

Semana del Cerebro 2024

EL USO EXCESIVO DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL DEBILITA NUESTRA MEMORIA Y REDUCE LA CAPACIDAD PARA PENSAR CRÍTICAMENTE Y RESOLVER PROBLEMAS DE MANERA INDEPENDIENTE

- La Real Academia Nacional de Medicina organiza la sesión ‘Inteligencia artificial en neurología y psiquiatría’ con la colaboración de diferentes entidades con el fin de analizar cómo la tecnología está cambiando los modelos sanitarios y la investigación científica en el diagnóstico y el tratamiento de las enfermedades.
- La inteligencia artificial nos libera de tareas repetitivas y rutinarias, pero también puede conllevar efectos negativos. Es esencial encontrar un equilibrio para aprovechar los beneficios de la IA y mantener la agudeza mental que necesita un cerebro sano.
- “Los médicos tenemos que mirar a los ojos de nuestros pacientes, no a la pantalla de un ordenador”, asegura el Dr. David Ezpeleta, vicepresidente de la Sociedad Española de Neurología, quien aboga por enfocar la IA en cuestiones prioritarias

Madrid, 9 de abril de 2024. El uso adecuado de la inteligencia artificial (IA) puede liberarnos de tareas rutinarias y repetitivas, permitiéndonos dedicar más tiempo a actividades creativas y estimulantes. Sin embargo, este acceso instantáneo a la información también tiene sus efectos negativos. “Si utilizamos la IA para escribir artículos científicos, e-mails o resumir textos, nuestras habilidades cognitivas corren el riesgo de verse comprometidas, ya que cuando delegamos en exceso dejamos en manos de la IA el procesamiento de la información y perdemos la oportunidad de fortalecer la memoria. Reducir el esfuerzo neurológico disminuye nuestra capacidad para pensar críticamente y resolver problemas de manera independiente”, aseguró la **Dra. Mara Dierssen, presidenta del Consejo Español del Cerebro, presidenta de la Asociación Española para el Avance de la Ciencia y neurobióloga del Centro de Regulación Genómica**, durante la sesión ‘Inteligencia artificial en neurología y psiquiatría’ organizada por la Real Academia Nacional de Medicina de España (RANME) y varias entidades con motivo de la Semana del Cerebro.

Por tanto, continuó la Dra. Dierssen, “es esencial encontrar un equilibrio para aprovechar los beneficios de la IA y mantener el ejercicio y la agudeza mental, ya que es fundamental para tener un cerebro sano y funcional”. Por esta misma razón, “los desarrollos basados en IA deben dirigirse a cuestiones prioritarias, buscando maximizar los beneficios, sobre todo en el campo de la medicina”, afirmó también, por su parte, el **Dr. David Ezpeleta, vicepresidente y responsable del Área de Neurotecnología e Inteligencia Artificial de la Sociedad Española de Neurología**.

¿Cuáles son estas cuestiones prioritarias? Por ejemplo, mejorar la interacción entre el médico y el paciente. “Los médicos tenemos que mirar a los ojos de nuestros pacientes, no a la pantalla de un ordenador. Por tanto, urge poner en marcha esa tecnología capaz de escuchar la conversación de la consulta, ordenarla, hacer un borrador de informe y rellenar automáticamente los campos clave del sistema de información del centro”, explicó.

Otro campo prioritario en el que se debe enfocar la IA es en “saber de antemano qué pacientes van a responder y cuáles no a determinados fármacos, ya que esto cuesta miles de euros al año”, declaró el Dr. Ezpeleta, quien explicó dos proyectos exitosos en esta dirección. “Un grupo multicéntrico liderado por el Hospital Universitario de la Princesa de Madrid publicó un trabajo en 2022 que evaluó

y demostró la utilidad de modelos de aprendizaje automático a la hora de predecir la respuesta a fármacos antimigrañosos contra el péptido relacionado con el gen de la calcitonina o su receptor. Y, en 2023, un grupo internacional coordinado por el Hospital del Mar *Research Institute* de Barcelona publicó un trabajo que puso de manifiesto que el análisis de datos multimodales con técnicas de aprendizaje automático es capaz de predecir diferentes escenarios clínicos y evolutivos en pacientes con esclerosis múltiple”, detalló.

En el campo de la neurotecnología también hay avances significativos. “Se han publicado dos trabajos fabulosos sobre generación de lenguaje en pacientes con anartria (un caso de esclerosis lateral amiotrófica y otro caso de ictus troncoencefálico). Otro trabajo comunicó una interfaz cerebro-médula espinal capaz de puentear una lesión medular completa y devolver la marcha a un paciente parapléjico. Son trabajos aún experimentales que tardarán en llegar a la práctica diaria, pero ya se sabe que es posible”, reveló.

No obstante, el Dr. Ezpeleta reconoció que se observa una brecha entre los logros que se publican y su adopción en la clínica. “Se habla mucho de inteligencia artificial en medicina, pero la mayoría de los médicos desconoce, por ejemplo, qué es una neurona artificial. En la SEN ofrecemos cursos de inmersión en IA para neurólogos con el fin de que empiecen a adaptarse a estas tecnologías y puedan servirse de ellas en beneficio de los pacientes”, apuntó el vicepresidente de la sociedad científica.

