



PUC Minas

TRABALHO INTERDISCIPLINAR: APLICAÇÕES WEB

Instituto de Ciências Exatas e Informática (ICEI)

Descrição do Problema

Falta de assistência imediata à pessoas que sofrem com problemas atrelados à saúde mental.

Em sua maioria as pessoas a sofrerem essa dor específica são jovens/adolescentes/jovens adulto na faixa de 15 a 24 anos.

O problema acontece quando uma determinada pessoa, que sofre com algum tipo de problema relacionado à saúde mental, se encontra em uma situação angustiante onde não há a quem pedir ajuda, além disso, na maioria das vezes, essa pessoa não se vê confortável em pedir ajuda profissional e opta por guardar a situação que provoca essa angústia.

Fale da dor que o grupo busca resolver, as pessoas que sofrem dessa dor e um pouco do contexto em que o problema acontece.

Membros da Equipe

- Mateus Fernandes Barbosa
- Arthur Alves Menezes
- Camila André Hourí

Liste todos os integrantes da equipe.

Documento criado pelo grupo de professores da disciplina de Trabalho Interdisciplinar: Aplicações Web dos cursos de Sistemas de Informação, Engenharia de Software e Ciência da Computação do Instituto de Ciências Exatas e Informática (ICEI) da PUC Minas com o objetivo de orientar o processo de concepção de projetos baseado nas técnicas de Design Thinking. Versão 1.0 (setembro-2021). Diversos artefatos desse processo se baseiam no material cedido pela [Design Thinkers Group](#).

Este trabalho é licenciado sob a licença Creative Commons Attribution-Share Alike 3.0 Unported License. Uma cópia da licença pode ser vista em

<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/>





PERSONA

NOME Julia Rodrigues de Carvalho dos Santos

IDADE 19 anos

HOBBY Ouvir k-pop, sair com as amigas, acompanhar seus artistas no Twitter e assistir dramas.

TRABALHO Trabalha em meio período como auxiliar de serviços gerais.

PERSONALIDADE

É uma pessoa muito forte e madura. Por conta de sua infância com pais separados e um relacionamento difícil com o pai, acabou desenvolvendo depressão ansiosa durante o período escolar e tem dificuldades em se abrir com próximos e profissionais. No tempo livre ela escuta música e troca mensagens com suas amigas, mas quando tem crises acaba se isolando e se afastando das pessoas.

SONHOS

Possuir total independência e morar sozinha, começar a fazer faculdade de medicina veterinária, poder ir aos shows dos seus artistas favoritos e conseguir se abrir em seus futuros relacionamentos sem muitas dificuldades.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Objetos físicos: Fones de ouvido e celular. Usa normalmente durante o horário de almoço no trabalho, quando está em casa ou na rua.

Objetos digitais: Twitter, WhatsApp, TikTok, Spotify e Viki. Usa o Twitter como um diário pessoal às vezes, os demais aplicativos são usados no tempo livre.



OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

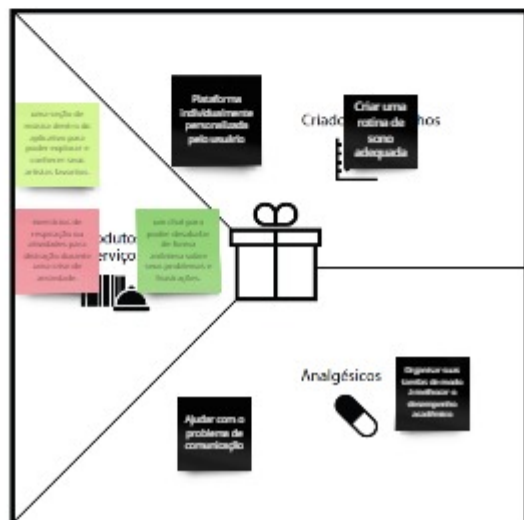
Conversar com pessoas com hobbies e problemas parecidos com os seus, conseguir minimamente se acalmar de suas crises de ansiedade e depressão sem precisar recorrer a alguém.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Respeito, como uma amiga e não como um paciente para que se sinta segura e acolhida.

