

Bem Estar Mental

Trabalho Interdisciplinar - Aplicações Web

Controle de Entregas Parciais

Participantes	Entrega Inicial	Entrega Parcial 1	Entrega Parcial 2	Entrega Parcial 3	Entrega Final
	20 pts	15 pts	15 pts	15 pts	35 pts
Arthur Athayde	Grupo	Arquitetura de Solução			Grupo
Henrique Azevedo		Projeto de Interface			
Matheus Silveira		Arquitetura de Solução			
Rafael Cristino		Template do Site			

Sumário

1. INTRODUÇÃO	3
PROBLEMA	3
OBJETIVOS	3
JUSTIFICATIVA	3
PÚBLICO ALVO	3
2. ESPECIFICAÇÃO DO PROJETO.....	4
PERSONAS.....	4
HISTÓRIAS DE USUÁRIOS	5
REQUISITOS DO PROJETO	6
<i>Requisitos Funcionais</i>	6
<i>Requisitos não funcionais</i>	6
<i>Restrições</i>	6
3. METODOLOGIA	7
RELAÇÃO DOS AMBIENTES DE TRABALHO	7
GESTÃO DE CÓDIGO FONTE	7
GERENCIAMENTO DO PROJETO.....	8
4. PROJETO DE INTERFACE	9
FLUXO DO USUÁRIO	9
WIREFRAMES.....	9
<i>Tela- Login</i>	10
<i>Tela - Home</i>	11
<i>Tela - Menu</i>	11
<i>Tela - Interface da Reunião</i>	12
<i>Tela - Agenda</i>	12
<i>Tela - Amigos</i>	13
<i>Tela - Meu Perfil</i>	13
5. IMPLEMENTAÇÃO DE SOLUÇÃO	14
ARQUITETURA DE SOLUÇÃO	14
<i>Diagrama de Componentes</i>	14
<i>Hospedagem</i>	15
TEMPLATE DO SITE.....	15
<i>Logo</i>	15
REFERÊNCIAS	16

1. Introdução

Durante a pandemia foi estipulado manter o distanciamento social, o que trouxe diversos impactos principalmente para a população idosa, que além de ser um dos principais grupos de risco, sofreu muito por causa desse isolamento. Devido à essa solidão e o temor perante à Covid-19 houve um expressivo aumento nos casos de depressão e ansiedade.

Como nós estamos vivenciando esse período, nós conseguimos perceber que é extremamente importante manter o bem-estar mental para realizar as atividades do dia-a-dia, assim como, para enfrentar esse isolamento.

O ebook *Pandemias e Seus Impactos Na Saúde Mental* demonstra que é de extrema importância falar de bem estar mental nos dias atuais já que atinge grande parte da população. A obra se configura fazendo um apanhado histórico salientando três pontos, sendo eles: A Reforma Psiquiátrica como marco central a luta referente à Saúde Mental. A história de Pandemias. A Covid-19 vivenciada atualmente e seus danos à Saúde Mental da população.

Problema

Com o distanciamento social muitos idosos tiveram problemas para se socializar, já que a maioria das pessoas dessa faixa etária não acompanham o desenvolvimento tecnológico, e isso acarretou em diversos problemas como apresentado anteriormente.

Objetivos

O objetivo deste trabalho é proporcionar apoio para o bem-estar mental das pessoas durante o período de pandemia, aliviar o isolamento social através de uma plataforma online onde várias pessoas podem interagir entre si.

- Promover uma maior interação entre idosos dentro da pandemia;
- Facilitar o acesso dos idosos na web;

Justificativa

Pesquisas feitas pelo Instituto de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ) entrevistaram 1.460 pessoas em 23 estados de todas as regiões do Brasil. E é possível identificar que durante o período de pandemia os casos de depressão dobraram, assim como os casos de ansiedade aumentaram em 80%.

Baseado na pesquisa pode-se afirmar que houve um comprometimento no bem estar mental da maioria dos idosos.

Além disso, outros estudos realizados com pessoas desse mesmo grupo de risco evidenciaram aumento da prevalência de sintomas de estresse pós-traumático, irritabilidade, raiva e medo, que podem resistir por anos.

Público alvo

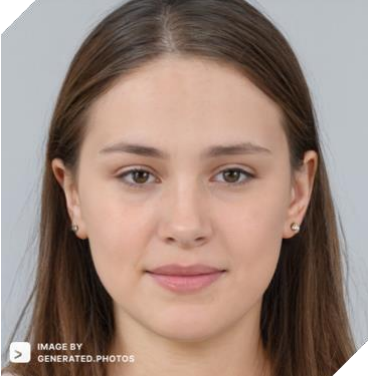
Embora sejamos conhecidos como "A era da tecnologia", nem todas as idades acompanham esse rápido crescimento, sendo o nosso objetivo incluir essas pessoas, focando no público acima de 50 anos em busca de estimular o aprendizado dos mecanismos e ferramentas que a Web proporciona, e consequentemente aumentando a interação através dela.


2. Especificação do Projeto


A definição exata do problema e os pontos mais relevantes a serem tratados neste projeto foi consolidada com a participação dos usuários em um trabalho de imersão feita pelos membros da equipe por meio de entrevistas, utilizando o ambiente do Google Forms. Os detalhes levantados nesse processo foram consolidados na forma de personas e histórias de usuários.

Personas

As personas levantadas durante o processo de entendimento do problema são apresentadas na Figuras que se seguem.

