

Artículo

La IA en la Práctica Psicológica: ¿qué Existe y Cómo Puede Ayudar en Psicología Asistencial?

Daniel de la Fuente Tambo  y Manuel Armayones Ruiz 

Universitat Oberta de Catalunya, España

INFORMACIÓN

Recibido: Noviembre 11, 2024
Aceptado: Diciembre 2, 2024

Palabras clave

Inteligencia artificial
Herramienta de IA en terapia
Aplicaciones de la IA en psicología
Privacidad de la información

RESUMEN

Este artículo revisa el uso de la Inteligencia Artificial (IA) en el ámbito de la Psicología asistencial, evaluando herramientas que apoyan a profesionales de la psicología en su trabajo diario. Se realizó un análisis de productos basados en IA disponibles actualmente (fecha: mayo 2024), de los cuales se seleccionaron 12 para una evaluación más detallada. Los resultados muestran que, aunque no todas las herramientas cumplen con criterios de seguridad y evidencia científica, existen opciones bien establecidas, especialmente en Estados Unidos y Reino Unido, donde su implantación es más avanzada. Este estudio sugiere que la adopción de la IA en el ámbito terapéutico va en aumento y que puede ofrecer a las y los profesionales un complemento útil, ayudándoles a realizar tareas administrativas o repetitivas y permitiéndoles centrarse en aspectos más complejos de la terapia.

AI in Psychological Practice: What Tools are Available and how can They Help in Clinical Psychology?

ABSTRACT

This article reviews the use of Artificial Intelligence (AI) in the field of Clinical Psychology, evaluating tools that support psychology professionals in their daily work. A market analysis of AI-based products currently available was conducted, from which 12 were selected for a more detailed evaluation. The results show that, although not all tools meet strict criteria for security and scientific evidence, there are well-established options, especially in the United States and the United Kingdom, where their implementation is more advanced. This study suggests that the adoption of AI in the therapeutic field is increasing and may provide professionals with a useful complement, helping them with administrative or repetitive tasks and allowing them to focus on more complex aspects of therapy.

Keywords

Artificial intelligence
Tools of AI in therapy
Adoptions of AI in psychology
Privacy of information

Cómo citar: De la Fuente, D., y Armayones, M. (2025). La IA en la práctica psicológica: ¿qué existe y cómo puede ayudar en psicología asistencial? *Papeles del Psicólogo/ Psychologist Papers*, 46(1), 18-24. <https://doi.org/10.70478/pap.psicol.2025.46.03>

Autor de correspondencia: Daniel de la Fuente Tambo ddela_fuente@uoc.edu 

Este artículo está publicado bajo Licencia Creative Commons 4.0 CC-BY-NC

La IA en Psicología: Preocupaciones, Realidades y Preguntas

En diciembre del 2022 ChatGPT salió al mercado, y en tan solo cinco días, alcanzó el millón de usuarios (NerdyNav, 2024). Desde entonces, cada día aparecen noticias sobre los avances en Inteligencia Artificial (IA), muchas de ellas con visiones de un futuro distópico sobre cómo esta tecnología transformará diferentes sectores de la sociedad. La psicología asistencial en el ámbito sanitario no es ajena a esta corriente de cambio. A medida que la IA avanza y se perfecciona, resulta inevitable preguntarse en qué medida la IA afectará la práctica psicológica y a la relación entre terapeuta y paciente.

Para comprender el impacto de la IA en psicología, es útil distinguir entre la IA “invisible”, que actúa tras bastidores analizando datos y detectando patrones de los sistemas como los registros electrónicos de salud (Ribera y Díaz Montesdeoca, 2024), y la Inteligencia Artificial Generativa (IAG), capaz de interactuar directamente con los usuarios mediante el procesamiento de lenguaje natural (Purohit, 2023). Mientras que los algoritmos de la IA invisible optimizan procesos y nos hacen sugerencias de videos o películas, la IAG añade un nivel de interacción conversacional que puede emular —al menos en apariencia— ciertos aspectos de una intervención psicológica. Esta capacidad de “conversar” en términos comprensibles para el ser humano plantea una serie de cuestiones, sobre todo en relación con su ética en el contexto clínico.

