

**Grupo:**

- Adelson Perez
- Davi Jorge Leite Santos
- Izabela Cassimiro Turíbio
- Marlon Ferreira da Costa
- Tamires Sandra Barbosa Franco
- Viviane de Oliveira Corrêa

**Perguntas:**

- 1) Você sente falta de alguma aplicação em relação a saúde mental no seu dia a dia auxiliando no seu tratamento.
- 2) O que você acha sobre uma funcionalidade na qual teria um "diário" onde você atualiza dia a dia sobre seus sentimentos e/ou emoções passadas no dia, com um apoio de um profissional supervisionando e tendo um contato direto.
- 3)Aplicativos que não obrigam acessar alguma conta, para você, é interessante?
- 4)Se as localizações tivesse algumas formas de identificação mais fácil, como apelidos por exemplo. Seria interessante?
- 5)Você gostaria de receber notificações diárias/lembretes?
- 6)O que você acha a função de widgets?
- 7)Como profissional de saúde, o que você espera de um aplicativo de suporte a saúde mental?
- 8)Como usuário, o que você busca em um aplicativo de suporte a saúde mental?
- 9)Você acha interessante a emissão de um relatório com os pontos mais relevantes?
- 10)Qual a principal função que você deseja em uma aplicativo que conecta psicólogos/médicos a usuarios?

# Highlights

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

Principais temas ou aprendizados que surgiram desta entrevista

Aspectos que importaram mais para os participantes

Novos tópicos ou questões para explorar no futuro

Uma paciente mencionou que sentiria falta de um suporte emocional em tempo real, destacando a importância de uma ferramenta que ajude a detectar picos de estresse e ansiedade antes que eles atinjam níveis críticos. Isso reflete a necessidade de funcionalidades proativas no aplicativo, que vão além do acompanhamento passivo.

A relevância de integrar funcionalidades que permitam tanto o acompanhamento contínuo quanto intervenções em tempo real.

A personalização das notificações e widgets foi vista como essencial para manter o engajamento sem sobrecarregar o usuário.

A importância de um equilíbrio entre a segurança dos dados e a facilidade de uso, especialmente em aplicativos que lidam com informações sensíveis.

A simplicidade e facilidade de uso, tanto na criação de cortas quanto na navegação pelo aplicativo, foram aspectos cruciais para a aceitação pelos usuários.

A capacidade de o aplicativo fornecer suporte emocional em momentos de crise foi vista como uma prioridade alta para os pacientes.

A segurança e privacidade dos dados foram citadas como fundamentais, especialmente por profissionais de saúde.

Explorar a viabilidade de implementar funcionalidades que permitam a detecção e intervenção em crises de forma automatizada.

Estudar o impacto das notificações e widgets no engajamento a longo prazo, para evitar que se tornem intrusivos ou sejam ignorados pelos usuários.

Investigar formas de balancear a necessidade de login com a simplicidade de uso, talvez oferecendo opções de login simplificado ou alternativas que garantam a segurança sem comprometer a acessibilidade.

# Entrevista Qualitativa

## 1º Hipótese

A aplicação de um diário supervisionado ajuda no monitoramento emocional diário e na autoconsciência dos pacientes.

A maioria dos entrevistados considerou a ideia de um diário supervisionado extremamente útil. Eles destacaram que isso ajudaria a refletir sobre suas emoções diariamente, identificar padrões e permitir que o profissional de saúde ajustasse o tratamento em tempo real. A função foi vista como um apoio valioso tanto para o paciente quanto para o terapeuta.

## 2º Hipótese

A criação de contas nos aplicativos de saúde mental é importante para a segurança e continuidade do tratamento.

As opiniões foram divididas. Alguns entrevistados, especialmente profissionais de saúde, enfatizaram a importância do login para garantir a segurança e privacidade dos dados. No entanto, alguns pacientes expressaram preferência por não precisar de uma conta, mencionando que isso tornaria o uso do aplicativo mais simples e acessível.

