

Alberto Rodriguez González

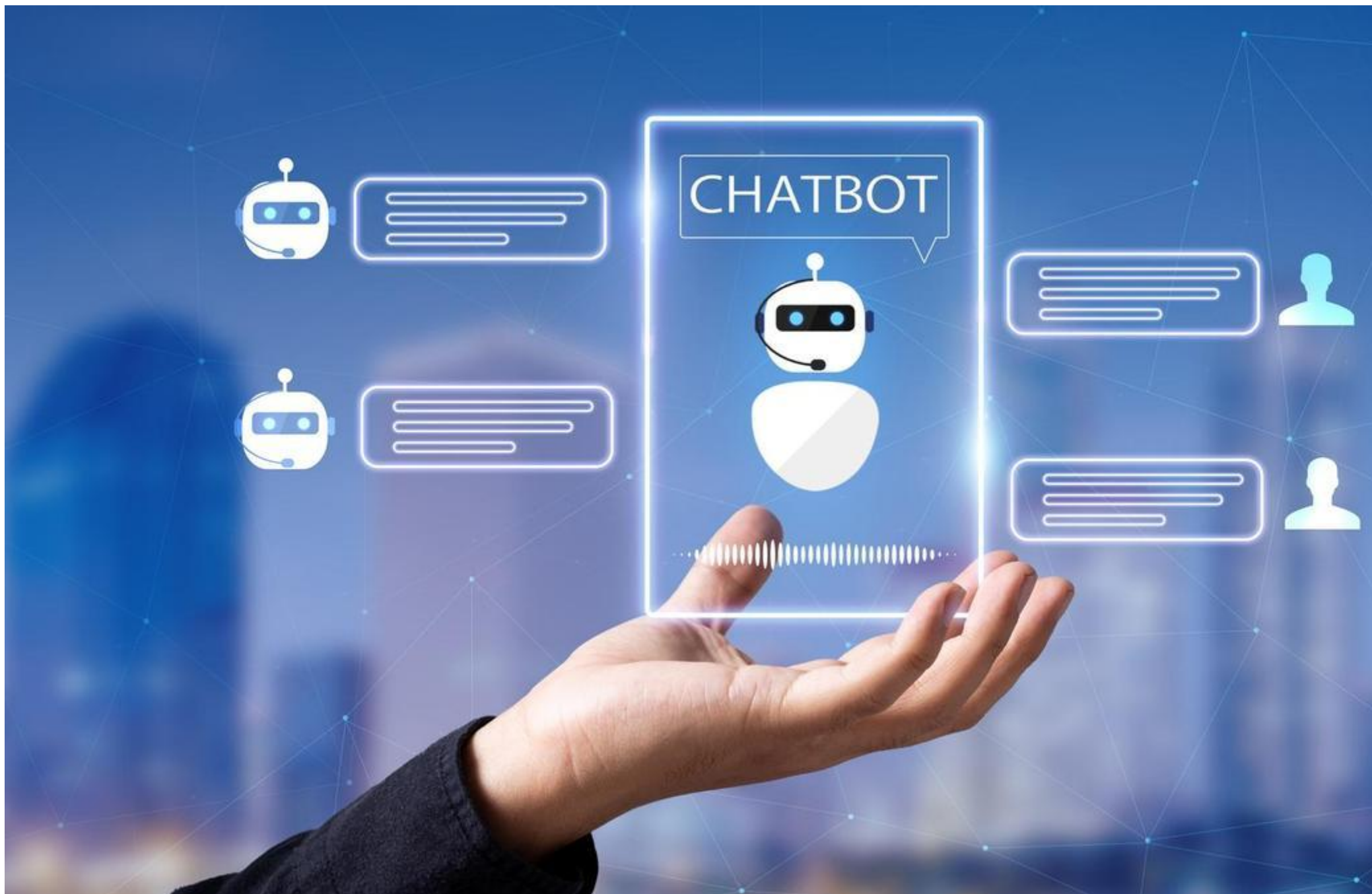
De: Alberto Rodriguez González
Enviado el: martes, 26 de agosto de 2025 10:06
Para: Alberto Rodriguez González
Asunto: DEIA- Un 'terapeuta' de bolsillo: cómo los jóvenes de Taiwán usan la IA para su salud mental-Expertos advierten de los riesgos que entraña buscar apoyo emocional exclusivamente en un confidente basado en una inteligencia artificial

