

Desenvolvimento de Software

Bruno Burghi Machado 10419527
Gabriel Pereira Gomes 10416545
Matheus Nascimento Gana 10417400
Thiago Aguiar Vaccaro 10419562

1. Tema do Projeto

Sistema de Monitoramento de Saúde Mental

Funcionalidade Proposta: O sistema é uma aplicação móvel e web que permite aos usuários registrar suas atividades diárias e monitorar seu impacto na saúde mental. O usuário pode inserir as atividades que realizou durante o dia (exercícios, socialização, alimentação, sono, meditação, entre outros), e o sistema avaliará o quanto essas atividades contribuem positivamente ou negativamente para o bem-estar mental, fornecendo uma pontuação diária e dicas personalizadas para melhorias.

Público-alvo:

- Indivíduos que desejam entender e melhorar os efeitos das suas atividades diárias na saúde mental.
- Pessoas que buscam manter um equilíbrio saudável entre trabalho, lazer e práticas de autocuidado.
- Profissionais de saúde mental que desejam acompanhar os hábitos e atividades de seus pacientes.

Contribuição para a Saúde e Bem estar: Este sistema contribui diretamente para o ODS 3, promovendo saúde mental e bem-estar. Ao fornecer insights sobre o impacto das atividades cotidianas no estado emocional e mental do usuário, o sistema ajuda na prevenção de condições como estresse, ansiedade e depressão. Também promove hábitos saudáveis e autoconsciência, incentivando mudanças positivas no estilo de vida.

2. Justificativa

A saúde mental é um pilar central do bem-estar e está profundamente ligada aos hábitos e atividades do dia a dia. Muitas pessoas têm dificuldade em entender o impacto de suas rotinas na saúde mental, o que pode levar a desequilíbrios que afetam sua qualidade de vida.

O **Sistema de Monitoramento de Saúde Mental**, ao permitir que os usuários registrem suas atividades diárias e avaliem seu impacto no bem-estar, oferece uma abordagem personalizada para melhorar a saúde mental. O sistema apoia as metas do **ODS 3** ao:

- **Prevenir doenças mentais:** Fornecendo informações personalizadas com base em dados das atividades diárias.
- **Promover hábitos saudáveis:** Incentivando práticas que melhoram o bem-estar mental e alertando sobre atividades prejudiciais.
- **Facilitar a autogestão da saúde mental:** Oferecendo insights em tempo real sobre a relação entre as atividades cotidianas e o estado emocional.

Com uma interface acessível e dicas práticas, o sistema encoraja os usuários a adotar um estilo de vida mais equilibrado e saudável, promovendo o bem-estar mental de forma contínua.

3. Casos de Uso

Atores Principais:

1. **Usuário (Indivíduo)**
2. **Profissional de Saúde Mental**
3. **Administrador do Sistema**

Casos de Uso Principais:

CDU001 - Registrar Atividades Diárias

- **Ator Principal:** Usuário
- **Resumo:** Permite que o usuário registre as atividades realizadas ao longo do dia para avaliar seu impacto na saúde mental.

Fluxo Principal:

- O usuário acessa a funcionalidade de registro de atividades.
- O sistema exibe uma lista de categorias de atividades (exercício, trabalho, lazer, alimentação, sono, etc.).

- O usuário seleciona a categoria e insere as atividades específicas realizadas.
- O sistema calcula o impacto das atividades no bem-estar mental.
- O sistema exibe a pontuação diária e dicas personalizadas.
- **Fluxos de Exceção:**
 - Atividade desconhecida ou não encontrada: O sistema oferece a opção de adicionar uma nova atividade à base de dados.

CDU002 - Acompanhar Pontuação de Bem-estar

- **Ator Principal:** Usuário
- **Resumo:** Permite que o usuário acompanhe o histórico de pontuações diárias e seu progresso na melhoria do bem-estar mental.
- Fluxo Principal:**
 - O usuário acessa a seção de pontuação de bem-estar.
 - O sistema exibe o gráfico de evolução das pontuações diárias.
 - O usuário pode visualizar detalhes das atividades que mais contribuíram ou prejudicaram o bem-estar.
 - O sistema fornece sugestões de ajustes nas atividades para melhorar o resultado.
- **Fluxos de Exceção:**
 - Nenhum dado registrado: O sistema sugere ao usuário registrar suas atividades.

CDU003 - Receber Dicas Personalizadas

- **Ator Principal:** Usuário
- **Resumo:** O sistema fornece dicas personalizadas com base nas atividades registradas e suas pontuações diárias.
- Fluxo Principal:**
 - O sistema analisa as atividades registradas e as pontuações diárias.
 - O sistema gera dicas personalizadas para melhorar o bem-estar mental.
 - O usuário acessa a seção de dicas.
 - O sistema exibe as dicas recomendadas.
- **Fluxos de Exceção:**
 - Dados insuficientes: O sistema notifica o usuário para registrar mais atividades.