## 3º Hipótese

Notificações diárias ajudam a manter o paciente engajado com o tratamento e com as práticas de autocuidado.

A maioria dos participantes concordou que as notificações podem ser úteis, desde que sejam configuradas de forma a não sobrecarregar ou irritar o usuário. Eles destacaram a importância de lembretes para práticas de autocuidado e compromissos terapêuticos.

## 4º Hipótese

A utilização de widgets e atalhos no aplicativo melhora a acessibilidade e o uso diário do aplicativo.

Os entrevistados consideraram os widgets como uma funcionalidade útil, especialmente para acessar rapidamente diários emocionais, exercícios de respiração, ou outros recursos importantes. No entanto, foi ressaltado que os widgets devem ser simples e intuitivos.

## **Natália, paciente em tratamento psicológico**

**Idade:** 36 anos

**Profissão:** Professora de Matemática da Educação Básica

**Contexto:** Natália é uma paciente em tratamento psicológico desde 11 de março de 2024, após manifestar TAG (Transtorno de Ansiedade Generalizada). O Tratamento é realizado uma vez por semana, com sessões online de 30 minutos de duração, para tratar e controlar a ansiedade apresentada pela paciente.

**Necessidades e Metas:** Natália gostaria que existisse um aplicativo que conseguisse detectar e avaliar os picos de estresse e ansiedade que ela possa vir apresentar durante suas atividades ao longo do dia e que o app retornasse possíveis sugestões para controlar esses estados emocionais.

### **Respostas:**

1. "Eu sinto falta de uma orientação emocional em tempo real e antes que eu atinja meus picos máximos de estresse ou ansiedade. Algo em que eu possa me basear tanto na detecção das escalas momentâneas desses estados emocionais, quanto nas medidas que eu tenho que tomar para não chegar ao máximo."
2. "Seria de grande valia, porque eu transcreveria um acontecimento ou algum sentimento meu no momento em que ele acontecer, com muito mais intensidade e, receberia suporte, caso eu estivesse precisando em tempo real."
3. "Não, somente se o histórico fosse apagado. Não é o tipo de informação que eu desejo que seja acessado facilmente por terceiros."
4. "Sim, tudo que facilita é bem-vindo."
5. "Sim, pois na correria do dia a dia é sempre válido que sejamos lembrados de que temos um suporte sempre à disposição, caso precisemos."

6. "Sim, enxergo como mais uma forma de me lembrar e de me fazer criar o hábito de usar o app."
7. "Não se aplica a mim esta pergunta, uma vez que não sou profissional da saúde."
8. "Procuro um suporte por meio de leituras, sugestões de exercícios e atividades que me ajudem a lidar com as minhas oscilações emocionais."
9. "Com certeza. Relatórios podem orientar de modo sucinto, quando apresentam clareza e objetividade, a compreender o que de fato houve, bem como se deu a evolução do quadro de forma mais rápida."
10. "Ter um suporte de fácil acesso e que eu consiga me comunicar com um profissional de forma rápida faz toda a diferença. Em meio a uma crise, por exemplo, pode ser crucial receber esse tipo de suporte."

## **Andreza, Profissional de Saúde Mental**

**Idade:** 37 anos

**Profissão:** Psicóloga Clínica

**Contexto:** Andreza trabalha em uma clínica particular, onde atende de modo presencial e remoto. Ela acha válida a ideia de que ferramentas de suporte à saúde mental sejam disponibilizadas para um pronto atendimento a pacientes com crises psicológicas.

**Necessidades e Metas:** Andreza espera que seja criado um aplicativo que sirva de interface entre psicólogos, clínicas e pacientes, sendo de atuação imediata em crises psicológicas agudas ou crônicas.

### **Respostas:**

1. "Acho que os apps relacionados à saúde mental poderiam ser uma extensão do acompanhamento que o profissional exerce, só que de modo off, nos intervalos que englobam as próximas consultas."