En el campo de la psicología asistencial, la IA ofrece múltiples posibilidades. Desde herramientas que apoyan a los terapeutas en tareas administrativas, como la transcripción y organización de sesiones, hasta sistemas capaces de reconocer emociones para detectar signos de depresión o ansiedad. Además, puede adoptar la forma de chatbots terapéuticos basados en principios de la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), que permiten a los pacientes acceder a recursos de apoyo emocional entre sesiones, en momentos en que el o la profesional de la psicología no está disponible (Luxton, 2014; Schueller y Morris, 2023; Amann et al., 2023; Raile, 2024).

Sin embargo, el potencial de la IAG para transformar la práctica profesional va de la mano con ciertas dudas o preocupaciones. ¿Hasta qué punto estas herramientas están basadas en técnicas psicológicas probadas y respaldadas por estudios científicos? ¿Son realmente soluciones útiles, o solo representan un “hype” comercial sin un fundamento clínico sólido? ¿Qué herramientas existen realmente en el mercado a fecha actual? ¿Son realmente fiables?

Objetivo

El objetivo de este estudio es explorar las herramientas basadas en IA disponibles a fecha actual a nivel mundial en el ámbito de la psicología asistencial. Analizando cómo se integran en terapia y como interactúan con el profesional o el paciente. Con un enfoque comparativo, se examinan diferentes productos en términos de funcionalidad, respaldo científico y gestión de la privacidad de la información. A través de este análisis, se busca comprender qué tareas puede realizar la IA en la práctica profesional, evaluando hasta qué punto estas herramientas están fundamentadas en evidencia científica, si están muy extendidas o cómo gestionan la privacidad de los datos sensibles. Además, el estudio pretende arrojar luz sobre el impacto potencial de estas tecnologías en el rol

de los profesionales de la psicología, planteando interrogantes sobre la transformación de sus funciones en el contexto de un 'boom' de la IA.

Metodología

Para realizar este estudio, se llevó a cabo un análisis observacional centrado en seleccionar y evaluar herramientas de IA aplicadas a la psicología asistencial. Se empezó con un análisis de mercado a nivel mundial para identificar herramientas que pudieran ser útiles en el ámbito psicológico. Inicialmente se identificaron 54 herramientas, de las cuales 35 se descartaron (aproximadamente un 65%) por no cumplir criterios básicos, como (a) que fueran productos tecnológicamente maduros, (b) que realmente estuvieran basados en IA o (c) que desempeñaran un rol claro en el apoyo a la práctica asistencial. En De la Fuente y Armayones (2024b) se pueden encontrar todos los detalles de la búsqueda de herramientas.

Después de esta primera fase, se seleccionaron 12 herramientas que cumplían los requisitos, y se les realizó un análisis más detallado. En estas herramientas se evaluaron, entre otras características, si estos productos estaban muy extendidos entre los psicólogos y pacientes, que tipo de tareas podían realizar en psicología asistencial, si contaban con respaldo científico o que hacían con la información recogida en consulta. Para obtener la información necesaria, recurrimos únicamente a fuentes públicas basadas principalmente en las webs oficiales de los productos.

Por último, se llevó a cabo un análisis comparativo o benchmarking para contrastar las herramientas seleccionadas entre sí.

En cuanto a su origen, los 12 productos analizados provienen de diferentes países, siendo Estados Unidos y Reino Unido los más representados. Además, se seleccionaron dos productos desarrollados en España. En la [Tabla 1](#) se pueden consultar los 12 productos junto con su país de origen y una descripción de los productos analizados.

Resultados

Rol de la IA en Terapia

Al analizar las herramientas basadas en IA en el contexto terapéutico, se identifican tres roles principales que nos permitieron categorizar las herramientas: administrativo, ayudante o colaborador del profesional y seguimiento del paciente. Cada uno de estos roles cumple funciones específicas que permiten a la IA ayudar al psicólogo en su práctica diaria. En la [Tabla 2](#), se puede encontrar un resumen de las tareas que puede realizar la IA en cada uno de los roles.