Com opções de atividades que possa despertar o seu interesse baseada em seus hobbies e comunicação.

PROPOSTA DE VALOR





PERSONA

NOME Ana Ferreira Alves Pinto

IDADE 16 anos

HOBBY Escrita de poemas em fóruns virtuais

TRABALHO Estudante do 3º ano do EM

PERSONALIDADE

É determinada, e tem uma personalidade forte, apesar de ser mais reservada, é dedicada aos estudos e se preocupa bastante em passar em uma faculdade pública, costuma ser bem ansiosa quanto ao futuro, principalmente quando se trata de sucesso acadêmico

SONHOS

Ter sucesso no meio acadêmico e passar, na primeira tentativa, em uma faculdade pública e ter uma relação estável com um parceiro

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Objetos físicos: Notebook, celular, caderno de ideias, fichário

Objetos Digitais: wattpad, whatsapp, kindle, reddit, instagram, descomplica



OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

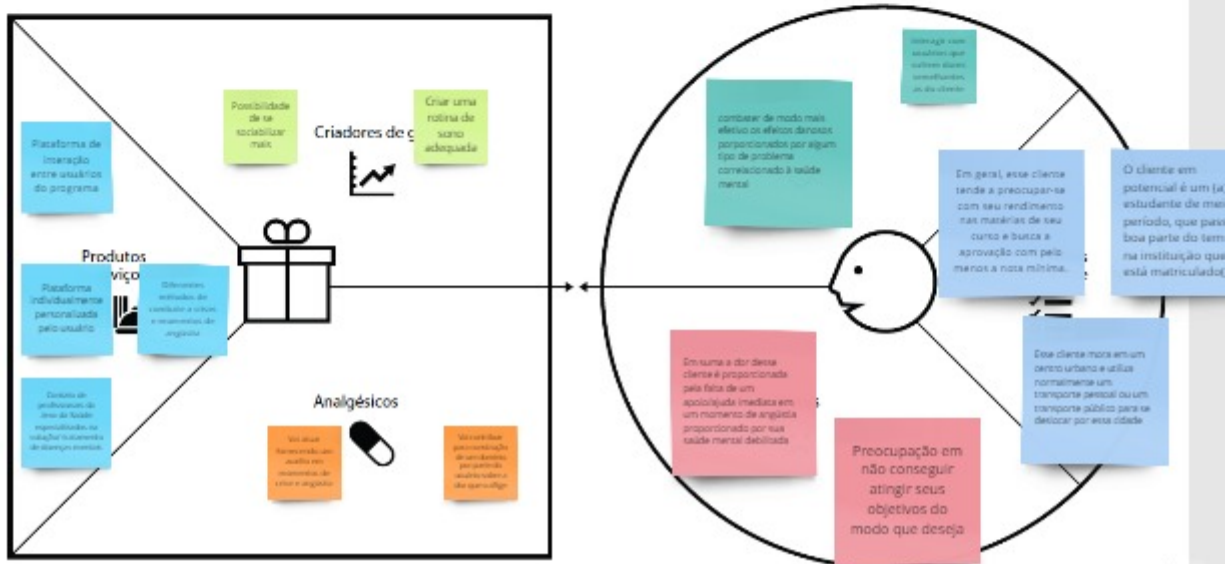
Aliviar o estresse proporcionado pela pressão auto infligida, bem como discutir formas de combater pensamentos ansiosos com pessoas que sofrem do mesmo problema

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Respeito, compreensivamente, apoio

Atividades voltadas para seus gostos e hobbies
Ex: Conversar com amigos, jogar videogames, assistir a séries e resolver puzzle.

PROPOSTA DE VALOR





PERSONA

NOME Vitor Gomes da Silva

IDADE 21

HOBBY Navegar nas redes sociais, ler e sair com amigos.

