



PUC Minas

(Re)pense

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
Marcos Lucas De Moura Lacerda	Grupo	Especificação do Projeto	Plano de Testes de Software	Registro de Testes de Software	Grupo
Naiara Marques Santos		Projeto de interface			
Maycon Gomes Silva		Metodologia	Programação da funcionalidade de RF-05	Programação da funcionalidade de RF-07,08	
Caio Henrique Lucas Gonçalves Furbino		Gestão de Configuração			
Daniel Schlickmann Bastos		Programação da Funcionalidade	Arquitetura da Solução	Programação da Funcionalidade de RF-04	
Giovani Andrade Maletta		Documentação de contexto		Programação da Funcionalidade de RNF-02	
Daniel Arthur Neves Da Silva		Testes do Sistema	Plano de Testes de Usabilidade	Registros Testes de Usabilidade	

Sumário

Introdução	5
Problema	5
Objetivos	5
Justificativa	6
Público alvo	6
Especificação do Projeto	7
Personas	7
Metodologia	12
Ambientes de Trabalho	12
Gestão de código fonte	12
Trello	13
Hospedagem	13
Gerenciamento do Projeto	13
Projeto de Interface	14
Fluxo do Usuário	14
Wireframes	15
Tela - Home-Page	16
Tela - Notícias e dados sobre saúde mental	17
Tela - Leitura Notícias	18
Tela - Testes de condição mental	18
Tela - Teste via chatbot	19
Tela - Resultado de teste	19
Tela - Comunidade Repense	20
Tela - Login	20
Tela - Encontrar ajuda profissional	21
Tela - Buscar profissionais próximos	21
Tela - Baixar app	22
Implementação da Solução	23
Funcionalidades do Sistema	23
RF-09	23
RF-04	23
RNF-02	24
RNF-03	24
RF- 07 - 08	25
RF-01	27
Template do site	29
Tela Principal	29
Tela de Visualização de Notícias	30
Tela de Navegação	30
Funcionalidades do Sistema (Telas)	31

Visualização de Notícias	31
Mapa de consultórios	32
Arquitetura da Solução	34
Componentes:	34
Avaliação da Solução	34
Leitura Notícias	35
Acessando o site através do Heroku	35
Responsividade no celular	35
Teste contraste	35
Buscar profissionais próximos	35
Compatibilidade com os navegadores	35
Registro de Testes de Software	36
Leitura Notícias	36
Acessando o site através do Heroku	36
Responsividade no celular	37
Teste contraste	37
Buscar profissionais próximos	37
Compatibilidade com os navegadores	37
Plano de Testes de Usabilidade	38
Registro de Testes de Usabilidade	39

1.Introdução

O século XXI renovou gerações, criou e recriou novas tecnologias e em consequência disso muitas profissões foram eliminadas, criadas e remodeladas como nunca antes na história da humanidade. O século XXI também modificou como nunca antes as relações humanas e a relação individual do ser humano com o mundo a sua volta. O sociólogo Zygmunt Bauman fez inúmeras reflexões sobre o que tem se tornado a civilização presente e o que poderá se tornar a civilização futura em decorrência das modernidades, do vazio e efemeridade das relações, e da solidão.

A solidão, falta de propósitos, fragilidade e efemeridade das relações humanas bem como as novas posições e relações de trabalho podem acarretar no aumento de doenças mentais como ansiedade e depressão. A OMS já declarou que a depressão é o grande mal do século e se nada for feito essa realidade pode piorar cada vez mais. Como a depressão é uma doença incapacitante, milhares e milhares de pessoas se tornam cada vez menos produtivas, gerando assim um grande impacto econômico e social nas mais diversas civilizações modernas.

Pensando na realidade do Brasil, depois de pesquisar o que tem sido feito em relação a criação de soluções para esse problema crescente decidimos criar uma plataforma que ajude o público que sofre de ansiedade e depressão bem como as pessoas que queiram ajudar alguém próximo que enfrenta esses problemas. A plataforma iria informar, conectar pessoas que enfrentam esses problemas à profissionais próximos, interagir e mostrar a tão buscada luz no fim do túnel que a pessoa que passa por períodos depressivos e de ansiedade não consegue enxergar.

Problema

Levando mais a fundo com o tema do projeto, existem várias plataformas, sites e blogs, que buscam ajudar na causa das pessoas que à eles recorrem, porém, na grande maioria a uma decadência de informações, ou uma dificuldade para acessar conteúdos, pelo fato de serem pagos por exemplo.

Há também o problema comum entre indivíduos que sofrem de alguma instabilidade mental de se sentir desconfortável em procurar ajuda e se comunicar com outros.

Portanto, o problema a ser resolvido com este projeto é a carência de informações que está presente na internet e a falta de meios de apoio para indivíduos sofrendo.

Objetivos

Os objetivos são os seguintes:

- Criar um espaço seguro para indivíduos exporem anonimamente depoimentos sobre sua saúde mental.
- Incentivar na busca por ajuda profissional.
- Reduzir a desinformação no meio social para que possa ocasionar menos preconceito, utilizando uma abordagem didática a fim de não criar impedimento quanto ao entendimento independente da origem social da pessoa

Justificativa

Com base em estudos que fizemos, há um grande número de indivíduos que sofrem com algum transtorno, seja ansiedade, depressão e ideação suicida, e também de tentativas de suicídio. O ponto de constante incômodo é a falta de informação entre familiares e amigos, e também a falta de um local seguro onde possam expor suas experiências e angústias.

Público alvo


O público alvo são indivíduos interessados em dados sobre saúde mental (ansiedade, depressão e ideação suicida, por exemplo) e indivíduos que estão sofrendo com sua saúde mental.


1. Especificação do Projeto

A definição do problema e os tópicos a serem tratados neste projeto deram-se por meio de uma entrevista online através da plataforma Google Forms em que os participantes foram membros da família e pessoas próximas. Sendo assim, dados levantados foram consolidados na forma de personas e histórias dos usuários


Personas

As personas que foram consolidadas a partir dos dados obtidos através da pesquisa online constam nas figuras a seguir:

	LARISSA ANTUNES	
	Idade: 21 Ocupação: Estudante de Engenharia no ensino superior privado, trabalha em regime de 8 horas CLT.	Lazer na Web: <ul style="list-style-type: none">• Netflix• Twitter
Motivações <ul style="list-style-type: none">• Ser tornar uma grande profissional• Ser responsável financeiramente	Frustrações <ul style="list-style-type: none">• Família disfuncional• Problema de saúde (TDH)• Trabalha e estuda em ambiente machista	Hobbies, História <ul style="list-style-type: none">• Ver filmes e série• Criar gatos

	MARIA EDUARDA	
	Idade: 24 Ocupação: Estudante de letras no ensino superior privado, estagiária voluntária em uma creche.	Lazer na Web: <ul style="list-style-type: none">• Youtube• Netflix• Twitter• Instagram• Whatsapp

Motivações <ul style="list-style-type: none"> • Querer ser professor a • Ensinar as pessoas 	Frustrações <ul style="list-style-type: none"> • Pouco dinheiro • Pouco tempo • Família disfuncional 	Hobbies, História <ul style="list-style-type: none"> • Ler e escrever • Criar conteúdo voltado para educação
--	--	---

	JOÃO VITOR	
	Idade: 17 Ocupação: Estudante de ensino médio da rede pública, treina e-sports para se tornar profissional.	Lazer na web: <ul style="list-style-type: none"> • Twitter • Twitch • Among us
Motivações <ul style="list-style-type: none"> • Querer realizar o sonho de ser profissional de e-sports • Trabalhar com o que gosta • Ser reconhecido 	Frustrações <ul style="list-style-type: none"> • Falta de tempo • Família disfuncional • Ansioso 	Hobbies, História <ul style="list-style-type: none"> • Jogar • Escutar músicas desconhecidas • Assistir documentários sobre diversos temas

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]
Maria Eduarda	procura ajuda médica próxima a sua casa	tratar a ansiedade causada pela falta de tempo
Maria Eduarda	deseja saber quando a ajuda médica é necessária	mudar sua opinião e procurar ajuda médica
Maria Eduarda	se educar sobre o assunto de transtorno de ansiedade	saber lidar em momentos como por exemplo compartilhar esses sentimentos com alguém
João Vitor	ver opções de tratamentos para o seu problema com ansiedade	conseguir achar um método que encaixe com a realidade de vida e contexto que se passa
João Vitor	escrever relatos de vida pessoal	poder ajudar outras pessoas que passam pela mesma situação
João Vitor	achar ajuda médico que condiz com sua realidade financeira	poder conseguir ajuda profissional
Larissa Antunes	ver relatos pessoais de outras pessoas	para se inspirar e conseguir refletir sobre o tratamento com um profissional
Larissa Antunes	achar um canal onde tenha informações sobre como lidar com transtorno suicida	para ajudar o amigo próximo

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 apresentar uma página inicial com artigos e informações sobre o assunto.	Alta
RF-02	O site deve apresentar uma abordagem sutil para gerar a sensação de acolhimento ao usuário.	Média
RF-03	O site deve permitir a postagem de relatos de experiências, revisados, para que não cause negatividade aos demais usuários.	Média
RF-04	O site deve possuir uma página para procura de ajuda profissional com médicos particulares e públicos.	Alta
RF-05	O site deve apresentar um mapa com os profissionais próximos ao usuário.	Alta
RF-06	O site deve oferecer um menu com as seções relevantes	Média
RF-07	O site deve apresentar comentários nas postagens já feitas.	Média
RF-08	O site deve permitir reações as postagens.	Baixa
RF-09	O site deve instruir o usuário com informações relevantes de saúde mental	Alta
RF-10	O site deve sempre induzir o usuário a procurar ajuda profissional.	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);	Alta
RNF-02	O site deverá ser responsivo permitindo a visualização em um celular de forma adequada	Alta
RNF-03	O site deve ter bom nível de contraste entre os elementos da tela em conformidade	Média
RNF-04	O site deve ser compatível com os principais navegadores do mercado (Google Chrome, Firefox, Microsoft Edge)	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 13/12/2020.
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.

