

## **"Terapia sin terapeuta": el riesgo de delegar la escucha al mercado de los algoritmos. Desafíos ético-políticos ante el avance de las plataformas de IA en el campo de las psicoterapias**

Andrea Vázquez y Marcelo Clingo

*El aislamiento voluntario, el alejamiento de los demás, es el método de protección más inmediato contra el sufrimiento susceptible de originarse en las relaciones humanas. Es claro que la felicidad alcanzable por tal camino no puede ser sino la de la quietud. Sigmund Freud (El malestar en la cultura, 1930).*

### **Del diván a la pantalla**

El impacto de la inteligencia artificial (IA) ha producido modificaciones al interior de diversas disciplinas, incluyendo la psicología y la práctica psicoterapéutica. La irrupción de la IA ha suscitado interrogantes sobre el futuro de nuestras profesiones y el papel que deben desempeñar las psicólogas y los psicólogos en este nuevo panorama. Mientras que algunos ven en la IA una oportunidad para mejorar el acceso a la atención psicológica, otros advierten sobre el riesgo de deshumanización de la terapia, planteando la necesidad de que las y los profesionales de la psicología intervengan activamente en el diseño de políticas que preserven las incumbencias del ejercicio profesional y la protección de la ciudadanía.

Ray Kurzweil, en su obra *La Singularidad está cerca: cuando los humanos transcendamos la biología* (2005), sugiere que los humanos podrían algún día transferir su inteligencia a las máquinas, lo que plantea un escenario inquietante para el campo de la salud mental. En este contexto han surgido tecnologías como las plataformas de psicoterapia en línea, que se proponen como facilitadoras del acceso a tratamientos en lugares donde los recursos son escasos. Este argumento que se presenta como si se tratara de la defensa del ejercicio de un derecho, esconde un núcleo mercantil y engañoso. La escasez de recursos puede significar que existen barreras de accesibilidad o inequidad en el acceso a tratamientos. La oferta de psicoterapias en línea no solo no le daría solución al supuesto problema de la escasez de recursos sino que en su misma formulación introduce la posibilidad de que se oferte una psicoterapia omitiendo la presencia de un ser humano.

Configura un engaño: ofrece un intercambio que simula una conversación, por lo tanto deshumanizada sin responsabilidad ética, y no resuelve la inequidad del acceso a tratamiento.

### **El auge de la IA: ¿una herramienta o un engaño?**

Los posibles alcances de la IA representan una de las cuestiones filosóficas y civilizatorias más importantes de nuestro tiempo. Sin embargo, aún hoy la comunidad científica no ha explorado debidamente la magnitud de las mencionadas transformaciones.

(...) lo que está dado a realizarse es más bien una "singularidad ontológica" que redefine de cabo a rabo la figura humana, su estatuto, sus poderes, sus derechos, que hasta ese momento, se suponía, garantizarían a todos la posibilidad de su libertad y de su plenitud. (Sadin, 2020, p.34).

El debate sobre el uso de IA en psicoterapia tomó relevancia en Argentina en 2023 con la aparición de la plataforma CUX, diseñada para ofrecer asistencia psicológica mediante algoritmos automatizados. Este caso generó un intenso debate sobre la ética y la eficacia de la IA en la atención psicológica. Las críticas, especialmente de colegios profesionales y expertos, se centraron en la incapacidad de la plataforma para establecer un vínculo terapéutico, considerado como el núcleo de cualquier proceso psicoterapéutico eficaz<sup>1</sup>. El problema radica en que plataformas como CUX, al presentarse como alternativas a la terapia humana, engañan a los usuarios. La falta de transparencia sobre las limitaciones de la IA es alarmante, ya que la ausencia de un ser humano en el proceso terapéutico compromete la esencia misma de tratamiento. Al promover la idea de que una IA puede reemplazar al terapeuta, se refuerza una falacia: que es posible la deshumanización de la psicoterapia. Se vuelve urgente contar con un marco regulatorio para garantizar que estos servicios cumplan con estándares profesionales y éticos.

### **La incapacidad de la IA para establecer el vínculo terapéutico**

El vínculo terapéutico es la base relacional sobre la cual se construye la eficacia del proceso. Independientemente del enfoque teórico desde el cual se lea, este vínculo es esencial; sin él, no puede existir terapia. En el psicoanálisis, por ejemplo, el vínculo se entiende como la relación entre el terapeuta y el paciente, mediada por componentes conscientes e inconscientes que permiten al paciente proyectar sentimientos y expectativas. Este proceso es vital para la elaboración de conflictos emocionales. En las terapias cognitivo-conductuales, el vínculo también es importante, aunque se enfoca en la relación colaborativa y de confianza que se establece entre el terapeuta y el paciente. La empatía y la autenticidad del terapeuta son cruciales para que el paciente se sienta apoyado y motivado.