2. "Ter um diário é terapêutico para muitas pessoas e muitas vezes pacientes se expressam melhor por ele do que verbalmente durante a terapia. Seria uma poderosa ferramenta no auxílio ao acompanhamento e ajuste da melhor terapia para cada um."
3. "Por questões de segurança e privacidade é melhor que haja login para acesso ao app. Para os preguiçosos de plantão é só deixar gravado no celular o login."
4. "Se for algo que realmente facilite, é legal. Se é para considerar a questão de localização, é melhor algo que facilite na busca de locais próximos de onde o paciente estiver, de acordo com sua necessidade real: clínicas, consultórios, hospitais ou algum contato amigo que ele insira no app."
5. "Claro. Como faz parte de modo integrativo ao tratamento, tem de ser levado a sério e notificações ajudam a lembrar do compromisso diário com o app."
6. "Widgets são uma extensão das notificações, pois estão sempre visíveis na tela do celular."
7. "O app seria uma ramificação da terapia, a fim de tornar o acompanhamento mais efetivo e facilitar a comunicação entre psicólogo e paciente. Um pronto atendimento a quem necessitar."
8. "Eu procuro um app que consiga dar suporte que meus pacientes necessitem na minha ausência."
9. "O intuito da formulação de um relatório é resumir de forma objetiva os principais pontos de um acontecimento. Seria interessante para entender as nuances de um episódio, por exemplo."
10. "Eu penso que o maior desafio é integrar diferentes profissionais e especialidades, em tempo real, com as pessoas que realmente precisam se comunicarem. A disponibilidade de profissionais é uma questão complexa e na ausência deles deve haver outros recursos eficientes e disponíveis no app."



## **Helena, Profissional de Saúde Mental**

**Idade:** 29 anos

**Profissão:** Psicóloga Clínica

**Contexto:** Helena trabalha em uma clínica particular e em seu próprio consultório, onde atende de modo presencial e remoto. Ela se preocupa com o acompanhamento e a necessidade de seus pacientes no tempo em que ficam esperando a próxima consulta. A preocupação se dá, uma vez que ela não consegue atender a todos os seus pacientes nas horas em que possam precisar dela, fora das terapias.

**Necessidades e Metas:** Helena espera que seja criado um aplicativo que aproxime o profissional da psicologia da realidade da vivência de seus pacientes e que encurte a distância que há entre eles.

### **Respostas:**

1. " Sim, principalmente um aplicativo que possibilite uma maior tomada de consciência e compreensão dos sentimentos e emoções."
2. "Gostei da ideia de um “diário”, pois através dele é possível acompanhar de maneira mais próxima o meu paciente, possibilitando intervenções mais efetivas."
3. "Acredito que não precisar acessar uma conta pode facilitar o acesso de diferentes públicos ao aplicativo, principalmente pessoas que apresentam dificuldades no acesso as tecnologias. "Se for algo que realmente facilite, é legal. Se é para considerar a questão de localização, é melhor algo que facilite na busca de locais próximos de onde o paciente estiver, de acordo com sua necessidade real: clínicas, consultórios, hospitais ou algum contato amigo que ele insira no app."
4. "Confesso que não entendi muito bem como isso agregaria dentro do aplicativo."

5. "Acredito que notificações podem auxiliar no engajamento do paciente, mas é preciso ter cuidado com a frequência, para que não tenha um efeito contrário.
6. "Acho interessante, desde que essa função facilite o uso do aplicativo."
7. "Que por meio dele seja possível ampliar o processo terapêutico."
8. "Que ele possibilite ampliar os recursos terapêuticos e a assistência, mesmo fora do ambiente terapêutico. Que me ajude a lidar com os meus pensamentos, sentimentos e emoções no dia a dia."
9. "Acho interessante desde que seja algo claro e objetivo, facilitando assim sua compreensão."
10. "Que esse aplicativo possibilite um acesso facilitado entre ambos."