	Jovem: Suzana Carla	
	Idade: 19 Ocupação: Estudante “caloura” Universitária. Informações Extras: Passa a maior do seu tempo estudando, foca muito em tirar notas boas e passar em seus exames, não conhece ninguém na faculdade.	Aplicativos: <ul style="list-style-type: none">• Instagram• Twitter• Youtube• Netflix• WhatsApp
Motivações <ul style="list-style-type: none">• Melhorar as notas.• Melhorar disposição.• Fazer amigos.	Frustrações <ul style="list-style-type: none">• Não tem muito contato com seu avô, e acha que ele está recluso.	Hobbies <ul style="list-style-type: none">• Ler• Filmes• Ciências• Matemática

	Idoso: Seu Zé	
	Idade: 67 Ocupação: Aposentado pelo Estado. Informações Extras: Se preocupa mais com os netos do que a própria saúde. Esquece de tomar seus remédios de pressão e precisa de cuidados extras.	Aplicativos: <ul style="list-style-type: none">• WhatsApp
Motivações <ul style="list-style-type: none">• Falar mais com familiares e amigos.• Conseguir realizar coisas na internet.	Frustrações <ul style="list-style-type: none">• Pouco contato com familiares e amigos durante a pandemia• Dificuldade com a Web	Hobbies <ul style="list-style-type: none">• Ler jornal• Palavras cruzadas• Televisão

	Psicólogo: Alexandre	
	Idade: 54 Ocupação: Terapeuta. Informações Extras: Formado em psicologia pela PUC Minas, Mestrado em psicologia social na USP, atendendo pessoas de diversas idades.	Aplicativos: <ul style="list-style-type: none"> • Facebook • WhatsApp • LinkedIn • Netflix
Motivações <ul style="list-style-type: none"> • Procurar Clientes • Manter Família • Adquirir Contatos 	Frustrações <ul style="list-style-type: none"> • Perdeu muitos clientes durante a pandemia • Dificuldade de arrumar clientes online 	Hobbies <ul style="list-style-type: none"> • Ler • Artigos da área de Psicologia

Histórias de usuários

A partir da compreensão do dia a dia das personas identificadas para o projeto, foram registradas as seguintes histórias de usuários.

Eu como ... [PERSONA]	... quero/desejo ... [O QUE]	...para... [POR QUE]
Suzana Carla	Poder conversar com seu avô	Porque sente muita falta dele.
Seu Zé	Conversar com alguém	Diminuir o sentimento de solidão do isolamento social
Suzana Carla	Horários marcados para conversar com seu avô	Já que tem sua agenda muito apertada
Alexandre	Deseja encontrar uma ocupação que necessite de sua formação.	Devido a pandemia, muitos perderam seus empregos e Alexandre foi um deles.
Seu Zé	Deseja participar de grupos de apoio.	Porque durante a pandemia e com o isolamento social, não foi possível realizar os encontros como fazia normalmente.
Alexandre	Deseja uma plataforma online para trabalhar durante a pandemia.	Porque com a plataforma online, ele consegue ajudar uma quantidade maior de pessoas garantindo a sua segurança em tempos de pandemia.

Requisitos do Projeto

O escopo funcional do projeto é definido por meio dos requisitos funcionais que descrevem as possibilidades interação dos usuários, bem como os requisitos não funcionais que descrevem os aspectos que o sistema deverá apresentar de maneira geral. Estes requisitos são apresentados a seguir.

Requisitos Funcionais

A tabela a seguir apresenta os requisitos do projeto, identificando a prioridade em que os mesmos devem ser entregues.

ID	Descrição	Prioridade
RF-01	O site deve conter um sistema de login	Alta
RF-02	O site deve apresentar uma interface simples e interativa para todas as idades	Alta
RF-03	O site deve apresentar um sistema de notificar as pessoas acerca de reuniões que se aproximam	Alta

Requisitos não funcionais

A tabela a seguir apresenta os requisitos não funcionais que o projeto deverá atender.

ID	Descrição	Prioridade
RNF-01	O site deve ser publicado em um ambiente acessível publicamente na Internet (Repl.it, GitHub Pages, Heroku);	Médio
RNF-02	O site deverá ser responsivo permitindo a visualização em um celular de forma adequada	Alta

Restrições

As questões que limitam a execução desse projeto e que se configuram como obrigações claras para o desenvolvimento do projeto em questão são apresentadas na tabela a seguir.

ID	Descrição
RE-01	O projeto deverá ser entregue no final do semestre letivo, não podendo extrapolar a data de 06/07/2021.
RE-02	O aplicativo deve se restringir às tecnologias básicas da Web no Frontend
RE-03	A equipe não pode subcontratar o desenvolvimento do trabalho.

