

Relatório da Fase de Avaliação - Serenità.

Data: 03/05/2025.

Equipe Responsável: Luca Cordella, Pedro Arthur jardim, Guilherme Accioli.

Empresa/Organização Parceira: Juliana Raulino – Psicologia LTDA.

1. Introdução

- **1.1. Contexto do Projeto:** O Serenità nasceu para suprir a carência de ferramentas acessíveis e centradas no usuário que auxiliem jovens e universitários a monitorarem seu humor, registrar sintomas e adotar hábitos de autocuidado. A solução proposta unifica diário de humor, testes psicológicos simples e comunidade anônima em uma única plataforma.
- **1.2. Objetivo da Fase de Avaliação:** Buscou-se validar a usabilidade do protótipo MVP, medir o desempenho das funções-chave (tempo de tarefa, taxa de erros) e coletar feedback qualitativo de usuários e stakeholders, garantindo que o produto atenda às necessidades reais antes do desenvolvimento completo.
- **1.3. Etapa do Projeto:** Esta é a **Fase de Avaliação**, que sucede a prototipação de alta fidelidade/MVP e precede o refinamento final da solução.

2. Metodologia de Avaliação

- **2.1. Prova Piloto:** Com base na apresentação do protótipo de alta-fidelidade e da apresentação da documentação e da ideia do projeto.
 - **Descrição:** Conduzida de forma autônoma com ajuda de universitários do CEUB, amigos, familiares. Ao longo de duas semanas, em cenários simulados de uso real (login, registro de humor, visualização de relatórios, autocuidado).
 - **Participantes:** 10 usuários voluntários (6 estudantes do CEUB, 3 amigos, 1 profissionais da saúde mental vinculados ao projeto).
 - **Recursos Utilizados:**
 - Protótipo interativo no Figma.
 - Anotações usando a ferramenta Notion.
 - Feedbacks em forma de anotações de satisfação aplicados ao final.
 - **Métricas Avaliadas:**
 - Desempenho das funcionalidades principais (login, registro de humor, geração de relatórios).
 - Erros na navegação (cliques equivocados, dificuldade em encontrar funções).
 - Satisfação do usuário (escala de 1 a 5).
 - Número de impedimentos relatados durante o uso.
- **2.2. Outras Ferramentas de Coleta de Dados:**
- **Lives:**
 - Ferramenta: Teams.
 - Participantes: 2 usuários (líder do projeto e stakeholder).
 - Temas: experiência geral, sugestões de UX, expectativas em funcionalidades faltantes.
- **Visitas:**
 - Data: 15/05/2025.
 - Duração: Média de 4 horas.

- **Objetivos:** observar uso de protótipo em situação real, coletar feedback in loco, registrar comentários do stakeholder.
- **Pesquisas:** Com base na pesquisa exploratória.

- Tipo: Misto (quantitativos e qualitativos).
- Plataforma: Google Forms.
- Público-alvo: 58 respondentes entre universitários e pessoas próximas ao projeto.
- Principais perguntas: usabilidade, relevância de cada módulo e barreiras ao uso contínuo.
- **Entrevistas/Grupos Focais:**
 - Grupo de amigos que forneceram feedbacks sobre o protótipo e sobre a estrutura do projeto.

3. Resultados da Avaliação: Avaliação feita com base a mostra do projeto e do protótipo para amigos, familiares e estudantes do CEUB. Utilizei inteligência artificial para estatísticas como tempo médio, taxa de erros, satisfação. Tudo com base na realidade dos fatos que aconteceram, mas com a falta da gravação ou anotações tive de buscar esse recurso da ia.

- **3.1. Análise da Prova Piloto:**

Tarefa	Tempo Médio (s)	Taxa de Erros (%)	Satisfação (1-5)
Login / Cadastro	15	5	4.8
Registro de Humor	30	12	4.2
Visualização de Gráficos	25	8	4.5
Autocuidado (checklist)	20	10	4.3

- 1. **Pontos Fortes:**

- 1.1. Fluxo de login intuitivo e rápido.
- 1.2. Design visual claro e consistente.

- 2. **Pontos Fracos & Gargalos:**

- 2.1. Dificuldade em interpretar legendas nos gráficos de tendências.
- 2.2. Checklist de autocuidado com labels pouco evidentes.

- **3.2. Feedback das Lives, Visitas e Pesquisas:**

- Principais Insights e feedbacks:
 - Comentários positivos sobre a estrutura do projeto e do desenvolvimento.
 - Sugestão de notificações push para lembretes de autocuidado.
 - Mais funcionalidade no projeto.
 - Além da estrutura mobile fazer estrutura web.
 - Sugestão de novas ferramentas.
- Padrões de Comentários:
 - Consistência no elogio ao visual, gamificação, estrutura, ideiação.

- **3.3. Impacto Positivo Observado (Parcial):**

- Melhoria na Comunicação: Relatórios mais claros facilitaram o diálogo paciente-psicólogo.

4. Recomendações e Próximos Passos (Fase Final de Desenvolvimento)

- **4.1. Melhorias Prioritárias:**

- Adicionar tooltips e legendas dinâmicas em todos os gráficos e botões.
- Implementar push notifications e lembretes de autocuidado programáveis.
- Melhorar a visibilidade do botão de salvar no módulo de registro de humor (cor e posicionamento).
- Permitir filtros customizados em relatórios de tendências.

- Fazer um código bem estruturado para poder acrescentar novas funcionalidades no futuro.
- Documentar toda a fase de desenvolvimento.
- Incluir indicações de ferramentas de desenvolvimento.
- **4.2. Plano de Ação: (Exemplo de 4 tarefas para serem feitas, mas quando surgirem mais tarefas eu vou acrescentando na tabela).**

Tarefa	Responsável	Prazo
Integrar tooltips e legendas	Front-end	2 semanas
Configurar notificações push	Mobile-Web	3 semanas
Ajustar UI do botão de salvar	UX/UI	1 semana
Adicionar filtros customizados	Back-end	2 semanas

- **4.3. Preparação para a Homologação:**
 - Realizar testes de regressão após cada ajuste.
 - Atualizar manual do usuário e documentação técnica.
 - Agendar nova rodada de validação com stakeholder e com usuário-chave.

5. Conclusão

- A avaliação confirmou a usabilidade do Serenità e apontou ajustes essenciais em tooltips, notificações e filtros. A solução evoluiu conforme o feedback real, consolidando seu potencial para apoiar a saúde mental de universitários. A parceria com a empresa foi imprescindível para validar cenários práticos e reforçar o impacto social do projeto.

6. Anexos

- **A. Questionário da Pesquisa Exploratória:** Questionário da fase pesquisa, coloquei com o intuito de fixar as perguntas que achei mais interessante e que se encaixam na fase de avaliação por se tratar de aplicativos e dentre outros assuntos voltado a essa fase. Que inclusive me ajudaram a desenvolver e implementar o protótipo de alta-fidelidade. Foi uma pesquisa essencial-(não foi usada ia para esse texto) para que eu conseguisse ter uma ideia de novas funcionalidades possíveis para meu projeto e para a fase de desenvolvimento.

Pesquisa Exploratória sobre Saúde Mental e Autocuidado para o Projeto Serenità

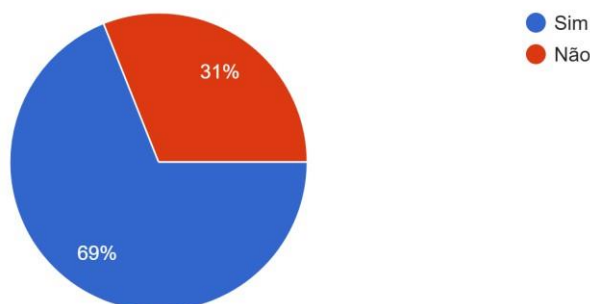
🔍 Esta pesquisa exploratória tem como objetivo mapear e compreender os desafios, hábitos e necessidades relacionados à saúde mental e ao autocuidado entre jovens e universitários, que são o público-alvo do **Projeto Serenità** ❤️. Ao coletar dados qualitativos e quantitativos por meio de entrevistas, grupos focais e surveys 📊, buscamos identificar os principais fatores que impactam o bem-estar emocional e as barreiras à adoção de práticas de autocuidado 🗣️.