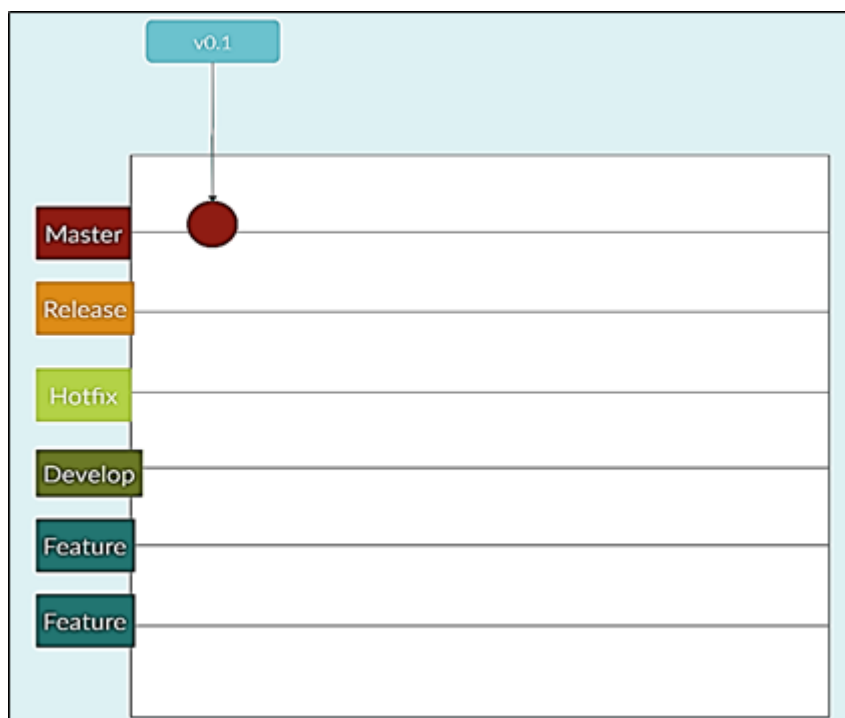
Metodologia

Ambientes de Trabalho

Ambiente	Plataforma	Link de Acesso
Repositório de código fonte	GitHub	https://github.com/icei-pucminas/tiw-repense
Documentos do projeto	Google Drive	https://drive.google.com/drive/folders/1O0Pi3zg4CaQKE-k13yGfLhueXhf8KNfU
Projeto de Interface e Wireframes	MarvelApp	https://marvelapp.com/prototype/260051g6
Gerenciamento do Projeto	Trello	https://trello.com/b/gk4Q75mL/repense

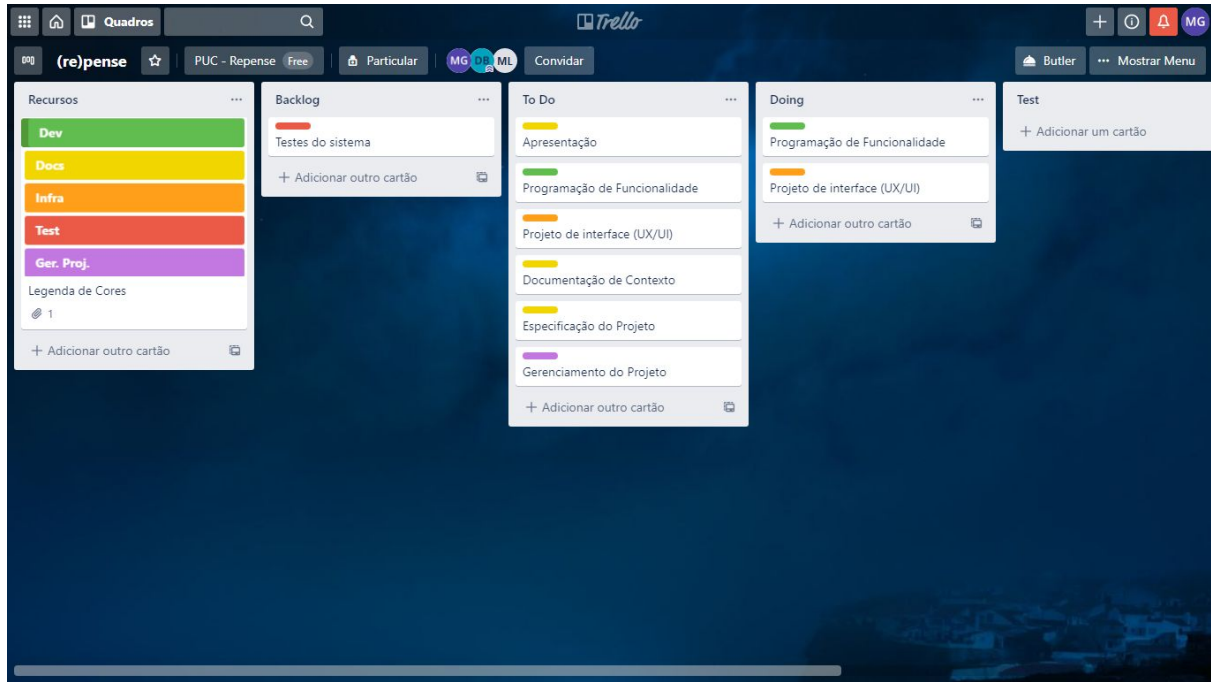
Gestão de código fonte

Para gestão do código fonte do software desenvolvido pela equipe, o grupo utiliza um processo baseado no Git Flow abordado por Vietro (2015), mostrado na Figura a seguir. Desta forma, todas as manutenções no código são realizadas em branches separados, identificados como Hotfix, Release, Develop e Feature.



Trello

O quadro kanban do grupo no Trello está disponível através da URL <https://trello.com/b/gk4Q75mL/repense> e é apresentado, no estado atual, na Figura X. A definição desta estrutura se baseou na proposta feita por Littlefield (2016).



Hospedagem

O site utiliza a plataforma do Heroku como ambiente de hospedagem do site do projeto. O site é mantido no ambiente da URL: <https://tiw-repense.herokuapp.com/>

A publicação do site no Heroku é feita por meio de uma submissão do projeto (push) via git para o repositório remoto que se encontra no endereço:

<https://git.heroku.com/tiw-repense.git>

Gerenciamento do Projeto

A equipe utiliza metodologias ágeis, tendo escolhido o Scrum como base para definição do processo de desenvolvimento.

A equipe está organizada da seguinte maneira:

- Scrum Master: Posição rotacionada entre os desenvolvedores
- Equipe de Desenvolvimento
 - Marcos Lucas De Moura Lacerda
 - Naiara Marques Santos
 - Maycon Gomes Silva
 - Caio Henrique Lucas Gonçalves Furbino
 - Daniel Schlickmann Bastos
 - Giovani Andrade Maletta

Para organização e distribuição das tarefas do projeto, a equipe está utilizando o Trello estruturado com as seguintes listas:

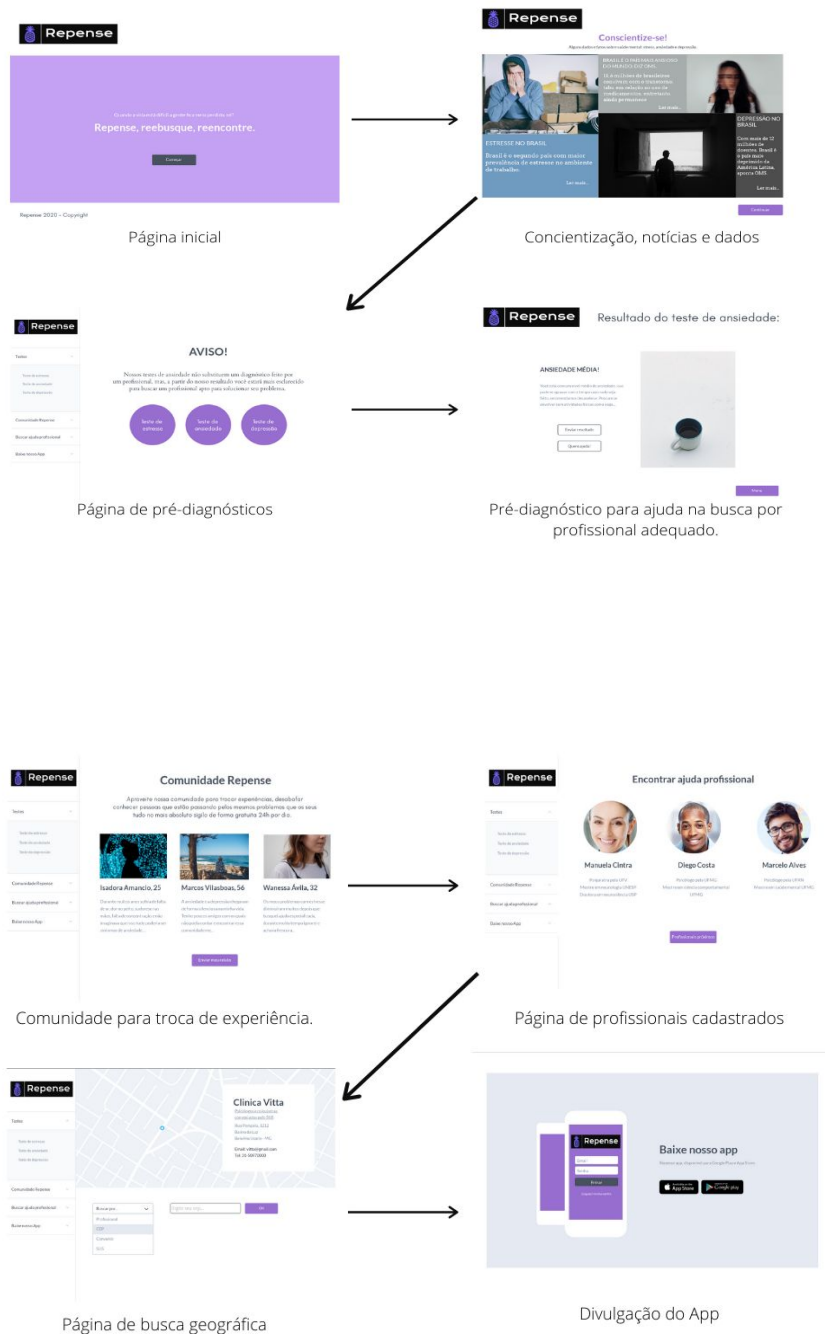
- **Recursos:** esta lista mantém template de tarefas recorrentes com as configurações padronizadas que todos devem seguir. O objetivo é permitir a cópia destes templates para agilizar a criação de novos cartões.
- **Backlog:** recebe as tarefas a serem trabalhadas e representa o Product Backlog. Todas as atividades identificadas no decorrer do projeto também devem ser incorporadas a esta lista.
- **To Do:** Esta lista representa o Sprint Backlog. Este é o Sprint atual que estamos trabalhando.
- **Doing:** Quando uma tarefa tiver sido iniciada, ela é movida para cá.
- **Test:** Checagem de Qualidade. Quando as tarefas são concluídas, eles são movidas para o “CQ”. No final da semana, eu revejo essa lista para garantir que tudo saiu perfeito.
- **Done:** nesta lista são colocadas as tarefas que passaram pelos testes e controle de qualidade e estão prontos para ser entregues ao usuário. Não há mais edições ou revisões necessárias, ele está agendado e pronto para a ação

1. Projeto de Interface

Dentre as preocupações para a montagem da interface do sistema, estamos estabelecendo foco em questões como interface amigável, limpa e que tenha agilidade, acessibilidade e usabilidade. O projeto inicial consiste em wireframes disponíveis para desktop. Na nossa plataforma com design intuitivo, o usuário se disponibiliza de todas as funções propostas pela ferramenta Repense. Cada botão e cada menu foi pensado com simplicidade de forma que a tela não fique poluída e o usuário tenha uma visão clara do que ele pode encontrar ao navegar no site.