“La inteligencia artificial no es algo nuevo, lleva décadas en nuestras vidas, pero está claro que en los últimos años está permitiendo extraordinarias oportunidades en los modelos sanitarios y de investigación científica, aportando mejoras en la detección precoz, la prevención, el diagnóstico y tratamiento de diferentes enfermedades”, resumió, por su parte, la **Prof. María Trinidad Herrero, académica de número de la RANME y catedrática de Anatomía y Embriología Humana de la Universidad de Murcia.**

¿Cuáles son las claves para cuidar nuestro cerebro?

Los problemas de salud mental más comunes en España son los trastornos de ansiedad, con una tasa de 74,6 casos por cada 1.000 habitantes, seguidos de los trastornos del sueño y los trastornos depresivos, con tasas de 60,7 y 41,9 por cada 1.000 habitantes, respectivamente. La situación también afecta a los más jóvenes, con un número considerable de casos en niños, adolescentes y jóvenes menores de 25 años. “Aquí, los trastornos de ansiedad también encabezan la lista, con una tasa de 20,2 casos por cada 1.000 habitantes, seguidos de cerca por los problemas hipercinéticos y los trastornos específicos del aprendizaje, con tasas de 19,4 casos por cada 1.000 habitantes en ambos casos. Estos datos subrayan la importancia de abordar la salud mental de manera integral y urgente”, comenta, por su parte, el **Dr. Manuel Martín Carrasco, presidente de la Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental y director médico de Hermanas Hospitalarias en el País Vasco (Aita Menni) y Navarra.**

Con estas cifras sobre la mesa, la **Dra. Mara Parellada, coordinadora del Servicio de Atención Médica Integral del Trastorno del Espectro Autista del Hospital Gregorio Marañón y presidenta de la Comisión Nacional de la Especialidad de Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia,** afirma rotunda que “las enfermedades cerebrales son una de las principales causas de discapacidad, con un impacto mayor que el cáncer y las enfermedades cardiovasculares”. En su opinión, es imperativo educar y motivar a la población para que adopte un estilo de vida que minimice el riesgo de enfermedades y discapacidades cerebrales.

La nutrición desempeña un papel crucial, no solamente en la salud cardiovascular, sino también en la cerebral. “Más que centrarse en suplementos nutricionales específicos, se ha demostrado que seguir

una dieta mediterránea rica en frutas, verduras, pescado, aceite de oliva y frutos secos va a preservar nuestra salud mental”, apunta la Dra. Parellada.

Asimismo, el ejercicio regular es otro pilar fundamental para un envejecimiento saludable. “Mejora la circulación sanguínea al cerebro y estimula el crecimiento de nuevas células cerebrales. Desde caminatas diarias hasta actividades más vigorosas, cualquier forma de ejercicio puede marcar la diferencia en la salud cerebral y general”, matiza. Tampoco hay que olvidar que tanto la cantidad como la calidad del sueño juegan un papel crucial en la función cerebral. “Priorizar un sueño suficiente y reparador es esencial para mantener un cerebro en óptimas condiciones. Debemos cuidar tanto de nuestro corazón como de nuestro cerebro para disfrutar de una vida plena y longeva”, manifiesta la Dra. Parellada.

Por último, la Dra. Dierssen también hace hincapié en otras recomendaciones para conservar una buena salud mental. “El cerebro humano es inherentemente social, por tanto, disfrutar del contacto con los demás mejora nuestro bienestar emocional y tiene un impacto positivo en nuestra salud cerebral”, afirma. Sin embargo, en España, al igual que en muchos otros países, “a menudo se subestiman los riesgos asociados al consumo excesivo de sustancias perjudiciales para el cerebro como el cannabis y el alcohol”. También pasa desapercibido el impacto perjudicial que tienen “la contaminación atmosférica, la exposición a pesticidas agrícolas o la presencia de microplásticos en nuestro entorno”, señala.

Para la presidenta del Consejo Español del Cerebro hay una última recomendación clave: que los niños reduzcan el tiempo que pasan frente a las pantallas. “Los estudios relacionan la exposición de los niños a las pantallas con adicciones, inatención, disminución en el vocabulario e impulsividad, entre otros comportamientos. Es necesario que salgan a jugar con sus amigos, se vayan de excursión y procuren reducir el consumo de bollería industrial, bebidas azucaradas y alimentos ultraprocesados. Los padres deben fomentar la concentración y la lectura comprensiva para combatir los problemas de aprendizaje y evitar la sobreprotección”, concluye esta especialista.

El Dr. Francisco Ferre Navarrete, jefe del Servicio de Psiquiatría de Adultos y co-director del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental del Hospital General Universitario Gregorio Marañón, participó también en la jornada celebrada en la RANME, con la ponencia titulada *Inteligencia Artificial: el camino más corto para la psiquiatría personalizada*, y la **Dra. Llanos Conesa, jefa de Servicio del Hospital General Universitario de Valencia y profesora de la Universidad de Valencia**, fue la moderadora de la sesión científica.

Para más información y gestión de entrevistas con especialistas, contacta con el gabinete de comunicación de la Real Academia de Medicina de España:

Guadalupe Sáez Ramos - Responsable de Comunicación - gsaez@ranm.es - 660 673 173