Rol Administrativo

En su rol administrativo, la IA ayuda al psicólogo realizando funciones rutinarias, como la programación y planificación de citas. Además, algunas herramientas ofrecen la capacidad de grabar, resumir y transcribir las sesiones, o gestionar los registros clínicos de los pacientes. En este rol, la IA vendría a ser como un técnico que hubiera en el gabinete y realizase tareas administrativas, o cual inicialmente permite al psicólogo dedicar más tiempo a sus pacientes. En esta categoría podemos encontrar a productos como *Eholo*, *Mentalyc* o *Texta AI*.

Tabla 1
Herramientas Analizadas

Herramienta	País	Descripción
<i>Aimentia</i>	España	Plataforma de salud mental que usa IA para apoyar a profesionales y pacientes en el diagnóstico, tratamiento y seguimiento de trastornos mentales (<i>Aimentia, 2023</i>)
<i>Cass</i>	Estados Unidos	Asistente de bienestar mental que utiliza IA para ofrecer apoyo mediante mensajes de texto. En caso de riesgo conecta con psicólogo. +30M usuarios (<i>Cass, s.f.</i>)
<i>Censeo</i>	Reino Unido	Herramienta basada en IAG para evaluar y tratar varios trastornos como DEP, TAG, TEPT o TOC. + 5.500 psicólogos (<i>Censeo, 2024</i>)
<i>Eholo</i>	España	Plataforma para psicólogos que ofrece un sistema integral para gestionar la práctica clínica (agenda, documentación, transcripciones...) + 10.000 psicólogos (<i>Eholo, 2024</i>)
<i>Jobot</i>	Australia	Chatbot basado en IAG que brinda apoyo psicológico personalizado. Utiliza técnicas de TCC para manejar estrés y ansiedad (<i>Jobot, 2018</i>)
<i>Limbic</i>	Reino Unido	Herramienta que colabora con los terapeutas en la evaluación, tratamiento y seguimiento de pacientes. Implantado en un 40% del NHS(UK) (<i>Limbic, 2024</i>)
<i>Lyssn</i>	Estados Unidos	Plataforma tecnológica que utiliza inteligencia artificial para mejorar la calidad de la psicoterapia mediante retroalimentación y análisis automatizados (<i>Lyssn, 2024</i>)
<i>Mentalyc</i>	Estados Unidos	Software de IA diseñado para ayudar a los psicoterapeutas a transcribir sesiones y generar notas de progreso de manera eficiente y conforme a HIPAA (<i>Mentalyc, 2024</i>)
<i>Texta AI</i>	Estonia	Ayuda a terapeutas a escribir notas de sesión, informes y planes de tratamiento. También puede generar materiales personalizados para clientes (<i>Texta, 2024</i>)
<i>Youper</i>	Estados Unidos	Chatbot de salud mental que utiliza técnicas de TCC para ayudar a gestionar la ansiedad y la depresión. Ofrece apoyo y mejorar la salud mental mediante conversaciones guiadas por IAG. +1M usuarios (<i>Youper, 2023</i>)
<i>Wysa</i>	India	Chatbot con IAG que brinda apoyo emocional y herramientas para personas con estrés, ansiedad o depresión. Utiliza técnicas de TCC y MFN. +6 M usuarios (<i>Wysa, 2023</i>)
<i>Woebot</i>	Estados Unidos	Chatbot conversacional soportado por IAG. Orientado a pacientes que buscan apoyo y con síntomas estrés, ansiedad o depresión. Basado en TCC y MFN. 1.5M usuarios (<i>Woebot Health, 2024</i>)

Rol de Ayudante o Colaborador del Psicólogo

En el rol de ayudante o colaborador, la IA va más allá de las tareas administrativas para apoyar activamente al psicólogo en el proceso clínico, ayudando al psicólogo en el análisis de la información del paciente o incluso en la toma de decisiones. Estas herramientas pueden analizar cuestionarios, identificar patrones de comportamiento y hasta colaborar en el diagnóstico. En otras palabras, aquí la IA actúa como una especie de “aprendiz” o “asistente clínico” que apoya al psicólogo aportándole información adicional y sugiriéndole posibles intervenciones.

