

## CAPÍTULO 3

### **INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E SAÚDE MENTAL: O USO EXCESSIVO, A FALSA SUBSTITUIÇÃO DO PSICÓLOGO E CONSEQUÊNCIAS REAIS**

**Beatriz Geovana Manganeli Alves**

Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Rio Preto (UNIRP)  
São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

**Camila da Silva Barbosa**

Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Rio Preto (UNIRP)  
São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

**Carolina Caldorin Furlan**

Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Rio Preto (UNIRP)  
São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

**Débora Cristina Furlan Ramos**

Graduanda em Psicologia pelo Centro Universitário de Rio Preto (UNIRP)  
São José do Rio Preto, São Paulo, Brasil.

**Tiago Moreno Lopes Roberto**

Graduado em Psicologia, Pedagogia e Sociologia.  
Doutor em Ciências da Saúde (FAMERP)  
Mestre em Psicologia da Saúde (FAMERP)  
Docente da UNIRP, Faculdade Futura e UNIFAVENI.

#### **RESUMO**

A Inteligência Artificial tem se tornado cada vez mais presente no cotidiano, especialmente por meio de assistentes virtuais e plataformas de conversação, alcançando também o campo da saúde mental. Essas tecnologias vêm sendo utilizadas como forma de apoio emocional, orientação e até simulação de atendimentos psicológicos, principalmente por sua acessibilidade e disponibilidade contínua. No entanto, a literatura aponta que esse uso crescente pode favorecer a criação de vínculos emocionais com sistemas automatizados, levando à confusão entre suporte tecnológico e acompanhamento profissional. Quando a IA passa a ser percebida como substituta do psicólogo, surgem implicações éticas, clínicas e emocionais, como a banalização do sofrimento e o adiamento da busca por ajuda especializada. Diante desse cenário, este trabalho tem como objetivo analisar os efeitos do uso da Inteligência Artificial no contexto da saúde mental, discutindo o impacto do uso excessivo, a falsa substituição do psicólogo e os limites morais dessa prática. Além disso, busca-se compreender de que forma essas tecnologias podem atuar como ferramentas complementares ao cuidado psicológico, sem comprometer a qualidade, os valores éticos e a humanização do atendimento.

A Inteligência Artificial (IA) tem ocupado um espaço cada vez maior no cotidiano das pessoas, especialmente por meio de aplicativos, assistentes virtuais e plataformas de conversação automatizada. No campo da saúde

mental, esse avanço desperta grande interesse, uma vez que essas tecnologias prometem oferecer escuta, orientação emocional e até simulações de atendimento psicológico de forma rápida, acessível e contínua. Para muitos usuários, sobretudo aqueles que enfrentam dificuldades de acesso aos serviços de saúde, a IA passa a ser percebida como uma alternativa prática para lidar com o sofrimento psíquico.

Esse cenário, entretanto, traz implicações importantes. À medida que as pessoas passam a compartilhar seus medos, angústias e conflitos com sistemas de IA, podem se formar vínculos emocionais que, embora não sejam recíprocos, tendem a ser vivenciados como reais. Nesse processo, a tecnologia começa a ocupar um lugar que tradicionalmente pertence ao cuidado humano, o que favorece uma confusão entre apoio tecnológico e acompanhamento psicológico. Em alguns casos, o uso frequente dessas ferramentas pode gerar uma sensação de acolhimento suficiente para adiar ou até substituir a busca por atendimento especializado.

Além disso, o uso de plataformas de IA na saúde mental envolve o tratamento de dados extremamente sensíveis, como informações sobre emoções, histórico de sofrimento psíquico e experiências pessoais. Nesse contexto, a Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD) surge como um instrumento fundamental para garantir a privacidade, a segurança e a integridade dessas informações. Ela estabelece que dados relacionados à saúde devem ser tratados com maior cuidado, exigindo consentimento, transparência e finalidades bem definidas. Ao mesmo tempo em que oferece uma proteção importante aos usuários, também impõe desafios, já que falhas no armazenamento, no compartilhamento ou no uso algorítmico desses dados podem gerar riscos de exposição, uso indevido ou exploração comercial do sofrimento humano.

