C. Morcillo Serra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Psicología. Hospital de la Zarzuela. Madrid. <sup>2</sup>Sistemas. Sanitas Hospitales. Madrid. <sup>3</sup>Medicina Interna, <sup>4</sup>Dirección 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 auto valoración 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.