Tabla 2
Roles de la IA en Psicología Asistencial

Rol	Tareas que realiza	Herramientas comerciales
Administrativo	Planificación y programación de visitas Grabación de sesiones y generación de resúmenes Gestión de los registros clínicos y contabilidad	<i>Eholo, Texta AI, Mentalyc</i>
Ayudante del Psicólogo	Análisis de respuestas a cuestionarios Identificación de patrones de comportamiento Asistencia en identificación de diagnósticos Sugerencia de intervenciones terapéuticas Supervisión en colaboración con el psicólogo Monitorización y ajuste de tratamiento Consulta a bases de datos de técnicas actualizadas Retroalimentación al psicólogo	<i>Lyssn, Censeo, Limbic, JoBot, Aimentia</i>
Seguimiento del Paciente	Preparación con el paciente de futuras sesiones Seguimiento del paciente entre sesiones Chatbots para dar apoyo emocional, TCC Recursos y herramientas educativas	<i>Censeo, Limbic, JoBot, Aimentia, Cass, Woebot, Wysa, Youper</i>

Un ejemplo es *Lyssn*, una herramienta que analiza las respuestas de los pacientes a través de cuestionarios, detectando patrones que pueden reflejar problemas emocionales o trastornos específicos. También encontramos a *Limbic*, que ayuda al terapeuta a monitorizar el progreso del paciente a lo largo del tratamiento, proponiendo ajustes en función de los cambios observados. Otra herramienta en esta categoría es *Aimentia*, que proporciona sugerencias de intervenciones basadas en bases de datos actualizadas, y ofrece retroalimentación continua al psicólogo. Con estas herramientas, la IA se convierte en un colaborador que permite al psicólogo realizar un seguimiento más preciso y adaptar mejor las terapias a las necesidades del paciente.

Seguimiento del Paciente

El rol de seguimiento del paciente es donde la IA toma un papel más autónomo, ayudando a mantener la continuidad del tratamiento entre las sesiones presenciales. Estas herramientas proporcionan a los pacientes recursos que pueden utilizar en su día a día. Este tipo de IA incluye tareas como el envío de recordatorios, monitorización de síntomas y la posibilidad de interactuar con chatbots terapéuticos.

Por ejemplo, *Woebot*, *Wysa* o *Youper* son chatbots que emplean técnicas de Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) para apoyar emocionalmente a los pacientes en momentos de estrés o ansiedad. Estas aplicaciones ofrecen ejercicios y técnicas que los pacientes pueden practicar cuando lo necesiten. Este tipo de apoyo constante ayuda a que los pacientes se sientan acompañados en su proceso de mejora, incluso fuera de las sesiones, y permite al psicólogo observar de manera más clara la evolución del paciente entre consultas.

En conjunto, estos roles muestran cómo la IA puede complementar y potenciar la labor del psicólogo, permitiéndole delegar tareas administrativas, recibir apoyo en el análisis clínico y ofrecer un seguimiento continuo al paciente. Lejos de reemplazar al profesional, la IA actúa como una herramienta de apoyo que facilita una atención más personalizada y eficiente para el paciente.

Número de Clientes Actuales

El análisis revela que, a fecha actual, muchas de estas soluciones están logrando un amplio uso de las mismas en profesionales y pacientes. Según se muestra en la [Tabla 3](#), la antigüedad y el número de usuarios que utilizan cada herramienta varía según el rol que desempeñan, pero a nivel general va en aumento.

En el rol administrativo, por ejemplo *Eholo*, un producto español cuenta con más de 10,000 psicólogos que lo están utilizando, lo cual indica una buena aceptación entre profesionales que buscan optimizar la parte organizativa de su práctica. Por otro lado, las herramientas en el rol de ayudante del psicólogo, como *Censeo* y *Limbic*, también tienen una amplia adopción. *Limbic* está implantada en aproximadamente el 40% de las clínicas del NHS en el Reino Unido, lo que demuestra su alto impacto. Estas herramientas están diseñadas específicamente para apoyar al terapeuta en la evaluación y seguimiento de los pacientes. Finalmente, en el rol de seguimiento del paciente, las herramientas dirigidas directamente al usuario final —como *Woebot* o *Wysa*— tienen una base de usuarios considerablemente alta; millones de pacientes en Estados Unidos ya las están utilizando.

