



PUC Minas

TRABALHO INTERDISCIPLINAR: APLICAÇÕES WEB

Instituto de Ciências Exatas e Informática (ICEI)

Descrição do Problema

Com a eclosão da pandemia no primeiro semestre de 2020, causada pelo coronavírus (COVID-19), muitas pessoas foram forçadas a passar a maior parte do tempo em suas casas. O que contribuiu a um aumento gritante em casos de transtornos mentais e sobrepeso.

Membros da Equipe

- Arthur Santos Araújo
- Filipe Ribeiro Maciel Chang
- Gabriel Lucas Pereira das Dores
- Heitor Meinicke Ribeiro
- Lucas Silva Tanure
- Marcos Vinicius Nunes dos Santos
- Murilo Silva de Almeida

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](https://www.designthinkersgroup.com/).

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/>



Matriz de Alinhamento CSD

Dúvidas

O que ainda não sabemos sobre o problema

- A má alimentação é realmente o único fator que contribui para a obesidade?
- Por que as pessoas ficam obesas?
- Por que a saúde física e mental piorou durante a pandemia?
- O quanto as pessoas estão dispostas a adotar hábitos mais saudáveis ?
- Promover o consumo de fast food é realmente ético ?
- Qual a relação entre obesidade e sedentarismo?
- Qual a relação entre saúde física e mental?

Certezas

O que já sabemos

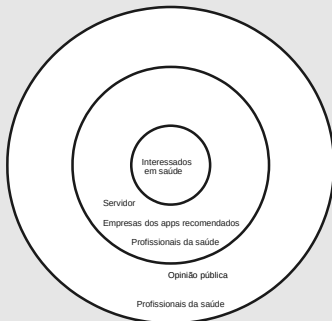
- O número de pessoas com sobrepeso aumentou durante a pandemia.
- A saúde mental das pessoas piorou na pandemia.
- Padrões de beleza causa angústia nas pessoas.
- Falta de tempo pode levar a má alimentação.
- Comidas fast food contribui para sobrepeso.
- Má alimentação aumenta riscos de diabetes e hipertensão.
- Sedentarismo e má alimentação contribui para problemas cardiovasculares e psicológicos.
- Boa alimentação aumenta expectativa de vida.
- Prática de exercício físico contribui para uma boa noite de sono.
- O distanciamento aumenta o consumo de comidas fast food e ultra processadas.

Suposições

O que achamos, mas não temos certezas

- As pessoas gastaram mais durante a pandemia.
- Anúncios influenciam as pessoas a hábitos menos saudáveis.
- Boa parte das pessoas preferem comidas fast food.
- As redes sociais afetam a saúde mental.
- As pessoas cozinham menos durante a pandemia.
- A desinformação contribui para hábitos não saudáveis .
- Os avanços tecnológicos estão deixando os indivíduos mais preguiçosos.
- Durante o período de isolamento social, as pessoas não buscaram alternativas para a prática de atividades físicas.

Mapa de Stakeholders



Pessoas Fundamentais
Interessados na saúde.

Pessoas Importantes
Servidor.
Empresas dos aplicativos recomendados.
Profissionais da saúde.

Pessoas Influenciadoras
Opinião pública.
Profissionais da saúde.



PERSONA

NOME Pedro Augusto

IDADE 20

HOBBY Videogames

TRABALHO Desempregado

PERSONALIDADE

Introvertido, reflexivo e relaxado.

SONHOS

Trabalhar com algo que goste, ser mais sociável e ter o apartamento próprio.

OBJETOS E LUGARES

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

Notebook, smartphone e videogames portáteis, para se manter atualizado e distraído a todo momento em qualquer lugar.

OBJETIVOS CHAVE

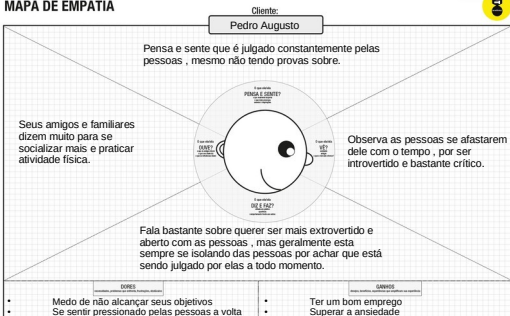
Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Ter uma alimentação mais saudável e consequentemente melhorar a autoestima, saúde mental e condicionamento físico. A alimentação atua de forma direta em nossa mente e corpo, uma boa alimentação pode melhorar a disposição, humor e concentração, facilitando as pessoas a alcançar seus objetivos.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Oferecer opções de cardápios simples e saudáveis de se fazer.