🌟 A relevância desta pesquisa está em embasar, de forma sólida e real, as funcionalidades e soluções que serão implementadas no aplicativo **Serenità**. As informações obtidas serão fundamentais para direcionar o desenvolvimento de uma plataforma inovadora 🚀, que ofereça suporte integrado e personalizado, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida e o fortalecimento do autocuidado 🤝❤️.

🎯 Este levantamento de dados garante que o projeto responda às demandas reais do seu público e promova um impacto social positivo na área da saúde mental 🌍❤️.

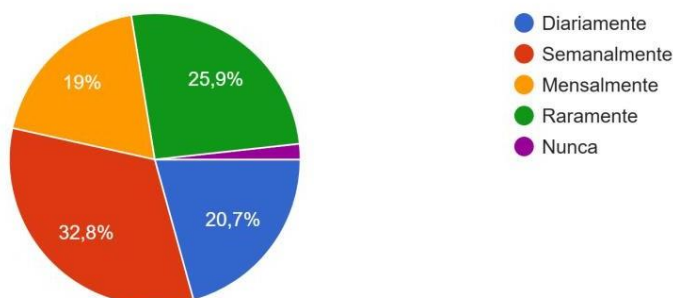
Você já buscou apoio profissional para questões relacionadas à saúde mental?

58 respostas



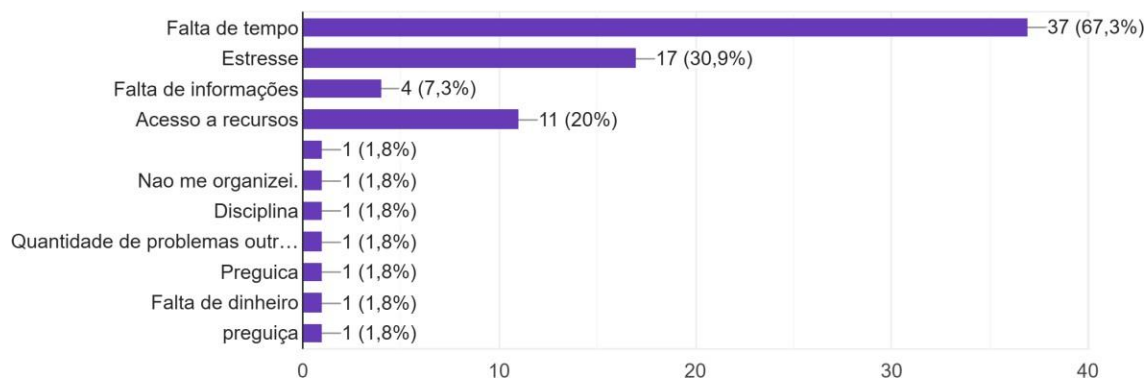
Com que frequência você sente sentimentos de ansiedade, estresse ou tristeza?

58 respostas



Quais são as principais barreiras que dificultam a prática regular de autocuidado?

55 respostas



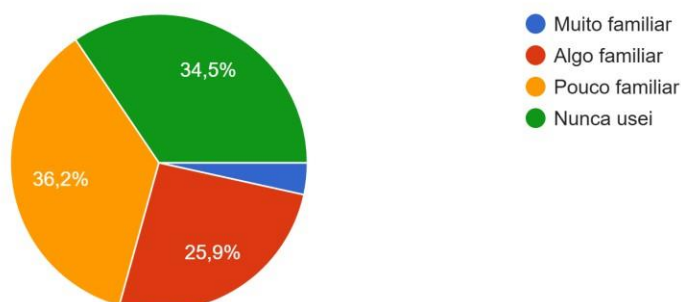
Você utiliza alguma ferramenta digital (app, website) para auxiliar nas práticas de autocuidado?
Sim / Não (Se sim, quais e o que você gosta ou não gosta nelas?)

51 respostas



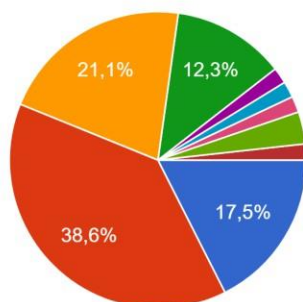
Qual é a sua familiaridade com aplicativos ou plataformas digitais voltadas para saúde mental e autocuidado?

58 respostas



Quais funcionalidades você considera essenciais em um aplicativo voltado para o monitoramento da saúde mental?

57 respostas



- Diário de humor
- Alertas de autocuidado
- Testes psicológicos
- Comunidade online
- Conexão com Deus
- Obter resposta de gente. Detesto robôs.
- Agenda com alarme lembrando a atividade que tem que fazer
- Não sei
- Nenhuma realmente essencial

Quais desafios ou necessidades você sente que não estão sendo atendidos pelas soluções atuais de saúde mental?

38 respostas

Crises de pânico

Acessibilidade.

Educação e ética social

Disponibilidade

A interação é baixa atualmente

Não pensei a respeito

Pergunta não se aplica

O fato de ter que estar conectado pode ser um empecilho

Organização do tempo

- **B. Roteiro de Entrevista:** Entrevista feita com base na apresentação do protótipo de alta-fidelidade para o stakeholder. Foi uma entrevista impessoal e usada para testar a implementação de ideias e funcionalidades do projeto. Usei uma ferramenta de inteligência artificial para me ajudar a “refazer” essa entrevista, devido a falta de documentação momentânea da entrevista (por que achei que não se encaixava no momento, por ser algo impessoal).

Roteiro de Entrevista com Juliana Raulino (Stakeholder)

Participantes:

- Entrevistador: Luca Cordella.
- Entrevistada: Juliana Raulino (Stakeholder - Psicóloga).

Duração:

- 30 - 60 minutos de entrevista/reunião.

Início:

Luca: Oi Ju, tudo bem? Obrigado por reservar esse tempo comigo.

Juliana: Tudo ótimo, Luca! Fico feliz em ajudar. Como anda o desenvolvimento do projeto?

Luca: Quero ouvir seu feedback sobre o que já desenvolvemos no Serenità e entender como podemos aprimorar para atender melhor aos usuários.

Juliana: Perfeito, estou curiosa para ver os progressos e dar minhas sugestões.

Contextualização:

Luca: Nosso objetivo é ajudar jovens a monitorar o humor e praticar autocuidado. Você poderia resumir em poucas palavras como vê essa proposta?

Juliana: Acho essencial—muitos estudantes sofrem em silêncio. O Serenità pode ser uma ferramenta prática para incentivar o autocuidado diário e dar suporte nos momentos de crise.

Luca: Como você, psicóloga, imagina que usaria ou recomendaria o Serenità para seus pacientes ou conhecidos?

Juliana: Eu recomendaria o diário de humor como complemento às sessões, para que eles registrem sentimentos entre encontros e possamos discutir padrões nos atendimentos.

Usabilidade e Fluxos:

Luca: Quando você fez o login e viu o Dashboard, qual foi sua reação inicial?

Juliana: Achei bem organizado e clean, mas senti falta de um tutorial rápido que mostre onde clicar primeiro.

Luca: O processo de registrar humor e sintomas está claro? Em que momento você poderia sentir dificuldade?

Juliana: Em geral sim, mas o botão “Salvar” poderia ficar mais evidente — precisei olhar duas vezes para encontrá-lo.

Luca: As abas de Tendências, Autocuidado e Comunidade estão fáceis de acessar? Se não, o que mudaria?

Juliana: A aba de Comunidade ficou um pouco escondida atrás do menu; talvez um ícone mais destacado ajude.

Funcionalidades e Necessidades Clínicas:

Luca: Os quizzes de ansiedade e estresse fornecem um panorama rápido? O feedback foi útil?

Juliana: Sim, mas seria interessante incluir uma breve explicação sobre o que cada pontuação significa, para dar contexto ao usuário.

Luca: Os lembretes de autocuidado e exercícios guiados fazem sentido para aplicar em uma sessão? O que faltou?

Juliana: As animações de respiração são ótimas; talvez incluir um lembrete personalizável por horário aumente o engajamento.

Luca: Em situações de crise, como você avalia o Modo Emergência? Quais melhorias sugeriria?

Juliana: É fundamental — eu só colocaria um botão de atalho mais visível, talvez em vermelho, e a opção de ligar direto para um contato de confiança.

Design e Experiência:

Luca: Você se sente confortável com o tema escuro e as cores atuais? Alguma sugestão?

Juliana: Gosto do contraste, mas o texto de certas legendas está um pouco claro demais; aumentaria ligeiramente o peso da fonte.

Luca: Os botões estão chamando atenção no momento certo? Tem alguma animação que deixaria a experiência melhor?