En conjunto, estos datos reflejan una creciente adopción de herramientas de IA en el ámbito de la psicología asistencial, tanto por profesionales como por pacientes. Esta tendencia sugiere que el uso de la IA en la práctica psicológica podría consolidarse en los próximos años.

Evidencia Científica

Dado que la psicología es una disciplina basada en la evidencia, contar con respaldo científico es fundamental para la incorporación de nuevas herramientas tecnológicas en la práctica clínica. Para evaluar la solidez científica de cada herramienta de IA, analizamos dos aspectos: (a) si en el diseño de la herramienta habían participado psicólogos y (b) las entradas disponibles en *Google Scholar*. En la [Tabla 3](#) se muestran los datos para cada herramienta.

Las herramientas en el rol administrativo, como *Eholo*, *Texta AI* y *Mentalyc*, no presentan estudios académicos, lo cual es comprensible dado que su función es principalmente organizativa y de gestión, sin intervenir en el proceso terapéutico. En este caso, para su comparación se han empleado como indicador el grado de satisfacción de los profesionales.

En el rol de ayudante del psicólogo, herramientas como *Lyssn* y *Limbic* destacan por su respaldo científico, con múltiples estudios publicados (97 entradas para *Lyssn* y 12 para *Limbic*). Esto es lógico, ya que están diseñadas para apoyar en el diagnóstico y el seguimiento clínico, áreas donde la precisión científica es importante.

En cuanto al seguimiento del paciente, la mayoría de las herramientas —como *Woebot*, *Wysa* y *Youper*— cuentan con un alto volumen de estudios que validan su uso, especialmente al aplicar técnicas como la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC). Esto refuerza su utilidad, ya que están en contacto directo con los pacientes y necesitan garantizar la seguridad y eficacia de sus intervenciones.

Seguridad y Privacidad de la Información

Según el estudio de [De la Fuente et al. \(2024a\)](#), una de las mayores preocupaciones de los psicólogos al introducir la IA en la terapia es garantizar la privacidad de la información en el contexto terapéutico. Esta área es especialmente relevante dado que los datos recogidos en terapia son altamente sensibles, y cualquier brecha de información podría comprometer el vínculo terapéutico y el propio código deontológico de la profesión.

Las herramientas analizadas en este estudio son de pago, generalmente mediante suscripción, y en su mayoría informan a los usuarios sobre la privacidad de la información en la contratación. Para evaluar cómo cada herramienta maneja la privacidad, se desarrolló unos criterios para evaluar la seguridad (ver [Tabla 4](#)). Esta lista de criterios incluye aspectos como si cumple con la ley de protección de datos (GDPR en Europa), o si se solicita un consentimiento explícito por parte del cliente para recoger información, si informan que tipo de información recogen y el tiempo que los retienen antes de eliminarlos, o si enmascaran o cifran la información recogida. Esta *checklist* permitió establecer una evaluación uniforme de la seguridad en cada herramienta.

Los resultados del análisis varían según el rol que desempeña cada herramienta. En el rol de seguimiento del paciente, casi todas las herramientas cumplen con los indicativos de seguridad. Esto tiene sentido, dado que interactúan directamente con los pacientes y gestionan información sensible en el contexto de la terapia. Herramientas como *Woebot*, *Wysa* o *Youper* han implementado medidas claras de protección de datos, asegurando que la información personal de los usuarios se maneje de acuerdo con normativas de privacidad.

Tabla 3
Evidencia Científica y Grado de Adopción

Rol	Herramienta	Años en Mercado	Numero Usuarios	Grupo Psicólogos	Entradas Google Scholar
Administrativo	<i>Eholo</i>	3	+ 10.000	Si	0
	<i>Texta AI</i>	5	n.e.	No	0
	<i>Mentalyc</i>	3	n.e.	No	1
Ayudante del Psicólogo	<i>Censeo</i>	4	+ 5.500	Si	3
	<i>Lyssn</i>	7	Alto	Si	97
	<i>Limbic</i>	3	+ 40% NHS	Si	12
	<i>JoBot</i>	6	n.e.	No	1
	<i>Aimentia</i>	4	n.e.	Si	4
Seguimiento del Paciente	<i>Cass</i>	n.e.	30M	Si	160
	<i>Woebot</i>	5	+ 1.5M	Si	2.330
	<i>Wysa</i>	7	+ 6M	Si	1.110
	<i>Youper</i>	7	+ 1M	No	292