Fluxo do Usuário

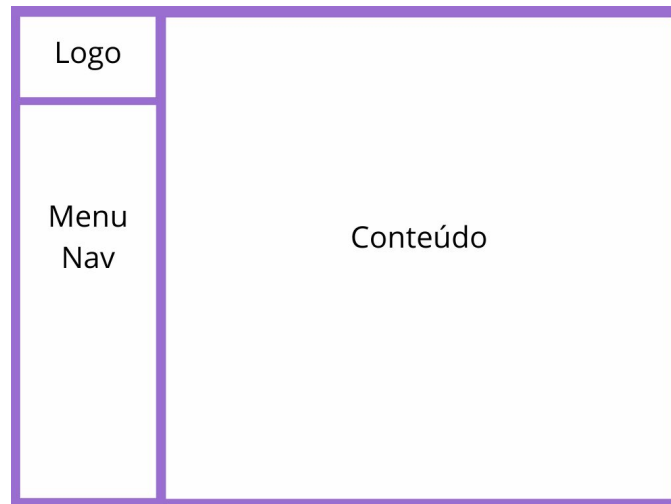
O diagrama apresentado na figura abaixo mostra o fluxo de interação do usuário pelas telas do sistema. Cada uma das telas deste fluxo é detalhada na seção de Wireframes que se segue. Para visualizar o wireframe interativo, acesse o [ambiente MarvelApp do projeto](#).



Wireframes

Conforme fluxo de telas do projeto, apresentado no item anterior, as telas do sistema são apresentadas em detalhes nos itens que se seguem. As telas do sistema apresentam uma estrutura comum que é apresentada nas figuras acima. Nesta estrutura, existem 3 grandes blocos estruturais predominantes na modelagem das páginas, descritos a seguir. São eles:

- **Espaço da Logo** - local onde está disposto o elemento fixos de identidade (logo).
- **Menu de navegação lateral** - apresenta os elementos de navegação secundária, geralmente associados aos elementos do bloco de conteúdo. Contém todos os elementos que compõem as funções da plataforma.
- **Conteúdo** - local onde aparece o conteúdo selecionado pelo usuário no menu.



Estrutura padrão predominante do site.

Tela - Home-Page

A tela de home-page mostra notícias de destaque relacionadas à saúde mental a partir da API utilizada pelo sistema.

Com base na estrutura padrão, o bloco de Conteúdo traz as notícias em destaque (imagem, título, subtítulo, resumo do que está escrito, ícone de compartilhamento). O bloco da Barra Lateral traz quatro elementos distintos:

- Componente de **testes** que permite ao usuário testar através de conversas com um chatbot a situação da sua saúde mental. Essa seção permite ao usuário selecionar testes de ansiedade, depressão e nível de estresse. A partir do resultado obtido, obtém-se um pré-diagnóstico para que o usuário tenha um norte ao buscar ajuda profissional.
- Componente da **comunidade repense** que leva o usuário para a da comunidade de pessoas cadastradas no site. Nessa seção o usuário consegue conversar com pessoas que estejam passando pela mesma situação e deixar seu relato de forma que possa contribuir para uma evolução mútua dos membros da comunidade. O cadastro é gratuito e há o monitoramento dos relatos ou conversas para que não tenha espaço para pessoas que agem de má fé.
- Componente de **buscar ajuda profissional** que dá acesso aos profissionais cadastrados na plataforma (profissionais particulares ou do serviço público).
- Componente de **baixar app** que dá acesso à versão mobile da plataforma.



Repense 2020 - Copyright

Figura 1 - Tela inicial que apresenta a plataforma.

Tela - Notícias e dados sobre saúde mental

A tela de notícias de categoria apresenta, no Bloco de Conteúdo, as notícias referentes à questões de saúde mental como (estresse, ansiedade e depressão)

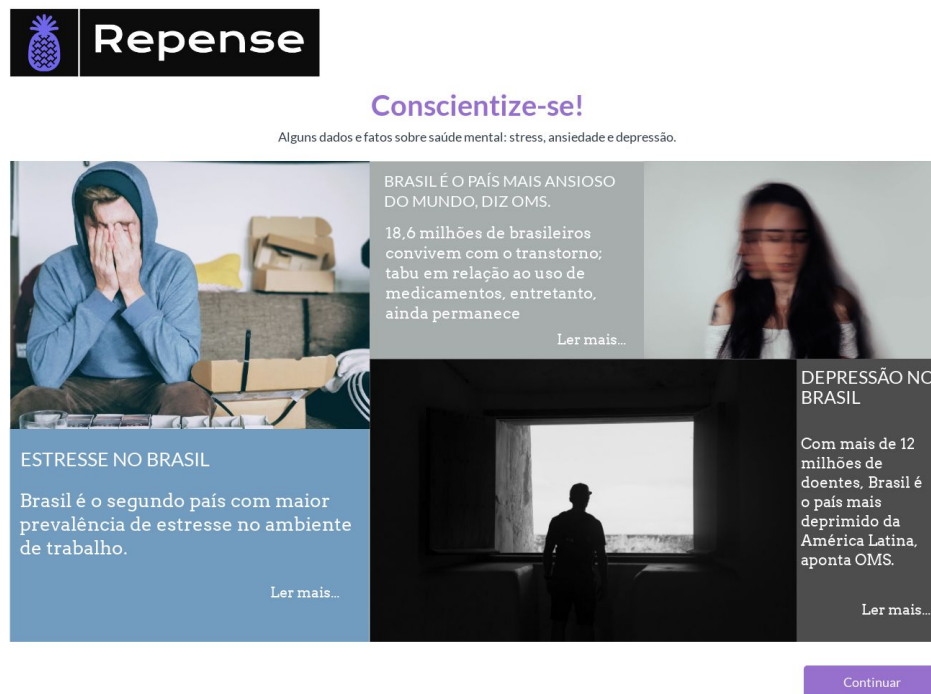


Figura 2 - Tela que representa a parte informativa da plataforma.

Tela - Leitura Notícias

A tela de Leitura de Notícia apresenta, no Bloco de Conteúdo, uma notícia específica.

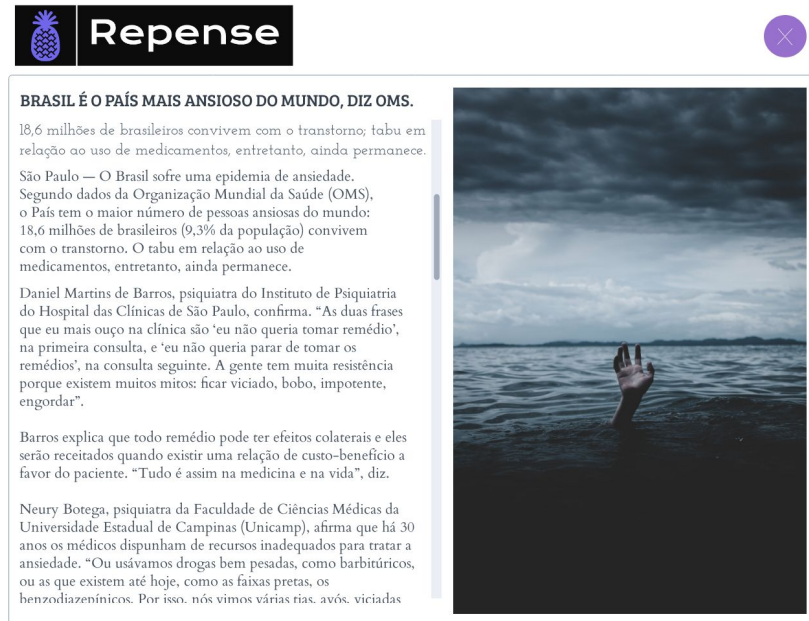


Figura 3 - Tela de leitura de notícias.

Tela - Testes de condição mental

Após o usuário clicar em continuar na tela de notícias ele entra no portal e têm acesso à um menu lateral. Nesse menu o usuário tem acesso à um pré-diagnóstico para sua condição mental.

