
Reseña de Libro: **MANUAL DE TELESALUD MENTAL, TECNOLOGÍAS DIGITALES EN LA PRÁCTICA***

Rodolfo Ramos Álvarez

Doctor en Psicología. Coordinador estatal del Área de Nuevas Tecnologías Aplicadas a la Psicología del Consejo General de la Psicología de España (Vocal de la Junta de Gobierno). Dpto. de Psicología Social de la Universidad de Granada en el Campus de Melilla. ORCID: 0000-0003-4747-5970.

* Martí Noguera, J.J. (Coord.) (2022) "Manual De Telesalud mental, Tecnologías digitales en la práctica". Pirámide (272 Pp)



El “Manual de Telesalud mental, Tecnologías digitales en la práctica clínica” está llamado a convertirse en unos años en el libro de referencia para todos los psicólogos y psicólogas que sientan el menor interés por las Tecnologías de la Información y la Comunicación. Más aún, si en las facultades de Psicología existiera una asignatura que versara sobre el uso de las tecnologías aplicadas a la práctica de nuestra profesión, creo que éste sería el manual docente perfecto y adecuado para impartir dicho contenido. Es exhaustivo, riguroso, científico, profuso en ejemplos, bien estructurado, con un glosario de términos amplio, con una perspectiva multiprofesional pero centrado de forma prioritaria en lo psicológico. La obra ha sido coordinada para la Editorial Pirámide por Juan José Martí Noguera, doctor en Psicología, quien cuenta con una amplia experiencia y una merecida reputación como consultor en desarrollo humano digital. Ha contado con un equipo internacional, amplio y multiprofesional, formado en su mayoría por profesionales de la psicología, quienes, de forma minuciosa, capítulo a capítulo exponen todos y cada uno de los tópicos que surgen a partir de la interacción entre tecnología y psicología. El lector, bien por mera curiosidad o encontrarse en una etapa formativa, bien por su práctica profesional o académica, que se encuentre ávido de respuestas, no echará en falta en este manual ningún tema relevante, no dejará de hallar una contestación a sus preguntas. Nada de lo tecnológico en la psicología le resulta ajeno a esta pormenorizada obra.

Ciertamente el libro peca de presentar un enfoque poco autocrítico con la tecnología. Lo cual es comprensible. Sin embargo, este hecho queda compensado con creces ante la evidencia científica permanente y continua que sus autores realizan a investigaciones y referencias bibliográficas de sus principales afirmaciones. La estructura del manual es lógica y sencilla, así como el de los capítulos. Estos cuentan siempre con una introducción al inicio y unas conclusiones al final, a modo de resumen del contenido leído y de síntesis de los pensamientos expuestos. Los capítulos se agrupan en tres bloques.

El primero está dedicado a la salud mental y la práctica digital. Cuenta con cuatro capítulos: salud mental y tecnologías digitales; ética y deontología de la telesalud mental; telesalud y ciberseguridad: conceptos y recomendaciones básicas; recomendaciones en metodología de investigación en telesalud mental. El primer capítulo se centra en los desafíos y cambios surgidos con la aparición de la telesalud, más concretamente con la telepsicología. El segundo capítulo, escrito por Daniel Acero y Antoni Baena, llama especialmente la atención en este primer bloque por su enorme calidad y utilidad. La profusión de ejemplos empleados, su punto de partida realista y práctico, así como la búsqueda de respuestas provechosas, convenientes y necesarias para cualquier profesional que se haya acercado mínimamente a la telesalud, hacen de este capítulo una lectura obligada, no solo dentro del manual sino para cualquier psicólogo o psicóloga que vaya a ejercer la telepsicología. El tercer capítulo llama la atención por su estilo enormemente didáctico, repleto de ejemplos, escrito de forma sencilla y clara, con un lenguaje accesible pero profesional, yendo de lo sencillo a lo complejo. Por último, el capítulo que cierra este bloque versa sobre la evidencia empírica disponible para la evaluación y la intervención en telesalud con poblaciones concretas. Trata las limitaciones detectadas en la investigación en este terreno y se plantea cuáles son las certezas reales de esta nueva forma de trabajar con pacientes. Lejos de disminuir el nivel, el segundo bloque de contenidos mejora aún más, si cabe, la calidad del manual. Los tres capítulos que engloban este bloque número dos son: eficacia de la intervención por telesalud mental en adultos; la práctica de la telesalud mental en población adulta; telesalud mental con niños y adolescentes.