Tabla 4
Criterios para la Evaluación de la Privacidad de la Información

Evaluación	Descripción
Cumplimiento Normativo	¿Cumple con e GDPR (Europa), o con leyes similares como CCPA en California?
Transparencia y Consentimiento	¿Informa a los usuarios sobre qué datos se recopilan, y cómo se utilizarán? ¿Obtiene el consentimiento explícito de los usuarios?
Tipos de Datos Recopilados	¿Qué tipo de datos personales recoge el producto? ¿Hay una justificación válida para la recopilación de cada tipo de dato?
Medidas de Seguridad	¿Se emplean técnicas como cifrado de datos, anonimización o para aumentar la seguridad?
Acceso y Control de Datos por Parte del Usuario	¿Pueden los usuarios acceder fácilmente a sus datos personales para revisarlos o actualizarlos?
Política de Retención de Datos	¿Cuál es la política de retención de datos del producto?
Compartición de Datos con Terceros	¿Comparte el producto datos con terceros? En caso afirmativo, ¿quiénes son esos terceros y por qué necesitan acceso a esos datos?

En el rol de ayudante del psicólogo, se observó cierta variabilidad. Herramientas como *Limbic*, *Lyssn* y *Aimentia* sí detallan cómo gestionan la información y cumplen con los criterios de seguridad, lo que refuerza su fiabilidad en términos de privacidad. Sin embargo, otras herramientas de esta categoría muestran menos claridad en sus políticas, lo cual es una barrera para su adopción.

Finalmente, en el rol administrativo, se identificaron las mayores carencias en cuanto a detalles sobre la gestión de la información. Aunque herramientas como *Eholo* y *Texta AI* indican que cumplen con las normativas de privacidad en sus páginas web, no aportan suficiente detalle para demostrar de forma clara su cumplimiento. Esto no significa necesariamente que no cumplan con las regulaciones, pero su falta de información puede generar dudas entre los profesionales interesados en implementarlas.

La columna de seguridad en la información en la [Tabla 5](#) muestra el resultado final del análisis en cuanto a la privacidad de cada herramienta. Este resumen permite visualizar de manera rápida cuáles cumplen con los requisitos de privacidad y cuáles presentan áreas de mejora.

En conjunto, estos resultados resaltan la importancia de que las herramientas de IA en psicología cumplan con altos estándares de privacidad y seguridad de la información. Si bien muchas de las herramientas orientadas al seguimiento del paciente ya aplican políticas de protección de datos, la falta de transparencia en algunos

Tabla 5
Benchmarking Herramientas IA

Rol		Cobertura funcional	Grado Adopción	Evidencia Científica	Privacidad información	Score
Administrativo	<i>Eholo</i>	●	●	●	○	★★★
	<i>Mentalyc</i>	○	○	○	●	★★
	<i>Texta AI</i>	●	○	○	○	★
Ayudante del Psicólogo	<i>Lyssn</i>	●	●	●	●	★★★★
	<i>Limbic</i>	●	●	●	●	★★★★
	<i>Aimentia</i>	●	○	○	●	★★★
	<i>Censeo</i>	●	●	○	●	★★★
	<i>JoBot</i>	○	○	○	○	★★
Seguimiento del Paciente	<i>Woebot</i>	●	●	●	●	★★★★★
	<i>Wysa</i>	●	●	●	●	★★★★
	<i>Youper</i>	●	●	●	●	★★★★
	<i>Cass</i>	●	●	●	○	★★★

productos sugiere que la privacidad sigue siendo un reto a abordar. Dado el carácter sensible de los datos tratados en el contexto terapéutico, garantizar la confidencialidad no solo es esencial para proteger al paciente, sino también para preservar la confianza y el cumplimiento del código deontológico de la profesión.

Benchmarking de la IA en Psicología

Para proporcionar una visión comparativa de las herramientas IA en psicología asistencial, se realizó un benchmarking agrupando las herramientas por el rol que desempeñan. Este análisis se basó en cuatro parámetros: cobertura funcional, grado de adopción, evidencia científica y privacidad de la información. Estos criterios nos permitieron evaluar la utilidad y el cumplimiento de cada herramienta en relación con las necesidades específicas de cada rol.