3. Metodologia

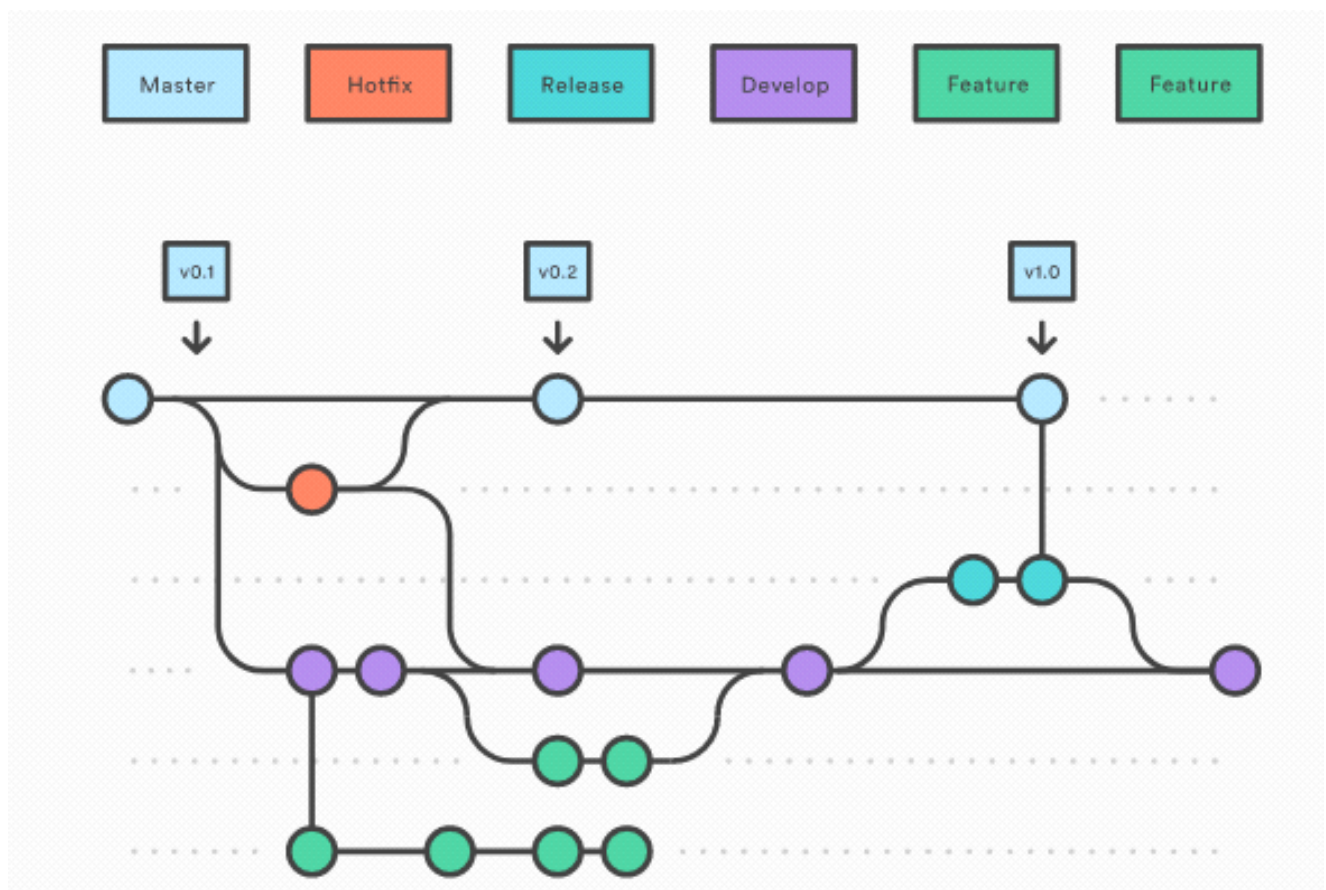
Definição dos métodos utilizados para o desenvolvimento do projeto

Relação dos ambientes de trabalho

Ambiente	Plataforma	Link de Acesso
Repositório de código fonte no GitHub	Github	https://github.com/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI/tiaw-pmq-cc-m-20211-bem-estar-mental
Documento	Word	https://sgapucminasbr.sharepoint.com/:w:/s/team_sga_38_2021_17484100-01-Bemestarmental/EUTARupCHulPnapjioCoXtEBiZmW67RG5Cq-li1-utk8bg?e=jJCaiF
Gerenciamento do projeto	Trello	https://trello.com/b/qCfMOQcy/kanban-bem-estar-mental
Repositório de código fonte no Replit	Replit	https://replit.com/@seubemestar/seubemestar#index.html
Wireframe	MarvelApp	https://marvelapp.com/prototype/71j4747

Gestão de Código Fonte

O fluxo de gestão de código que será utilizado será o Gitflow Workflow, publicado e popularizado por Vincent Driessen em 2015. O sistema se baseia em uma estrutura de ramificações.



Na figura acima podemos ver que existem duas branches: “principal” e “desenvolvimento”. A branch “principal” contém os lançamentos das versões do projeto enquanto a branch “desenvolvimento” são os conjuntos de recursos que vão sendo adicionados até chegar em uma versão de lançamento. Os recursos são os itens que vão incorporando o código. Os hotfixes, por outro lado, são correções rápidas do código e são ligadas a branch principal. Para mais detalhes acesse:

<https://www.atlassian.com/br/git/tutorials/comparing-workflows/gitflow-workflow>