TRABALHO Faculdade

PERSONALIDADE

Ele é muito tranquilo e empático quando conversa com outras pessoas, na maior parte do tempo ele é muito sociável. Sua mente é ansiosa e afita na maioria das vezes, sendo por maior parte pelo TDAH, por conta disso ele tem frequentemente surtos pensativos sobre a vida, sobre o futuro e sobre tarefas não finalizadas, por isso muitas vezes não consegue realizar as suas tarefas diárias.

SONHOS

Conseguir formar na faculdade, arrumar um emprego em uma grande empresa e ter uma relação estável com uma parceira.

OBJETOS E LUGARES

Quais objetos físicos e digitais essa pessoa usa? Quando, onde e como ela os usa?

Objetos Físicos: Celular, computador, livros e jogos puzzle.

Objetos Digitais: Instagram, Whatsapp, TikTok, Twitter e Chess.com.



OBJETIVOS CHAVE

Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

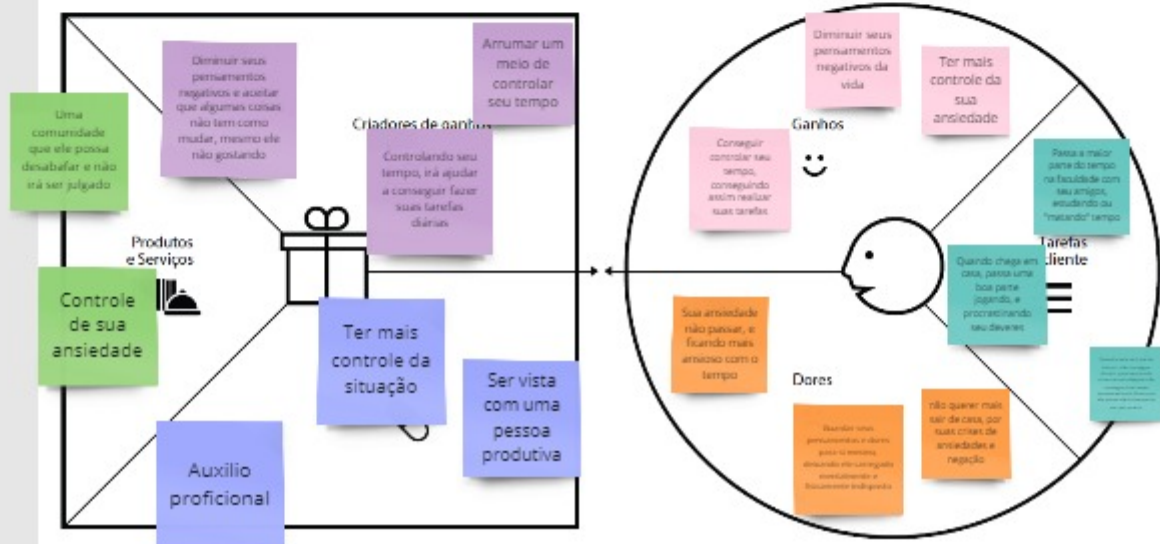
Buscar acalmar sua ansiedade diária, da sua vida e do TDAH, ajuda para distrair seus excessos de pensamentos negativos na comunidade do aplicativo e buscar pessoas com o mesmo pensamentos iguais.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Respeito, compreensivamente, apoio

Atividades voltadas para seus gostos e hobbies
Ex: Conversar com amigos, jogar videogames, assistir a séries e resolver puzzle.

PROPOSTA DE VALOR



Entrevista Qualitativa

Pergunta

Você se sente ansioso com frequência ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 10 responderam que sim. Dessas 10, 4 disseram que se sentem ansiosos a maior parte do dia.

Pergunta

Você se sente desanimado com frequência ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 11 responderam que sim. Dessas 11, 6 disseram que se sentem desanimados com frequência.

Pergunta

Você se sente estressado com frequência ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 10 responderam sim. Dessas 10, 5 responderam que só em momentos específicos.

Pergunta

O que você faz para aliviar o estresse ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, a maioria respondeu que se aliviam do estresse com música e jogos. Alguns responderam que dormem ou fazem esportes.