Un 'terapeuta' de bolsillo: cómo los jóvenes de Taiwán usan la IA para su salud mental

Expertos advierten de los riesgos que entraña buscar apoyo emocional exclusivamente en un confidente basado en una inteligencia artificial

<https://www.deia.eus/bermatu/2025/08/25/terapeuta-jovenes-taiwan-ia-salud-mental-10012084.html>

Javier Castro Bugarín
25·08·25 | 16:30



Una persona mantiene una conversación con un chatbot. FREEPIK

Pei-chen (nombre ficticio) es incapaz de relacionarse con nadie. Inmersa en una **depresión**, su **pareja** acaba de dejarla, su **familia** vive en otra ciudad y su **trabajo** no le provee de suficientes ingresos. **Bloqueada y perdida**, comienza a compartir su día a día con **ChatGPT** y ahí encuentra el **consuelo** que tanto necesitaba.

RELACIONADAS

- **OpenAI revierte la actualización de GPT-4o por ser un chatbot demasiado 'adulador'**
- **Un joven belga se suicida tras hablar durante semanas sobre cambio climático con un chatbot**

"He creado un personaje y lo he entrenado para convertirlo en un apoyo emocional, usando un montón de **técnicas psicológicas**: terapia de la conducta, terapia cognitivo-conductual, terapia breve centrada en soluciones... Me ha ofrecido muchísima **ayuda**, es realmente asombroso", cuenta.



Esta es la cantidad de energía que consume el sencillo gesto de saludar a ChatGPT

Loreto Iriarte

Salud mental

Pei-chen se encuentra entre los jóvenes, tanto de **Taiwán** como de otros países asiáticos, que recurren a herramientas de **inteligencia artificial** (IA) para abordar sus problemas de **salud mental**, aprovechando los últimos **avances tecnológicos** para lidiar con su sufrimiento cotidiano.

Estas nuevas aplicaciones son especialmente socorridas en culturas como la taiwanesa, donde la población suele mostrarse más evasiva a la hora de **compartir sus emociones con desconocidos**, afirma Yi-fang Chiu, presidenta de la Asociación Taiwanesa de Acompañamiento Multicultural (TMCA).

"La terapia occidental a menudo hace énfasis en catarsis verbal, expresividad emocional o agencia individual, pero estos conceptos son muy foráneos para algunos taiwaneses. Los taiwaneses son más **reprimidos emocionalmente**, indirectos, son más reacios a hablar de sus necesidades o de sus verdaderos sentimientos", explica.