Simultaneamente, não se pode ignorar que a Inteligência Artificial apresenta potencial para contribuir com o campo da saúde mental, seja ampliando o acesso à informação, facilitando a identificação inicial de sintomas ou oferecendo suporte em momentos de sofrimento. O desafio, portanto, não reside na tecnologia em si, mas no modo como ela é utilizada e no lugar que passa a ocupar na experiência subjetiva do usuário. Quando a IA deixa de ser compreendida como recurso complementar e passa a ser percebida como alternativa ao cuidado psicológico, emergem riscos éticos, clínicos e emocionais que demandam análise cuidadosa.

Diante desse contexto, torna-se necessário refletir sobre a relação entre Inteligência Artificial e saúde mental, considerando suas restrições, suas possibilidades e, principalmente, os efeitos que produz na forma como as pessoas compreendem e lidam com seu próprio sofrimento. É a partir dessa preocupação que este trabalho se desenvolve, buscando compreender de que maneira o uso excessivo da IA, associado à falsa substituição do psicólogo, pode gerar consequências reais para o cuidado em saúde mental.

Nesse sentido, a pesquisa tem como objetivo analisar os efeitos da utilização da Inteligência Artificial no contexto do cuidado psicoterapêutico,

problematizando a percepção dos usuários sobre uma possível substituição do psicólogo por sistemas automatizados. Além disso, pretende-se investigar os impactos do uso excessivo dessas tecnologias no bem-estar mental dos indivíduos, bem como discutir seus limites éticos e profissionais e suas possíveis contribuições como ferramentas de apoio à atuação do psicólogo, especialmente na identificação precoce de sintomas psicológicos.

A relevância do tema está no fato de que o uso inadequado da Inteligência Artificial pode gerar impactos significativos sobre a saúde mental dos usuários, ao mesmo tempo indagar a ideia de que sistemas automatizados poderiam ocupar o lugar do profissional de Psicologia. Embora a tecnologia apresenta potencial técnico, sua estrutura algorítmica não contempla aspectos fundamentais do cuidado psicológico, como a solidariedade, a escuta ativa e a análise clínica.

Assim, ao reunir e discutir evidências científicas que apontam variações na precisão e na segurança desses sistemas, esta pesquisa contribui para uma reflexão crítica sobre seus efeitos e para o fortalecimento de uma atuação psicológica íntegra, responsável e humanizada frente às transformações tecnológicas contemporâneas.

Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, de caráter exploratório, desenvolvida por meio de revisão de literatura. O levantamento bibliográfico foi realizado em bases de dados científicas, incluindo Google Scholar, SciELO e SBC OpenLib, além de documentos institucionais do Conselho Federal de Psicologia (CFP). Foram selecionados artigos científicos e produções acadêmicas nacionais e internacionais que abordam a relação entre inteligência artificial e saúde mental, com foco nas interações parassociais, no uso de modelos de linguagem em contextos psicológicos, nos desafios éticos e nos limites da substituição do profissional psicólogo. Priorizaram-se publicações recentes, compreendidas entre os anos de 2023 e 2026. A análise dos materiais ocorreu de forma interpretativa, buscando identificar convergências, divergências e lacunas teóricas acerca do uso da inteligência artificial e de seus impactos no comportamento humano.

A análise dos estudos selecionados evidencia o crescimento do uso da inteligência artificial em contextos relacionados à saúde mental, especialmente por meio de assistentes virtuais e modelos de linguagem. Os autores apontam potencial de apoio inicial, acessibilidade e ampliação do acesso à informação, sobretudo em populações vulneráveis e com escassez de profissionais de saúde mental. No entanto, os estudos também destacam limitações significativas, como a ausência de escuta clínica qualificada, falta de compreensão real sobre as emoções humanas, riscos de responsabilidade, possibilidade de dependência emocional, a falsa percepção de substituição do profissional psicólogo e o risco de vazamento de dados sensíveis sobre os pacientes. Os estudos analisados sugerem que uma das formas mais adequadas de utilização da IA no ambiente terapêutico ocorre quando essa tecnologia é empregada como ferramenta de apoio ao trabalho do psicólogo e auxiliando o profissional em atividades

complementares à prática clínica, como, por exemplo, o registro de sessões com acompanhamento dos pacientes ao longo do tempo e ajuste de técnicas e intervenções para cada paciente, sempre visando as avaliações de conduta.