Juliana: A animação de hover nos botões é legal; talvez adicionar um leve som ou vibração (no mobile) quando completar uma tarefa torne a interação mais satisfatória.

Encerramento:

Luca: Qual o principal ponto que você levantaria para mudarmos primeiro?

Juliana: Destacaria o botão “Salvar” no registro de humor e a legenda nos gráficos — essas são mudanças rápidas e de grande impacto.

Luca: Posso te enviar um resumo e marcamos um check-in em duas semanas para validar?

Juliana: Claro, vou adorar ver como as alterações foram implementadas.

Luca: Obrigado, Ju! Seu apoio é essencial para o Serenità evoluir do jeito certo.

Juliana: Eu que agradeço, Luca! Estamos juntos nesse projeto.

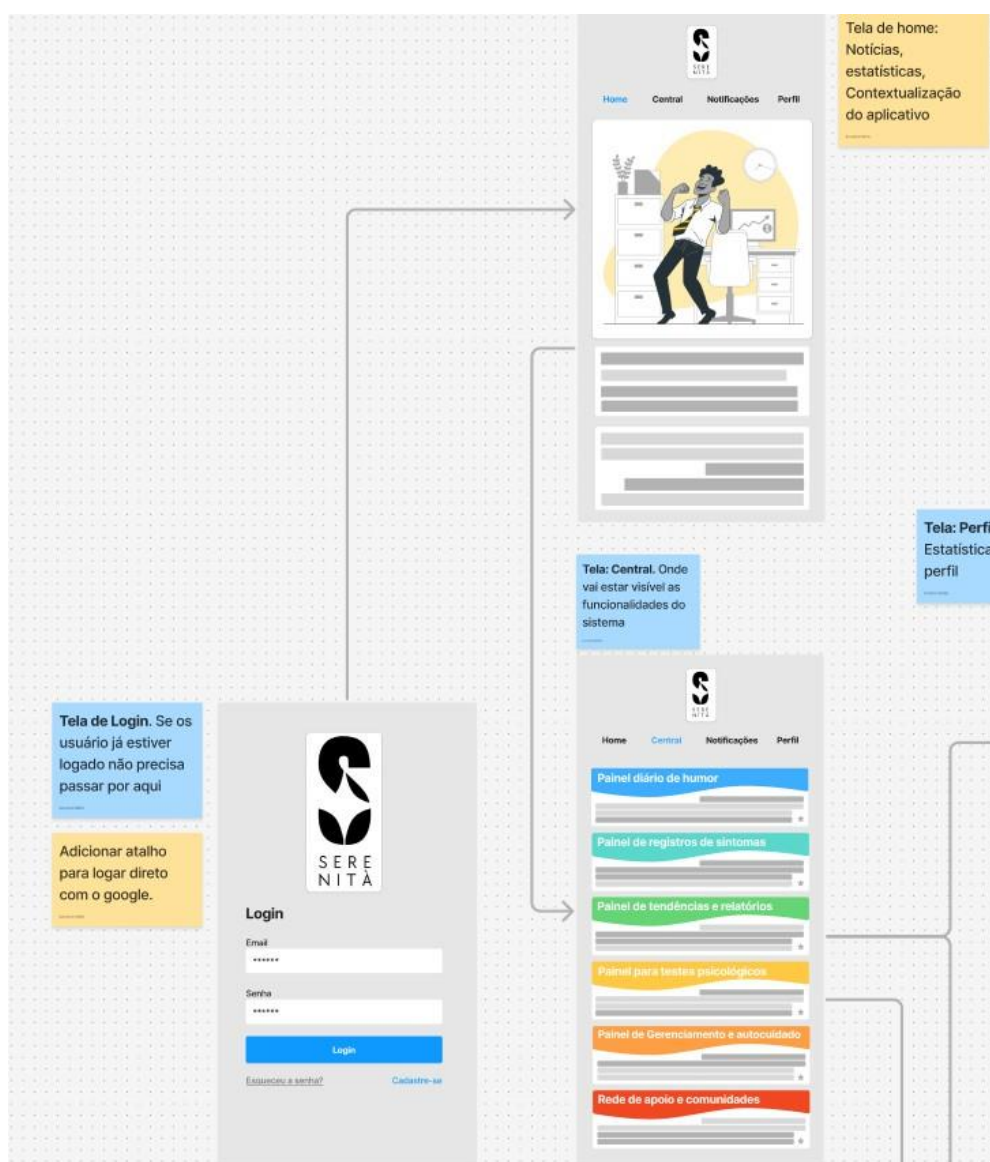
- **C. Protótipo**

Baixa Fidelidade:

<https://www.figma.com/board/LDCBPR0Jz721etm4GXQ4bf/Prot%C3%B3tipo-do->

Projeto?node-id=0-1&p=f&t=MJ2WRHMZz6mWKJDy-0

Obs.: Não foi totalmente desenvolvido por motivos de seguimento do projeto. Como iniciamos a fase de desenvolvimento e de protótipo de alto nível, acabou que não conclui o protótipo de baixa fidelidade, o que posso atualizar em outro momento, mas acho que dando seguimento ao projeto, fica tudo mais atualizado, incluindo as documentações.




Tela: Esqueceu a senha?

Esqueceu a senha?

Notificação que o código foi enviado


Notificação que o código foi enviado

← Voltar



Digite seu email para criar uma nova senha

Envie o email




Tela de Cadastro

Tela de Cadastro

Notificação que o cadastro foi feito, cadastro a partir do google? (Sim)

Notificação que o cadastro foi feito, cadastro a partir do google? (Sim)

← Voltar



Nome

Luca

Sobrenome

Cordelia

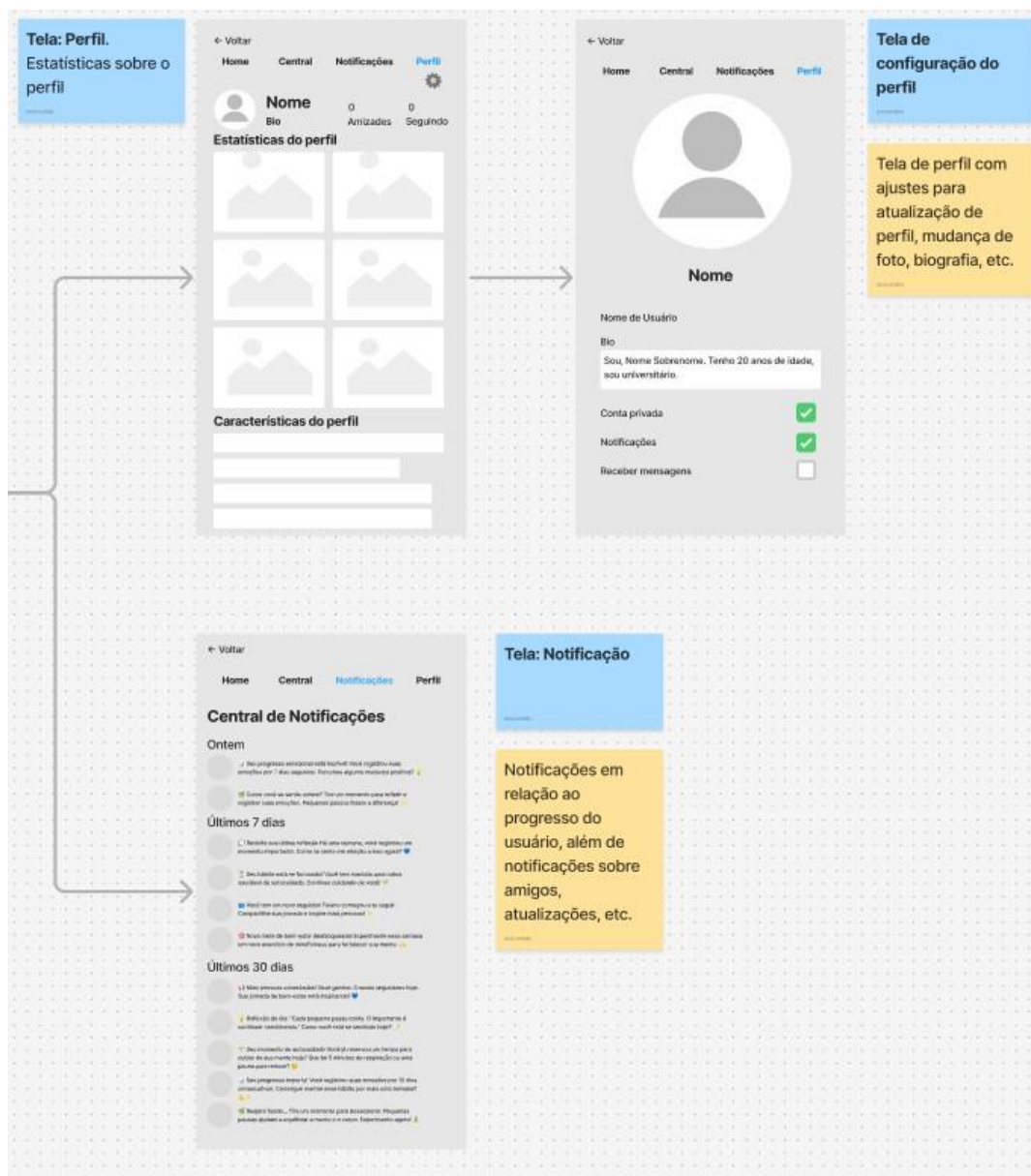
Email

*****@gmail.com

Senha

Reescreva a senha

Cadastre



Protótipo de Alta Fidelidade:

-> **Link do repositório no Github:** <https://github.com/LucaCordella/Serenita-app?tab=readme-ov-file>

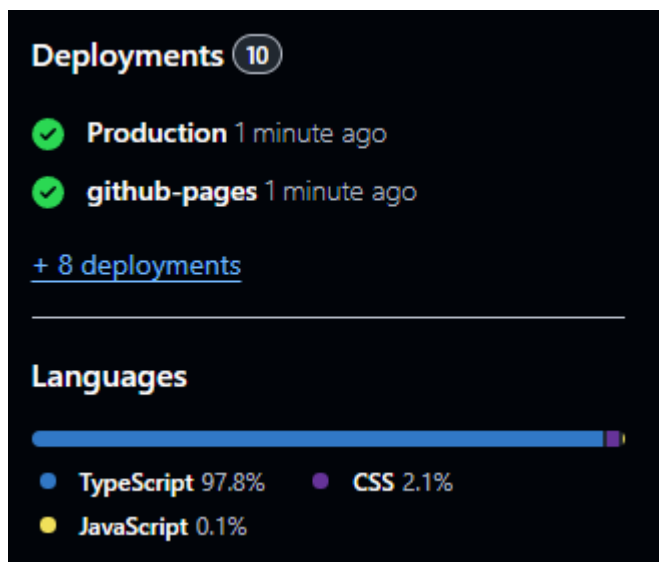
Obs.: Precisei criar um repositório somente para isso, mas adicionei parte do readme de explicação que está no repositório principal. Acho legal ter criado outro repositório por que serve como forma de testes de desenvolvimento para no futuro eu subir tudo de uma vez para o repositório principal.

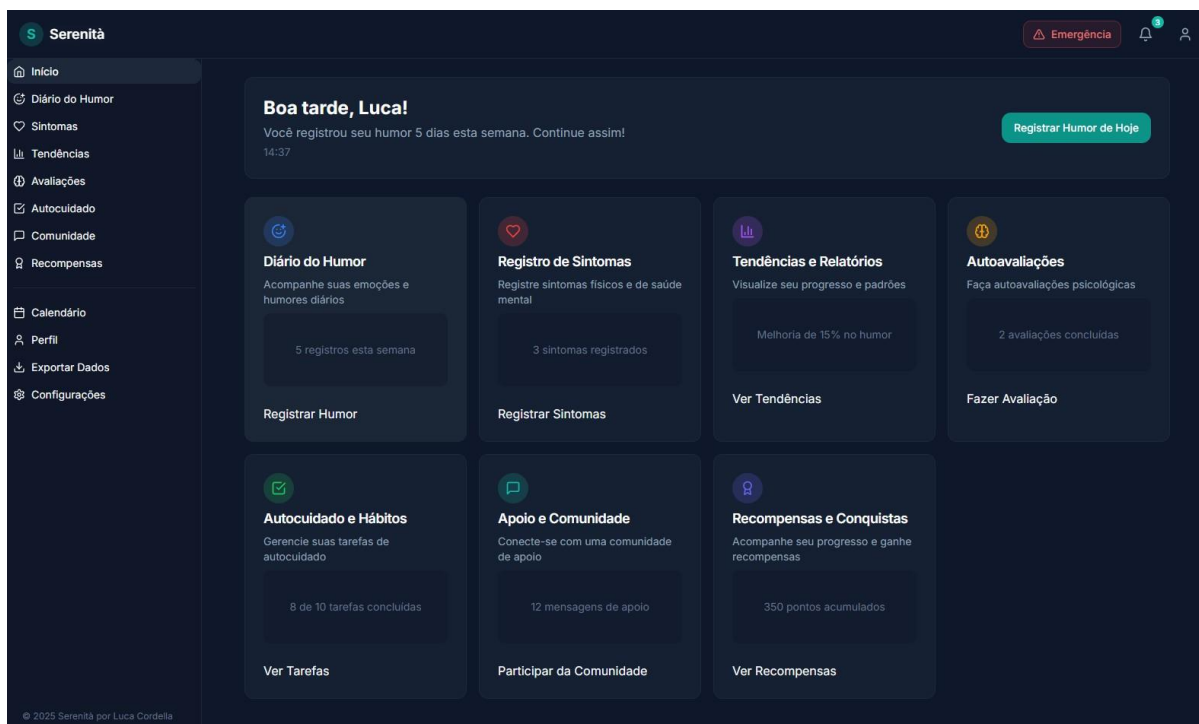
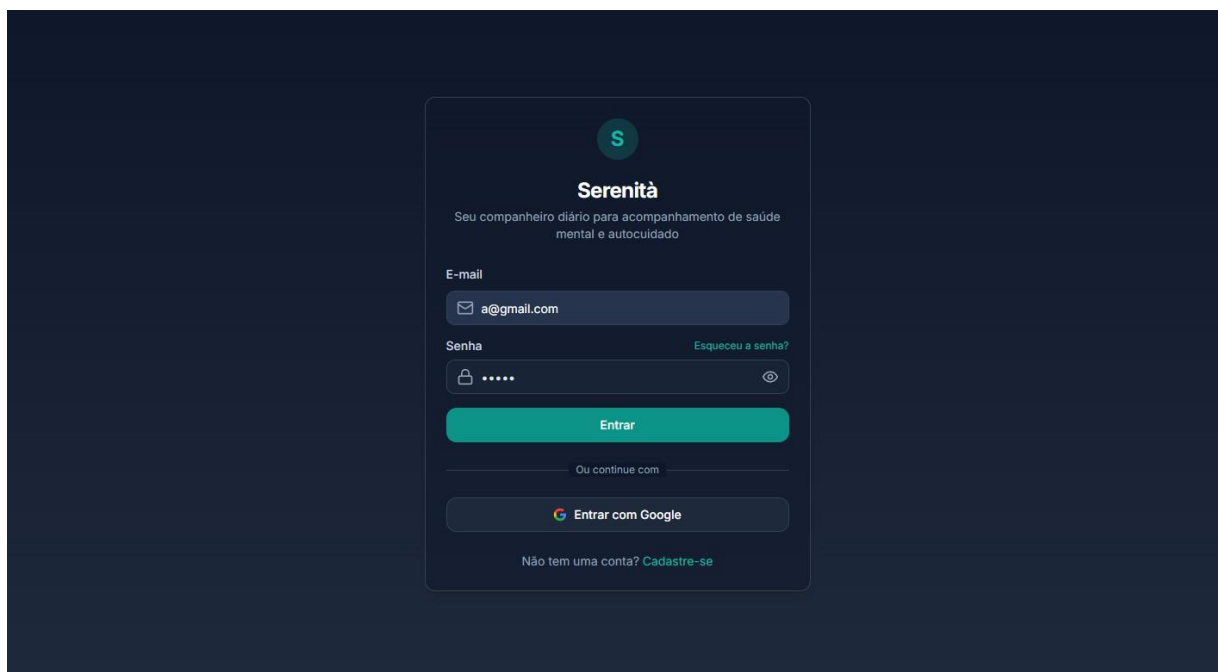
-> **Link do Github Pages** (precisei usar ia para ajustar o código e me ajudar para fazer o upload dos arquivos para o github, além de usar o vercel para versionar os códigos): v0-serenita-project.vercel.app

-> **LINK PRINCIPAL:** v0-serenita-project.vercel.app

-> **Orientações para o uso do site:** Você vai ser encaminhada primeiro para a página de login, pode usar um email e senha fictício: usuário: a@gmail.com | senha: 123. Depois disso você vai entrar no nosso site e vai ver o que estamos construindo, tem algumas funcionalidades que não foram implementadas, mas como sabemos esse apenas é um protótipo de alta-fidelidade, então o restante do desenvolvimento está por vir.