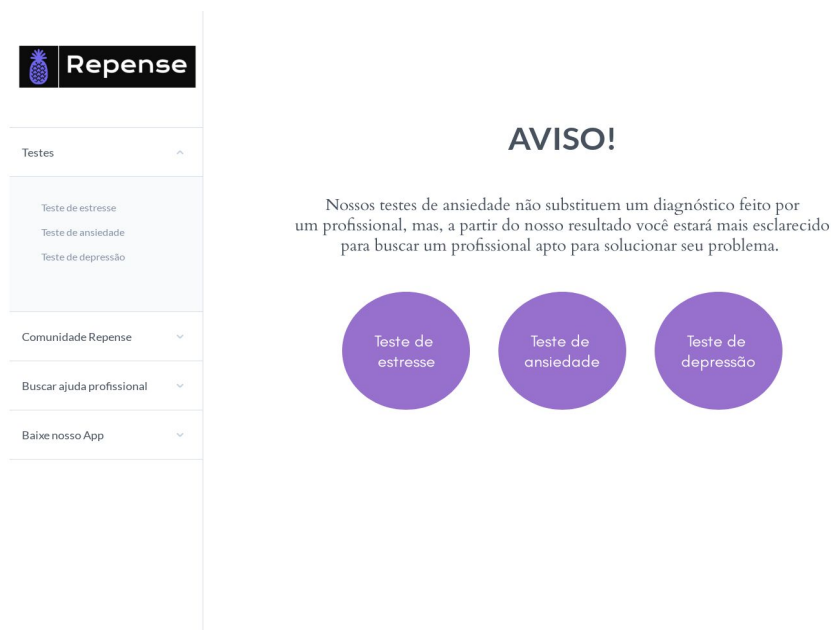


Figura 4 - Tela de opção de testes.

Tela - Teste via chatbot

A tela que permite o pré diagnóstico de condição mental via chatbot. Após receber o resultado o usuário tem um norte para buscar ajuda profissional e um diagnóstico definitivo.



Figura 5 - Tela de pré diagnóstico via chatbot.

Tela - Resultado de teste

A tela de Resultado de teste apresenta o resultado obtido a partir dos relatos do usuário e da busca interna no banco de dados que estruturam a plataforma.



Figura 6 - Tela resultado de teste.

Tela - Comunidade Repense

A tela de Comunidade Repense apresenta relatos de usuários da plataforma que estejam enfrentando problemas de ansiedade, depressão e estresse. As pessoas podem compartilhar seus problemas e necessidades, compartilhar experiências e conversar com outros membros. Há um monitoramento de conversas e relatos a fim de evitar pessoas que queiram usar a plataforma para propósitos negativos.

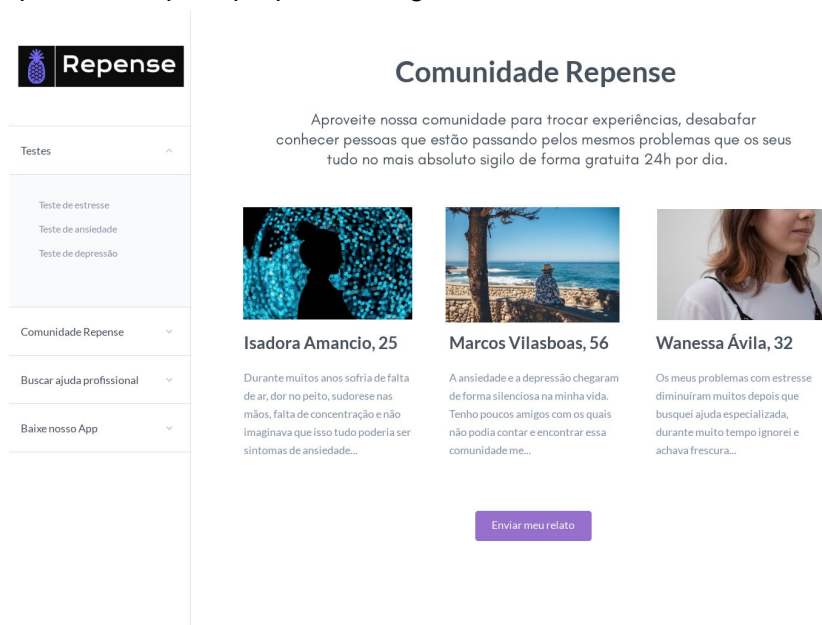
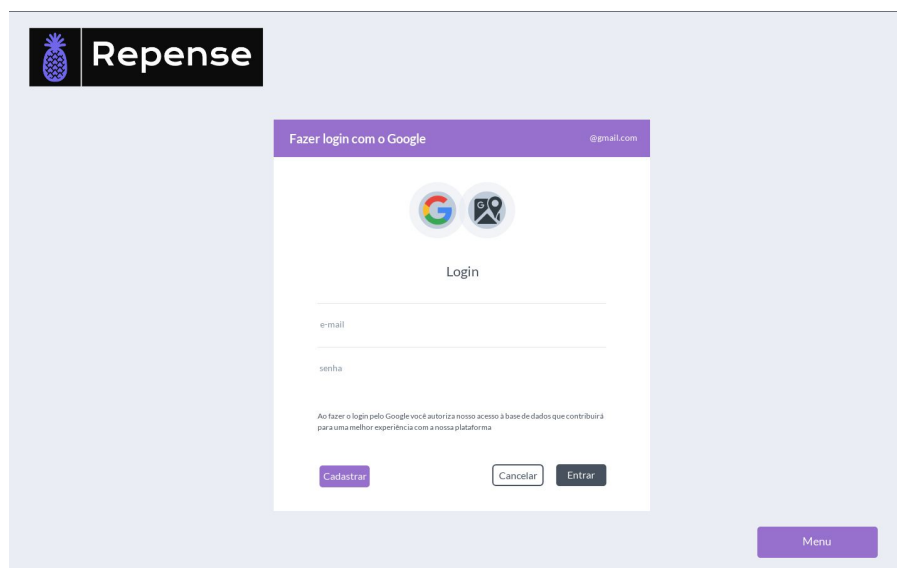


Figura 7 - Tela comunidade Repense.

Tela - Login

A tela de Login se abre quando o usuário vai utilizar alguma função na plataforma na qual seja preciso acessar a base de dados de forma efetiva e concisa para promover resultados.



Repense 2020 - Todos os direitos reservados.

Figura 8 - Tela de login via Google para base de dados sólida.

Tela - Encontrar ajuda profissional

A tela de Encontrar ajuda profissional apresenta os profissionais cadastrados na plataforma que são experientes e atuantes na área de saúde mental (Psiquiatras e Psicólogos).

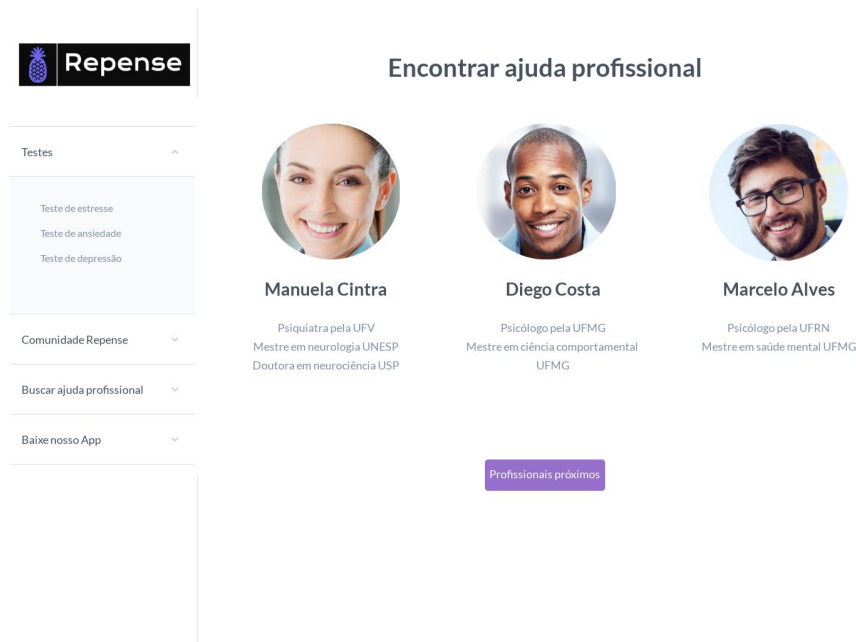


Figura 9 - Tela encontrar ajuda profissional.

Tela - Buscar profissionais próximos

A tela buscar profissionais próximos apresenta os profissionais próximos ao usuário e podem ser buscados através de vários fatores dentre eles o CEP. Os profissionais são de clínicas particulares e também os que atendem pelo SUS.

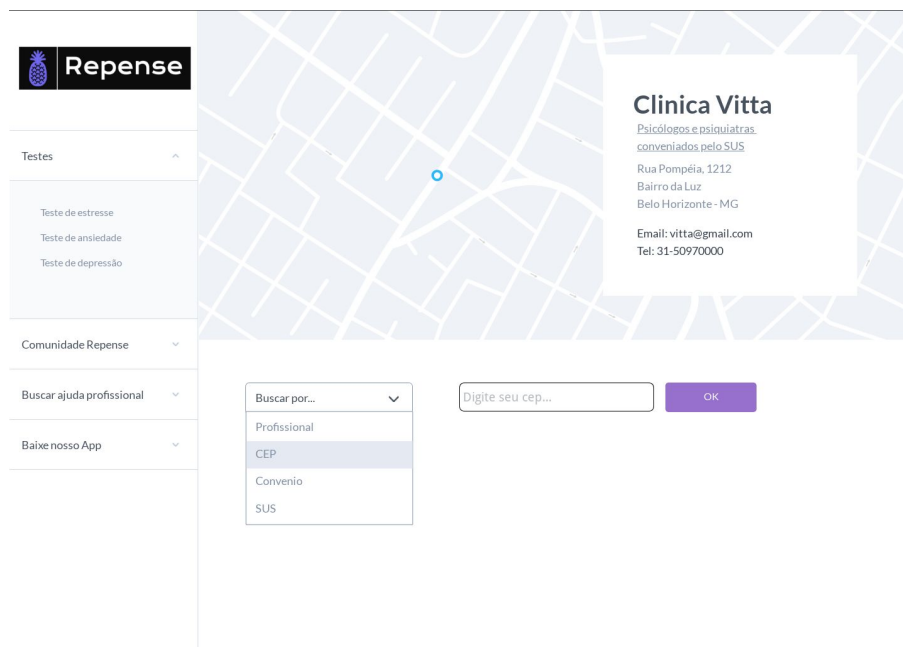


Figura 10 - Tela encontrar profissionais próximos.

Tela - Baixar app

A tela baixar app divulga a opção mobile da plataforma.