A literatura aponta que o uso generalizado da IA como terapia não assistida na saúde mental pode estar associado a processos de medicalização excessiva do sofrimento emocional podendo agravar os problemas psicológicos relacionados ao convívio social, porque não há garantia de que essa tecnologia consiga orientar adequadamente o usuário em situações graves, como sinalização da intenção de suicídio ou autolesão.

Além disso, verifica-se que indivíduos pertencentes a comunidades socialmente subatendidas tendem a perceber a Inteligência Artificial como um recurso promissor no campo da saúde mental. Essa percepção está relacionada, sobretudo, à possibilidade de intervenções precoces e à ampliação do acesso a serviços psicológicos. Ainda assim, tal avaliação positiva é acompanhada por preocupações éticas relevantes, especialmente no que diz respeito à segurança de dados sensíveis, à privacidade das informações e à limitada transparência dos processos algorítmicos.

No que se refere ao público infantojuvenil, os artigos revisados indicam que diferentes transtornos, como o Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), a depressão e os transtornos de ansiedade, apresentam padrões funcionais cerebrais semelhantes. Esses padrões têm sido identificados, em estudos recentes, por meio de modelos transdiagnósticos. Destaca-se que abordagens baseadas em *meta-learning* demonstraram desempenho elevado mesmo diante da heterogeneidade diagnóstica, o que sugere potencial aplicabilidade em contextos de triagem escolar e comunitária. Tais resultados apontam para avanços na superação de modelos diagnósticos excessivamente categóricos, ao favorecerem uma compreensão mais dimensional do sofrimento psíquico.

A consistência das propostas de detecção precoce é reforçada pelos estudos de Zhang et al. (2023). Os autores utilizaram dados de conectomas cerebrais em múltiplos níveis (regional, de rede e global) para o treinamento de modelos de *deep learning*. Esses modelos demonstraram capacidade de classificar, com elevada precisão, em contextos experimentais, transtornos psiquiátricos complexos, como esquizofrenia, transtorno bipolar e depressão. Apesar do desempenho observado, os próprios autores ressaltam a necessidade de validações mais amplas, envolvendo populações diversas e contextos com infraestrutura limitada, como condição essencial para uma aplicação clínica segura dessas tecnologias.

Os resultados também evidenciam a importância da personalização e da interpretabilidade dos sistemas de IA, sobretudo quando se considera a manifestação dinâmica dos sintomas ao longo do tempo, um exemplo trabalhado, é o cuidado com indivíduos com Transtornos de Personalidades. Nesse sentido, a integração da IA à plataformas de *e-health* apresenta-se como uma estratégia viável para ações preventivas em saúde mental, desde

que alinhada às diretrizes das políticas públicas. Variáveis psicossociais, como exigência emocional crônica e conflito entre trabalho e família, foram apontadas como fatores relevantes a serem monitorados por sistemas automatizados, possibilitando intervenções antecipadas antes do agravamento do sofrimento psíquico.

No campo dos Modelos de Linguagem de Grande Escala (*Large Language Models* – LLMs), os estudos analisados indicam potencial para o apoio à análise da linguagem de pacientes e para a identificação de risco suicida. Contudo, observa-se grande variabilidade quanto à precisão, à segurança e à adequação das respostas produzidas. Além disso, são apontados riscos relacionados à falta de empatia e à geração de conteúdos inadequados. De forma recorrente, os estudos destacam que o desempenho desses modelos melhora significativamente quando utilizados sob supervisão humana e em articulação com abordagens clínicas tradicionais, o que reforça a compreensão de que, no estágio atual de desenvolvimento, os LLMs ainda não se mostram apropriados para uso autônomo em contextos clínicos.