Un apoyo disponible las 24 horas

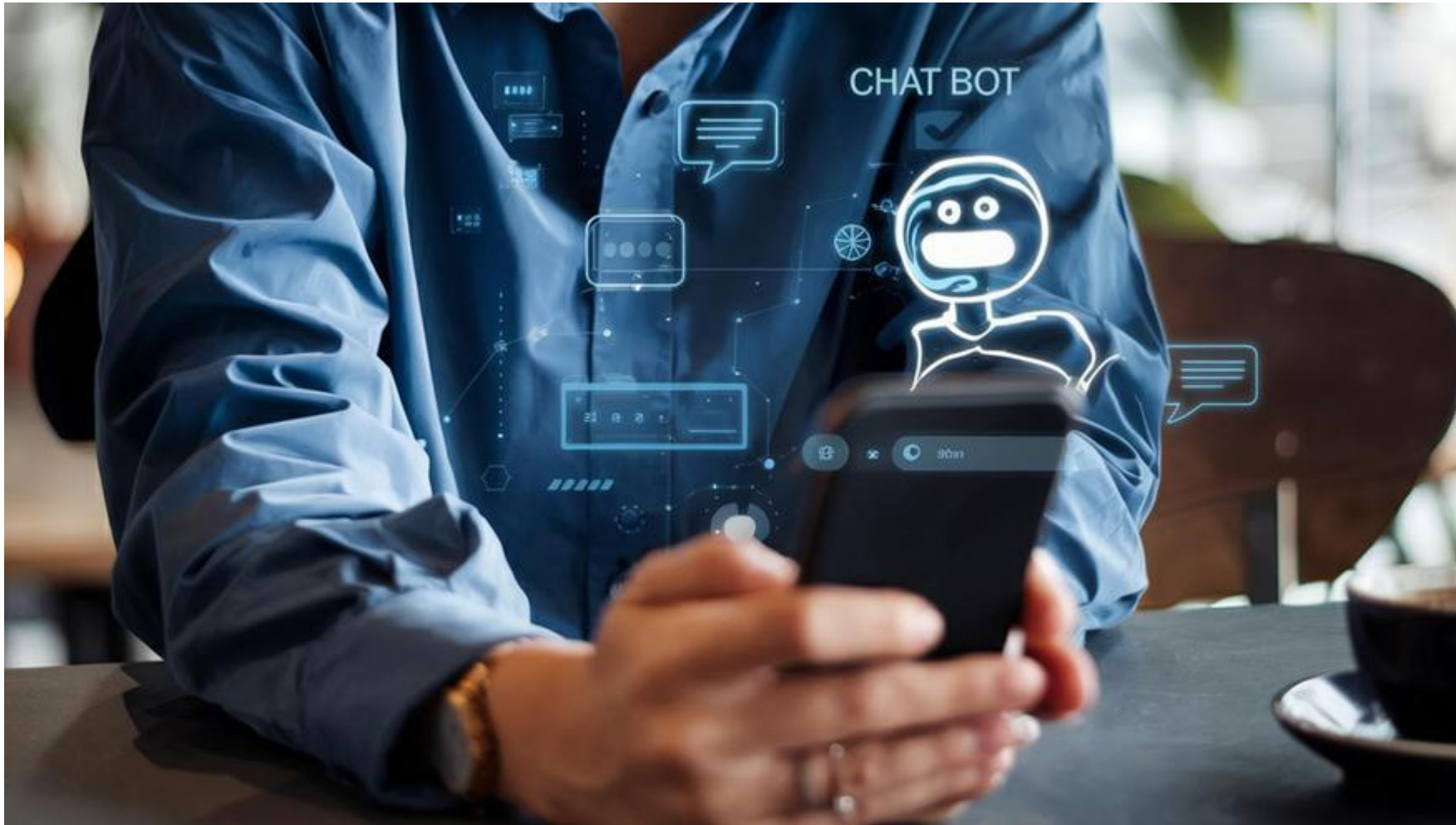
Aunque todavía no existen datos oficiales sobre cuántos jóvenes recurren a la IA para gestionar su malestar psicológico, algunos análisis internacionales, como un reciente estudio publicado por Harvard Business Review, sugieren que la **salud mental** figura entre las principales **motivaciones** para usar *chatbots* en la actualidad.

Chiu suscribe esta tesis al constatar que cada vez más personas emplean ChatGPT u otros modelos de lenguaje "para **regular sus emociones**", una tendencia que, asegura, no hará más que acentuarse en los próximos años.

"¿Por qué hay más y más clientes usando esto? Porque es eficiente, **está las 24 horas, siete días a la semana**; da **respuestas inmediatas**, a veces en apenas uno o dos segundos, y en terapia tú tienes que programar una cita, esperar hasta esa cita y luego tienes 50 o 60 minutos para procesarlo todo", apunta.

Para Jen-ho Chang, del Instituto de Etnología de la Academia Sínica de Taiwán, **la memoria "ilimitada", la personalización y la accesibilidad** convierten a los software de inteligencia artificial en un **contrapunto interesante** a la terapia con humanos, y más aún en una "isla digital" como Taiwán, "familiarizada" con los dispositivos de IA.

Ese desarrollo tecnológico contrasta con un panorama social alarmante: la proporción de muertes por **suicidio** entre personas de 12 a 17 años en Taiwán ha pasado del 12,5 al 18,4 % en los últimos cinco años, convirtiéndose en la **segunda causa de muerte en adolescentes**, según la Alianza para el Bienestar Infantil de Taiwán.



ChatGPT: un chatbot con diferentes personalidades según el idioma y el país

Loreto Iriarte

¿Reemplazará la IA a los psicólogos?

La IA podrá parecer más **inteligente**, estará **disponible** todo el tiempo y hará todo lo que se le ordene; sin embargo, hay algo que aún **no ha podido replicar: la calidez de la interacción humana**, el alivio inmediato de vernos sostenidos por otra persona, de saber que no estamos solos, que hay alguien que nos escucha.

