

Ciencia y Universidades

[Economía](#), [Hacienda](#), [Promoción Económica y Turismo](#)



QUIÉNES SOMOS ▾

CIENCIA EN LA CIUDAD ▾

INVESTIGACIÓN ▾

UNIVERSIDADES ▾

EDUCACIÓN Y CIENCIA ▾

ARTE Y CIENCIA ▾

ACTUALIDAD ▾

Home / Noticias

CoActuem per la Salut Mental, el primer chatbot de ciencia ciudadana

El bienestar emocional no solo depende de nosotros; las personas que nos rodean y que constituyen nuestra red de soporte social también juegan un papel clave en nuestra salud mental. Con el objetivo de conocer cómo funcionan estas redes y reforzarlas, el grupo de investigación Open Systems de la Universidad de Barcelona (UB) y la Federación Salud Mental Cataluña han creado CoActuem per la Salut Mental, el primer chatbot de ciencia ciudadana para ampliar el conocimiento de las redes de apoyo social de las personas y mejorarlas.



05/05/2022 - 12:45 h - **Cultura y tiempo libre**

Octavi Planells

Las redes de apoyo social en salud mental son aquellas que se generan de forma informal entre personas, sea cual sea su condición mental. CoActuem per la Salut Mental necesita recoger datos para obtener resultados científicos que puedan orientar la toma de medidas concretas y mejorar el funcionamiento de las redes de apoyo social en salud mental en Cataluña.

Las personas con experiencia propia en salud mental y sus entornos familiares son los principales actores de la investigación, como personas coinvestigadoras. Con ellas, se ha creado una conversación digital en forma de **chatbot de Telegram**, el primero que se utiliza para una búsqueda de ciencia ciudadana. A través de una comunicación con el chatbot totalmente anónima y segura, las personas participantes pueden aportar su punto visto singular y único, y en una fase posterior podrán implicarse en la interpretación colectiva de los datos si así lo desean.

«Las redes de apoyo en salud mental interpelan a todas las personas, incluyendo a personas cuidadoras, pero también a familiares, amistades o cualquiera de nuestro vecindario», aclara **Josep Perelló**, coordinador científico del proyecto. «Todas las personas con las que nos relacionamos forman parte y por eso conviene recoger todas las perspectivas y todas las experiencias vitales», añade.

Hoy, el chatbot ya cuenta con más de 500 personas registradas, pero para obtener resultados científicos lo más robustos posible es necesaria una **mayor participación** que permita recoger el abanico de perfiles más amplio posible. Durante estos meses de primavera, el proyecto busca la máxima participación de la ciudadanía para, en el próximo otoño, poder transformar los relatos y vivencias anónimas en acciones, medidas o recomendaciones políticas para mejorar el bienestar mental y emocional de la ciudadanía.

Josep Perelló explica que las posibilidades de análisis de los datos son muy variadas y algunas pueden ser muy sofisticadas: “se podrían identificar vivencias muy comunes pero poco conocidas socialmente para enfocar aspectos como el aislamiento social de algunas personas con problemas de salud mental o para luchar contra el estigma de forma más orientada”. Según él, “también se pueden observar qué vivencias aparentemente muy diferentes son compartidas por las mismas personas y dar pistas sobre cómo podría ser un modelo de atención en salud de mental de 360 grados, que no sólo cubra los aspectos médicos, sino que permita ofrecer una atención que incluya estrategias para entornos informales de ocio, laborales o educativos entre otras muchas dimensiones de nuestras relaciones sociales”.

¿Cómo participar?

El chatbot está abierto a todas las **personas a partir de 18 años**, ya que, directa o indirectamente, todo el mundo ha vivido experiencias relacionadas con la salud mental. Por eso, maximizar la diversidad de perspectivas representa una aportación muy valiosa para el proyecto. Para participar es necesario tener instalada la aplicación de Telegram en el dispositivo móvil. Una vez dentro, para acceder al chatbot hay que hacer clic en la lupa del buscador y escribir “CoActuem per la Salut Mental”. Cuando lo localicéis y entréis, el chatbot os dará la bienvenida en los **cuatro idiomas** con los que está configurado (catalán, castellano, inglés y alemán) y a continuación os pedirá elegir vuestra lengua.

A partir de aquí, solo tendréis que seguir la conversación. En esta, el chatbot os enviará relatos vividos por las personas coinvestigadoras del proyecto, algunos de ellos ilustrados por el dibujante profesional **Pau Badia**, y os pedirá que reflexionéis a, a partir de vuestra experiencia personal, sobre vivencias relacionadas con la salud mental.

Hay que tener presente que el chatbot no es una herramienta de ayuda psicológica, sino un instrumento para investigar la ciencia ciudadana. Con vuestra participación estaréis contribuyendo a generar datos anónimos, pero muy útiles para avanzar en la investigación científica y la búsqueda de mejoras de las redes de apoyo social a la salud mental.

Sobre el proyecto

CoActuem per la Salut Mental es un proyecto promovido por el grupo OpenSystems de la Universidad de Barcelona y la Federación Salud Mental Cataluña, pero cuenta con un equipo más amplio de personas coinvestigadoras, con experiencia propia en salud mental. Además, el proyecto cuenta también con una comunidad de personas y organizaciones que participan en la gestión y conocimiento en el ámbito de la salud mental comunitaria. El proyecto forma parte de CoAct, una iniciativa global financiada a través del programa de investigación e innovación Horitzó 2020 de la Unión Europea, con contrato núm. 873048.

Más información

[Web de CoActuem per la Salut Mental](#)

[¿Cómo entrar en el chatbot?](#)