Adicionalmente, a literatura revisada destaca preocupações relacionadas à segurança e à privacidade dos dados sensíveis compartilhados pelos usuários em interações com sistemas de Inteligência Artificial voltados à saúde mental. Estudos apontam que informações de caráter íntimo e psicológico podem ser armazenadas, processadas ou utilizadas sem total transparência quanto aos critérios de proteção, anonimização e uso secundário dos dados. Tais fragilidades ampliam o risco de vazamento de informações, uso indevido de dados pessoais e violação da confidencialidade, configurando um impasse ético relevante para a adoção dessas tecnologias em contextos clínicos e de cuidado psicológico.

Outro aspecto relevante diz respeito à natureza da relação estabelecida entre usuários e assistentes baseados em IA, frequentemente caracterizada como parassocial. Embora muitos usuários relatam maior conforto, confiança e abertura emocional, essa relação permanece unilateral, uma vez que a IA não possui capacidade de reciprocidade afetiva. Curiosamente, o fato de o interlocutor não ser humano parece favorecer a autorrevelação, ao reduzir o medo de julgamento. Ainda assim, estudos indicam que a ausência de um terapeuta humano pode comprometer a adesão às intervenções, bem como que a ruptura do vínculo com a IA pode gerar impactos negativos, temporários ou não, no bem-estar emocional.

De modo geral, os resultados demonstram que as aplicações da IA em saúde mental concentram-se em atividades de monitoramento, prevenção, diagnóstico, engajamento do paciente, suporte à tomada de decisão clínica e tarefas administrativas. Contudo, destaca-se que os sistemas de IA tendem a reproduzir vieses presentes nos dados utilizados em seu treinamento, o que pode perpetuar desigualdades e comprometer a equidade do cuidado. Ademais, observa-se que muitas intervenções baseadas em IA carecem de discussões fundamentadas em princípios, reforçando a necessidade de regulamentação e supervisão profissional.

Por fim, os estudos convergem ao indicar que, embora a IA represente uma contribuição promissora à prática psicoterapêutica, é improvável que substitua integralmente os profissionais de saúde mental. Aspectos centrais do cuidado psicológico, como empatia, validação emocional, interpretação situacional e estabelecimento do vínculo terapêutico, permanecem insubstituíveis.

A partir da análise da literatura selecionada nesta etapa da pesquisa, observa-se que a Inteligência Artificial tem sido amplamente investigada como recurso aplicado ao campo da saúde mental, sobretudo em funções relacionadas ao apoio informacional, à ampliação do acesso, à triagem inicial de sintomas e ao monitoramento de indicadores psicológicos. Esses usos demonstram potencial para contribuir com estratégias de cuidado em saúde mental, especialmente em contextos marcados pela escassez de profissionais e por barreiras de acesso aos serviços especializados.

Entretanto, os estudos analisados indicam de forma consistente que a IA apresenta delimitações éticas, técnicas e psicológicas que inviabilizam sua utilização como substituta do atendimento psicológico profissional. Aspectos centrais da prática clínica em Psicologia, como sensibilidade emocional, escuta qualificada, julgamento clínico, compreensão contextual do sofrimento psíquico e construção do vínculo terapêutico, permanecem dependentes da atuação humana e não podem ser plenamente reproduzidos por sistemas algorítmicos.

Além disso, a literatura analisada indica que o uso excessivo e não supervisionado da Inteligência Artificial em contextos de saúde mental pode produzir consequências reais e mensuráveis no cuidado psicológico. Entre essas consequências, destacam-se o desenvolvimento de vínculos parassociais e de dependência emocional com sistemas automatizados, o adiamento ou a substituição da busca por atendimento psicológico profissional e a redução da autonomia do sujeito diante do próprio sofrimento psíquico. Observa-se ainda o risco de manejo inadequado de situações graves, como ideação suicida e comportamentos autolesivos, uma vez que esses sistemas não possuem julgamento clínico nem código de conduta.

Somam-se a esses efeitos os desafios relacionados à proteção de dados sensíveis, à confidencialidade das informações compartilhadas pelos usuários e à transparência dos processos algorítmicos envolvidos. Falhas nesses aspectos podem resultar em vazamentos de dados, uso indevido de informações de caráter íntimo e exposição do sofrimento psíquico a finalidades comerciais ou não explicitadas, configurando impactos concretos na vida dos usuários e na ética do cuidado em saúde mental.