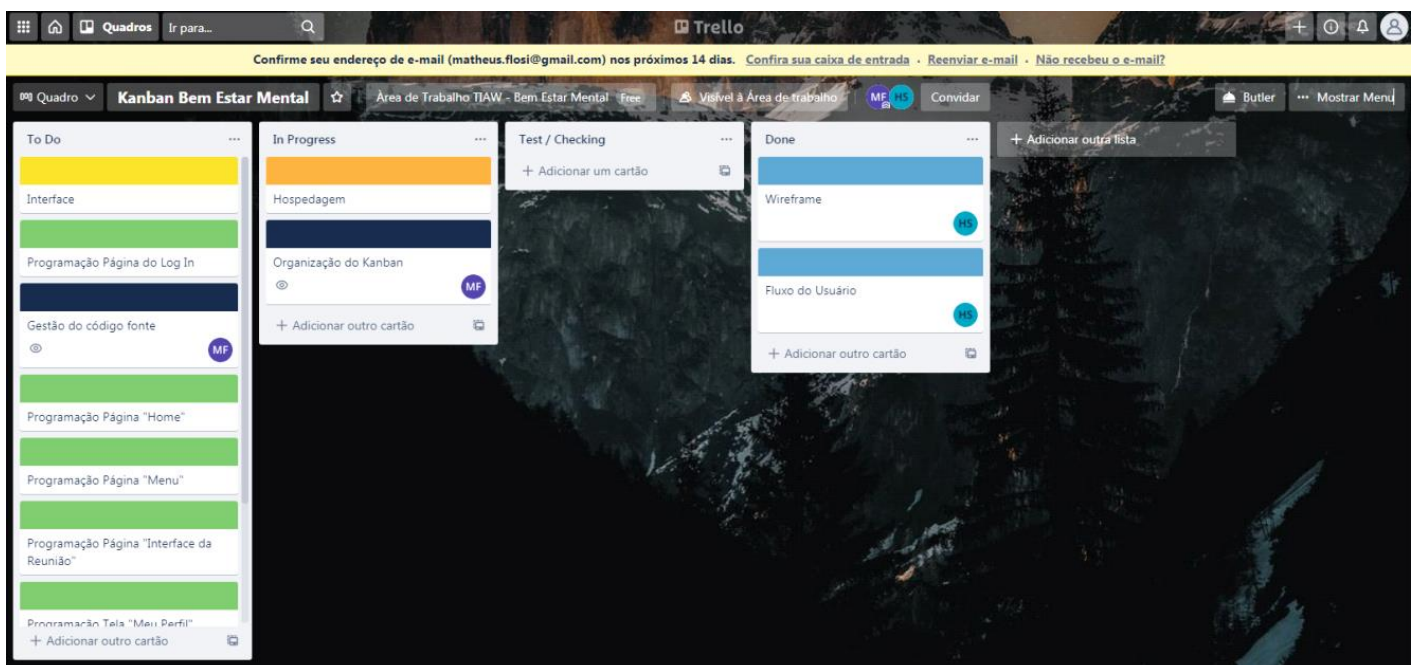
Gerenciamento do Projeto

A equipe irá utilizar a metodologia Scrum para o desenvolvimento do projeto. Será dividida da seguinte maneira:

- **Product Owner:** Matheus Silveira Flosi
- **Scrum Master:** Henrique Azevedo Andrade Silva
- **Equipe de Desenvolvimento:** Arthur Athayde de Queiroz e Rafael Guimarães Cristino

As tarefas no Kanban foram organizadas em 4 momentos:

- **To Do:** Tarefas que ainda irão ser desenvolvidas;
- **In Progress:** Tarefas que estão em desenvolvimento;
- **Test/Checking:** Tarefas que estão em fase de testes;
- **Done:** Tarefas concluídas.



4. Projeto de Interface

Uma das principais preocupações para a construção do projeto de interface foi projetar um sistema simples, porém funcional destinado a pessoas com idade mais avançada, portanto, não são exibidas muitas informações na tela, assim como houve uma priorização por botões com um tamanho grande para garantir uma boa experiência ao usar o sistema. Uma das principais preocupações para a construção do projeto de interface foi projetar um sistema simples, porém funcional destinado a pessoas com idade mais avançada, portanto, não são exibidas muitas informações na tela, assim como houve uma priorização por botões com um tamanho grande para garantir uma boa experiência ao usar o sistema. Além disso, foi pensado em uma padronização das telas objetivando uma interface simples para ser facilmente entendida e utilizada por pessoas idosas. Desta maneira, é possível focar em questões como uma fácil acessibilidade, agilidade e usabilidade.

Fluxo do Usuário

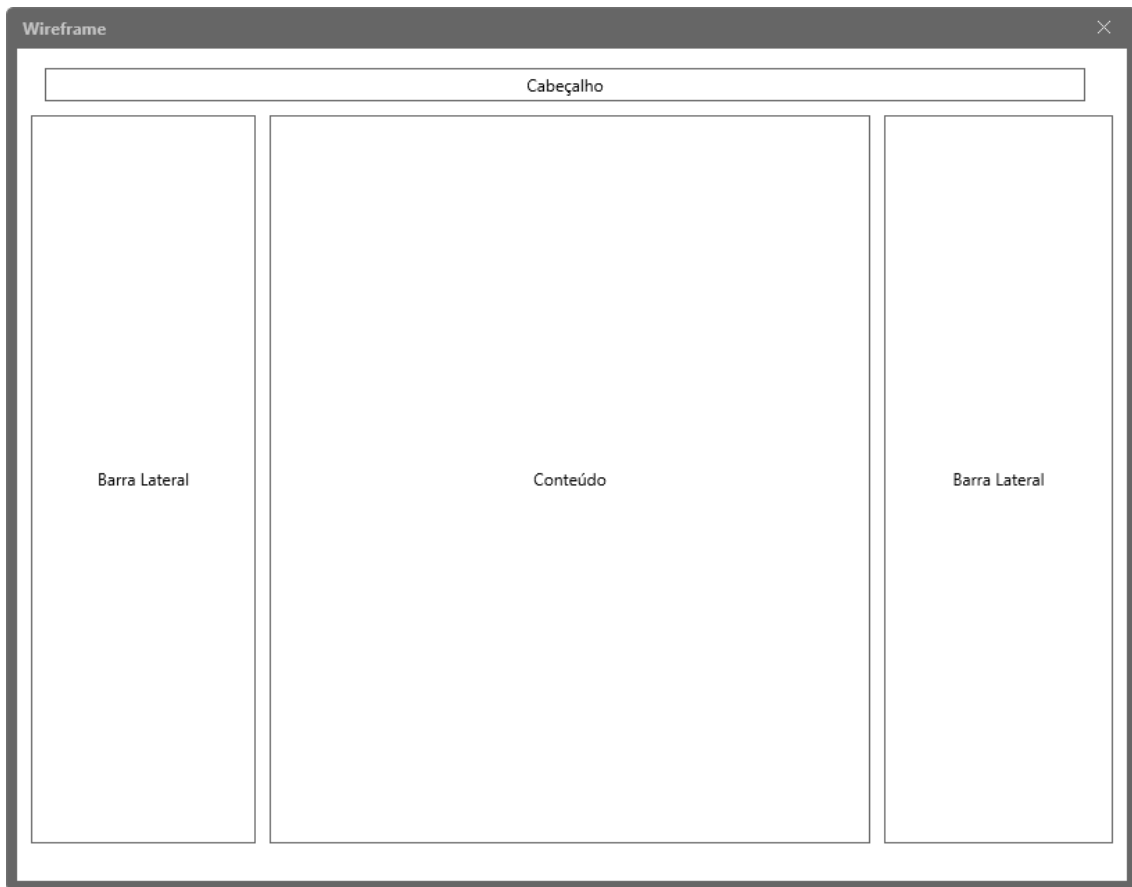
O diagrama da figura abaixo demonstra a interação do usuário pelas telas do sistema. Cada uma das telas será detalhada na seção de Wireframes, após o fluxo do usuário. Para a visualização do wireframe interativo acesse o ambiente do [Marvel App do projeto](#).