Pergunta

Você se irrita com facilidade ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 7 responderam sim. Dessas 7, 1 respondeu que se sente irritado por uso de remédios controlados.

Pergunta

Quando está angustiado(a) com algum problema, você costuma compartilhar essa preocupação com amigos, familiares ou até mesmo com um terapeuta ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 10 responderam sim. Dessas 10, 5 responderam que só em momentos específicos.

Pergunta

Você sente dificuldade em se concentrar ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 11 responderam sim. Dessas 11, 2 responderam que possuem TDAH e 1 respondeu que depende da situação.

Pergunta

Você é indeciso ?

Resposta

De 12 pessoas entrevistadas, 10 responderam que sim, 2 responderam que não. Dessas 10, 1 respondeu ser extremamente indeciso.

Pergunta

Você é esquecido ?

Resposta

De 12 pessoas, a maioria respondeu sim, que esquecem principalmente bens materiais e compromissos (prazo de entrega de exercícios, atividades acadêmicas, etc).

Pergunta

Você é uma pessoa mais agitada ou mais lenta ? (pensamento, movimentos ou forma de falar)

Resposta

De 12 pessoas, 7 responderam ser mais lentas e 5 responderam ser mais agitadas em suas falas e pensamentos.

Pergunta

Você dorme em média quantas horas por dia?

Resposta

A média da maioria dos entrevistados é entre 6 e 8 horas por dia.

Pergunta

Você sente algum desses sintomas: coração acelerado, dificuldade para respirar, tremores, suor excessivo, náuseas, boca seca e aperto ou dor no peito ?

Resposta

Dos 12 entrevistados, todos responderam que sim. A maioria disse sentir sintomas como: suor excessivo, tremores e boca seca. Apenas 1 entrevistado diz ter alguns desses sintomas como reação de remédios controlados.

Pergunta

Qual ferramenta você acha que seria útil em um momento de angústia e ansiedade? (Ex: Um chat para conversar anonimamente, dicas de exercícios de respiração, contato de algum profissional especializado em saúde) (editado)

Resposta

A maioria respondeu querer alguma ferramenta ligada a música/frequências sonoras e exercícios físicos ou de respiração. Alguns responderam querer chats anônimos e contatos com profissionais especializados.

Highlights de Pesquisa

Nome

Arthur Alves, Camila Hourie e Mateus Fernandes

Data

27/03/2023

Local

Universidade PUC Coração Eucarístico

O que os participantes falaram ou fizeram que surpreendeu, ou falas mais significativas.

A atitude mais signficante das pessoas entrevistas foi, por meio das respostas, a confirmação de algumas das principais afirmações propostas pelos integrantes do grupo

Aspectos que importaram mais para os participantes

A possibilidade de contribuir com a construção de um aplicativo que visa auxiliá-los a lidar com problemas vivenciados diariamente relacionados à doenças mentais

Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista

Aprendizados: É sempre bom estruturar o público alvo e um exemplo inicial de persona antes de realizar as entrevistas, para ter uma base, de quais serão os candidados ideais a serem consultados para a aquisição dos dados da pesquisa

Novos tópicos ou questões para explorar no futuro

Questionar por alguma experiência que a pessoa entrevistada possa ter vivenciado com relação a algum problema atrelado à doenças mentais