En la [Tabla 5](#) se pueden ver los resultados detallados. Dentro de cada categoría de rol, algunas herramientas destacan como líderes en su área.

Gestión Administrativa: *Eholo* es la herramienta más destacada en esta categoría debido a su amplia cobertura funcional. Sin embargo, su valoración en privacidad de la información es limitada.

Ayudante o Colaborador del Psicólogo: En esta categoría, *Lyssn* y *Limbic* compiten por el primer lugar. Ambas herramientas muestran altas calificaciones en todos los parámetros, incluyendo evidencia científica y adopción. Esto sugiere que ambos productos son opciones sólidas para apoyar al psicólogo en la evaluación y seguimiento clínico, con un enfoque validado científicamente.

Seguimiento de Pacientes: En la categoría de seguimiento del paciente, *Woebot* se destaca como la herramienta mejor valorada. *Woebot* muestra excelencia en todos los criterios evaluados, incluyendo una sólida base de evidencia científica y una política de privacidad bien estructurada, lo cual es crucial dado que interactúa directamente con los pacientes.

En resumen, el benchmarking realizado permite identificar las herramientas de IA mejor valoradas en cada rol de la práctica asistencial, ofreciendo a los psicólogos una guía útil para seleccionar la opción que mejor se ajuste a sus necesidades y contexto profesional. Mientras que *Eholo* destaca en gestión administrativa, *Lyssn* y *Limbic* lideran en el apoyo al psicólogo, y *Woebot* es el referente en el seguimiento de pacientes.

Por último, cabe mencionar que en este artículo se ha presentado un resumen de las herramientas. El análisis completo puede consultarse en [De la Fuente y Armayones \(2024b\)](#).

Discusión

Este estudio proporciona una visión actual del uso de herramientas basadas en IA en la psicología asistencial, pero presenta algunas limitaciones las cuales deben tenerse en cuenta. En primer lugar, el análisis es una "foto fija en movimiento", ya que el desarrollo de estas herramientas avanza rápidamente, lo cual introduce limitaciones temporales. Los datos de estas herramientas fueron recogidos entre los meses de mayo y junio de 2024. Además, el estudio no cubre el mercado completo, lo que puede introducir sesgos, especialmente considerando que se enfocó únicamente en el ámbito asistencial, donde, según Santolaya (2003), trabaja aproximadamente un 70% de los profesionales de la psicología en el contexto español.

Una limitación adicional es que el filtro inicial de selección de herramientas fue definido por el equipo investigador, lo cual introduce un criterio subjetivo en la selección. En estudios futuros, sería valioso que los colegios profesionales de psicología participaran en la definición de los "mínimos" esperables de estas tecnologías, asegurando así criterios consensuados y alineados con la ética y las buenas prácticas de la profesión.

Por otro lado, este análisis se basó en la información publicada en las webs de los productos, que podría no ser completamente objetiva o exhaustiva. Tampoco se analizaron en detalle los tipos de estudios científicos que respaldan cada herramienta, lo cual limita la capacidad para valorar su solidez científica específica.

De cara al futuro, un estudio similar debería ampliarse a otros ámbitos de la psicología, como la psicología educativa u organizacional, donde es probable que existan también herramientas de IA en expansión. Extender este tipo de análisis permitiría entender mejor el alcance de estas tecnologías en contextos diversos, brindando una visión integral de cómo la IA está transformando la psicología en su conjunto.

Conclusiones

El análisis realizado muestra que, aunque una mayoría de herramientas de IA en psicología asistencial no supera un filtro inicial de selección (aproximadamente el 65%), existe un segmento de productos bien establecidos y en expansión, especialmente en Estados Unidos y Reino Unido. Estos productos provienen en su mayoría de empresas con una trayectoria de entre 5 y 10 años, respaldadas por inversiones importantes. Herramientas como *Limbic*, implementada en un 40% de las clínicas del NHS en el Reino Unido, o el chatbot *Woebot*, que cuenta con 1.5 millones de usuarios, destacan por su nivel de adopción y por ofrecer funcionalidades que complementan el trabajo del psicólogo.