Por tanto, el vínculo terapéutico es uno de los aspectos más críticos en el éxito de la psicoterapia. La IA, aunque puede analizar datos y patrones de comportamiento, carece de la capacidad para interpretar y responder a las emociones humanas. Mientras que las

---

<sup>1</sup> Clingo y Vázquez 2024. Op.Cit.

plataformas de IA pueden ofrecer interacción simulada, no pueden sustituir el trabajo de un terapeuta humano, especialmente en situaciones que requieren una comprensión profunda de las dinámicas emocionales y relacionales del paciente. La responsabilidad en los errores generados por la IA sigue siendo un área gris. Sin una entidad clara a la que responsabilizar, los pacientes y profesionales de la salud mental quedan vulnerables a posibles fallas en el sistema (Gordon y Turnbull, 2024).

### **Un enfoque ético y profesional necesario**

La incorporación de la IA en la psicoterapia plantea dilemas éticos y profesionales que deben ser abordados con rigurosidad. Aunque la IA puede ofrecer herramientas que agilicen la tarea de los servicios de salud mental, no puede replicar la complejidad del vínculo terapéutico.

Mientras que la IA puede ser útil como instrumento complementario, su uso en la psicoterapia plantea preocupaciones éticas significativas en lo que respecta a la privacidad y confidencialidad de los datos del paciente. La falta de regulaciones claras en muchos países latinoamericanos deja a los pacientes y profesionales expuestos a posibles violaciones de sus derechos. Las entidades profesionales de la psicología tienen la responsabilidad de liderar el debate sobre el uso ético de estas tecnologías, estableciendo pautas que protejan tanto la calidad del tratamiento como los derechos de las personas.

Éric Sadin (2020) ha advertido sobre los riesgos de la digitalización y la automatización en diversos ámbitos, incluida la salud mental. Argumenta que, a medida que se introducen más tecnologías en nuestras vidas, se corre el riesgo de deshumanizar las interacciones sociales, incluyendo la relación terapeuta-paciente. En su obra, enfatiza la necesidad de mantener un enfoque crítico hacia la IA, considerando las implicaciones éticas y sociales de su uso. Este enfoque crítico es esencial para que los profesionales de la psicología tomen un papel activo en la formulación de políticas que regulen el uso de la IA. No solo deben ser conscientes de los riesgos involucrados, sino que también deben abogar por un marco que proteja los límites del ejercicio profesional y garantice el cuidado de la ciudadanía.

Recientemente Matías Grinberg, en su intervención durante la Primera Jornada Regional "Ser psicólogo hoy"<sup>2</sup>, subrayó los riesgos asociados con la integración de la IA en la psicoterapia. Denunció que el uso de estas tecnologías puede desdibujar los límites entre atención profesional y comercialización de servicios, poniendo en peligro la calidad de la atención psicológica y el bienestar de los pacientes. Grinberg enfatizó la necesidad de que

---

<sup>2</sup> Organizada por el Colegio de Psicólogos de la Provincia de Tucumán, 28 y 29 de Marzo de 2025. San Miguel de Tucumán.

los profesionales mantengan un enfoque crítico y ético frente a la proliferación de plataformas automatizadas que prometen soluciones rápidas a problemas complejos.

## **Conclusiones**

El impacto de la inteligencia artificial en la psicoterapia es un tema de creciente debate, con profundas implicancias para la práctica profesional. Aunque la IA puede ofrecer beneficios en términos de accesibilidad y diagnóstico, no puede replicar la complejidad del vínculo terapéutico, un componente esencial en el éxito de cualquier proceso psicoterapéutico. En Argentina, el caso de la plataforma CUX visibilizó la necesidad de un debate informado y una regulación estricta que garantice que las plataformas de IA no pongan en riesgo la calidad de los tratamientos psicológicos. El papel de las entidades profesionales en este contexto es crucial. Deben advertir a la comunidad sobre los riesgos del uso de IA en psicoterapia y promover discusiones que integren la práctica clínica con las nuevas tecnologías, siempre priorizando la ética y el bienestar de los pacientes. La IA puede ser un complemento valioso en ciertos aspectos de la atención en salud mental, pero no puede, ni debe, sustituir el componente humano que define la psicoterapia. Las y los profesionales de la psicología deben ser actores clave en este proceso de transformación, asegurando que la atención psicológica siga siendo un espacio de humanidad y cuidado.

## **Referencias bibliográficas:**

- Clingo, M. y Vázquez, A. (2024) Inteligencia artificial y psicoterapia: ¿final del vínculo terapéutico? Recuperado de:  
<https://revistasoberaniasanitaria.com.ar/inteligencia-artificial-y-psicoterapia-final-del-vinculo-terapeutico/>
- Freud, S. (1930). El malestar en la cultura. Amorrortu.
- Gordon, S. F. y Turnbull, B. (2024). Adopción de la inteligencia artificial en el campo de la psicología. *Psicología Iberoamericana*, 31(2). Recuperado de:  
<https://psicologiaiberoamericana.iberomx.com/index.php/psicologia/article/view/547>
- Kurzweil, R. (2005). The singularity is near: When humans transcend biology. Viking.
- Sadin, É. (2020). La inteligencia artificial o el desafío del siglo: anatomía de un antihumanismo radical. Buenos Aires: Caja Negra.