-> **Segue imagens do protótipo:**





S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Diário do Humor

Acompanhe e monitore seus humores e emoções diários

Novo Registro

Humor de Hoje

Como você está se sentindo agora?

Bom

Nível do Humor: 4/5

BaixoAlto

Observações (opcional)

Como você está se sentindo hoje? O que está em sua mente?

Salvar Registro de Humor

Registros Recentes

Seu histórico de humor da semana passada

Hoje

9:15

Me sentindo energético após uma boa noite de sono

Ontem

20:30

Dia neutro, nada especial

Ontem

10:00

Estressado com prazo de trabalho

17 Mai

21:45

Ótimo dia! Terminei um grande projeto

© 2025 Serenità por Luca Cordella

S Serenità

Emergência

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Registro de Sintomas

Acompanhe e monitore seus sintomas físicos e de saúde mental

Registrar Novos Sintomas

Registrar Sintomas

Histórico

Rastreador de Sintomas

Registre seus sintomas e sua gravidade

Nome do Sintoma

Ansiedade

+

Categoria

Físico

Mental

Sono

Energia

Outro

Gravidade

Muito Leve

Moderado

Muito Grave

Observações (opcional)

Adicione detalhes adicionais sobre seus sintomas...

Cancelar

Salvar Sintomas

S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Registro de Sintomas

Acompanhe e monitore seus sintomas físicos e de saúde mental

Registrar Novos Sintomas

Registrar Sintomas

Histórico

Histórico de Sintomas

Seus registros de sintomas da semana passada

Últimos 7 dias

Filtrar

Hoje 9:15

Físico

Dor de cabeça

Energia

Fadiga

Acordei com dor de cabeça, possivelmente devido ao sono ruim

Ontem 20:30

Mental

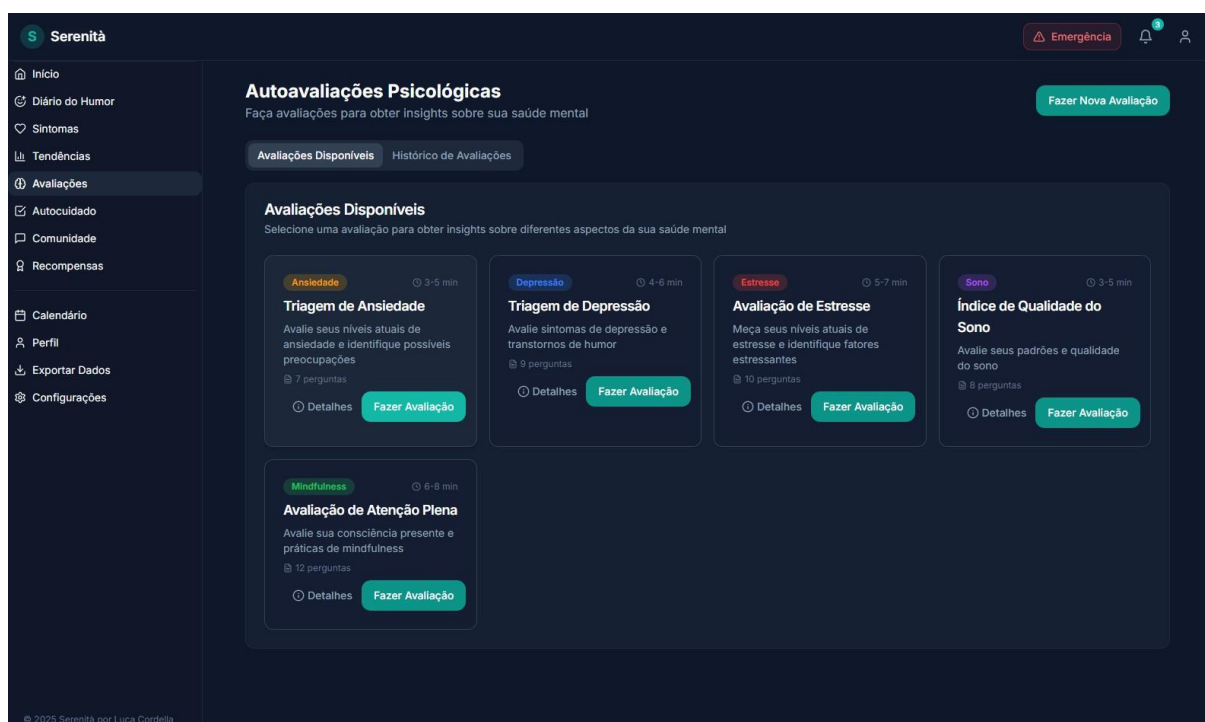
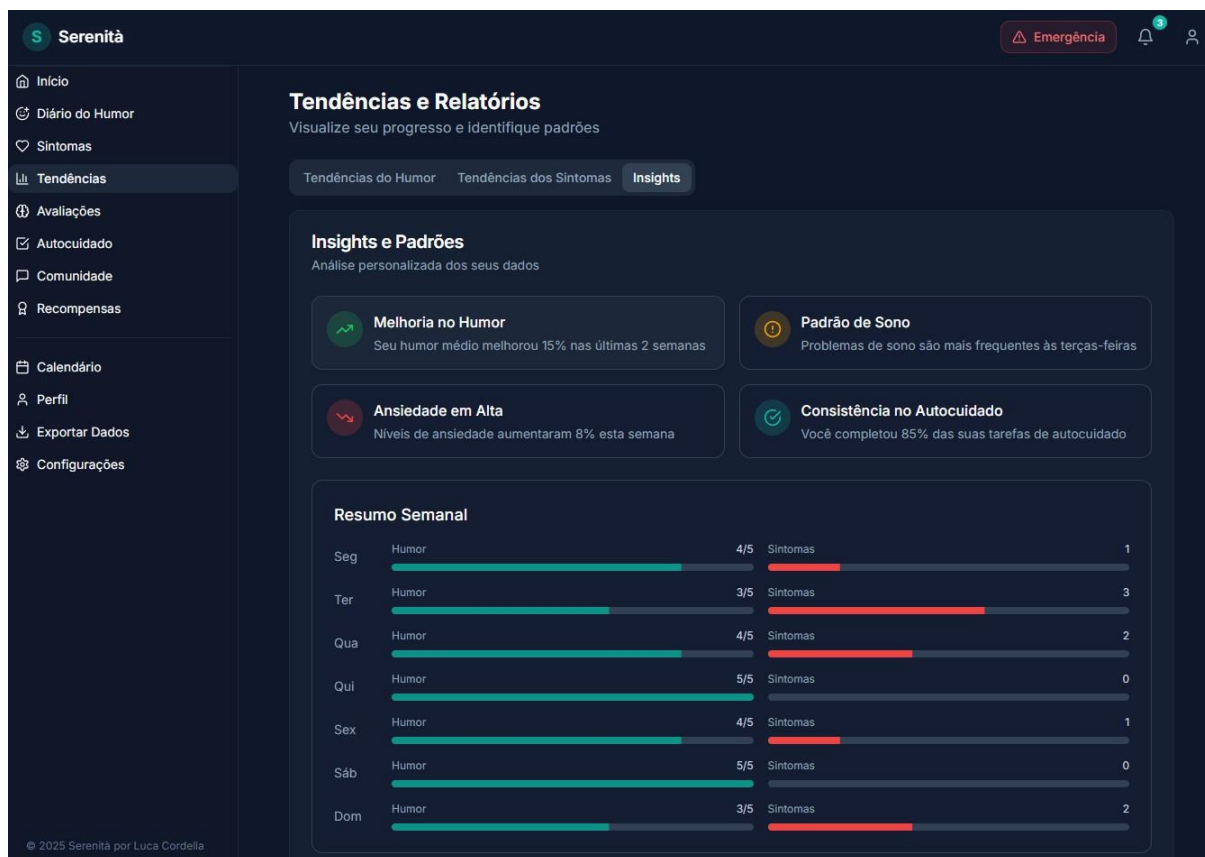
Ansiedade

