



# INTELLIGÈNCIA ARTIFICIAL I SALUT MENTAL

Segons l'OMS la salut mental és l'estat de benestar en el qual una persona pot afrontar el dia a dia, desenvolupar-se, aprendre i treballar adequadament. És una part fonamental de la salut general i del benestar, i **sustenta les capacitats per a prendre decisions i establir relacions saludables.**

L'ús de les eines basades en intel·ligència artificial (IA) pot tenir **repercussions** tant positives com negatives **en la salut mental de les persones i en les relacions assistencials**, que són aquelles entre els professionals de la salut i els usuaris.

## AUTOMATITZAR PER DESTENSAR

Les eines basades en IA poden oferir atenció mèdica bàsica, respondre preguntes freqüents i optimitzar la programació de cites i la gestió, **alliberant els professionals de la salut** de tasques poc rellevants i **millorant l'eficiència i la qualitat de l'atenció al pacient.**

*"L'any 2022, a Catalunya, 180.881 persones (2,8% de la població adulta) han estat ateses en un centre de salut mental d'adults."*

(Agència de Qualitat i Avaluació Sanitària de Catalunya. Generalitat de Catalunya, Novembre 2023)



Visita les **"Recomanacions per al bon ús de les eines basades en Intel·ligència Artificial"** a la web de la URL

## TRACTAMENTS MÉS ACCESSIBLES

Hi ha **aplicacions experimentals** de xatbots que, a partir de dades de sessions psicoterapèutiques reals, contesten com si fossin psicòlegs. Això ha fet més accessible el tractament de trastorns mentals però **comporta riscos, dilemes ètics i encara no són fiables**.

*“El 5,4% de la població ha visitat el psicòleg, psicoterapeuta o psiquiatre en els últims 12 mesos.”*

(Encuesta Nacional de Salud de España.

Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, 2017)

## INTERPRETACIÓ PROFESSIONAL

Si bé és cert que les eines basades en IA poden ajudar en la **detecció i l'anàlisi** de patologies i indicis, és imprescindible la **interpretació** per part de **professionals de la salut**.

## MANCA D'HABILITATS HUMANES

Els assistents virtuals **no poden substituir les relacions humanes** ni la connexió emocional que ofereixen els professionals de la salut, especialment en la salut mental, degut a la seva manca de consciència, empatia i humanitat.

*“L'any 2022, el 24% de la població adulta tenia problemes de depressió o ansietat, un 3.2% més respecte l'any anterior.”*  
*El percentatge més elevat des de l'any 2010.”* (Idescat, 2022)

## CURA DE L'AUTOESTIMA

Una bona autoestima és essencial per poder prendre bones decisions i **fer un bon ús del raonament** per tenir clar que les eines d'IA són **només un suport**. A més, s'ha de **prevenir la dependència tecnològica**.

*“El 4,3% de la població entre 15-64 anys fa un ús compulsiu d'Internet. Entre les addicions comportamentals, el 3% són addicions digitals.”*

(“Sistema d'Informació sobre Addiccions de Catalunya”. Agència de Salut Pública de Catalunya. Generalitat Catalunya, 2023)

**Per qui preferiries ser atès, per una PERSONA o per una MÀQUINA?**