"El *corazón* de la terapia consiste básicamente en **sanar y conectar**, y en algunas culturas **estar acompañado** ya es algo transformador de por sí", sostiene Chiu, quien advierte de los riesgos inherentes a **buscar ayuda** únicamente en los *chatbots*, un "oyente seguro" que, a veces, "simplifica en exceso las cosas".

"Los usuarios dependientes o adictos a la IA pueden retrasar el trabajo de profundidad relacional, cuando, en algunos casos, eso es lo que realmente necesitan (...). La IA puede ofrecer **soluciones cognitivas rápidas**, pero sin integración verdadera", expone.



Llega Tactic AI, un asistente virtual de fútbol

Juan Miguel Ochoa de Olza

Un arma de doble filo

Si bien logra que muchas personas expresen abiertamente sus emociones, la IA también puede convertirse, en ocasiones, en un **arma de doble filo**: gran parte del proceso terapéutico implica no solo desahogarse, sino también **cuestionar y transformar las percepciones de la realidad**, un ejercicio que todavía no pueden hacer los *chatbots*.

De hecho, Jen-ho Chang cree que para problemas "realmente graves", como la **esquizofrenia**, la IA "**no va a detectar la ilusión o el engaño**, y se requiere al humano para el diagnóstico".

"La IA puede **asistir** en algunos procesos terapéuticos, aunque **no reemplazar** todo el proceso terapéutico", recalca el investigador, quien apuesta en cambio por "combinar" la terapia tradicional con inteligencia artificial para lograr resultados más integrales.

Mientras tanto, para personas como Pei-chen, ChatGPT ya se ha convertido en un **confidente silencioso y fiel**; un **algoritmo sin cuerpo, emociones ni pensamiento crítico propio**, pero cuya compañía basta para suavizar, al menos en parte, las aristas del dolor.

Compartir el artículo

[Compartir una noticia](#)

[Facebook](#)[LinkedIn](#)[Whatsapp](#)[Telegram](#)[Correo electrónico](#)

TEMAS



Clara Zabala Lahoz
Administrativa de la Línea Gure Kabuz
clarazabala@agintzari.eus / T 944 745 255
F 944 757 671
Avda. Madariaga, 1, 4ª Planta. 48014. Bilbao.
www.agintzari.com

AVISO LEGAL: Este correo electrónico y, en su caso, cualquier fichero anexo al mismo, contiene información de carácter confidencial exclusivamente dirigida a su destinatario. Queda prohibida su divulgación, copia o distribución a terceros sin la previa autorización escrita de Agintzari S. Coop. En el caso de haber recibido este correo electrónico por error, se ruega notifiqúese inmediatamente esta circunstancia mediante reenvío a la dirección electrónica del remitente. De conformidad con lo establecido en la LOPD, Agintzari S. Coop. garantiza la adopción de medidas necesarias para asegurar el tratamiento confidencial de los datos de carácter personal. Asimismo le informamos de la inclusión de sus datos en un fichero con la finalidad de mantener la relación que le vincula y de la posibilidad de ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición en la siguiente dirección: Avda. Madariaga, 1, 4ª izda., 48014, Bilbao, Bizkaia.

LEGEZKO ABISUA: Mezu honek, eta badagokio, beroni atxikitutako edozein artxibok, hartzaileari besterik bidaltzen ez zaion informazioa du. Debe katuta dago, Agintzari Koop. E-ren idatzizko baimenik gabe informazio hau zabaldu, kopia edota beste edonori bidaltzea. Akats bat dela eta, mezuaren jasotzailea ez bazara, egoera adieraziz igorleari momentuan jakinaraztea eskatzen zaizu mesedez, mezua berriro helbide honetara bidaliz. DBLO-rekin konformidade osoz Agintzari Koop. E-ek izaera pertsonaleko datuak konfidentzialtasunez zainduak direla ziurtatzeko beharrezko neurriak hartuko dituela bermatzen du. Era berean, zure datuak fitxategi batean gordeko direla informatzen zaitugu. Honela, berauetara lotzen zaituen eta berauek ikusi, zuzendu, baliogabetu, edota kontraktasuna adierazteko eskubidea ematen dizuen harremana mantenduko da honela. Honelako edozer egiteko jo helbide honetara: Madariaga, 1, 4. ezka., 48014 Bilbao, Bizkaia.