Grave

Mental

Inquietação

Moderado



S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Autoavaliações Psicológicas

Faça avaliações para obter insights sobre sua saúde mental

Fazer Nova Avaliação

Avaliações Disponíveis

Histórico de Avaliações

Histórico de Avaliações

Revise os resultados de suas avaliações anteriores e acompanhe seu progresso

Últimos 30 dias

Exportar Resultados

Ansiedade

Triagem de Ansiedade

Hoje

Pontuação: 8/21

Sintomas leves de ansiedade

Ver Detalhes

Depressão

Triagem de Depressão

3 dias atrás

Pontuação: 6/27

Sintomas mínimos de depressão

Ver Detalhes

© 2025 Serenità por Luca Cordella

S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Autocuidado e Hábitos

Gerencie suas tarefas de autocuidado e exercícios guiados

Adicionar Nova Tarefa

Tarefas Diárias

Exercícios Guiados

Tarefas de Autocuidado

Acompanhe suas atividades diárias de autocuidado

30 Minutos de exercício físico.

+

✓

10 minutos de meditação

Mental

Ler por 20 minutos

Mental

Ligar para um amigo

Social

Dormir 8 horas

Físico

✓

Praticar gratidão

Mental

✓

Limitar redes sociais a 30 minutos

Mental

4 de 8 tarefas concluídas

50% completo

© 2025 Serenità por Luca Cordella

ceub.br | Setor Comercial Sul, Quadra 01, Edifício União, CEP: 70.300-901, Brasília - DF • 3966-1201

S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Autocuidado e Hábitos

Gerencie suas tarefas de autocuidado e exercícios guiados

Adicionar Nova Tarefa

Tarefas Diárias

Exercícios Guiados

Exercício de Respiração

Reserve um momento para respirar e relaxar

Técnica de Respiração 4-7-8

Inspire por 4 segundos, segure por 7 segundos, expire por 8 segundos

05:00

Inspire lentamente pelo nariz...

Duração: 5 min

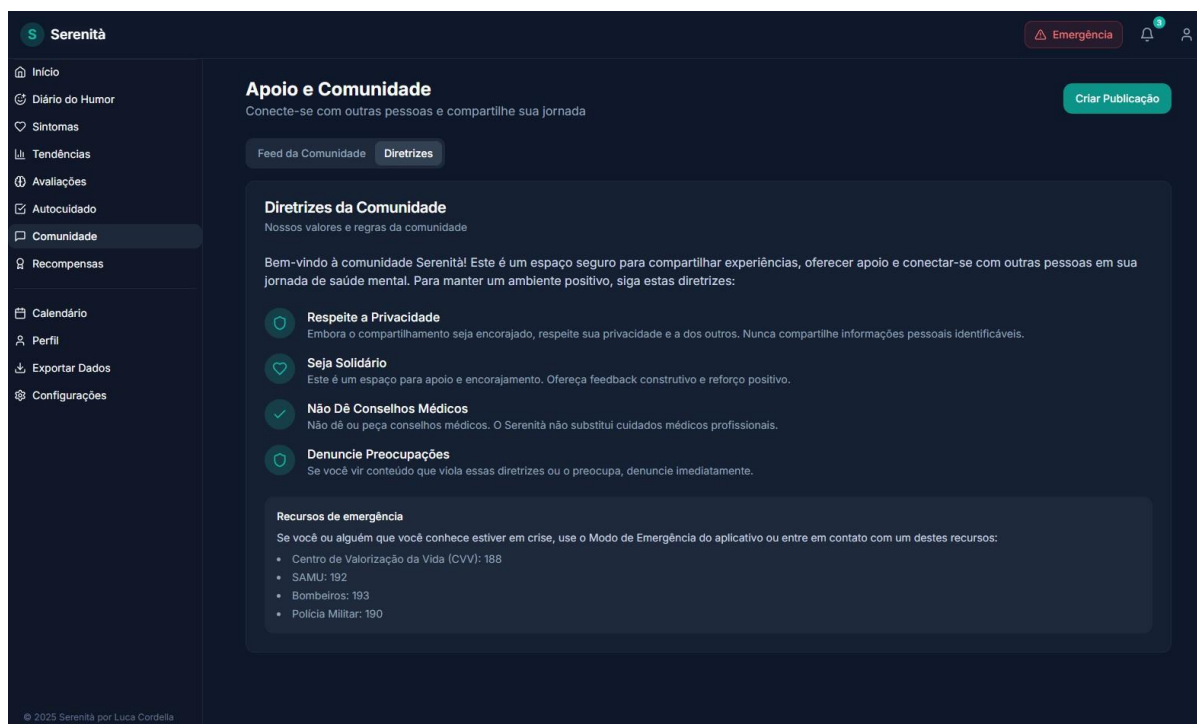
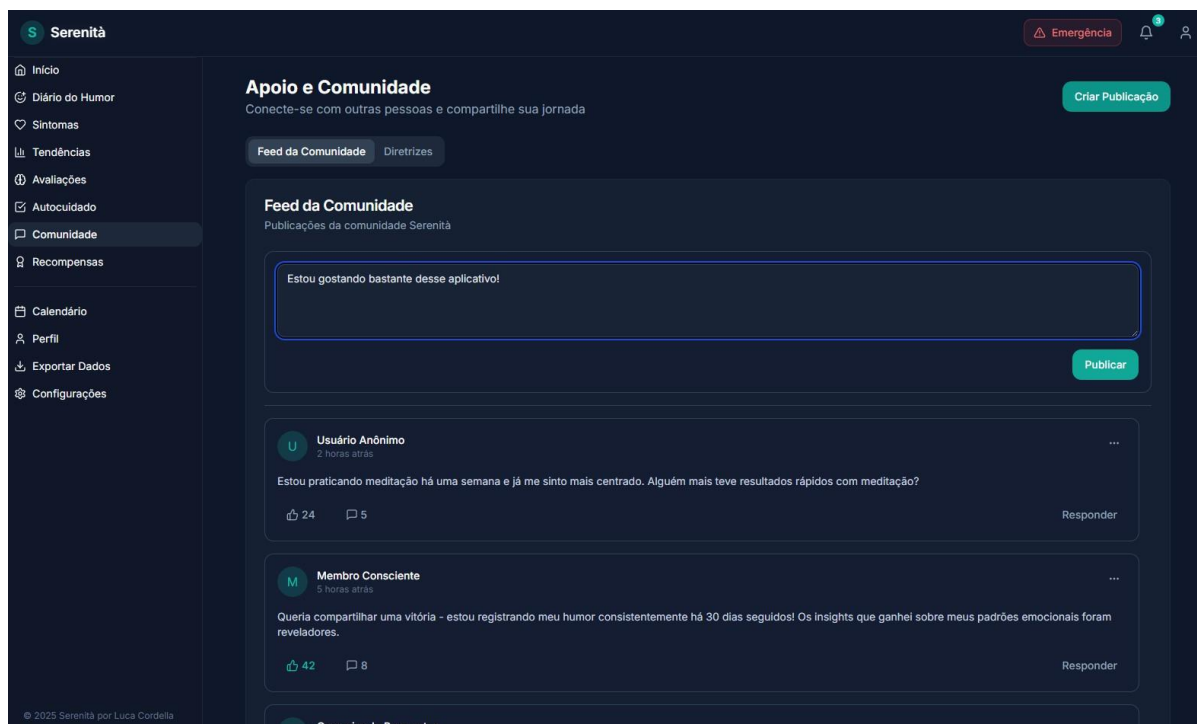
Progresso: 0%

Iniciar

Reiniciar

© 2025 Serenità por Luca Cordella

ceub.br | Setor Comercial Sul, Quadra 01, Edifício União, CEP: 70.300-901, Brasília - DF • 3966-1201



