

Salud mental e inteligencia artificial aliados poderosos para lograr la inclusión

La salud mental es un derecho humano fundamental y es uno de los elementos más relevantes para lograr una verdadera inclusión, sobre todo en un mundo conectado y digital. La IA ha llegado para fortalecer el diagnósticos y prevención de los trastornos mentales.

Los problemas de salud mental serán la principal causa de discapacidad en el mundo para 2030 de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS). Esta cifra nos plantea reflexiones imprescindibles: ¿Estamos dando la prioridad necesaria a la salud mental? ¿Las acciones e iniciativas que se están utilizando para afrontar retos como el incremento de los trastornos mentales en la población, son las idóneas para favorecer el desarrollo integral? ¿Realmente estamos favoreciendo la inclusión de todas las personas en un mundo hiperconectado y digital, que requiere que nos adaptemos a mayor velocidad?

Los desafíos presentados en años recientes mostraron la relevancia de la salud mental. Los trastornos mentales son muy frecuentes a nivel mundial, una de cada ocho personas en el mundo padece alguno según la OMS (2023)¹ y a un año del anuncio del fin de la emergencia sanitaria por la pandemia de COVID-19 se siguen observando consecuencias en la salud de millones de personas, debido al importante incremento de los trastornos de ansiedad y depresión.

En un momento de grandes avances tecnológicos, constantes descubrimientos y una gran disponibilidad de información, es indispensable que las personas, instituciones, organizaciones de la sociedad civil, iniciativa privada y gobiernos, atendamos al llamado de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) para la creación de un Pacto Digital Global, cuyo propósito es articular una visión común de un futuro digital abierto, libre, seguro y centrado en el ser humano para construir sociedades más inclusivas y equitativas.

La salud mental, además de ser un derecho humano fundamental, es sin duda indispensable para lograr la inclusión, por ello es importante que se considere dentro del Pacto Digital Global. Se beneficiará a millones de personas con trastornos mentales que enfrentan retos como la discriminación y falta de acceso a servicios de salud mental de calidad, además se impulsará el aprovechamiento de todas sus habilidades y el desarrollo e integración en todos los ámbitos de su vida.

Al igual que como ocurre con la brecha digital, donde dos terceras partes de la población mundial siguen sin conexión a internet como lo señala la ONU (2023)², el acceso a la salud mental para las personas que se encuentran en poblaciones alejadas y marginadas es también complejo para la gran mayoría. Las cifras muestran que alrededor del 50 por ciento de las personas a nivel mundial vive en países en los que solo hay un psiquiatra por cada 200 mil habitantes (OMS, 2022: 4)³.

La salud mental es sin duda

indispensable para lograr la inclusión, por ello es importante que se considere dentro del Pacto Digital Global

Aunado a la poca inversión y presupuesto destinado por los países a este rubro de la salud, existen muchos mitos, estigmatización y tabús en la población, donde prefieren vivir con los síntomas y consecuencias de un problema de salud mental antes que tener que enfrentarse a la discriminación por aceptar que sufren malestares o alteraciones en sus pensamientos, emociones o conductas que no pueden atribuirse a una enfermedad que puede observarse a simple vista.

Por ello, se requiere aprovechar los beneficios y las enormes oportunidades que ofrecen las Tecnologías de la Información y la Comunicación así como la inteligencia artificial (IA) para contribuir a favorecer la salud mental y el logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Concretamente el Objetivo 3, el cual se enfoca en garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades. Para lograrlo incluye dentro de sus metas la cobertura sanitaria universal, el acceso a servicios de salud esenciales, así como la importancia para trabajar en la prevención y tratamiento de enfermedades no transmisibles.

La IA ofrece grandes ventajas para mejorar los servicios de salud mental, si cuenta con los ejes rectores de la ética y los derechos humanos, para su diseño y aplicación. Es una herramienta que permite obtener un conocimiento más detallado como síntomas, diagnóstico, comorbilidad y prevalencia de los problemas de salud mental, así como la efectividad de los medicamentos y terapias a través del análisis de una enorme cantidad de datos en pocos segundos.