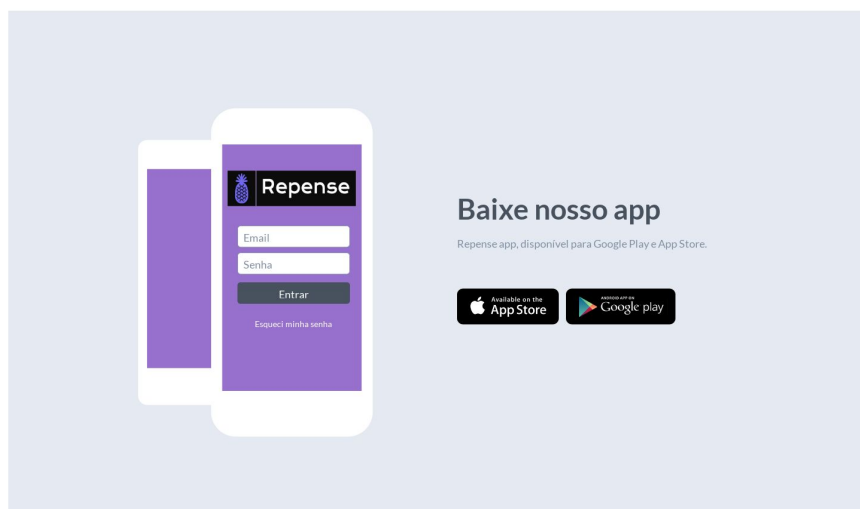


Figura 11 - Tela baixar o app.

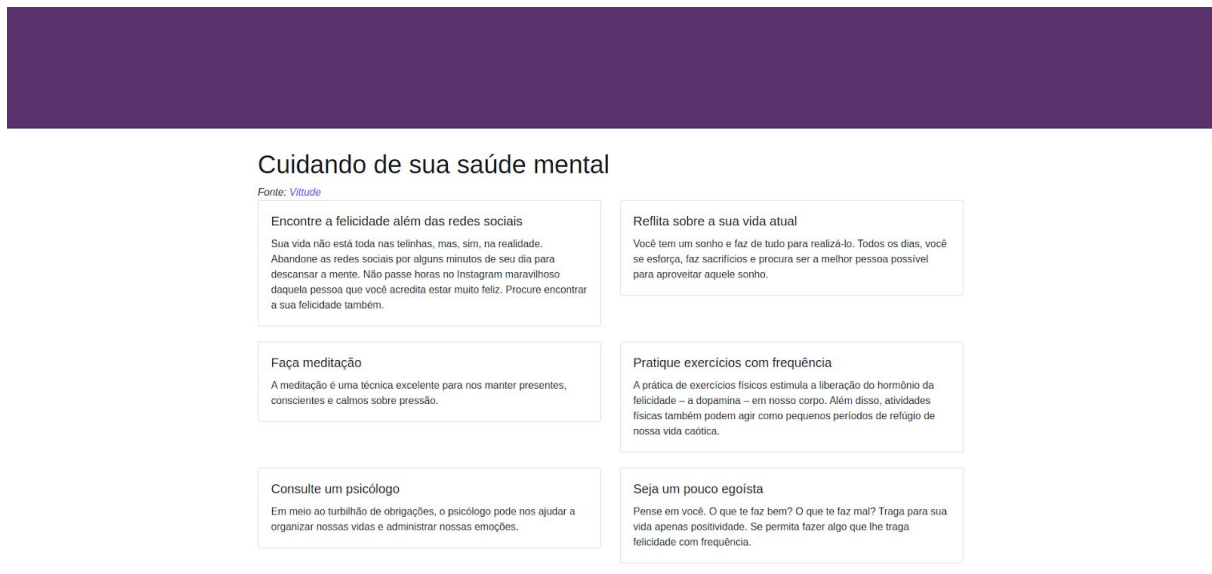
Implementação da Solução

Funcionalidades do Sistema

RF-09

O site deve instruir o usuário com informações relevantes de saúde mental

- Dicas sobre saúde mental com fonte
- O código pode ser encontrado no commit [376a6cdbba0473a79ed24e5df50669ea7c8c6210](https://github.com/376a6cdbba0473a79ed24e5df50669ea7c8c6210) e a publicação online na seguinte url: <https://tiw-repense.herokuapp.com/>



RF-04

O site deve possuir uma página para procura de ajuda profissional com médicos particulares e públicos.


Neste funcionalidade foi implementado:

- Listagem de três médicos especialistas no site com as suas informações de vida acadêmica e profissional
- Link para o perfil do Doctoralia para mais informações

O código pode ser encontrado no Github no commit [3a1a45bf73b22f65de547377d5ebf5c686f04297](https://github.com/3a1a45bf73b22f65de547377d5ebf5c686f04297). A publicação na internet pode ser encontrada na seguinte url: <https://tiw-repense.herokuapp.com/>

Procurar ajuda profissional

Dieferson Artur Brandão



Experiência em:


- Stress
- Depressão
- Transtornos de ansiedade
- TDAH
- Terapia Cognitivo-Comportamental

Formação

- Psicólogo, Centro Universitário Newton Paiva, 2011
- Especialização em Psicologia: Terapia Cognitivo-Comportamental, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas), 2017

[Perfil no Doctoralia](#)

Victor Polignano Godoy



Experiência em:

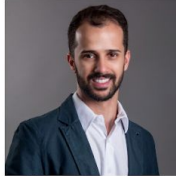
- Terapia Cognitivo-Comportamental
- Avaliação Neuropsicológica
- Psicoterapia

Formação

- Graduação em Psicologia - UFMG
- Especialização em andamento: Terapia Cognitivo-Comportamental (INTCC - Famaqu)
- Especialização em andamento: Neurociência e Comportamento (PUC - RS)
- Mestrado em andamento: Medicina Molecular (UFMG)
- Formação em Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT; Contextualmente, BH)

[Perfil no Doctoralia](#)

Victor Polignano Godoy



Experiência em:

- Psicologia Humanista
- Psicologia da Personalidade
- Psicoterapia de Casal
- Psicoterapia Individual

Formação

- Mestrado em Psicologia, Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), 2019
- Formação em Focusing, The Focusing Institute (NY-EUA), 2012
- Formação em Psicologia Clínica, Centro de Psicologia Humanista (CPHMNAS), 2009
- Graduação em Psicologia / ênfase em Psicologia Clínica (Puc Minas), 2007

[Perfil no Doctoralia](#)

RNF-02

O site deverá ser responsivo permitindo a visualização em um celular de forma adequada

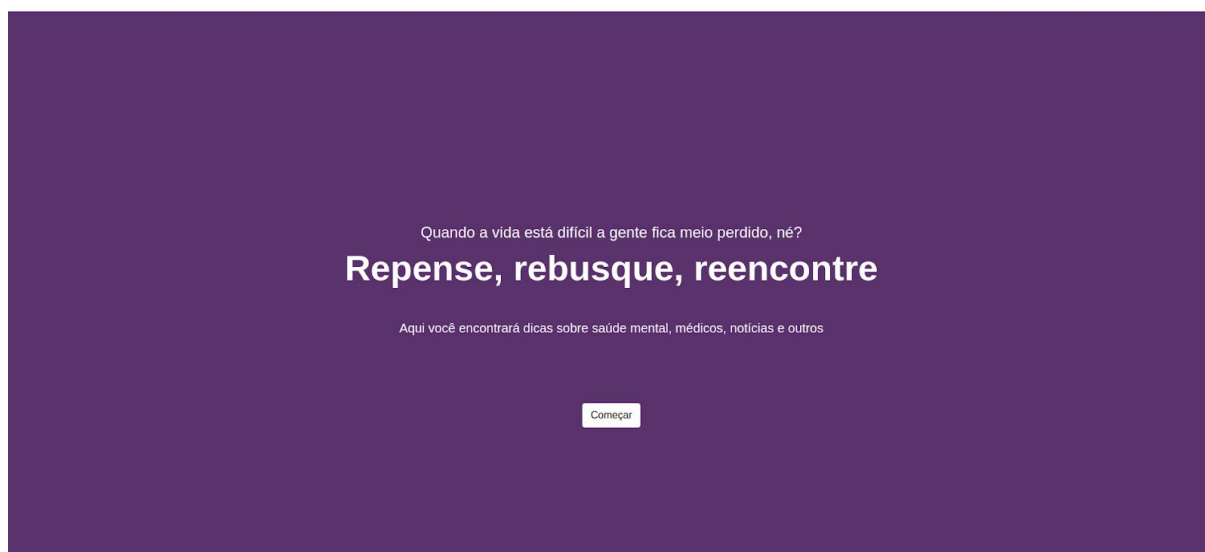
Todas as fotos são de screenshots de mobile. É possível notar que há responsividade.

O código pode ser encontrado no commit [4f412ebb45823bd5bb4a606c0d44bec2b5b4d60f](https://tiw-repense.herokuapp.com/) e a publicação online na seguinte url: <https://tiw-repense.herokuapp.com/>

RNF-03

O site deve ter bom nível de contraste entre os elementos da tela em conformidade

- O contraste foi ajustado para melhor, utilizando uma cor mais escura como fundo para ser contra a cor branca do título e subtítulos
- O código pode ser encontrado no commit [376a6cdbba0473a79ed24e5df50669ea7c8c6210](https://tiw-repense.herokuapp.com/) e a publicação online na seguinte url: <https://tiw-repense.herokuapp.com/>



RF- 07 - 08

O site deve apresentar comentários nas postagens já feitas e reações.

Neste funcionalidade foi implementado:

- Uma área para postagem de comentários

A publicação na internet pode ser encontrada na seguinte url:
<https://tiw-repanse.herokuapp.com/>

Comentário

Anônimo

Foram alguns meses de tratamento, não cheguei a terminar, mas vejo que me ajudou muito, pretendo voltar.

Comentário

Anônimo

Um amigo da escola me convenceu a muito custo a procurar ajuda, eu acabei cedendo e ate que me fez bem.

Deixe seu comentário

Enviar

Quando a vida está difícil a gente fica meio perdido, né?

Repense, rebusque, reencontre

Começar

Concientize-se!

Algumas notícias e dados sobre saúde mental: stress, ansiedade, depressão e suicídio



Com 4 casos de suicídio em 2 meses, USP cria escritório de saúde mental

A iniciativa, até aqui restrita somente aos campus da Faculdade de Medicina, Odontologia e o Instituto de Ciências Matemáticas e de Computação, deve afetar todas as unidades da USP, como a Faculdade de Filosofia, Letras e Ciências Humanas.