## **Joana, a Profissional de Saúde Mental – Amiga universitária**

**Idade:** 42 anos

**Profissão:** Psicóloga clínica

**Contexto:** Joana trabalha em uma clínica particular e também atende em uma plataforma online de terapia. Ela está sempre em busca de novas ferramentas para melhorar o acompanhamento dos seus pacientes e otimizar seu tempo de trabalho.

**Necessidades e Metas:** Joana quer um aplicativo que facilite o monitoramento dos pacientes entre as sessões, com funcionalidades como diários de humor, relatórios automáticos de progresso e uma interface que permita interações rápidas e eficientes.

### **Respostas:**

1. "Olha, o que eu mais sinto falta é de um app que realmente ajude meus pacientes entre as sessões, algo que acompanhe a saúde mental deles de forma contínua, sabe? Um suporte que eu possa confiar."
2. "Eu acho um diário supervisionado super útil! Com ele, dá pra acompanhar o progresso dos pacientes diariamente e ajustar a terapia com base nesses dados. Super prático."
3. "Claro que eu prefiro que os pacientes usem suas contas, até por uma questão de segurança e privacidade. Mas também entendo que alguns não curtem muito a ideia."
4. "Sobre esse negócio de apelidos para locais... até que é interessante, mas eu acho meio fora do foco principal do app, sabe?"
5. "Notificações diárias? Sim! Acho que pode ajudar bastante os pacientes a manterem o engajamento com o tratamento."
6. "Widgets? Sim, acho útil, principalmente para lembrar os pacientes de fazerem meditação ou exercícios de respiração."

7. "Eu quero que o app seja uma extensão da terapia, com recursos que facilitem o acompanhamento e a comunicação. Nada muito complicado."
8. "Procuro um app que dê insights a partir dos dados coletados, algo que realmente ajude a melhorar o atendimento que dou."
9. "Relatórios são fundamentais, mas precisam ser objetivos, focando só no que realmente importa."
10. "Seria ótimo um sistema que permita uma comunicação direta e segura com os pacientes, e que integre bem com o meu dia a dia."

### **Lucas, o Paciente Jovem – Amigo do serviço**

**Idade:** 25 anos

**Profissão:** Estudante de Engenharia

**Contexto:** Lucas é um jovem adulto que sofre de ansiedade e está buscando apoio para melhorar sua saúde mental enquanto lida com as pressões da vida acadêmica e pessoal. Ele prefere soluções digitais e é bastante familiarizado com tecnologia.

**Necessidades e Metas:** Lucas quer um aplicativo de fácil acesso que ofereça suporte diário, onde ele possa registrar seus sentimentos e receber dicas de bem-estar sem se sentir invadido ou forçado a compartilhar dados pessoais.

#### **Respostas:**

1. "O que eu mais quero é um app que me ajude a gerenciar a ansiedade de um jeito prático e fácil, sem complicação."
2. "Adoro a ideia de um diário emocional! É bom ter um espaço seguro pra desabafar e entender melhor meus sentimentos."
3. "Prefiro apps que não exigem criação de conta. Gosto de simplicidade e privacidade, sabe como é, né?"
4. "Essa ideia de apelidos pra localizações é divertida, mas não vejo muito sentido pra mim."
5. "Notificações diárias? Só se forem discretas e úteis, nada de encher o saco."

6. "Widgets são bacanas, principalmente pra acessar o diário emocional ou exercícios de respiração rapidinho."
7. "Como usuário, quero um app prático, que respeite minha privacidade e que traga conteúdo relevante pra me ajudar a entender minha saúde mental."
8. "Gostaria de um app intuitivo, que ofereça suporte com base no que escrevo no diário."
9. "Relatórios são legais, mas têm que ser fáceis de entender e trazer insights sobre minhas emoções e comportamentos."
10. "Seria ótimo se o app tivesse uma função pra falar com psicólogos quando eu precisar, mas de um jeito amigável e tranquilo."