La OMS (2021) señala que la IA puede utilizarse “para mejorar la velocidad y la precisión del diagnóstico y la detección de enfermedades; facilitar la atención clínica; reforzar la investigación en el ámbito de la salud y el desarrollo de medicamentos, y apoyar diversas intervenciones de salud pública, como la vigilancia de la morbilidad, la respuesta a los brotes y la gestión de los sistemas de salud”⁴.

La aplicación de la IA puede ayudar a facilitar el diagnóstico y unificar criterios de los problemas de salud mental. Por ejemplo, Pascual-Castroviejo (2008) señaló cómo la prevalencia del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad (TDAH), identificado como uno de los problemas de salud mental del neurodesarrollo más frecuentes de la niñez, donde los menores presentan un patrón persistente de inatención y/o hiperactividad e impulsividad, se ubicaba en entre 4 por ciento y 6 por ciento y pasó a cifras alrededor de 20 por ciento, mientras que los estudios epidemiológicos conservadores situaban la prevalencia en 10 por ciento. Estas importantes discrepancias en la prevalencia del TDAH se debieron a las diferencias en los criterios diagnósticos utilizados en los países. Pascual-Castroviejo señala, por ejemplo, que las pruebas valorativas europeas son más restrictivas que las americanas.

Además, es importante considerar si existe un subdiagnóstico o sobrediagnóstico en las diferentes regiones del mundo, la prevalencia de trastornos mentales en niños, niñas y adolescentes de 10 a 19 años a nivel mundial es de 13.8 por ciento para niños y 12.5 por ciento para niñas (UNICEF, 2019: 36), pero en la región de América del Norte es de 18.6 por ciento y 16.3 por ciento respectivamente. Este fenómeno lo podemos atribuir a diferentes variables que pueden estar interviniendo como el acceso a los servicios de salud mental, la asequibilidad de los servicios para la mayoría de la población, el índice de pobreza, el nivel educativo, los tabús o, como lo mencionábamos en párrafos anteriores, la rigurosidad en la aplicación de criterios

diagnósticos y pruebas evaluativas.

El diagnóstico de los problemas de salud mental es uno de los pasos más relevantes y como lo hemos visto complejo, desde la unificación de criterios, hasta el acceso y asequibilidad de los servicios. El diagnóstico oportuno, adecuado y preciso permitirá en segunda instancia el tratamiento e intervención eficaz.

Para poder realizar un diagnóstico, los profesionales de la salud mental requieren contar con la preparación y estudios especializados, conocer a profundidad la clasificación, síntomas y características de los trastornos mentales, emplear su experiencia en el ámbito clínico, gran habilidad para realizar la entrevista clínica, aplicar de forma correcta las pruebas psicológicas, así como una adecuada evaluación de las mismas. Además, es necesario que logre identificar las diferentes causas, ya que son varios los factores que pueden desencadenar un trastorno, como los biológicos, genéticos, familiares, sociales y estructurales. La aplicación de la IA puede transformar este proceso y lograr que los diagnósticos de los problemas de salud mental sean más precisos, identificando con mayor rapidez y precisión signos y síntomas.

El diagnóstico utilizando como herramienta a la IA, se beneficia de los algoritmos de aprendizaje automático, la historia clínica del paciente podrá procesarse y analizarse identificando el motivo de consulta, comorbilidad, síntomas actuales, historia médica, entorno familiar, social, laboral del paciente y diversos datos clínicos para identificar los problemas de salud mental del paciente.

Al utilizar la IA para evaluar la entrevista clínica del paciente y los resultados de las pruebas psicológicas en conjunto, se podrá obtener una predicción de posibles diagnósticos con estimaciones de probabilidad, brindando con ello, una orientación más certera a los profesionales de la salud mental. Es decir, que tendremos una importante optimización del proceso de diagnóstico diferencial con datos de apoyo y estimaciones de probabilidad proporcionados por la IA, evitando que el proceso tome tiempo valioso que podría utilizarse en el tratamiento del paciente, asimismo se podrán disminuir los diagnósticos errados.