Wireframes

De acordo com as telas do fluxo de usuário apresentadas no item anterior, há uma padronização no que se refere a estrutura de cada tela, na qual são compostas por três blocos:

- **Cabeçalho**- região do site onde são dispostos a logo e a navegação principal do site;
- **Conteúdo**- apresenta o conteúdo de cada página em questão;
- **Barra Lateral**- apresenta os elementos de navegação secundária, que podem levar a outras telas.



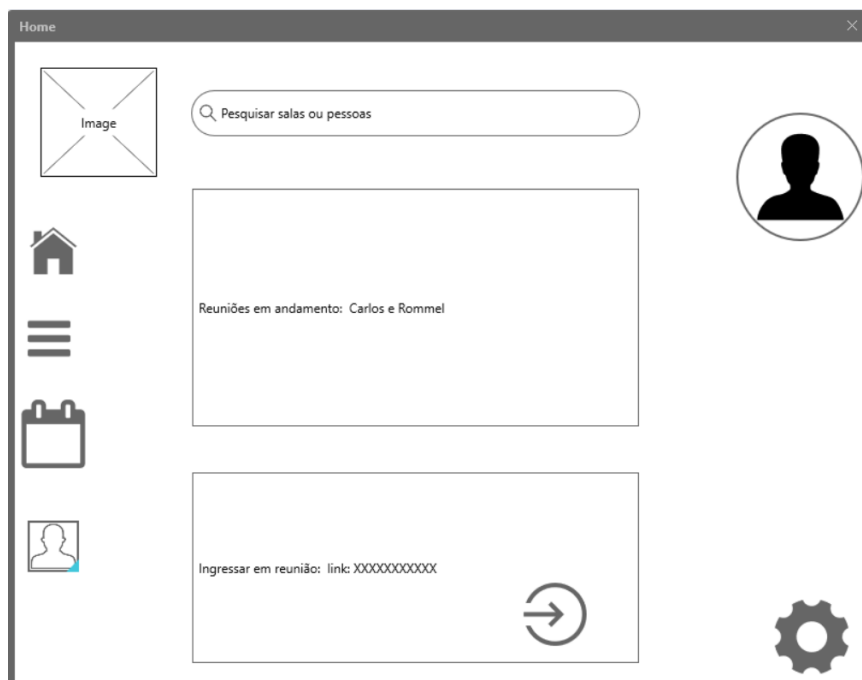
Tela- Login

Tela na qual o usuário coloca suas informações para acessar o site e realizar o seu login para acessar o que desejar do site.

A login form design centered on a light blue background. The form is a white rectangle with a thin gray border. At the top, it says "Sign in" in a bold, dark gray font. Below this is a line of placeholder text: "Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. In nec nibh vitae...". There are two input fields: one labeled "Email" and one labeled "Password", both with light gray borders. Below the input fields is a dark gray button with the text "Sign in" in white. At the bottom of the form, there is a link that says "Forgot your password?" in a small, dark gray font.

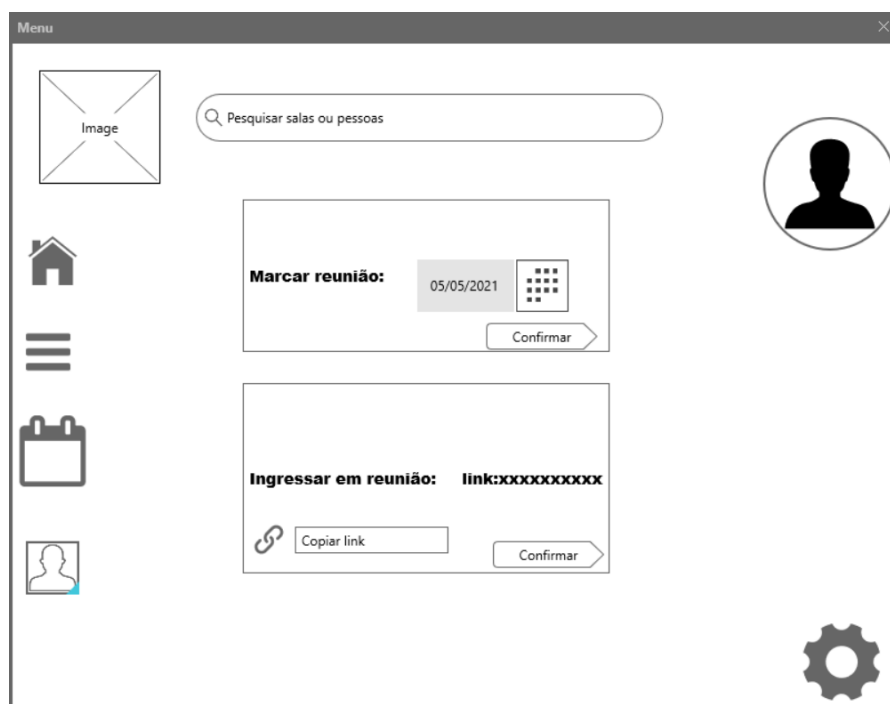
Tela - Home

A tela home é a página inicial, na qual mostra os eventos que estão ocorrendo no momento, assim como, as salas que podem ser ingressadas e iniciadas. Além disso, há também os botões de navegação que levam o usuário às outras páginas do sistema. E ainda apresenta um instrumento de pesquisa que permite substituir o conteúdo original da página pelo resultado da busca solicitada pelo usuário.