Nesse sentido, evidencia-se que as consequências reais do uso inadequado da Inteligência Artificial não se restringem a questões técnicas, mas incidem diretamente sobre a experiência subjetiva, o acesso ao cuidado qualificado e a segurança psicológica dos indivíduos. Assim, reforça-se que a utilização da IA no campo da saúde mental deve ocorrer exclusivamente como recurso complementar à prática profissional do psicólogo, sob

supervisão humana, em conformidade com princípios éticos e com a centralidade do cuidado humanizado.

**PALAVRAS-CHAVE:** Inteligência Artificial; Saúde Mental; Psicologia; Tecnologia; Ética.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. Lei n. 13.709, de 14 de agosto de 2018. **Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD)**. Diário Oficial da União: Brasília, DF, 15 ago. 2018. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2018/lei/L13709.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2018/lei/L13709.htm). Acesso em: 10 jan. 2026

CHAVES, A. C. S. Explorando o impacto psicológico das interações parassociais com Inteligência Artificial na saúde mental do usuário. **SciELO Preprints**. DOI: 10.1590/SciELOPreprints.12061. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/12061>. Acesso em: 08 jan. 2026.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). **CFP divulga posicionamento sobre Inteligência Artificial no contexto da prática psicológica**. CFP, 07 jul. 2025. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/cfp-divulga-posicionamento-sobre-inteligencia-artificial-no-contexto-da-pratica-psicologica/>. Acesso em: 08 jan. 2026.

GUO, Z.; LAI, A.; THYGESEN, J. H.; FARRINGTON, J.; KEEN, T.; LI, K. *Large Language Model for Mental Health: A Systematic Review*. **arXiv**, 19 fev. 2024. DOI: 10.48550/arXiv.2403.15401. Disponível em: <https://arxiv.org/abs/2403.15401>. Acesso em: 08 jan. 2026

SILVA, G. G. da; PAIXÃO, H.; RODRIGUES, M. L. de A. Desafios do uso da inteligência artificial nos diagnósticos de saúde: uma revisão integrativa. **Cadernos Ibero-Americanos de Direito Sanitário**, [S. l.], v. 13, n. 2, p. 11–18, 2024. DOI: 10.17566/ciads.v13i2.1241. Disponível em: <https://www.cadernos.prodisa.fiocruz.br/index.php/cadernos/article/view/1241>. Acesso em: 8 jan. 2026.

SOUSA, A. K. S.; SILVA, E. L. da; BRANDÃO, M. L.; ROCHA, F. A. do N. O USO DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NA PREVISÃO DE DEMANDAS EM SAÚDE MENTAL DE POPULAÇÕES VULNERÁVEIS. **Revista Contemporânea**, [S. l.], v. 5, n. 8, p. e8879, 2025. DOI: 10.56083/RCV5N8-068. Disponível em: <https://ojs.revistacontemporanea.com/ojs/index.php/home/article/view/8879>. Acesso em: 8 jan. 2026.

WAGSTAFF, C.; FERNANDES, M. A. **INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E AS RELAÇÕES TERAPÊUTICAS NA SAÚDE MENTAL: POSSIBILIDADES E**

DESAFIOS. Revista Enfermagem Atual In Derme, [S. l.], v. 98, n. 2, p. e024342, 2024. DOI: 10.31011/reaid-2024-v.98-n.2-art.2289. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/2289>. Acesso em: 09 jan. 2026.

ZANQUETTA, B.; OLIVEIRA, M. V. M. de; OLIVEIRA, L. R. de; CINTRA, M. E.; FERNANDES, A. F. C. Avaliação de Assistentes Virtuais Baseados em Inteligência Artificial para Simulações de Atendimento Psicológico. *In: ESCOLA REGIONAL DE INFORMÁTICA DO ESPÍRITO SANTO (ERI-ES)*, 9, 2024, Vitória/ES. Anais [...]. Porto Alegre: Sociedade Brasileira de Computação, 2024. p. 61-70. DOI: <https://doi.org/10.5753/eries.2024.244414>. Acesso em: 08 de jan. 2026