Es muy difícil decantarse por un capítulo favorito en este bloque. Los capítulos cinco y seis se leen con facilidad pasmosa, están muy bien escritos, poseen una estructura científica totalmente coherente, son rigurosos y cuentan, además, con los cuadros de exposición de contenidos más claros y oportunos de todo el manual. El capítulo siete, no obstante, no se queda atrás. Es el más exhaustivo, con un corte clínico obvio en su exposición, información vanguardista, denso y profundo. Es imposible no aprender conceptos e ideas nuevas con él. El tercer bloque de contenidos es el más amplio de todos. Cuenta con siete capítulos y está dedicado a las Tecnologías aplicadas en salud mental. Se inicia con el capítulo 8, titulado: perspectiva histórica de las intervenciones tecnológicas en salud mental. Sirve como introducción y contextualización al lector frente a los temas y tópicos que aparecerán más adelante en este bloque.

Posteriormente aparecen los capítulos 9 a 15: intervenciones apoyadas en Internet en salud mental; aplicaciones móviles (apps) en salud mental; uso de realidad virtual y aumentada en salud mental; chatbots e inteligencia artificial en salud mental; ludificación terapéutica: una estrategia de trabajo para el uso de tecnología en salud mental; implementación de intervenciones tecnológicas en salud mental. Por último, el libro y el bloque tercero terminan con el capítulo 15: conclusiones y futuras líneas. El capítulo 9 es un recorrido minucioso por todos los distintos tipos de intervención que usan Internet como instrumento de comunicación con el paciente. Recorre de forma exquisita los principales instrumentos atendiendo siempre a la evidencia que apoya a cada una y dividiéndolos por grupos de edad. El capítulo 10 se centra en las aplicaciones en sus distintas modalidades de interacción con la salud mental. Ofrece una mirada crítica y objetiva de las limitaciones y posibilidades reales que ofrecen. El capítulo 11 afronta uno de los terrenos más novedosos e inexplorados por parte de la inmensa mayoría de los profesionales de la psicología: la realidad virtual y la realidad aumentada. Se observa que los autores de este contenido son muy conscientes de las limitaciones que los psicólogos y las psicólogas presentan en este campo pues es el único capítulo del libro que dedica una buena parte de sus páginas a situar históricamente los conceptos principales a tratar, haciendo, además, una delimitación conceptual clara y sobrada para cualquier neófito de la cuestión. Es éste un capítulo técnico, pero didácticamente planteado. Al igual que el capítulo 7 del bloque 2, éste es pormenorizado, atrayente y avanzado. Los psicólogos y psicólogas más apasionados de las tecnologías adorarán leerlo.

El capítulo 12 hace una muy breve introducción a la inteligencia artificial, tratando de pasada el tema de los chatbots, es decir, los mensajes de texto que sirven para resolver pequeñas dudas y que son fruto de la programación y no de una interacción real con una persona. De forma muy clara, pero rigurosa, Guido Entenberg y Andrés Roussos explican al lector conceptos generales básicos sobre estos constructos. El capítulo 13 hace un barrido histórico del uso de los videojuegos en salud mental, desde la evaluación a la intervención y la investigación. Las clasificaciones teóricas ofrecidas de los elementos analizados son numerosas y útiles. La visión ofrecida por los autores no es timorata en absoluto. No se aleja de los temas más controvertidos relacionados con los serious games. Ahonda en las ventajas, en las evidencias y en la falta de ellas, si las hay. El capítulo 14 habla de las semejanzas, pero sobre todo, de las diferencias y las peculiaridades que tiene realizar una intervención tecnológica en salud mental. Detalla las dificultades y desafíos a afrontar, ofreciendo criterios científicos y técnicos a tener presente a la hora de valorar dicha actuación. Por último, el capítulo 15, de algo más de dos páginas de longitud, es una muy breve síntesis cómo hemos llegado hasta este punto en la interacción entre tecnología y salud mental y cuáles son los principales retos que nos esperan.

Manual de Telesalud mental, Tecnologías digitales en la práctica clínica, desde mi punto de vista, es una obra minuciosa, científica y valiente. Creo que se convertirá en un texto de consulta para los profesionales de la psicología y de estudio para todos aquellos y aquellas que deseen serlo algún día.