[Link](#)

Pouco falada na universidade, prevenção ao suicídio vira tema de dois cursos de pós-graduação no Brasil

Cursos de especialização são voltados a graduados da área da saúde e outros profissionais que atuam na atenção a pessoas enlutadas, com ansiedade, depressão ou tendências autodestrutivas.

[Link](#)

Compreensão, diálogo e amparo: suicídio de jovens durante quarentena da Covid-19 preocupa profissionais da saúde mental no Centro-Oeste

A saúde mental, que já era um dos principais temas debatidos na sociedade moderna, se tornou um tópico ainda mais destacado em meio à pandemia do novo coronavírus. Problemas decorrentes da Covid-19, como mortes causadas pela doença, afastamento social, desemprego e incertezas, potencializam sensações de medo, pânico, tristeza, insegurança e ansiedade.

[Link](#)

Procurar ajuda profissional

Diéferson Artur Brandão



Experiência em:

- Stress
- Depressão
- Transtornos de ansiedade
- TDAH
- Terapia Cognitivo-Comportamental

Formação

- Psicólogo, Centro Universitário Newton Paiva, 2011
- Especialização em Psicologia: Terapia Cognitivo-Comportamental, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais (PUC Minas), 2017

[Perfil no Doctoralia](#)

Victor Polignano Godoy



Experiência em:

- Psicologia Humanista
- Psicologia da Personalidade
- Psicoterapia de Casal
- Psicoterapia Individual

Formação

- Mestrado em Psicologia, Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), 2016
- Formação em Focusing, The Focusing Institute (NY-EUA), 2012
- Formação em Psicologia Clínica, Centro de Psicologia Humanista (CPHMINAS), 2009
- Graduação em Psicologia / ênfase em Psicologia Clínica (Puc Minas), 2007

[Perfil no Doctoralia](#)

Consultórios psicológicos no centro de Belo horizonte



Comentário

Anônimo

Foram alguns meses de tratamento, não cheguei a terminar, mas vejo que me ajudou muito, pretendo voltar.

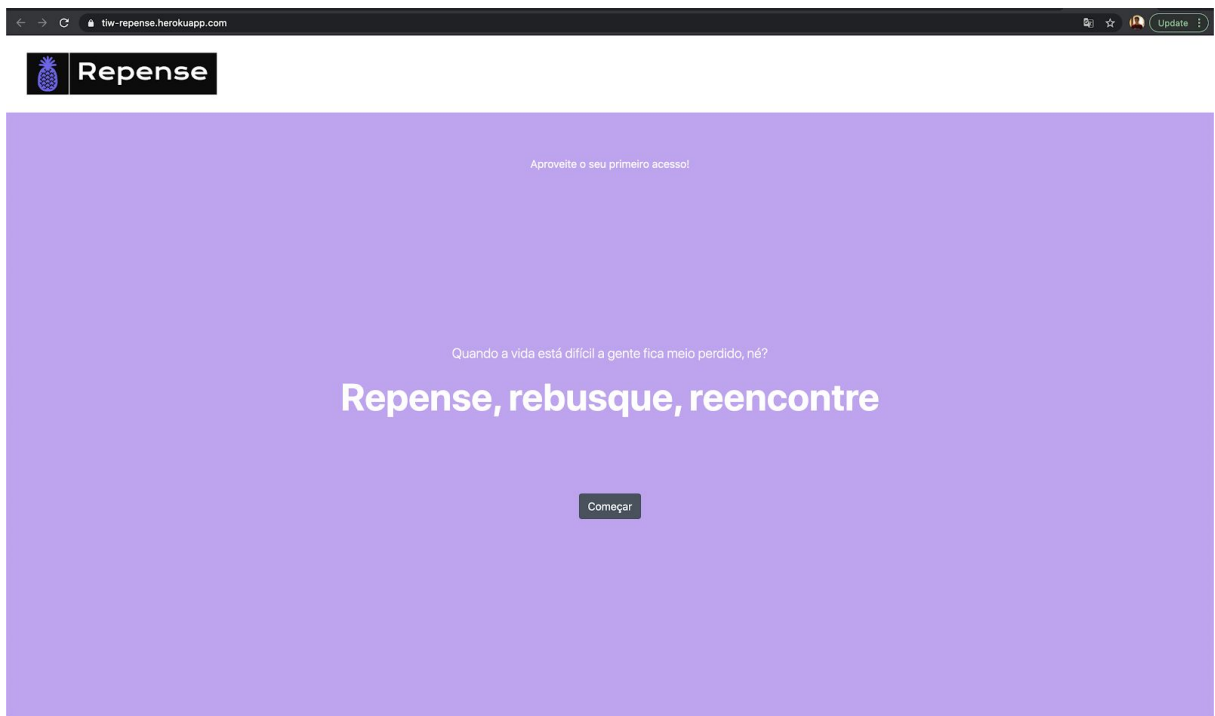
Comentário

RF-01

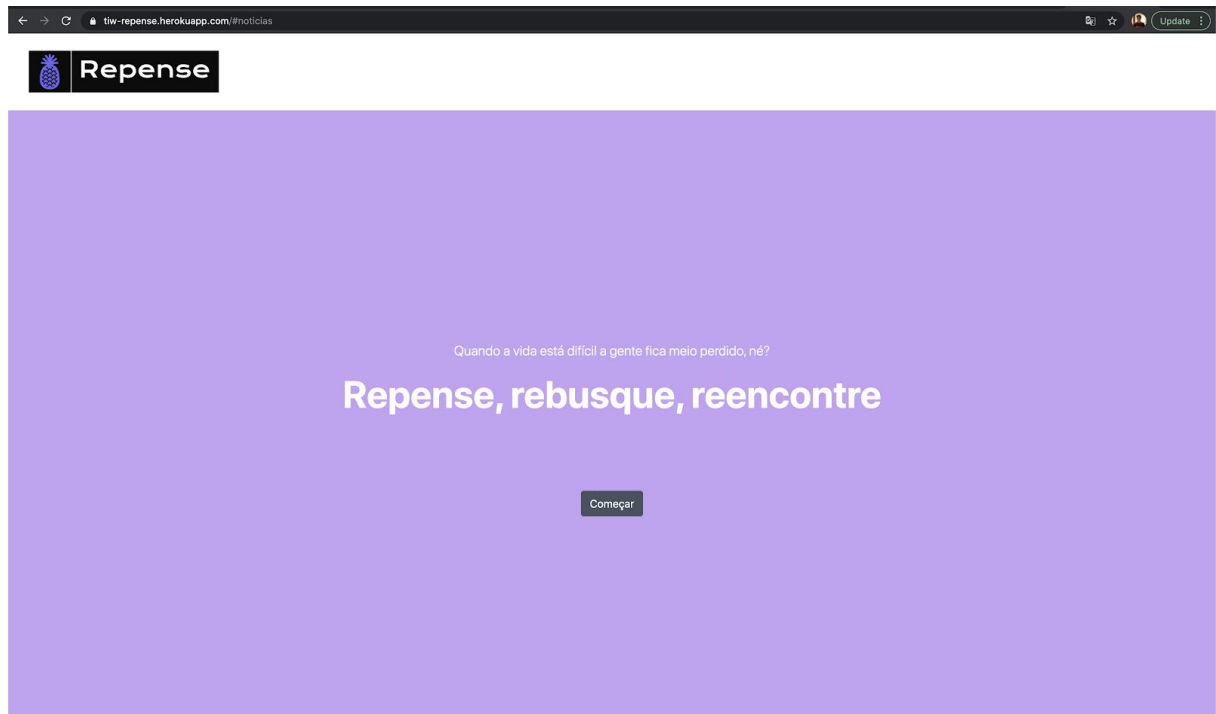
O site deve apresentar uma página inicial com artigos e informações sobre o assunto.

Nessa funcionalidade, foi implementado

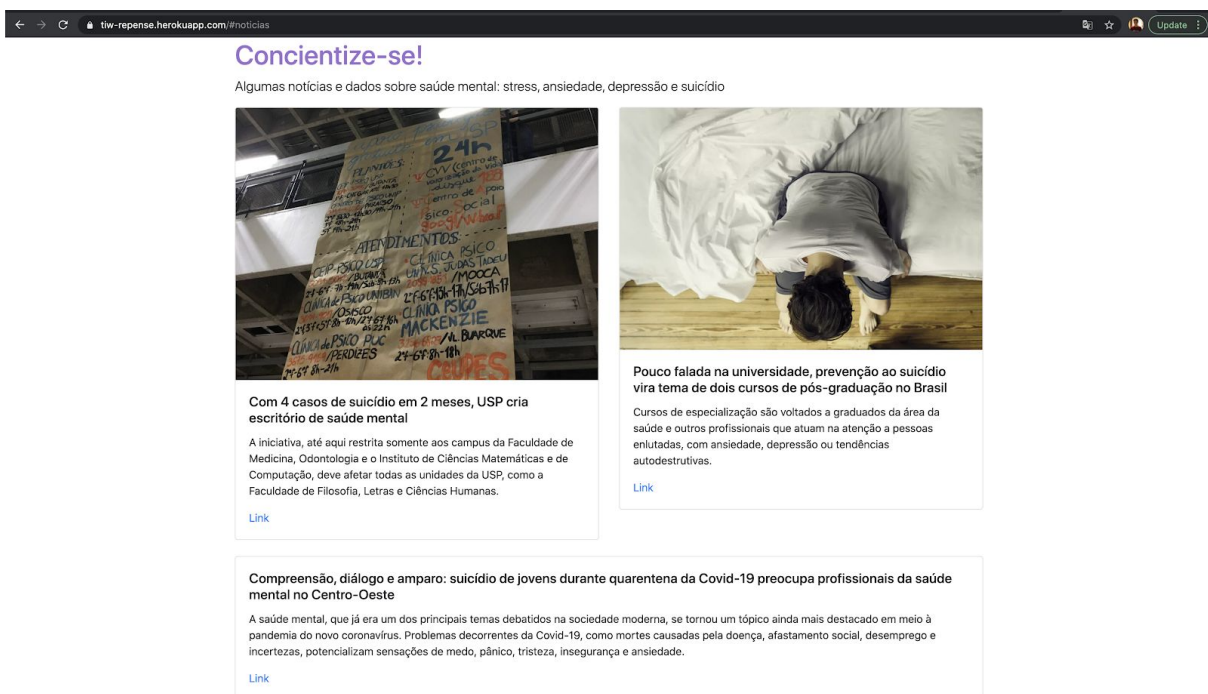
- Uma página inicial onde uma mensagem de boas vindas é mostrada caso seja o primeiro acesso do usuário. Foi utilizado o localStorage para armazenar o número de acessos ao site.
- Uma tela de notícias seguindo o padrão do wireframe. Há uma pequena diferença entre a diagramação dos cards de notícia no wireframe e nessa implementação, porém isso foi acordado entre o time.
- A configuração inicial da hospedagem também foi feita no Heroku, e é possível acessá-la pela url <https://tiw-repense.herokuapp.com/>
- O código fonte se encontra no repositório <https://github.com/icei-pucminas/tiw-repense>



- 1 - Tela inicial com mensagem de boas vindas (Aproveite o seu primeiro acesso!) caso seja o primeiro acesso. Ao clicar em "Começar", a tela de notícias aparecerá.



