

NOTA DE PRENSA

Día Mundial de la Rehabilitación, 23 de marzo

LOS MÉDICOS REHABILITADORES ALERTAN: LAS LISTAS DE ESPERA EMPUJAN A LOS PACIENTES A USAR IA PARA TRATAR DOLORES LUMBARES, CERVICALES Y DE RODILLA

- *La media de espera para ser atendido es de alrededor de 4 meses en patologías comunes ordinarias, como las osteoarticulares y la artrosis*
- *Por ello muchos pacientes optan por buscar soluciones por su cuenta*
- *Destacan que la IA da respuestas creíbles pero incorrectas o inventadas que inducen a que un ejercicio agrave la lesión en lugar de curarla*
- *Señalan que el ejercicio terapéutico requiere de objetivos y de personalización*

Madrid, marzo de 2026.- La Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (SERMEF) alerta de que las listas de espera en el sistema sanitario están empujando a muchos pacientes con dolencias musculoesqueléticas (como dolor lumbar, cervicalgias o problemas de rodilla) a utilizar herramientas de inteligencia artificial (IA) generativa como ChatGPT para buscar ejercicios con los que tratar sus síntomas por su cuenta. Ante esta situación, los médicos rehabilitadores recuerdan que el ejercicio terapéutico forma parte de un tratamiento médico y debe estar siempre indicado y supervisado por un médico rehabilitador.

Estas afirmaciones han sido realizadas por la Dra. Helena Bascuñana, presidenta de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física (SERMEF), con motivo del Día Mundial de la Rehabilitación, que se conmemora el 23 de marzo de cada año, establecido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) para promover el acceso a los servicios de rehabilitación. La SERMEF es la sociedad científica que agrupa a los médicos especialistas en Medicina Física y Rehabilitación de España y trabaja para mejorar la recuperación funcional, la autonomía y la calidad de vida mediante un abordaje integral y multidisciplinar.

En este contexto, la presidenta de la SERMEF ha señalado que “la media de espera en el Sistema Nacional de Salud para ser atendido en los Servicios de Rehabilitación por patologías comunes ordinarias, como las patologías osteoarticulares y la artrosis, es de alrededor de cuatro meses”, y ha añadido que “ante estos tiempos de espera, muchos pacientes optan por buscar soluciones por su cuenta”.

En este sentido, ha explicado que “algunas personas recurren a herramientas de IA para iniciar ejercicios terapéuticos sin supervisión médica”, y ha insistido en que “el ejercicio en Medicina Física y Rehabilitación no es una recomendación general, sino una intervención

terapéutica que requiere valoración previa, objetivos definidos y una adaptación a la situación clínica de cada paciente”.

La Dra. Bascuñana ha explicado que “el principal beneficio potencial de las herramientas de inteligencia artificial es mejorar la comprensión: explicar diagnósticos, pruebas y tratamientos en un lenguaje más accesible. Y, además, ayudar a preparar la consulta”. Ha añadido la presidenta de la SERMEF que estas herramientas “pueden ofrecer información amplia, aunque con variabilidad en exactitud y necesitan siempre de validación humana”.

No obstante, ha advertido de que “el riesgo principal de la IA es la alucinación: respuestas plausibles pero incorrectas o inventadas, lo que en salud puede inducir a retrasar una urgencia o a iniciar conductas dañinas, como un ejercicio que en lugar de curar te agrava la lesión”. Asimismo, la especialista ha advertido de la “falta de contextualización clínica de la inteligencia artificial, al no recoger toda la información necesaria para una valoración adecuada ni identificar situaciones potencialmente graves”.

Además, ha subrayado que las herramientas de IA “no diagnostican ni prescriben; sino que ofrecen información y apoyo conversacional”, por lo que “su uso debe entenderse siempre como complemento y nunca como un sustituto del acto médico”. En este sentido, ha defendido que “el médico rehabilitador es quien garantiza la seguridad, el contexto clínico y la correcta indicación del tratamiento”.

HERRAMIENTAS DE EJERCICIO TERAPÉUTICO SIN IA

Asimismo, la Dra. Bascuñana ha destacado que la SERMEF dispone de una herramienta específica para la prescripción de ejercicio terapéutico basadas en evidencia científica, creada por profesionales expertos en ejercicio terapéutico, que es su plataforma digital de ejercicios <https://ejercicios.sermeff.es/>. “Es accesible de forma libre y gratuita y está organizada por regiones anatómicas como cervical, lumbar, hombro, codo, cadera o rodilla. Permite seleccionar programas que han demostrado eficacia o diseñar programas personalizados adaptados a cada paciente”, ha detallado.

En este contexto, la presidenta de la Sociedad Española de Rehabilitación y Medicina Física ha hecho hincapié en que el ejercicio terapéutico “forma parte de un tratamiento médico y debe ser siempre indicado y supervisado por un especialista, dentro de un abordaje integral y multidisciplinar orientado a mejorar la funcionalidad, la autonomía y la calidad de vida de los pacientes”.

Por último, la presidenta de la SERMEF ha afirmado que las herramientas de IA pueden ser útiles como “apoyo entre visitas para educación sanitaria o recordatorios de hábitos saludables, siempre bajo el principio de complementar, no sustituir”, y ha concluido que “una respuesta bien redactada no equivale necesariamente a una respuesta correcta, por lo que es imprescindible la validación por parte de profesionales sanitarios”.

Para más información:

Gabinete de prensa SERMEF

Docor Comunicación 94 423 48 25

Iñaki Revuelta 678 538 552