

NOTA DE PRENSA

Mentina, la aplicación de salud mental para móvil que evita la consulta a la inteligencia artificial

- *Se trata de una iniciativa que forma parte del proyecto europeo de investigación en salud mental MENTBEST, que propone intervenciones comunitarias con evidencia demostrada y tecnologías innovadoras para prevenir y mitigar los problemas de salud mental en Europa*
- *La aplicación, centrada en la prevención de la depresión, hace seguimiento de la actividad diaria de la persona usuaria, plantea preguntas específicas y ofrece recomendaciones adaptadas a sus necesidades. Se está llevando a cabo un ensayo clínico multicéntrico para evaluar su funcionalidad*
- *El contenido ha sido desarrollado por un equipo de psicólogos y psiquiatras expertos y es la única de su tipo que está siguiendo el proceso para ser certificada como producto sanitario. Está siendo evaluada dentro de un ensayo clínico que se encuentra en fase de reclutamiento de personas voluntarias*

Barcelona, 28 de julio de 2026 – El estallido de la inteligencia artificial también ha llegado a la salud mental. Cada vez hay más personas que consultan alguna de las herramientas basadas en esta tecnología para su día a día, incluidos posibles problemas de salud mental. Un hecho que puede comportar riesgos asociados a imprecisiones en la información facilitada o al refuerzo de conductas o patrones de pensamientos disfuncionales, dada la tendencia de la inteligencia artificial a generar respuestas alineadas con las expectativas del usuario. En este contexto, el proyecto de investigación europeo MENTBEST, coordinado en el Estado por el Hospital del Mar Research Institute, ha desarrollado una nueva herramienta sanitaria destinada a la **prevención de la depresión, la aplicación para teléfonos móviles Mentina**.

A diferencia de las consultas a las herramientas basadas en inteligencia artificial, no validadas clínicamente y en las cuales no se puede garantizar que los contenidos hayan sido elaborados por expertos, Mentina ha sido **elaborada por un equipo de psicólogos y psiquiatras expertos**, y sus contenidos se basan en intervenciones psicológicas basadas en la evidencia. De hecho, la nueva aplicación va más allá de la simple monitorización de los síntomas depresivos. **“Permite hacer el seguimiento de la actividad diaria de la persona usuaria a través de preguntas específicas y ofreciendo recomendaciones adaptadas a sus necesidades, y, a la vez, busca fomentar la autogestión de la salud mental”**, explica la Dra. Bridget Hogg, psicóloga y coordinadora del proyecto MENTBEST. La aplicación incorpora mecanismos de autoevaluación y autoconocimiento que pueden ser importantes para la prevención de la depresión, garantizando la confidencialidad de la persona que la utiliza.

Además, Mentina es la primera aplicación de salud mental que opta a obtener la **certificación como producto sanitario**, hecho que garantiza que en su elaboración se han seguido los criterios éticos y clínicos más rigurosos. Su uso no substituye en ningún caso el tratamiento que recibe o que tiene que recibir la persona usuaria.

Vinculada a un ensayo clínico

Mentina es una iniciativa impulsada por el proyecto MENTBEST y la Fundación Alemana de Ayuda contra la Depresión ([Stiftung Deutsche Depressionshilfe](#)), desarrollada por la empresa danesa [Monsenso](#). Para ayudar a validarla, se ha puesto en marcha un ensayo clínico con 660 personas voluntarias de toda Europa que, durante un año, utilizarán la aplicación. Se trata de un ensayo multicéntrico que acabará a finales del 2027 y que comparará la evolución de los usuarios de la aplicación ante aquellas personas que reciben una versión con solo las líneas básicas de ayuda.

“El estudio con la aplicación Mentina forma parte de la voluntad de transformación del sector sanitario moderno a través del uso de propuestas digitales que trabajan para la emergencia de la asistencia sanitaria desde la mirada de la prevención”, explica el Dr. Benedikt Amann, coordinador de MENTBEST en el Estado y director de la Unidad de Investigación del Centre Fòrum del Hospital del Mar. Y añade que ***“la investigación en el ámbito de salud comunitaria camina hacia una medicina más personalizada y participativa, empoderando al mismo paciente, para poder dar mejores respuestas y con más efectividad”***.

Uno de los participantes en el estudio sobre la aplicación, Albert Gil, explica que para él, Mentina es ***“un compañero de bolsillo para afrontar momentos difíciles y aprender más sobre la depresión”***.

En el ensayo clínico pueden participar personas de más de 18 años con conocimientos básicos de cómo utilizar un teléfono inteligente, que hayan tenido un diagnóstico de depresión en algún momento de su vida y que presenten en este momento síntomas leves o moderados de trastorno depresivo o ansiedad. Quedan excluidas aquellas que sufren trastorno bipolar, del espectro psicótico, esquizofrenia o abuso de sustancias. Para participar en él hace falta escribir al correo electrónico mentina@researchmar.net.

El proyecto MENTBEST

[MENTBEST](#) es un **proyecto europeo de investigación en salud mental**, financiado por el programa de investigación e innovación Horizon Europe de la Unión Europea. Propone el uso de intervenciones comunitarias con evidencia demostrada y tecnologías innovadoras para prevenir y mitigar los desafíos de salud mental asociados a los cambios rápidos y profundos que experimenta Europa. Se desarrolla en España y en otros cuatro países europeos, Albania, Estonia, Grecia e Irlanda. El equipo del Hospital del Mar Research Institute lidera su aplicación en el Estado, en concreto, en Sant Coloma de Gramenet desde mediados de 2024.

La iniciativa se basa en un programa de actividades, formaciones e intervenciones sociales en todo el tejido de entidades y organizaciones del municipio, destinadas a trabajar para la prevención del suicidio y la depresión. Se ha formado a casi 300 profesionales, sanitarios, docentes y otros trabajadores, se han impartido talleres en institutos y centros de formación profesional y para familias de personas con problemas de salud mental. También acciones y campañas destinadas a la población general.

Más información

Servicio de Comunicación Hospital del Mar Research Institute/Hospital del Mar: Marta Calsina 93 3160680 mcalsina@researchmar.net, David Collantes 600402785 dcollantes@hospitaldelmar.cat