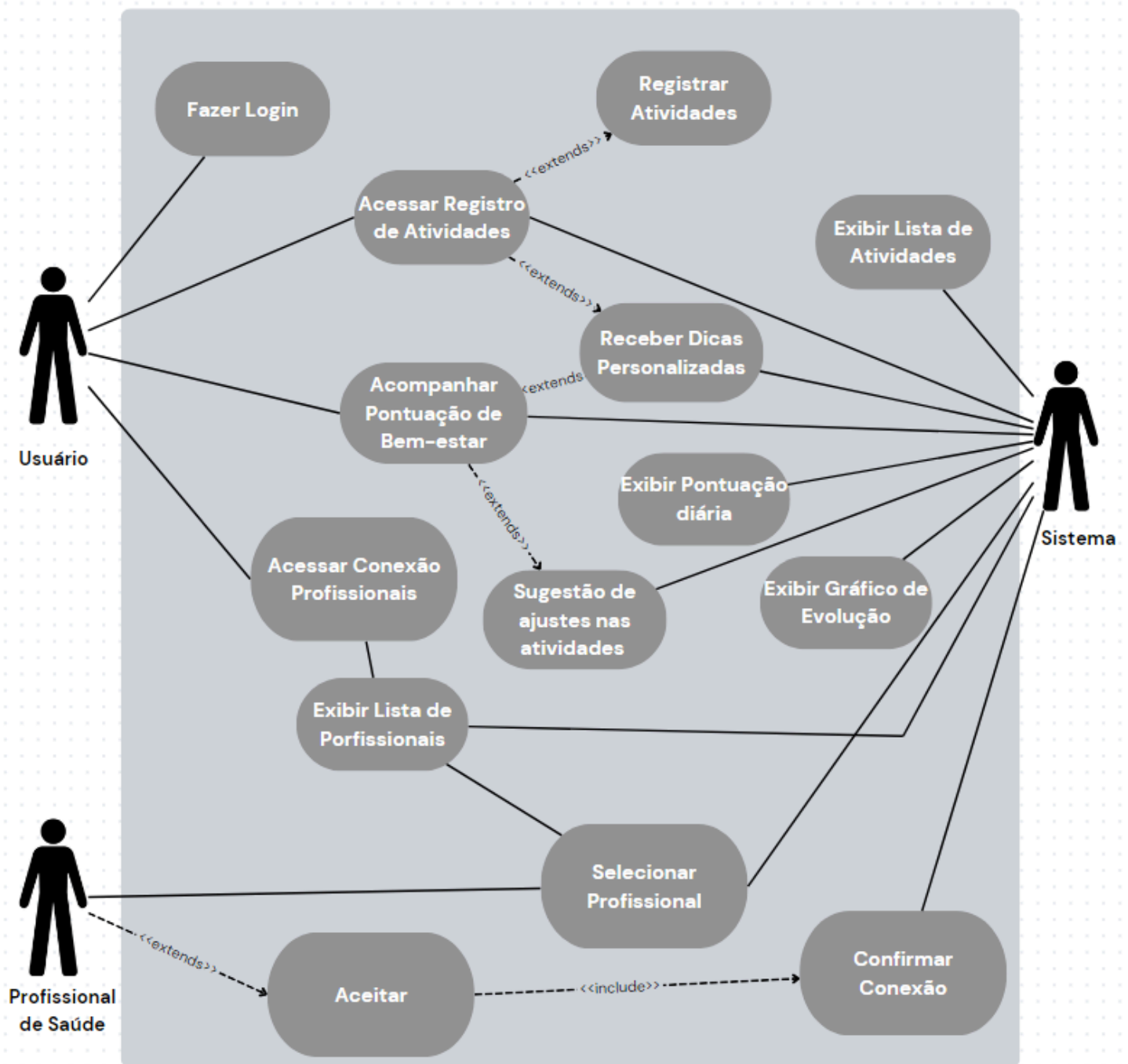
CDU004 - Conectar-se com Profissionais de Saúde Mental

- **Ator Principal:** Usuário
- **Resumo:** Permite que o usuário entre em contato com profissionais de saúde mental caso precise de suporte adicional.
- Fluxo Principal:**

- O usuário acessa a funcionalidade de conexão com profissionais.
- O sistema exibe uma lista de profissionais disponíveis.
- O usuário seleciona um profissional.
- O sistema envia uma solicitação de conexão.
- O profissional aceita a solicitação.
- O sistema confirma a conexão estabelecida.

- **Fluxos de Exceção:**

- Profissional indisponível: O sistema notifica o usuário e sugere tentar mais tarde.



4. Requisitos Iniciais

Requisitos Funcionais:

1. **RF001 - Registro de Atividades:** O sistema deve permitir que o usuário registre suas atividades diárias com base em categorias predefinidas.
2. **RF002 - Cálculo de Pontuação de Bem-estar:** O sistema deve calcular uma pontuação diária de bem-estar com base nas atividades registradas.
3. **RF003 - Geração de Dicas Personalizadas:** O sistema deve analisar as atividades e fornecer dicas personalizadas para melhorar a saúde mental do usuário.
4. **RF004 - Histórico de Pontuação:** O sistema deve armazenar o histórico das pontuações diárias e exibir gráficos de evolução.
5. **RF005 - Conexão com Profissionais:** O sistema deve permitir que os usuários se conectem com profissionais de saúde mental para suporte adicional.

Requisitos Não-Funcionais:

1. **RNF001 - Segurança dos Dados:** O sistema deve garantir que todos os dados pessoais e sensíveis sejam armazenados de forma segura e criptografada.
2. **RNF002 - Usabilidade:** A interface do sistema deve ser fácil de usar e acessível em dispositivos móveis e desktop.
3. **RNF003 - Performance:** O sistema deve ser capaz de processar os dados do usuário rapidamente e fornecer as pontuações e dicas sem atrasos.