En general, las herramientas evaluadas funcionan como un complemento a la labor terapéutica, reforzando la asistencia psicológica sin reemplazar la figura del profesional. Muchas de estas herramientas cuentan con equipos de psicólogos en su desarrollo y respaldo en estudios científicos. Además, los productos de pago suelen ofrecer garantías contractuales que refuerzan la seguridad y la privacidad de la información del paciente. La adopción generalizada de estas tecnologías sugiere una transformación profunda en la psicología asistencial durante los próximos años, abriendo nuevas oportunidades para optimizar el tratamiento terapéutico.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran que no existe ningún potencial conflicto de interés relacionado con el artículo.

Financiación

El presente trabajo no recibió financiación específica de agencias del sector público, comercial o de organismos no gubernamentales.

Referencias

- Aimentia. (2023). Aimentia Health. <https://www.aimentia.com/>
- Amann, J., Vayena, E., Ormond, K. E., Frey, D., Madai, V. I., y Blasimme, A. (2023). Expectations and attitudes towards medical artificial intelligence: A qualitative study in the field of stroke. *PLOS ONE*, 18(1), e0279088. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0279088>
- Cass. (s.f.). Cass: AI mental health assistant. <https://www.cass.ai/>
- Censo. (2024). Mental health assessment tool. <https://www.psyomics.com/>
- Eholo. (2024). Eholo: Soluciones de salud digital. <https://eholo.health/es>
- Fuente Tambo, D. de la, Iglesias Moreno, S., y Armayones Ruiz, M. (2024a). *Barriers and enablers for generative artificial intelligence in clinical psychology: A qualitative study based on the COM-B and Theoretical Domains Framework (TDF) models*. Research Square. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-5309244/v1>
- Fuente Tambo, D. de la, y Armayones Ruiz, M. (2024b). *Benchmarking de la Inteligencia Artificial Generativa (IAG) como soporte a la Psicología Asistencial*. <https://openaccess.uoc.edu/handle/10609/150767>
- Jobot. (2018). Online psychologists. <https://jobot.ai/online-psychologists.html>
- Limbic. (2024). Limbic: AI for mental health. <https://www.limbic.ai/>
- Luxton, D. D. (2014). Artificial intelligence in psychological practice: Current and future applications and implications. *Professional Psychology: Research and Practice*, 45(5), 332-339. <https://doi.org/10.1037/a0034559>
- Lyssn. (2024). Lyssn: AI for behavioral health and human services. <https://www.lyssn.io/>
- Mentalyc. (2024). Mentalyc: AI psychotherapy progress notes. <https://www.mentalyc.com/>
- NerdyNav. (2024, January 5). Generative AI Statistics. <https://nerdynav.com/generative-ai-statistics/>
- Purohit, A. (2023, July 25). AI, ML, DL, and generative AI face off: A comparative analysis. Synoptek. <https://www.synoptek.com/insights/it-blogs/data-insights/ai-ml-dl-and-generative-ai-face-off-a-comparative-analysis/>
- Raile, P. (2024). The usefulness of ChatGPT for psychotherapists and patients. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-8. <https://doi.org/10.1057/s41599-023-02567-0>
- Ribera, M., y Díaz Montesdeoca, O. (2024). *ChatGPT y educación universitaria. Posibilidades y límites de ChatGPT como herramienta docente*. Editorial Octaedro. <https://doi.org/10.36006/15224-1>
- Santolaya Ochando, F. (2003). Editorial. *Papeles del Psicólogo*, 24(86).
- Schuller, S. M., y Morris, R. R. (2023). Clinical science and practice in the age of large language models and generative artificial intelligence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 91(10), 559-561. <https://doi.org/10.1037/ccp0000848>

Texta (2024). AI writing assistant for health psychologist. <https://texta.ai/ai-writing-assistant/therapy/health-psychologist>

Youper. (2023). Youper: AI for mental health care. <https://www.youper.ai/>

Woebot Health. (2024). Woebot: Scalable mental health solutions. <https://woebohealth.com/>

Wysa. (2023). Wysa: Everyday mental health support. <https://www.wysa.com/>