La IA ofrece grandes ventajas para mejorar los servicios de salud mental

A pesar de que estamos utilizando de forma incipiente a la IA en los problemas de salud mental, ha demostrado ser una herramienta poderosa y gran aliada para realizar diagnósticos tempranos y certeros. En la investigación de Nida S. K, Muhammad S. G. y Gulnaz A. (2021) se observa cómo lograron detectar síntomas de ansiedad con una precisión de 92 por ciento a través de un método basado en el Reconocimiento de Actividad Humana (HAR, por sus siglas en inglés). Para crear el modelo, estos investigadores recogieron un conjunto de datos de conductas y síntomas identificados con el trastorno de ansiedad utilizando sensores de movimiento de teléfonos inteligentes y unidades de medición inercial (IMU).

Este potencial de uso de la IA en sinergia con el Big Data para el análisis de grandes cantidades de datos en milisegundos, ofrecerá información relevante, estadística de morbilidad y comorbilidad de los trastornos mentales para poder comprenderlos, identificar las condiciones de la salud de los pacientes y realizar un diagnóstico en etapas tempranas con el valor agregado que brindará mayor precisión y guía.

La IA no sustituirá la profesión de un psicólogo, psiquiatra o profesional de la salud mental, por el contrario, será y ya ha demostrado que es una gran aliada para el análisis datos predictivos, diagnósticos y para la toma de decisiones en el tratamiento e intervención de los pacientes. Su introducción en la atención de la salud

mental es progresiva, pero ha demostrado su eficacia en el diagnóstico y la prevención, gracias al análisis de grandes cantidades de datos.

Las oportunidades que tenemos en el futuro cercano para aplicación de la IA son inmensas, pero no debemos perder de vista que es la salud de las personas y su bienestar lo que nos rige. Lograremos un avance significativo siempre y cuando se utilice para fortalecer el trabajo de los profesionales de la salud para enfrentar y abordar los retos de la salud mental como la democratización del acceso a los servicios de salud de calidad, mejorar la calidad de los servicios y una mayor accesibilidad de los servicios.

Nida S. K, Muhammad S. G., Gulnaz A. (2021): «ADAM-sense: Anxiety-displaying activities recognition by motion sensors» en *Pervasive and Mobile Computing*, Volume 78, 101485, ISSN 1574-1192. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1574119221001140?via%3Dihub>

OMS. «La OMS publica el primer informe mundial sobre inteligencia artificial (IA) aplicada a la salud y seis principios rectores relativos a su concepción y utilización» en *OMS*. 2021. Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/28-06-2021-who-issues-first-global-report-on-ai-in-health-and-six-guiding-principles-for-its-design-and-use>

OMS. «Informe mundial sobre salud mental. Panorama General» en *OMS*. 2022. Disponible en: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>

OMS. «Día Mundial de la Salud Mental, 10 de octubre de 2023. Nuestra salud mental. Nuestros derechos» en *OMS*. 2023. Disponible en: <https://www.who.int/es/campaigns/world-mental-health-day/2023>

ONU. «La ONU reclama una transformación digital más inclusiva y justa en los países menos desarrollados» en *Naciones Unidas*. 2023. Disponible en: <https://www.un.org/es/desa/la-onu-reclama-una-transformaci%C3%B3n-digital-m%C3%A1s-inclusiva-y-justa-en-los-pa%C3%ADses-menos>

Pascual-Castroviejo, I. «Trastornos por déficit de atención e hiperactividad» en *Asociación Española de Pediatría*. 2008. Disponible en: https://www.acanpadah.org/documents/AEP_-_protocolos_diagnostico_terapeuticos_de_AEP.Nerurologia_pediatrica.pdf

UNICEF (2022): *Estado mundial de la infancia 2021 en mi mente. Promover, proteger y cuidar la salud mental de la infancia*. Nueva York, UNICEF. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/114641/file/SOWC%202021%20Full%20Report%20Spanish.pdf>