MAPA DE EMPATIA





PERSONA

NOME Isabella Gomes

IDADE 25

HOBBY Livros e séries

TRABALHO Estudante de Direito

PERSONALIDADE

Extrovertida,curiosa,resiliente e analítica

SONHOS

Se formar , ter a casa própria , se casar e viajar para o exterior

OBJETOS E LUGARES

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

Notebook,livros e smartphone,geralmente para estudo e acompanhar as fofocas do dia. Gosta de levar seu notebook sempre para a faculdade , para ter mais produtividade.

OBJETIVOS CHAVE

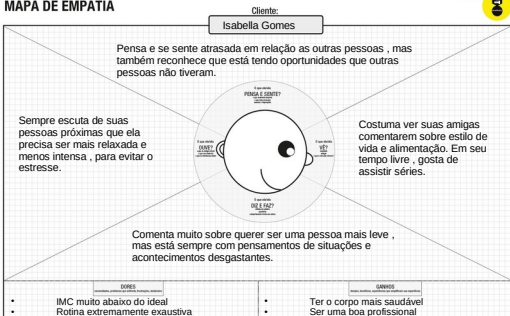
Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Ganhar peso de forma saudável, controlar a glicemia e ter noites melhores de sono. Dito isso é importante ter uma boa alimentação e práticas de atividade física , já que não só melhoram os níveis de glicemia no sangue , mas também ajudam a diminuir o estresse e ansiedade , melhorando a qualidade de sono.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Sugerir aplicativos que ajudam a montar uma rotina de atividade física, refeições diet e atividades relaxantes.

MAPA DE EMPATIA





PERSONA

NOME Takuma Sato

IDADE 30

HOBBY Estudar
Astronomia

TRABALHO Analista de
Sistemas

PERSONALIDADE

Reservado, analítico, calmo,
sério e curioso

SONHOS

Ser pai , conhecer muitos
lugares no mundo , ter uma
vida mais leve e escrever
um livro

OBJETOS E LUGARES

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

Está sempre com um notebook e tablet na mochila , precisa se manter informado sobre a situação de seus projetos da empresa. Costuma usar fones de ouvido quando está só ou em contato com a natureza , para relaxar e ter pensamentos mais reflexivos.

OBJETIVOS CHAVE

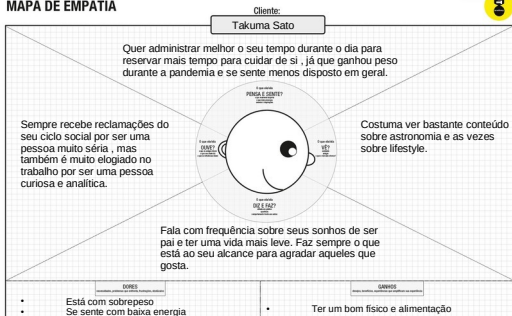
Quais são os objetivos chave da pessoa durante a utilização do serviço? Por que eles precisam deste serviço?

Ser mais pro ativo, perder peso e de forma geral ter uma vida leve. Para isso é importante identificar hábitos não saudáveis e substituí-los por hábitos saudáveis já que isso contribui diretamente para a perda de peso , melhor condicionamento físico e consequentemente disposição para realizar as tarefas do dia a dia.

COMO DEVEMOS TRATÁ-LA

Identificar maus hábitos e sugerir alternativas mais saudáveis para a pessoa.

MAPA DE EMPATIA



Mural de Possibilidades



MURAL DE POSSIBILIDADES

Ideia
1

Ideia
6

Ideia
3

Ideia
7

Ideia
2

Ideia
4

Ideia
5

IDEIA 1

. Informações sobre
maus hábitos
alimentares

Trazer informações e
consequências da má
alimentação.

IDEIA 2

. Divulgação de
receitas práticas

Apontar soluções
saúdáveis identificadas
nos maus hábitos.

IDEIA 3

. Recomendações de
aplicativos

Para que o usuário tenha
o acesso facilitado de
aplicativos que o ajude a
manter uma dieta
saúdável.

IDEIA 4

. Saúde mental

Informações sobre
saúde da mente e dicas
de pequenos cuidados.

IDEIA 5

. Conservação de
alimentos

Como preservar melhor
os seus alimentos.

IDEIA 6

. Cuidados do corpo

Sugestões de atividades
físicas para melhor
condicionamento físico.

Priorização de Ideias

MAPA DE PRIORIZAÇÃO

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

- Ideia 1 : Garantir ao usuário uma experiência interativa e prática.
- Ideia 2 : Permitir que o usuário pesquise palavras chaves.
- Ideia 3 : Fornecer conteúdo de qualidade e com credibilidade.
- Ideia 4 : Construir um layout responsivo a todos os dispositivos.
- Ideia 5 : Garantir fácil acesso aos conteúdos.
- Ideia 6 : Incentivar o usuário a consumir o conteúdo através de uma experiência divertida.