S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Recompensas e Conquistas

Acompanhe seu progresso e ganhe recompensas pela sua jornada de autocuidado

Resgatar Pontos

Seu Progresso

Você ganhou 350 pontos este mês

350

Pontos

7

Dias Seguidos

5

Conquistas

Recompensas Disponíveis

Conquistas

Recompensas Disponíveis

Resgate seus pontos por essas recompensas para celebrar seu progresso

Personalização

200 pontos

Tema Personalizado

Desbloqueie um tema personalizado para seu app Serenità

Resgatar Recompensa

Conteúdo

300 pontos

Pacote de Meditação

Desbloqueie meditações guiadas premium

Resgatar Recompensa

Recurso

500 pontos

Análises Avançadas

Desbloqueie insights detalhados e análise de tendências

Bloqueado

Social

150 pontos

Emblema Digital

Mostre seu progresso com um emblema compartilhável

Resgatar Recompensa

Personalização

250 pontos

Fundos Premium

Desbloqueie belos fundos relaxantes

Resgatar Recompensa

Premium

1000 pontos

Consulta com Especialista

Consulta de 30 minutos com um especialista em bem-estar

Bloqueado

© 2025 Serenità por Luca Cordella

S Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Recompensas e Conquistas

Acompanhe seu progresso e ganhe recompensas pela sua jornada de autocuidado

Resgatar Pontos

Seu Progresso

Você ganhou 350 pontos este mês

350

Pontos

7

Dias Seguidos

5

Conquistas

Recompensas Disponíveis

Conquistas

Suas Conquistas

Acompanhe seu progresso e desbloqueie conquistas conforme usa o Serenità

Campeão da Consistência

Registre seu humor por 7 dias seguidos

+50 pontos

Acompanhamento

Progresso

100%

Explorador de Insights

Complete 3 autoavaliações psicológicas diferentes

+75 pontos

Avaliações

Progresso

100%

Rastreador de Sintomas

Registre sintomas por 10 dias

+50 pontos

Acompanhamento

Progresso

100%

© 2025 Serenità por Luca Cordella

S Serenità

Emergência

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Calendário

Gerencie seus compromissos e lembretes

+ Novo Evento

Junho 2025

Dom

Seg

Ter

Qua

Qui

Sex

Sáb

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12

Próximos Eventos

Seus próximos compromissos

Consulta com Psicólogo

14:00

Consulta

Lembrete: Exercício de Respiração

09:00

Lembrete

Registrar Humor

20:00

Tarefa

Consulta com Psicólogo

14:00

Consulta

Avaliação de Ansiedade

10:00

Tarefa

© 2025 Serenità por Luca Cordella

S

Serenità

Emergência

3

Início

Diário do Humor

Sintomas

Tendências

Avaliações

Autocuidado

Comunidade

Recompensas

Calendário

Perfil

Exportar Dados

Configurações

Perfil

Gerencie as configurações e preferências da sua conta

Visão Geral

Configurações

Visão Geral do Perfil

Suas informações de perfil e estatísticas

100

Luca Cordella

Membro desde maio de 2025

Sequência de 7 dias

42

Registros de Humor

87

Tarefas Concluídas

7

Sequência Atual

5

Conquistas

Conquistas

Campeão da Consistência

Registre seu humor por 7 dias seguidos

100%

Superstar do Autocuidado

Complete 50 tarefas de autocuidado

75%

Mestre da Atenção Plena

Complete 10 exercícios de respiração

60%

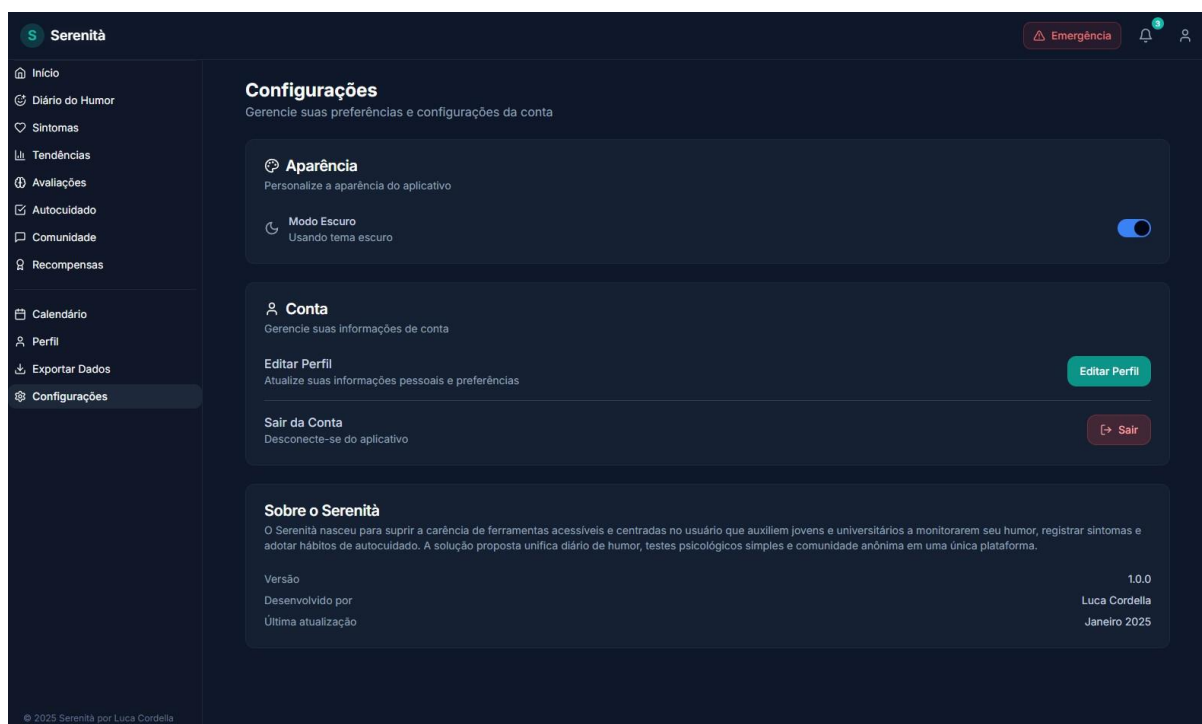
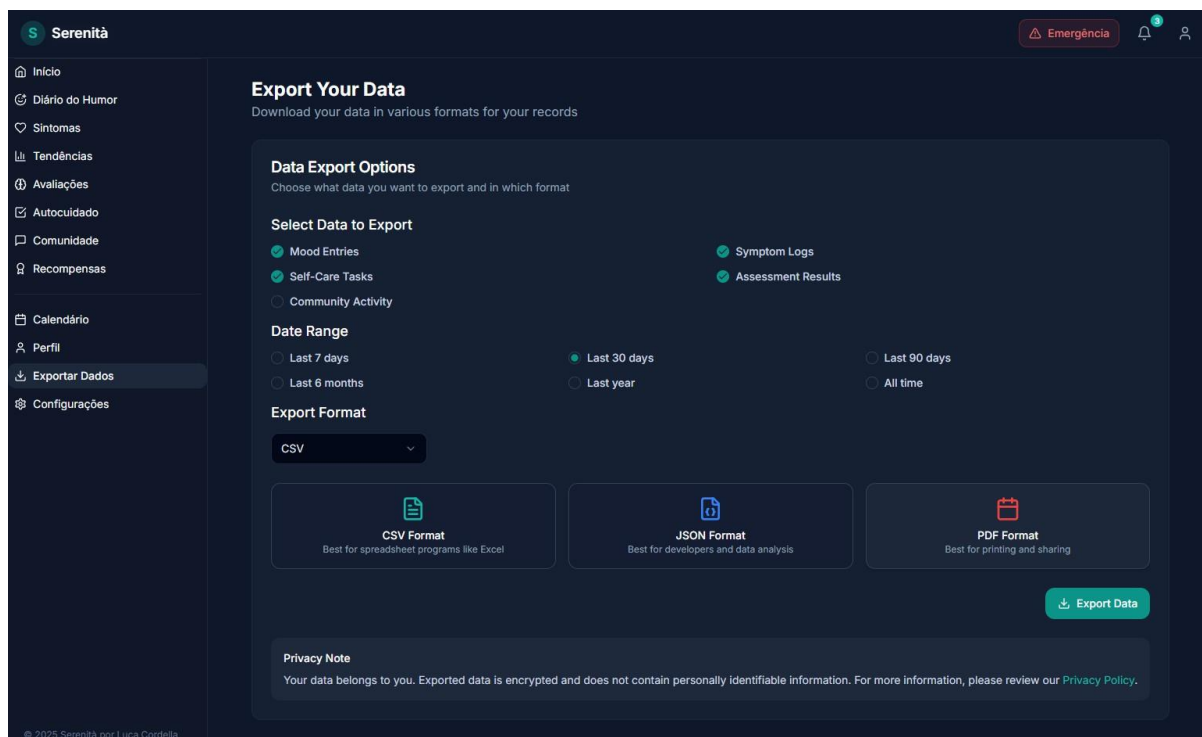
Contribuidor da Comunidade

Faça 5 comentários de apoio na comunidade

40%

© 2025 Serenità por Luca Cordella

ceub.br | Setor Comercial Sul, Quadra 01, Edifício União, CEP: 70.300-901, Brasília - DF • 3966-1201



7. Restante da documentação do projeto (orientação da professora).

Diagramas:

- **Diagrama Espinha de Peixe:**

Este Canvas pode ser utilizado com ferramenta digital (exemplo: Miro ou Mural) ou impresso e recomendado: tamanho A3

Disponível em: www.gim-ga.com

Copyright© 2020-PMG-Ga. All Rights Reserved

Versão 1.1

- **Diagrama de caso de uso:**

- **Diagrama de classe:**

- **Diagrama de Atividade:**



- **Requisitos Funcionais e não funcionais:**

Requisitos Funcionais e Não Funcionais

- Funcionais (o que o sistema deve fazer):

Cadastro/Login de usuários;

Página principal: onde vão ter todas ferramentas e funcionalidades que o usuário vai precisar (no caso tudo que está nos requisitos de alto nível);

Página principal com todos os atalhos para acessar as diversas funcionalidades do sistema.