## **Maria, a Aposentada Digitalmente Inclusa – Minha Vo**

**Idade:** 67 anos

**Profissão:** Aposentada

**Contexto:** Maria é uma aposentada que começou a usar tecnologia recentemente. Ela está interessada em melhorar seu bem-estar mental após o falecimento do marido, buscando um aplicativo que seja fácil de usar e ofereça suporte emocional.

**Necessidades e Metas:** Maria procura um aplicativo simples e direto que a ajude a acompanhar seus sentimentos e oferecer atividades que promovam bem-estar, tudo de maneira fácil de entender.

### **Respostas tratadas:**

1. "Pra mim, o que falta é um app fácil de usar, que me ajude a manter um diário dos meus sentimentos, pra lidar melhor com a solidão."
2. "Gostei da ideia de um diário emocional, principalmente se vier com dicas de exercícios ou meditação."
3. "Eu prefiro apps que não precisam de login, porque tenho dificuldade com senhas e essas coisas de segurança."

4. "Achei interessante esse negócio de apelidos pra locais, ajuda a lembrar onde eu estive de um jeito mais pessoal."
5. "Quero receber notificações, mas nada complicado ou que seja muito frequente, sabe?"
6. "Não entendo muito de widgets, mas se for algo fácil de acessar na tela inicial do celular, tô dentro."
7. "Espero que o app seja fácil de navegar, com textos claros e botões grandes, pra não me complicar."
8. "Como usuária, quero um app que me ajude a me sentir menos sozinha e mais conectada com meus sentimentos."
9. "Acho que relatórios seriam bons se fossem explicados de um jeito simples por um profissional."
10. "Gostaria de um app que facilitasse o contato com profissionais, talvez com videochamadas simples."

Nome: Laisla Rodrigues/Paciente

23 anos.

1) Você sente falta de alguma aplicação em relação a saúde mental no seu dia a dia auxiliando no seu tratamento.

Sim, sinto falta de um meio que facilita quem busca ajuda.

2) O que você acha sobre uma funcionalidade na qual teria um "diário" onde você atualiza dia a dia sobre seus sentimentos e/ou emoções passadas no dia, com um apoio de um profissional supervisionando e tendo um contato direto.

Acho importante para, que possamos conseguir ver nossa evolução e conseguir entender como nos sentimos em diferentes situações da vida.

3)Aplicativos que não obrigam acessar alguma conta, para você, é interessante?

Sim. As vezes só navegamos em algum site sem muita intenção.

4)Se as localizações tivesse algumas formas de identificação mais fácil, como apelidos por exemplo. Seria interessante?

Sim.

5)Você gostaria de receber notificações diárias/lembretes?

Sim, principalmente na parte de descrever emoções diariamente.

6)O que você acha a função de widgets?

Acho interessante, pois facilita a visualização e acesso a ferramentas.

7)Como profissional de saúde, o que você espera de um aplicativo de suporte a saúde mental?

Que possa ajudar e facilitar a vida de muita gente. Principalmente aqueles que não tem muito acesso ao assunto.

8)Como usuário, o que você busca em um aplicativo de suporte a saúde mental?

Texto de autoajuda.

9)Você acha interessante a emissão de um relatório com os pontos mais relevantes?

Sim. Assim podemos acompanhar evoluções.

10)Qual a principal função que você deseja em uma aplicativo que conecta psicólogos/médicos a usuarios?

Interação entre psicólogos e usuários.

**Renata, profissional da saúde mental**

**Idade:** 53 anos

**Profissão:** Psicóloga

**Contexto:** Renata atua mais de 25 anos como psicóloga.

**Necessidades e metas:** Renata quer um site onde possa ter um acolhimento e um estreitamento maior nas relações com o paciente.

