

“Habrá IA que tratarán problemas de salud tan bien, o incluso mejor, que nosotros”

Dr. Raúl Alelú-Paz CEO de Thera4All

Hacer que la evaluación de la salud mental sea más accesible y asequible es el objetivo de Thera4All, una iniciativa que combina tecnología e inteligencia artificial con el acompañamiento de profesionales. Su propuesta pone el foco en la privacidad y en un uso de la IA como herramienta de apoyo, nunca como sustituto del psicólogo. Para conocer mejor el proyecto, hablamos con su CEO y cofundador, Dr. Raúl Alelú-Paz.

¿Qué problema concreto pretende resolver Thera4All que hoy el sistema sanitario no está pudiendo resolver en materia de salud mental?

Queremos llegar a todo el mundo, con independencia de su nivel económico o sociocultural. En la actualidad, la asistencia psicológica se está convirtiendo en un recurso muy limitado accesible solo a aquellas personas que pueden permitírselo (eso si hablamos de asistencia privada). En el caso del sistema público, los profesionales están desbordados y no pueden atender de forma correcta a todas las personas que demandan sus servicios.

Existe una línea muy fina entre una IA que ofrece apoyo y una herramienta que puede llegar a dar consejos clínicos. ¿Dónde sitúa ese límite y cómo evita que su tecnología termine sustituyendo al profesional de la salud mental?

Nosotros hemos desarrollado, en colaboración con Healthy Minds, una herramienta de acompañamiento emocional basado en un modelo de intervención propio, es decir, que no es el típico modelo que emplean los chatbots y que son los que proporciona la IA de forma general. Nosotros no queríamos desarrollar algo así y optamos por un modelo de siete sesiones, en siete semanas, que te acompaña para afrontar los problemas de la vida diaria. Nuestra intención no es sustituir al profesional de la salud mental, es más bien aportar un nuevo recurso que permita que muchas personas que no pueden acudir a un terapeuta al menos tengan un sistema de IA que las acompañe. Cualquier otra cosa, por ejemplo, un modelo de terapia que trate de sustituir al terapeuta, es inviable y poco ético.



¿Qué evidencia científica demuestra que Thera4All puede aportar un beneficio real para la salud mental?

Para la evaluación psicológica empleamos cuestionarios autoadministrados, validados para distintas poblaciones y, por tanto, con un aval científico importante. La validación automática por parte del psicólogo lo que hace es acreditar que, si no has mentido con tus datos y has contestado de forma sincera, estás en un determinado grupo de referencia.

Con respecto al acompañamiento emocional, el modelo es un modelo propio basado en la experiencia clínica acumulada de más de 25 años, siempre con modelos científicos que permiten replicar los resultados.

Algunas personas se sienten más cómodas contando sus problemas a una máquina que a otra persona. ¿Qué han observado ustedes en este sentido y hasta qué punto esa confianza puede convertirse también en un riesgo?

El riesgo está directamente relacionado con el uso que se den a los datos con los que se está trabajando. Que una persona se sienta más cómoda hablando con una IA que con una persona es algo a lo que me temo que tenemos que ir

acostumbrándonos. Estoy convencido de que cada vez más gente se sentirá mejor tras hablar con una IA, como demuestran numerosos artículos de investigación. Otra cosa es qué hace la compañía con los datos de los usuarios; eso sí puede suponer un riesgo elevado para los usuarios, ya que el manejo de esos datos puede conllevar acciones no deseadas, como por ejemplo la venta a un tercero.

Una conversación con una IA puede contener información extremadamente sensible. ¿Qué ocurre con esos datos en Thera4All y qué garantías tiene el usuario de que su intimidad está protegida?

En Thera4All no almacenamos los datos; en el proceso de evaluación el informe emitido le llega por email al usuario y nosotros no tenemos copia. Preferimos no saber quién se ha autoevaluado y qué resultados ha obtenido. Y en el caso del acompañamiento emocional, trabajamos con servidores en Europa con un alto nivel de seguridad. En este caso los datos se almacenan para poder realizar un proceso de acompañamiento completo durante siete semanas, pero pertenecen al usuario/a, de manera que puede solicitar su destrucción en cualquier momento.

Thera4All apuesta por democratizar el acceso a la salud mental mediante herramientas de evaluación y acompañamiento basadas en IA

Imaginemos que un usuario expresa durante una conversación que quiere hacerse daño. ¿Cómo responde el sistema? ¿En qué momento deja de ser suficiente la IA y entra en juego necesariamente un profesional o un servicio de emergencia?

¿Cree que actualmente existen suficientes controles para garantizar que una IA utilizada en salud mental sea segura, o estamos entrando en un terreno que todavía está poco regulado?

Creo que la regulación europea está ayudando a regular de forma correcta el uso de la IA no solo en salud mental, sino en todos los ámbitos de nuestra vida. El problema es que la tecnología

está evolucionando muy rápido y Europa está perdiendo la carrera, y no podemos regular sobre cosas que aun desconocemos; las leyes nos sirven para ahora, mañana seguramente queden obsoletas.

Más allá de la tecnología, ¿cómo imagina la atención psicológica dentro de diez años?

Creo que la IA ha llegado para quedarse; los modelos cada vez serán más precisos y humanos, entendiendo humano como la capacidad de empatizar con otros. El problema es que durante mucho tiempo hemos desatendido la salud mental como profesionales, es decir, nos hemos centrado en prescribir fármacos para todo o en intervenir empleando pseudoterapias, y ahora nos preocupa que las IA que se basen en verdadero conocimiento científico nos superen y nos lleguen a superar. Me temo que hemos llegado tarde y que las cosas van a cambiar mucho, y tendremos que convivir con IA que tratarán problemas de salud tan bien, o incluso mejor, que nosotros.