



Calma

VR

“Ven, Respira y Calma”

Tabla de Contenidos

1. Contexto
2. Problema
3. Necesidad
4. Solución
5. Épicas
6. R. Funcionales
7. R.No Funcionales
8. Metodologías
9. Historias de Usuario
10. Arquitectura
11. Roles
12. Evidencias
13. Sprints
14. Carta Gantt
15. Conclusiones





Contexto

En colegios y universidades, los estudiantes presentan con frecuencia crisis de ansiedad, estrés agudo o bloqueos emocionales que afectan su bienestar y rendimiento académico. Los equipos de apoyo psicoeducativo, con recursos limitados, no siempre pueden ofrecer atención inmediata y continua. Por ello, se plantea diseñar un **espacio inmersivo de realidad virtual (VR)** que permita a los estudiantes recibir contención emocional, entrenar habilidades de autorregulación y sentirse acompañados mediante guías empáticas y ejercicios sensoriales, complementando así el trabajo de los profesionales de salud emocional con una herramienta innovadora y accesible.



Problema

En los colegios y sedes de educación superior, actualmente los estudiantes presentan episodios de descompensación emocional, crisis de ansiedad, estrés agudo o estados de bloqueo que afectan su bienestar personal y rendimiento académico.

Los equipos de apoyo psicoeducativo suelen tener recursos humanos muy limitados, dificultando una atención inmediata, guiada y continua hacia los estudiantes.

Necesidad

Los estudiantes requieren un recurso accesible que les permita manejar momentos de ansiedad, estrés o bloqueos emocionales que afectan a su bienestar. Necesitan espacios inmersivos de VR que les genere calma y que puedan utilizar de forma inmediata en cuanto lo necesiten.

También es fundamental que este prototipo sea probado por los estudiantes para asegurar que efectivamente cumpla con sus requerimientos.



Los estudiantes necesitan un relajo...



Solución

Brindarles a los estudiantes un espacio inmersivo con tecnología de realidad virtual (VR), que permita:

- ⚙️ Encontrar contención emocional en momentos de crisis.
- ⚙️ Entrenar habilidades de autorregulación emocional dos veces por semana.
- ⚙️ Sentirse acompañados a través de una voz guiada empática y ejercicios sensoriales.

Épicas

**Para
calmarme**

Necesito una forma de poder regularizarme en situaciones de alto estrés o ansiedad.

Estudiante

**Para ayudar a
mis alumnos**

Necesito una forma de ayudar a mis estudiantes que se desregularizan durante las clases

Docente

**Para apoyar a
los estudiantes**

Necesito una forma de poder apoyar a los estudiantes

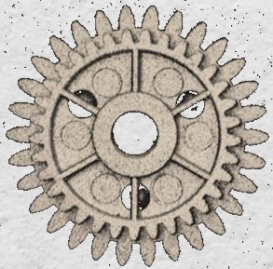
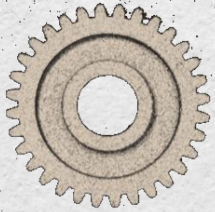
Psicólogo

Requerimientos Funcionales


- Ejercicios para la regularización
- Selección de entorno seguro
- Experiencia guiada por voz acompañante
- Instrucciones de meditación



Requerimientos No Funcionales



- **Accesibilidad** para que los usuarios puedan comprender su uso.
- **Compatibilidad** para que el sistema se adapte a dispositivos VR sin problemas.
 - **Confiabilidad** para que los usuarios experimenten un sistema optimizado y de alta calidad.
 - **Usabilidad** para que los usuarios utilicen el sistema fácilmente.
 - **Rendimiento** para que el sistema brinde una experiencia imparablemente inmersiva.
 - **Ambiente virtual relajante**
 - **efectos visuales y sonoros relajantes**
 - **terapias al usuario**
 - **interfaz intuitiva y sencilla**



Metodologías

Scrum

Marco de trabajo ágil para gestionar y desarrollar productos complejos.