2 - Tela inicial sem a mensagem de boas vindas. Ao clicar em "Começar", a tela de notícias aparecerá.



3 - Tela de notícias sobre stress, ansiedade, depressão e suicídio

Template do site

O padrão de layout a ser utilizado pelo site tem correspondência ao projeto de Interface elaborado anteriormente, conforme Figura 1.

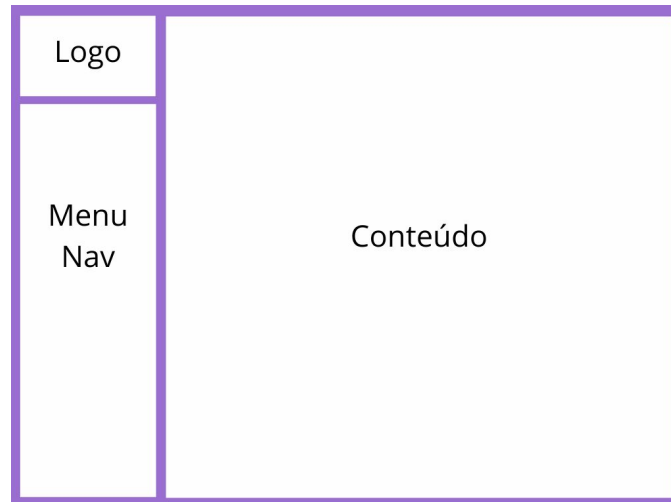


Figura 1 - Template padrão do site

O template criado está disponível no site github.com e é composto pelos seguintes layouts:

- Tela principal de entrada.
- Parte de notícias e conscientização.
- Tela de navegação do site e funcionalidade.

A responsividade segue o padrão do Bootstrap.

Tela Principal

Tela que informa a principal função do site.



Repense 2020 - Copyright

Tela de Visualização de Notícias

Este layout é utilizado para exibição de notícias para conscientização do público.

Conscientize-se!

Alguns dados e fatos sobre saúde mental: stress, ansiedade e depressão.



ESTRESSE NO BRASIL


Brasil é o segundo país com maior prevalência de estresse no ambiente de trabalho.

Ler mais...

BRASIL É O PAÍS MAIS ANSIOSO DO MUNDO, DIZ OMS.

18,6 milhões de brasileiros convivem com o transtorno; tabu em relação ao uso de medicamentos, entretanto, ainda permanece

Ler mais...



DEPRESSÃO NO BRASIL

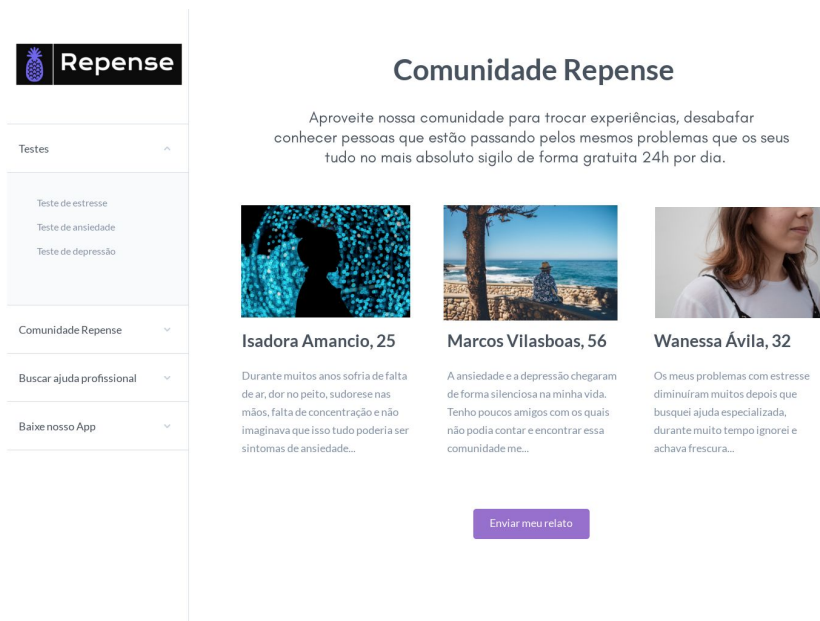
Com mais de 12 milhões de doentes, Brasil é o país mais deprimido da América Latina, aponta OMS.

Ler mais...

Continuar

Tela de Navegação

Local onde são exibidas áreas de navegação do site (localizada ao lado esquerdo).



Funcionalidades do Sistema (Telas)

Nesta seção são apresentadas as telas desenvolvidas para cada uma das funcionalidades do sistema. O respectivo endereço (URL) e outras orientações de acesso são apresentadas na sequência.

Visualização de Notícias

A tela principal do sistema apresenta notícias de destaque nos principais canais de mídia do Brasil e do mundo. **As notícias são armazenadas no LocalStorage com estruturas dados baseada em JSON.** Um exemplo da tela é apresentada na Figura X.



Artefatos da funcionalidade

- index.html
- script_noticias.js
- style.css
- icone_noticia.jpg

Estrutura de Dados

```
{  
  colocar código  
}
```

Instruções de acesso

1. Abra um navegador de Internet e informe a seguinte URL:
<https://github.com/icei-pucminas/tiw-repense>
2. A tela conscientização é a primeira funcionalidade exibida pelo aplicativo.

Artefatos da funcionalidade

- pesquisa.html
- script_pesquisa.js
- style.css
- icone_lupa.jpg

Mapa de consultórios

Consultorios psicológicos no centro de Belo horizonte



Artefatos da funcionalidade

- index.html
- main.css

Estrutura de Dados

```
{  
  <div id="map"></div>  
}
```



```

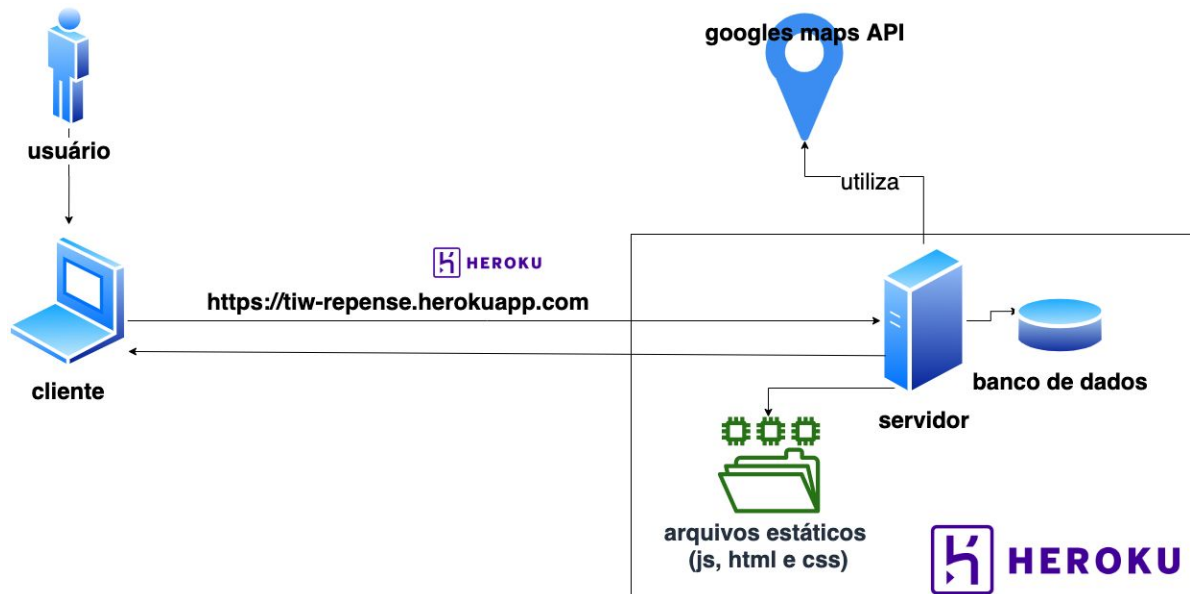
<script async defer
src="https://maps.googleapis.com/maps/api/js?key=AIzaSyD3rkmTJsSuhPoPBaZsxsqBMMjM6Ds0B
5Y&callback=initMap"
type="text/javascript"></script>
<iframe
src="https://www.google.com/maps/embed?pb=!1m16!1m12!1m3!1d17842.602813495236!2d-43.94
719489950721!3d-19.92671456252312!2m3!1f0!2f0!3f0!3m2!1i1024!2i768!4f13.1!2m1!1sconsul
%C3%B3torio%20psicologia%20bh!5e0!3m2!1spt-BR!2sbr!4v1604157421488!5m2!1spt-BR!2sbr"
width="1200" height="450" frameborder="0" style="border:0;" allowfullscreen=""
aria-hidden="false" tabindex="0"></iframe>
<div class="card" style="width: 18rem;">
  <div>
    <div class="card-body">
      <h5 class="card-title">Comentário</h5>
      <h6 class="card-subtitle mb-2 text-muted">Anônimo</h6>
      <p class="card-text">Foram alguns meses de tratamento, não cheguei a
terminar, mas vejo que me ajudou muito, pretendo voltar.</p>
    </div>
  </div>
  <div class="card" style="width: 18rem;">
    <div class="card-body">
      <h5 class="card-title">Comentário</h5>
      <h6 class="card-subtitle mb-2 text-muted">Anônimo</h6>
      <p class="card-text">Um amigo da escola me convenceu a muito custo a
procurar ajuda, eu acabei cedendo e ate que me fez bem.</p>
    </div>
  </div>
</div>
}