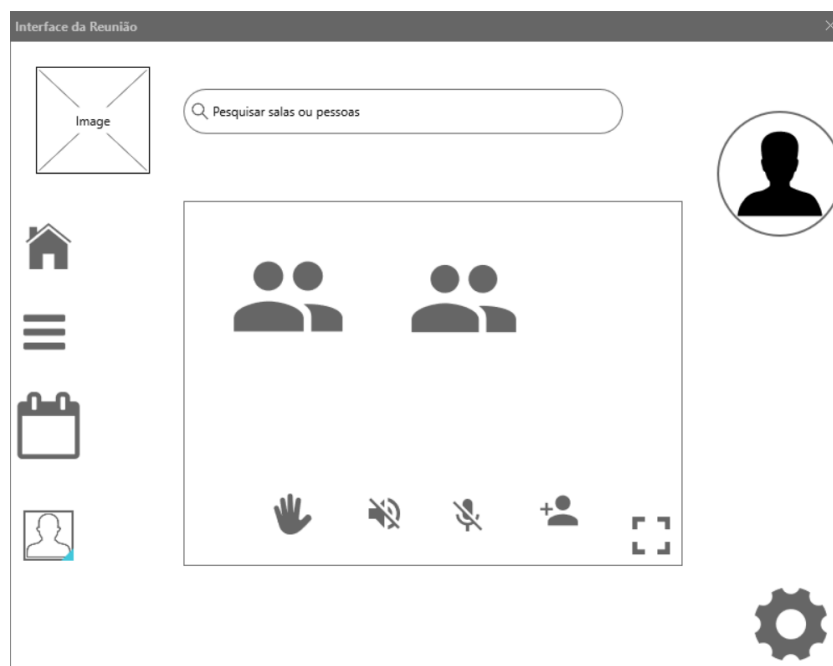
Tela - Menu

A tela de menu apresenta dois blocos que permitem o usuário marcar uma determinada reunião em alguma data e horário específicos, assim como, uma opção para que ele copie o link de uma reunião para enviar a alguém. E assim como, todas as páginas, ele apresenta botões que redirecionam a página do sistema de acordo com as necessidades do usuário, garantindo assim uma tranquila acessibilidade do sistema.



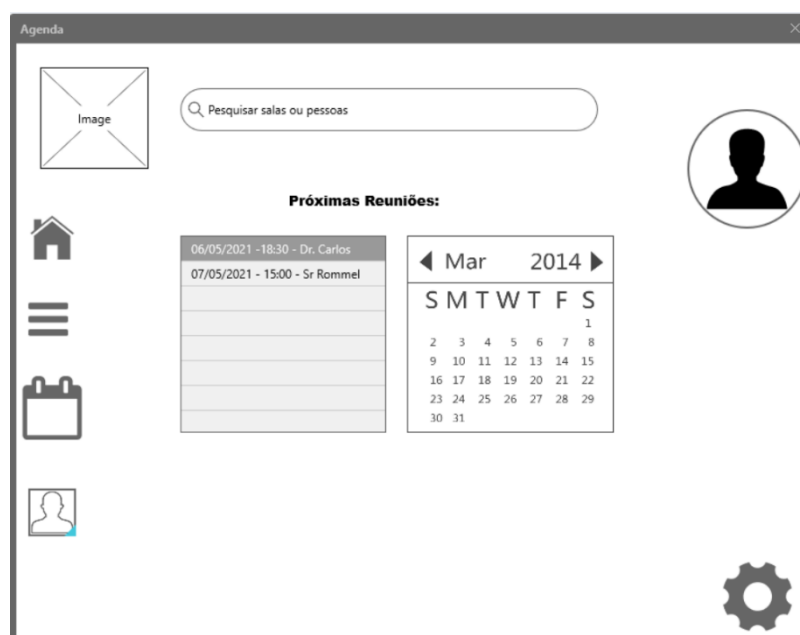
Tela - Interface da Reunião

Na tela de interface da reunião, é apresentado o modelo de como o usuário irá ver e as possibilidades de interação com o sistema, que permitem uma comunicação eficaz com a pessoa desejada. Nela será possível visualizar as pessoas que participam da reunião, além de várias outras funcionalidades como o botão de “mute”, o de silenciar o microfone, o de adicionar pessoas a reunião, e também o botão de erguer a mão para ter a sua oportunidade de fala.



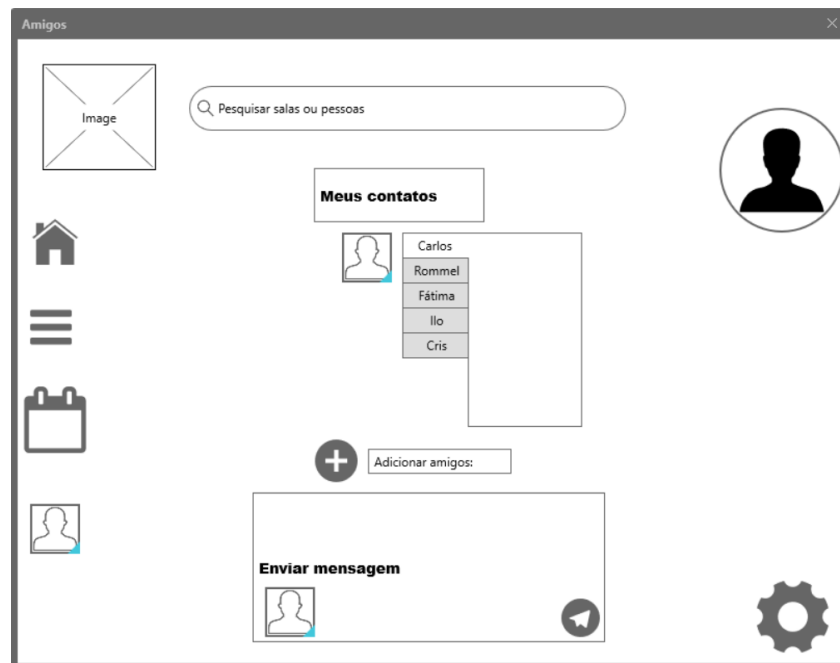
Tela - Agenda

Na tela agenda é possível visualizar as próximas reuniões que foram marcadas, além de que também é possível ver quem irá participar das mesmas. E ao lado desse bloco, há um calendário ao lado para auxiliar o usuário no planejamento para que sua participação da reunião seja possível.