Es un proceso iterativo e incremental que se enfoca en entregar valor al cliente de forma temprana y continua.

Design Thinking

Proceso de pensamiento para resolver problemas complejos de una manera centrada en el ser humano.

Su objetivo es comprender profundamente las necesidades reales de los usuarios para encontrar soluciones innovadoras y deseables.

Historias de Usuario

Estudiante

Como estudiante, me gustaría acceder a un espacio VR que ofrezca ejercicios para la relajación emocional y entornos seguros, para poder manejar mejor las situaciones de estrés.

Docente

Como docente, me gustaría poder recomendarles a mis estudiantes sesiones de VR con ejercicios de autorregulación y entornos seguros, para acompañarlos en situaciones de estrés y favorecer en su rendimiento académico.

Psicólogo

Como psicólogo, me gustaría sugerir a los estudiantes ejercicios de VR personalizados para brindarles apoyo individual y favorecer la regulación emocional.



Arquitectura

CALMA VR

CAPA BACKEND



CAPA MIDDLE-CONTROL



CAPA FRONTEND



Roles



Danitsa Chandia
Scrum Team



Renata Besoain
Scrum Team



Allison Botinelli
Product Owner



Alonso García
Scrum Team



Mauricio Figueroa
Scrum Master

Evidencias



Prototipo



Informe de
investigación de
usuario



Informe
Requerimientos
Iniciales



Informe
Validación Final



Integración de
terapias

Sprints

Investigaciones y Definición
de requisitos iniciales (Sprint
0)

Desarrollo de
funcionalidades específicas
(Sprint 2)

Documentación Técnica y del
Usuario, Feedback y Entrega
Final (Sprint 4)

Diseño y Desarrollo inicial en
Unity (Sprint 1)

Correcciones y mejora del
Programa (Sprint 3)

Carta Gantt

	Fase 1				Fase 2											Fase 3			
Actividad	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	S11	S12	S13	S14	S15	S16	S17	S18	
Sprint 0																			
Investigación de usuario			X	X															
Investigación de Desregulación emocional y Acciones a			X	X															
Investigación de instrumentos mas adecuados para desregulación			X	X															
Definición de requisitos iniciales			X	X															
HITO 1 – Fase 1 (Proyecto Definido)																			
Sprint 1																			
Diseño conceptual del entorno VR					X														
Construcción de escenario base en Unity						X	X												
Implementación de controles de usuario						X	X												
Integración de assets visuales y sonoros						X	X												
HITO 2 – Fase 2 (Versión Alpha del entorno VR)																			
(Versión Alpha del entorno VR)																			
Desarrollo de interfaz de usuario								X											
Desarrollo de terapias básicas (cromoterapia, respiración, música)									X	X									
Implementación de guía auditiva con voz empática											X								X
HITO 3 – Fase 2 (Prototipo Funcional del Proyecto)																			
Sprint 3																			
Prueba controlada con estudiantes													X						
Optimización del entorno VR														X	X				
Ajustes en la interfaz de usuario														X	X				
Mejora del rendimiento e inmersión														X	X				
Corrección de errores y bugs														X	X				
Validación y revisión Docente															X				
HITO 4 – Fase 2 (Prototipo Final del Proyecto)																			
Sprint 4																			
Documentación técnica y de usuario																X	X	X	
Recopilación de feedback y entrega final																X	X	X	

Conclusiones

"Este Proyecto sirve para entender más a las personas y ayudarlas, capacidades profesionales que pueden ser utiles en ambientes laborales"

- *Alonso*

"No es solo un proyecto, es una oportunidad para crecer mis habilidades como profesional, estoy motivada por aceptarlo y ayudar a quienes necesiten de ello."

- *Danitsa*

"Este proyecto permite comprender que la realidad virtual no solo sirve para entretenimiento, si no que, también puede servir como herramienta para ayuda a salud mental"

- *Renata*

¡Gracias por su atención!



"Ven, Respira y Calma"