Painel de Monitoramento da Saúde Mental onde dentro vai ter o diário de humor, registros de sintomas, tendências e relatórios e testes psicológicos;

Painel diário de humor.

Painel de registros de sintomas.

Painel de tendências e relatórios.

Painel para testes psicológicos.

Painel de Gerenciamento e autocuidado para tarefas e hábitos saudáveis, técnicas de relaxamento e recomendações personalizadas;

Painel para tarefas e hábitos saudáveis.

Painel para técnicas de relaxamento.

Painel para recomendações personalizadas.

Painel para rede de apoio e comunidades;

Aba para a página de apoio.

Aba para a página de comunidades

Bloqueio com senha ou biometria;

Modo emergência;

Exportação de dados;

Sistema de recompensas;

- Não Funcionais (qualidade e desempenho do sistema):

Interface responsiva e acessível;

Segurança e privacidade dos dados;

Tempo de resposta: As páginas e funcionalidades devem carregar em até 3 segundos;

Escalabilidade: O sistema deve ser capaz de atender a um grande número de usuários

simultaneamente;

Processamento de dados: relatórios e gráficos devem ser gerados rapidamente, sem prejudicar a experiência do usuário;

Acessibilidade: Atender às diretrizes de acessibilidade (ex.: WCAG 2.1), garantindo que pessoas com deficiências (visual, motora, etc.) consigam utilizar a ferramenta;

Responsividade: Interface funcional (desktop, tablet, smartphone);

Conformidade Legal: Seguir regulamentações de proteção de dados, como LGPD (Brasil) ou GDPR (Europa), garantindo que os dados dos usuários sejam tratados com confidencialidade;

Backup e Recuperação: Procedimentos automatizados de backup e planos de recuperação em caso de falhas ou perda de dados

Código Modular e Documentado: Estrutura de código bem definida e comentada para facilitar futuras manutenções e expansões;

Testabilidade: Implementação de testes automatizados (unitários, integrados e de interface) para garantir a qualidade e a estabilidade do sistema.

Logs e Monitoramento: Implementação de ferramentas para registrar atividades do sistema e monitorar performance, facilitando a identificação e resolução de problemas.

Suporte ao Usuário: Disponibilizar canais de suporte (chat, e-mail, FAQs) para auxiliar os usuários em caso de dúvidas ou dificuldades.

- **Análise de Negócios do projeto Serenità:**

Análise de Negócios

Cenário Atual: O cenário atual da saúde mental no Brasil apresenta desafios significativos, mas também avanços importantes em termos de conscientização, autocuidado e acompanhamento.

O Brasil lidera em casos de ansiedade no mundo e ocupa a primeira posição em depressão na América Latina. A pandemia de COVID-19 intensificou esses problemas, com cerca de 34% da população relatando sentimentos de angústia, especialmente entre jovens abaixo de 35 anos. (gov.br)

Objetivo do Projeto: Esse projeto é muito importante por conta do objetivo dele, quero ao máximo ajudar quem eu conseguir por meio desse projeto, vejo que quanto mais o tempo passa mais pessoas se encontram e situações difíceis envolvendo a saúde mental e seu autocuidado. Esse site/aplicativo, vai servir para mostrar a essas pessoas que mesmo online vão ter um braço direito para ajudar nessas situações difíceis.

Benefícios Esperados: Redução do estresse, autoconhecimento, apoio psicológico acessível.

Stakeholders: Citando pelo início do meu projeto os envolvidos nesse projeto vão ser:

Profissionais de Saúde Mental: Psicóloga Juliana Raulino.

Instituições Acadêmicas: Centro Universitário de Brasília (CEUB), Universidade de Brasília (UNB).

Comunidade e Pacientes: Indivíduos que serão diretamente beneficiados pelo projeto, cujas necessidades e feedback são cruciais para o sucesso da iniciativa.

Mídia e Veículos de Comunicação: Canais que podem auxiliar na divulgação do projeto.

Requisitos de Alto Nível: Principais Funcionalidades.

Monitoramento da Saúde mental:

Diário de Humor: O usuário seleciona seu estado emocional diário com emojis ou com uma escala de humor.

Registro de Sintomas: Espaço para anotar sentimentos, pensamentos ou eventos impactantes.

Tendências e Relatórios: Gráficos que mostram a evolução emocional ao longo do tempo.

Testes Psicológicos Simples: Questionários curtos baseados em escalas psicológicas (ex.: ansiedade, estresse, depressão).

Gerenciamento e Autocuidado:

Tarefas e Hábitos Saudáveis: Checklist de pequenas ações diárias para o bem-estar (ex.: beber água, fazer pausas, respirar fundo).

Técnicas de Relaxamento: Meditações guiadas, exercícios de respiração e dicas para momentos de crises. (Vou buscar canais de meditações para uma possível pareceria para vídeos. Dicas para momentos de crises com a ajuda da Psicóloga Juliana Raulino).

Recomendações Personalizadas: Sugestões de atividades baseadas no humor do usuário (ex.: ouvir música, escrever, sair para caminhar).

Mapeamento e Conexões:

Rede de Apoio: Opção para listar contatos de confiança e recursos úteis (ex.: números de emergência, psicólogos próximos).

Comunidade: Espaço anônimo para compartilhar experiências ou receber mensagens motivacionais. Para que o usuário não se sinta sozinho e saiba que a maioria das pessoas também estão passando por situações parecidas.

Segurança e Privacidade:

Bloqueio com Senha ou Biometria: Proteção dos registros do usuário.

Modo Emergência: Atalho rápido para contatar ajuda profissional ou um contato de confiança.

Exportação de Dados: Usuário pode baixar um relatório para levar a um psicólogo.

Extra:

Gamificação: Sistema de pequenas recompensas por manter o acompanhamento regular (ex.: Alguma parceria com a universidade em relação a notas ou horas extras...)

IA: Ainda não tenho certeza nem muito conhecimento, mas qualquer ideia de inteligência artificial para agregar ao projeto pode ser crucial.

- **Licenças do projeto:**

Serenidade está licenciado sob CC BY-NC-ND 4.0© 2 por Luca Cordella

Este trabalho está licenciado sob CC BY-NC-ND 4.0. Para ver uma cópia desta licença, visite

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>© 2 por L

Este trabalho está licenciado sob CC BY-NC-ND 4.0

8. Referências Bibliográficas

- <https://chatgpt.com/> (Usado para a estruturação do roteiro de entrevista, por conta da falta de documentação no momento que foi realizado, usei colocando tópicos comentados na reunião com o stakeholder, ideias da reunião e o que aconteceu, outro contato novamente com o stakeholder).
- Figma – Protótipo (baixa fidelidade): <https://www.figma.com/>
- [Repositório de Documentação](#)
- [Site Oficial da Organização Mundial da Saúde \(OMS\)](#)
- [Ministério da Saúde \(gov.br\)](#)
- [Documento do Projeto Serenità \(PDF\)](#)
- <https://www.devmedia.com.br/artigo-engenharia-de-software-3-requisitos-nao-funcionais/9525>
- <https://br.creativecommons.net/licencas/>
- <https://www.lucidchart.com/blog/pt/modelos-e-exemplos-de-diagramas-uml>
- <https://vercel.com/lucacordellas-projects>
- <https://pages.github.com/>
- <https://softdesign.com.br/blog/prototipo-baixa-e-alta-fidelidade/>