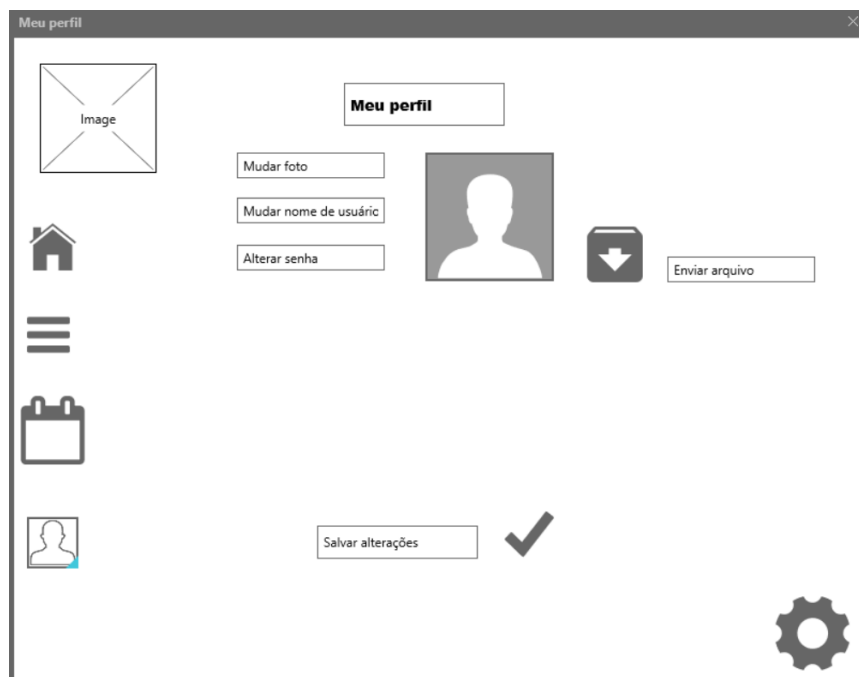
Tela - Amigos

Nessa tela é possível identificar quais são as pessoas que estão adicionadas como amigos do usuário, garantindo uma fácil acessibilidade para ele quando for necessário realizar alguma reunião com uma pessoa desejada. Além dessa ferramenta, há também como enviar mensagens para esses amigos, o que facilita sua comunicação com a outra pessoa caso não há uma reunião em aberto. Também é possível adicionar amigos pela barra de pesquisa.



Tela - Meu Perfil

Nessa tela o usuário tem a possibilidade de alterar o seu perfil, podendo mudar seu nome de usuário, sua senha, e sua foto. Assim como, pode enviar arquivos para alterar sua imagem. E caso sejam feitas alterações, há um botão para ele salvar e confirmar essas alterações.

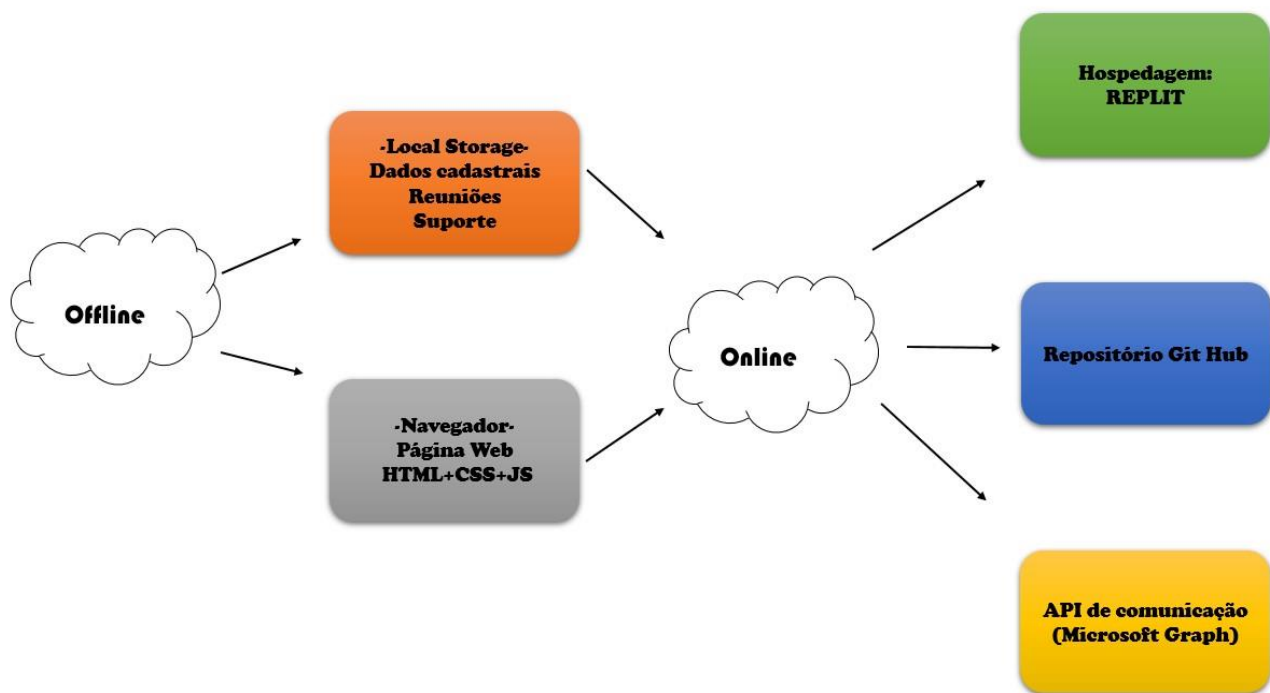


5. Implementação de Solução

Arquitetura de Solução

Diagrama de Componentes

Os componentes que fazem parte da solução são apresentados na Figura que se segue.