Mural de Possibilidades

MURAL DE POSSIBILIDADES



IDEIA 1

IDEIA 2

IDEIA 3

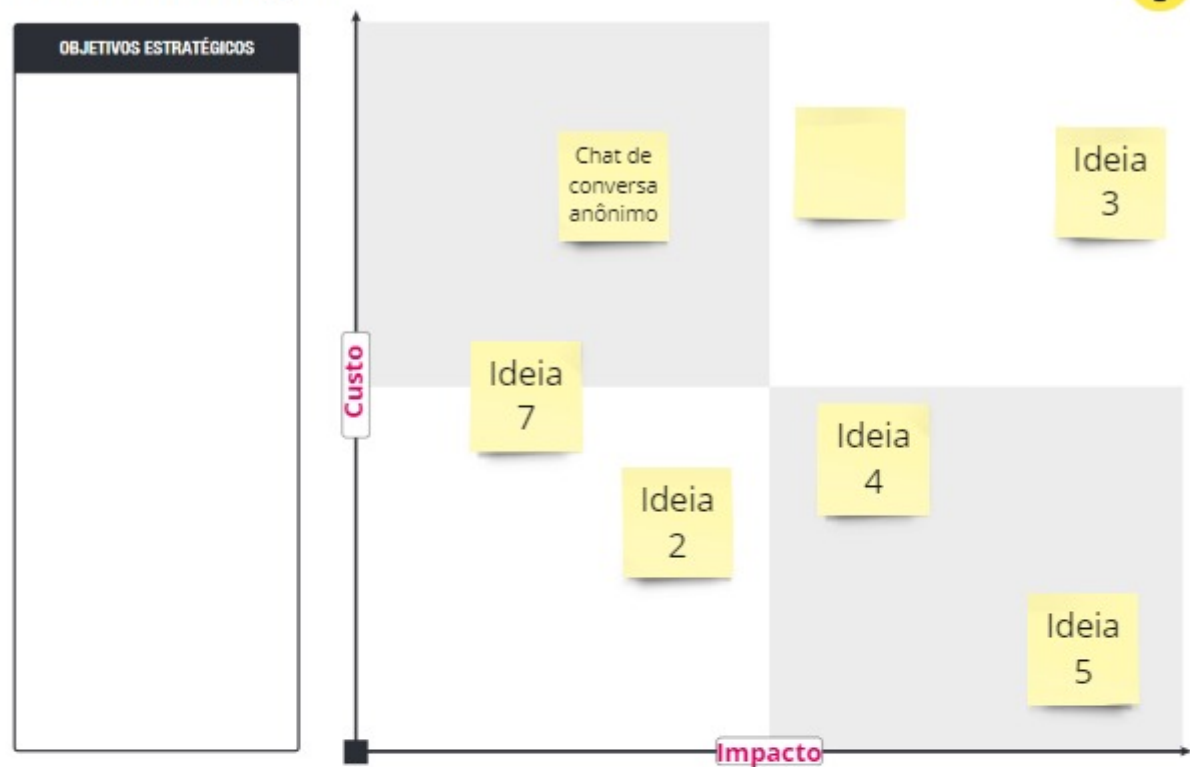
IDEIA 4

IDEIA 5

IDEIA 6

Priorização de Ideias

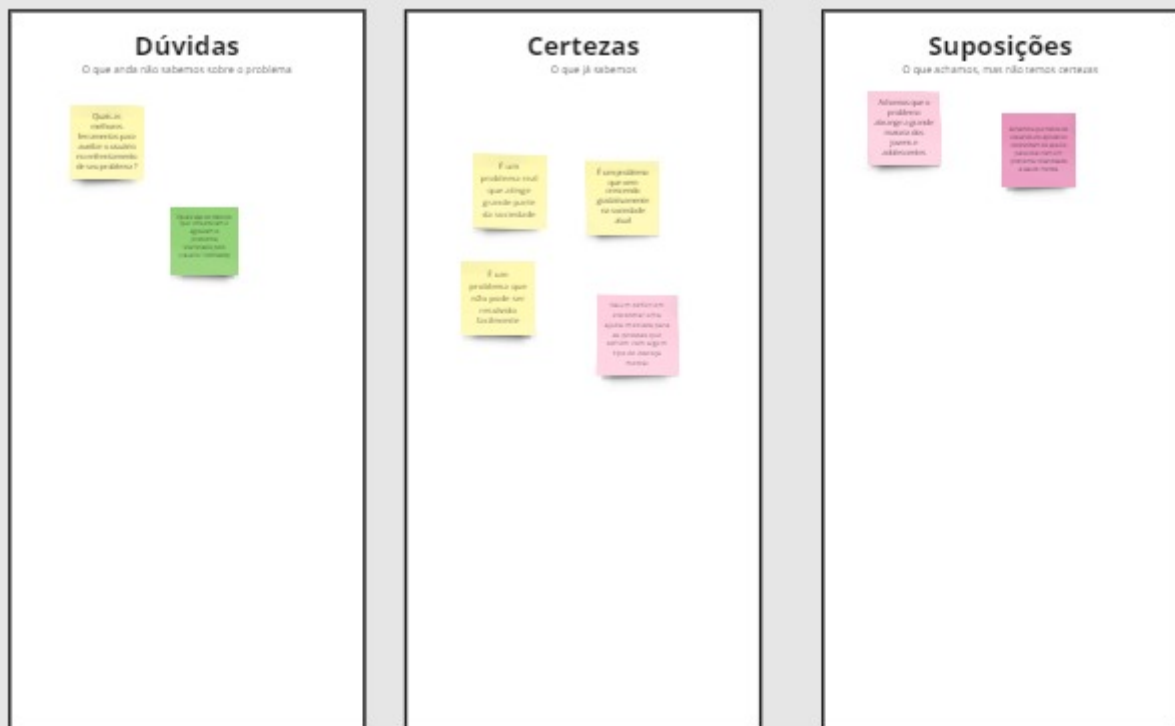
MAPA DE PRIORIZAÇÃO



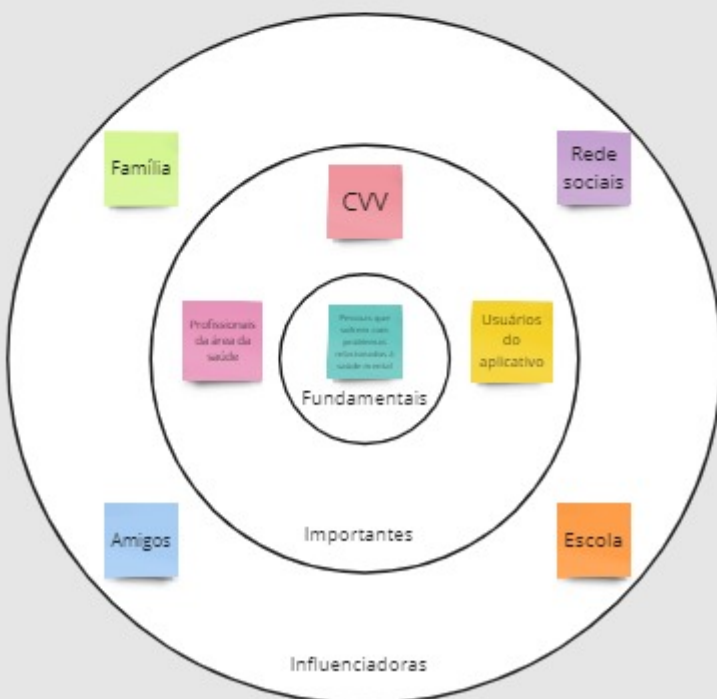
Brainstorming / Brainwriting

Participant 1	Participant 2	Participant 3	Participant 4	Participant 5	Participant 6
Musicas aleatórias	Idea 2	Idea 3			
Noticias e curiosidades aleatórias	Idea 2 improvement	Idea 3 improvement			
Meios de auxilio na ansiedade					

Matriz de Alinhamento CSD



Mapa de Stakeholders



Pessoas Fundamentais

Principais envolvidos no problema e representam os potenciais usuários de uma possível solução.
Ex do Uber: motoristas e passageiros

Pessoas Importantes

Pessoas que ajudam ou dificultam o desenvolvimento e uso da solução e que devem ser consideradas
Ex do Uber: taxistas, gov. locais, loja AppStore

Pessoas Influenciadoras

Pessoas ou entidades que devem ser consultadas para avaliar aspectos relevantes no ciclo de vida da solução.
Ex do Uber: Reguladores setor de transporte, opinião pública