```

Instruções de acesso

3. Abra um navegador de Internet e informe a seguinte URL:
<https://github.com/icei-pucminas/tiw-repense>

Arquitetura da Solução



Componentes:

- **Cliente:** Celular, computador, tablet acessando o site web
- **Google Maps API:** Teremos um mapa com pins no frontend, localizando centros de ajuda e médicos, e assim o Google Maps será utilizado pois possui API.
- **Heroku:** Plataforma que provê o domínio, servidor, sistemas de arquivos para os arquivos estáticos e banco de dados.
 - **Domínio:** <https://tiw-repense.herokuapp.com>
 - **Servidor:** Servidor web comum e simples, possivelmente escrito em Node.js ou Python. O Heroku dá suporte à várias linguagens e seus servidores web mais comuns, como o Express e Flask, de, respectivamente, Node.js e Python.
 - **Arquivos estáticos:** O Heroku também tem suporte de armazenamento de arquivos estáticos como js, html, css e imagens, e portanto não precisaremos utilizar uma outra solução para armazenar esses arquivos, como o Amazon S3.
 - **Banco de dados:** O Heroku também provê alguns banco de dados, como o PostgreSQL, MySQL e SQLite para uso. Utilizaremos SQLite pela sua facilidade e simplicidade. Será utilizado para armazenar os relatos dos usuários, notícias e de médicos e seus consultórios.

Avaliação da Solução

O processo de realização dos testes da solução desenvolvida está documentado na seção que se segue e traz os planos de testes de software e de usabilidade, na sequência, o registro dos testes realizados. Plano de Testes de Software

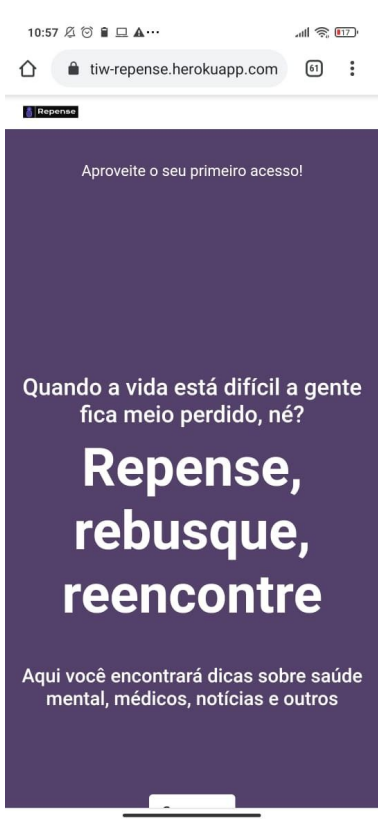
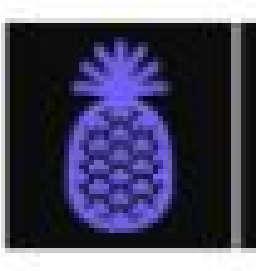

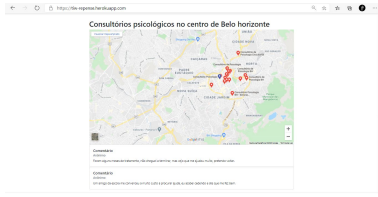
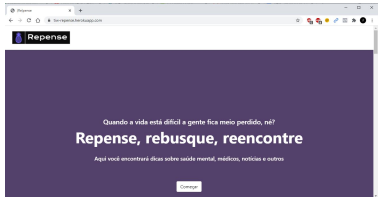
Os testes funcionais a serem realizados no aplicativo são descritos na Tabela a seguir.

Item	Condições	Resultado Esperado
Home-Page	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Abrir o site da Repense	Devem exibir de notícias para conscientização do público, oferecer canais de ajuda.
Leitura Notícias	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Abrir o site da Repense 3. Clicar no botão “Notícias”	Apresenta, no Bloco de Conteúdo, as notícias referentes à questões de saúde mental como (estresse, ansiedade e depressão)
Acessando o site através do Heroku	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Entrar no navegador 3. Escrever o link: https://tiw-repense.herokuapp.com/	Após verificar a conexão da internet o usuário precisa abrir o navegador e acessar o site escrevendo a url no campo de busca
Responsividade no celular	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Deve possuir acesso mobile 3. Abrir o navegador mobile 4. Acessar o link através do HEROKU	O usuário precisa de ter um telefone/smartphone para acesso mobile, a responsividade irá automaticamente identificar o dispositivo e responderá.
Teste contraste	Pré Condições: 5. Deve haver conexão de Internet 6. Abrir o site da Repense	O site precisa ter um contraste bom.
Buscar profissionais próximos	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Abrir o site da Repense 3. Localizar no mapa 4. Visualize as informações	Acha uma clínica para cuidar da sua mental através de um mapa
Compatibilidade com os navegadores	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet Passos 2. Abrir o site no Chrome” 3. Abrir o site FireFox 4. Abrir o site Microsoft Edge	Acessar o site nos navegadores para testar a compatibilidade.
Pesquisa de Notícias	Pré Condições: 1. Deve haver conexão de Internet 2. Abrir o site do sistema 3. Procurar pelo menu principal 4. Digitar no campo de busca “ANSIEDADE ANTES DA PROVA” 5. Clicar em buscar	Devem possibilitar que o usuário encontre informações para sanar suas dúvidas em relação a saúde mental

Registro de Testes de Software

Os resultados obtidos nos testes de software realizados são descritos na Tabela a seguir.

Referência	Resultado	Ajustes
Home-Page		Precisa ajustar os conteúdos em Grid, precisa inserir menu principal para acesso rápido.
Leitura Notícias		Não possui Botão “Notícia” esbarrando na condição 3. Deve-se inserir esse botão para resultado satisfatório.
Acessando o site através do Heroku		Resultado satisfatório

Responsividade no celular		Resultado satisfatório
Teste contraste	 	Resultado satisfatório
Buscar profissionais próximos		Resultado satisfatório.
Compatibilidade com os navegadores		Não possui Botão “COMUNIDADE” esbarrando na condição 4. Deve-se inserir esse botão para resultado satisfatório.

		
Pesquisa de Notícias		Não possui o campo de busca no menu principal, esbarrando na condição 3 e 4. Deve-se inserir menu principal, após inserir campo de busca para resultado satisfatório.

Plano de Testes de Usabilidade

O planejamento dos testes de usabilidade a serem realizados com usuários são descritos a seguir:

1. Eficácia: avaliar se o usuário conseguiu realizar a tarefa desejada.

1.1 Conclusão da tarefa sem erro: também conhecido como golden patch, onde seria o fluxo em que se espera que o usuário faça exatamente como foi projetado.

1.2 Conclusão da tarefa com erro: onde o usuário comete erros não críticos, que não interferem no conclusão da tarefa mas não seguem o fluxo desejado por exemplo.

2. Quantidade de cliques ou toques errados: total de interações erradas que o usuário comete na tentativa de concluir a tarefa.



3. Medindo eficiência: quanto tempo o usuário leva para concluir a tarefa.

3.1 Tempo gasto na 1ª tentativa X 2ª tentativa: o objetivo é ver se o usuário consegue ter uma curva de aprendizado entre uma tentativa e outra.

4. Medir a satisfação: Uso de questionários, para medir a satisfação do usuário com relação à tarefa executada e seu nível de dificuldade. Por exemplo um questionário pós-tarefa muito popular é o ASQ: After Scenario Questionnaire.

No geral, quão difícil ou fácil foi realizar essa tarefa?

	1	2	3	4	5	6	7	
Muito difícil	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Muito fácil

Registro de Testes de Usabilidade

Os resultados obtidos nos testes de usabilidade realizados são descritos a seguir

1 Teste de Eficácia: Os testes de usabilidade foram feitos por 4 usuários, e teve um índice de 100%. Ou seja todos os 4 usuários conseguiram realizar a tarefa desejada.

1.1 Conclusão da tarefa sem erros: Dos 4 usuários testados, todos obtiveram sucesso na realização da tarefa, porém com alguns desvios na objetividade. Detalhes que não causaram interferência na conclusão.

1.2 Conclusão da tarefa com erro: Assim como dito no teste anterior, houveram pequenos deslizes no foco de um dos usuários com relação a objetividade.

Relato do usuário em questão: “ No começo da página, ao invés de se clicar no botão Começar, optei por descer a barra de rolagimento para ver as informações que poderiam estar em baixo”

2. Quantidade de cliques ou toques errados:



Como mostra a foto acima, todos os 4 usuários clicaram primeiro na imagem ou no texto (ocorreu também com o link ao lado direito) isso por conta dos padrões dos sites atuais, como G1 por exemplo, que em qualquer lugar da notícia pode se clicar para abrir mais informações, porém mesmo com este desvio todos identificaram o botão “Link”.

Relato de um usuário: “ São muito costumes dos outros sites, em poder clicar em todo o quadro da notícia para podem ampliar ou abrir uma aba com mais informações, o botão de Link estava bem abaixo, difícil de ser identificado.”

3. Medindo eficiência: Na primeira tentativa dos usuários de se concluir o objetivo, o tempo foi cronometrado e teve uma média de 3 min para a finalização (desconsiderando o tempo em que se passou lendo a notícia no final da tarefa) sendo assim um tempo razoável para a primeira vez.

3.1 Tempo gasto na 1º tentativa X 2º tentativa: Já na segunda tentativa dos usuários, o tempo médio foi reduzido para 1,5/2 min, ou seja, teve uma alta taxa de aprendizado para a utilização do site.

4. Medir a satisfação: Foi definida uma nota entre 0 e 10 para a avaliação do sistema, e dentre os 4 usuários, as notas ficaram entre 7, 9, 9 e 10. Foi implementado também um questionário de 11 perguntas para que os usuários respondessem e avaliassem o projeto. O mesmo teve uma ótima aprovação.

< <https://form.jotform.com/203267127381655> > link do questionário utilizado. As respostas foram muito positivas e complementando mais a aprovação.