1. “Sim, se fosse possível uma ferramenta em que eu pudesse relatar em tempo real os meus sentimentos. Ajudaria em momentos de dificuldades e desespero.”
- 2.” Seria uma forma útil e benéfica de expor meus sentimentos e momentos de dificuldade. Às vezes só de saber que existe uma ferramenta assim, já traz segurança. A sensação de ser acolhida. Traz conforto e segurança.”
- 3.” Com certeza, quanto mais prático, objetivo é de fácil acesso.”
- 4.” Sim. Sem a necessidade de me expor. Ajudaria sim.”
5. “Acho que poderia ser interessante.”
- 6.” Um recurso que facilita bem acesso a uma ferramenta para auxílio imediato.”
- 7.” Acho de extrema importância. Estabeleceria um vínculo direto com paciente, até de estreitamento da relação. Uma ferramenta que pudesse agilizar o processo terapêutico e otimizar o tratamento.”
- 8.” Acolhimento, segurança, agilidade e sigilo.”
- 9.” Acredito que seria útil sim.”
- 10.” Otimizar atendimento, Acolhimento efetivo ao paciente, bem como comunicação entre a equipe multidisciplinar. Um atendimento mais humanizado, com praticidade e funcionalidade.”

**Matheus, paciente**

**Idade:** 23 anos

**Profissão:** Educador físico

**Contexto:** Matheus é um adulto que depois de alguns problemas pessoais buscou ajuda com profissionais.

**Necessidades e metas:** Procura um site onde possa ter uma segurança e um auxílio em seu tratamento conectando o site com o profissional de confiança.

- 1.” Sim, sinto falta de algum suporte no dia a dia social como: ambiente de trabalho padrão, nas redes sociais e até na convivência com as pessoas.”
- 2.” Acho uma ótima ideia, escrever é uma boa forma de colocar para fora algumas coisas que não conseguimos falar.”
3. “Sim, tirando a obrigação de acessar uma conta, deixa os usuários mais livres e menos preocupados com as "outras contas".”
4. “Sim, tudo que é tratado de uma forma mais acolhedora é melhor.”
5. “Sim, mas não com muita frequência.”
6. “Ótima ideia, ainda mais conectado com alguma pessoa de confiança ou algum familiar”
7. “Espero um "ajudante" que está junto do meu tratamento não como forma primária, mas sim como uma ajuda a pessoa principal, como um terapeuta ou psicólogo.”
- 8.” Acesso a coisas lúdicas e divertidas que me tragam acolhimento, músicas tranquilas, formas de me expressar...”
9. “Sim, extremamente valido pois por ser um tratamento, temos que ter noção das evoluções e dos pontos que precisam de mais foco.”
10. “Chamada de atendimento rápido.”



**Esther, potencial usuária do aplicativo.**

**Idade:** 20 anos

1) Sim, pois ter um lugar onde consigo expor o que eu passo e é voltado para as questões psicológicas faria com que eu me sentisse, de certa forma, acolhida, ouvida e poderia ver "de fora" tudo que tem dentro da minha mente mas não consigo organizar sem justamente expor.

2) Observando que cada pessoa vive o dia a dia de forma individual e única, dar mais possibilidades para a escolha do usuário é uma boa opção. Um diário não seria útil para mim por falta de tempo e disponibilidade, entretanto, se houvesse uma maneira de ter acesso aos profissionais de saúde em momentos específicos seria de grande ajuda.

3) Não, pois acho necessário salvar todo o processo caso haja troca de dispositivo, fora a facilidade de login.

4) Sim

5) Sim

6) Uma boa opção para quem tem uma memória ruim e dificuldade com a procrastinação (serve de resposta para a questão de notificações)

8) ajuda em momentos de instabilidade, facilitação na comunicação com pessoas ao redor de quem está com/tem crise. Exercícios de respiração e controle dos pensamentos, lembretes diários para tomar os remédios.