-Diagrama da arquitetura de solução-

A solução implementada conta com os seguintes módulos:

- **Página Web:** Conjunto de arquivos HTML, CSS, JavaScript e imagens que compõem e implementam as funcionalidades do sistema.
- **Local Storage:** Armazenamento que ficará mantido no navegador, onde são ativados bancos de dados baseado em JSON. São eles:
 - **Dados cadastrais:** Registro de dados e preferências de acordo com o perfil do usuário.
 - **Reuniões:** Lista de reuniões realizadas, como também de agendamentos.
 - **Suporte:** Registro de dúvidas, opiniões e críticas feitas pelos usuários.
- **API de comunicação (Microsoft Graph):** Plataforma que permite a criação de reuniões em vídeo chamadas, além de criar e recuperar coordenadas da reunião e verificar a presença dos usuários.
- **Repositório Git Hub:** Ambiente na plataforma Git Hub dedicado ao armazenamento, acesso e preservação dos dados digitais do projeto.
- **Hospedagem:** local na internet onde se mantém e acessa a página.

Hospedagem

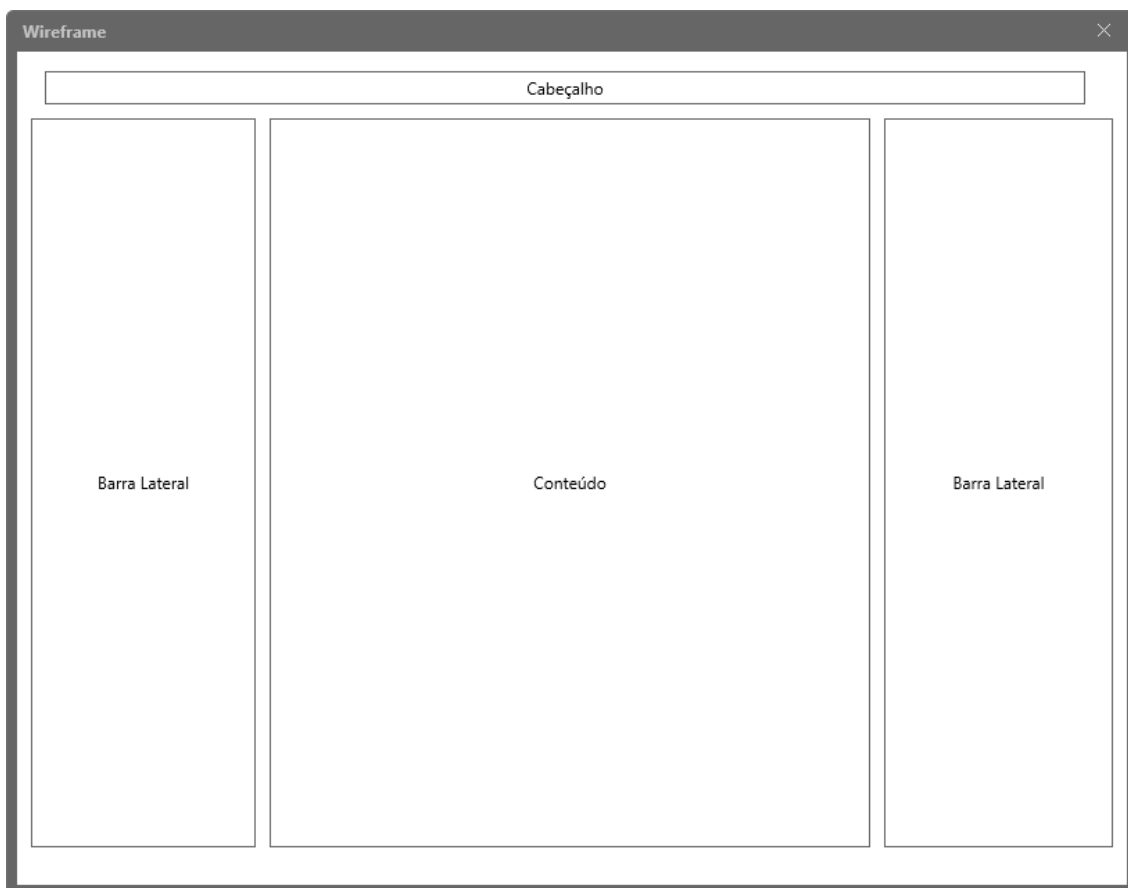
O site utiliza a plataforma do Replit para hospedagem do site do projeto.

O site se encontra na URL: <https://seubemestar.repl.co/>

A publicação do site na rede é feita por meio da função de programação colaborativa no Replit, em que automaticamente é gerado e hospedado o link da página, sendo tudo salvo na plataforma e também nos repositórios do Git Hub ao se conectar a conta Replit com a conta Git.

Template do Site

O padrão de layout a ser utilizado pelo site tem correspondência ao projeto de Interface elaborado anteriormente.



O template criado está disponível no site <https://github.com/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI/tiaw-pmg-cc-m-20211-bem-estar-mental> e é composto pelos seguintes layouts:

- Home
- Login
- Menu

A responsividade segue o padrão do Bootstrap.

Logo

Uma logo foi criada a partir de um site de criação de logos gratuitos e foi feito a partir de um design simples e fácil de entender.



Referências

A lista a seguir traz as referências utilizadas nesse trabalho. São elas:

- Equipe Gero360. **Saúde mental dos idosos durante a pandemia**. 2021. Disponível em: <https://gero360.com/saude-mental-idoso-pandemia/>. Acessado em 01/05/2021.
- Hannah R., Max R., Esteban O. **Suicide**. 2015. Disponível em: <https://ourworldindata.org/suicide>. Acessado em 01/05/2021.
- A pesquisa realizada pelos membros dessa equipe com vários voluntários. Disponível em: https://docs.google.com/forms/d/1B-bwqtT_u3EOt9A8OY2hzHP7HfEnBVK9TwXMm0aEWpM/viewform?edit_requested=true. Acessado em 01/05/2021.
- O resultado da pesquisa acima. Disponível em: https://docs.google.com/spreadsheets/d/1m_PI-RygLIS5IRI11kOje7vij_EEtq3RZ6rxN9nltCg/edit#gid=480396817. Acessado em 01/05/2021.