9) Sim

10) Ajuda em momentos de instabilidade novamente

Respostas:

Victor Nogueira Pinto

Psicólogo

CRP: 04/69773

1) \*\*Você sente falta de alguma aplicação em relação à saúde mental no seu dia a dia auxiliando no seu tratamento?\*\*

Como psicólogo, percebo que muitos pacientes poderiam se beneficiar de uma aplicação que oferecesse suporte contínuo entre as sessões, permitindo o monitoramento de sintomas, emoções e comportamentos. Isso poderia complementar o tratamento, facilitando o acompanhamento e ajuste das intervenções em tempo real.

2) \*\*O que você acha sobre uma funcionalidade na qual teria um "diário" onde você atualiza dia a dia sobre seus sentimentos e/ou emoções passadas no dia, com um apoio de um profissional supervisionando e tendo um contato direto?\*\*

A ideia de um diário supervisionado é excelente. Ele permite que o paciente reflita sobre suas emoções diariamente, o que pode aumentar a autoconsciência e ajudar na identificação de padrões. Além disso, o acompanhamento de um profissional poderia proporcionar intervenções mais imediatas e personalizadas.

3) \*\*Aplicativos que não obrigam acessar alguma conta, para você, é interessante?\*\*

Sim, pode ser interessante, especialmente para pacientes que priorizam a privacidade ou têm preocupações com a segurança de dados. No entanto, a ausência de uma conta pode limitar a continuidade e o armazenamento seguro das informações, o que é um ponto a considerar.

4) \*\*Se as localizações tivessem algumas formas de identificação mais fácil, como apelidos, por exemplo. Seria interessante?\*\*

Isso poderia ser útil, especialmente para facilitar o acesso e a organização de informações geográficas relevantes para o paciente, como locais de suporte ou locais que despertam determinadas emoções. A personalização com apelidos pode tornar a interface mais amigável e intuitiva.

5) \*\*Você gostaria de receber notificações diárias/lembretes?\*\*

Notificações diárias podem ser benéficas, desde que sejam configuradas de forma a não sobrecarregar o usuário. Lembretes sobre práticas de autocuidado, reflexões diárias ou até mesmo compromissos terapêuticos podem ajudar a manter o paciente engajado no tratamento.

6) \*\*O que você acha da função de widgets?\*\*

Widgets podem ser muito úteis, pois permitem acesso rápido a informações ou funcionalidades importantes diretamente da tela inicial. Para a saúde mental, isso poderia incluir atalhos para registrar sentimentos, acessar recursos de emergência, ou visualizar lembretes de práticas diárias.

7) \*\*Como profissional de saúde, o que você espera de um aplicativo de suporte à saúde mental?\*\*

Como profissional, espero que o aplicativo seja uma ferramenta complementar ao tratamento, oferecendo segurança, facilidade de uso e funcionalidades que incentivem o autoconhecimento, a regulação emocional e a adesão ao tratamento. O aplicativo deve ser intuitivo e permitir comunicação clara e segura entre paciente e profissional.

8) \*\*Como usuário, o que você busca em um aplicativo de suporte à saúde mental?\*\*

Como usuário, procuraria um aplicativo que fosse fácil de usar, discreto, e que oferecesse suporte prático para o dia a dia. Funcionalidades como registro de emoções, exercícios de relaxamento, lembretes de práticas saudáveis e uma interface intuitiva seriam desejáveis.

9) \*\*Você acha interessante a emissão de um relatório com os pontos mais relevantes?\*\*

Sim, relatórios periódicos com pontos relevantes podem ser extremamente úteis, tanto para o usuário quanto para o profissional de saúde. Eles permitem um acompanhamento mais claro do progresso e facilitam a identificação de áreas que precisam de mais atenção.

10) \*\*Qual a principal função que você deseja em um aplicativo que conecta psicólogos/médicos a usuários?\*\*

A principal função que eu desejaria seria a capacidade de comunicação segura e eficaz entre paciente e profissional, incluindo o envio de mensagens, agendamento de consultas, e a possibilidade de compartilhar relatórios ou informações relevantes de forma confidencial e em tempo real.