

## **Proyecto: Sentio – Calendario de Sentimientos**

**Descripción del proyecto:** Sentio es una aplicación web diseñada para que las personas puedan registrar y visualizar su estado de ánimo de manera diaria. A través de un calendario interactivo y un sistema de notas personales, los usuarios podrán llevar un seguimiento de sus emociones, identificar patrones a lo largo del tiempo y recibir frases motivadoras.

El proyecto está orientado a personas que estén transitando procesos terapéuticos, pero también a cualquier persona interesada en el autocuidado emocional. La aplicación incluye herramientas didácticas, estadísticas personalizadas y una sección de ayuda con contactos de emergencia.

**Objetivo general:** Desarrollar una aplicación web que permita a los usuarios registrar, visualizar y analizar sus emociones diarias, fomentando la autoconciencia y brindando recursos útiles para el bienestar emocional.

### **Objetivos de Sentio:**

1. Implementar un calendario interactivo que muestre los estados de ánimo diarios mediante colores y caritas.
2. Permitir al usuario cargar notas diarias asociadas a cada emoción.
3. Generar visualizaciones estadísticas sobre las emociones predominantes en diferentes períodos (mensual, trimestral, anual).
4. Proporcionar frases motivadoras personalizadas según el estado de ánimo registrado.
5. Incluir una sección de herramientas informativas para promover el bienestar emocional.
6. Incorporar una sección de ayuda con contactos de emergencia y la posibilidad de registrar un contacto cercano.
7. Ofrecer la opción de exportar el calendario y las estadísticas en formato PDF.
8. Implementar un sistema de registro y login para asegurar la privacidad y el seguimiento personalizado.
9. Diseñar la aplicación con una interfaz amigable y accesible.

### **Requisitos iniciales:**

1. Visualización de un calendario con registro de estados de ánimo.
2. Carga rápida de emociones mediante caritas y colores.

3. Registro de notas diarias.
4. Generación de gráficos estadísticos por mes y año.
5. Frases motivadoras automáticas según el estado de ánimo.
6. Sección de tips y herramientas para mejorar el bienestar.
7. Sección de ayuda con contactos de emergencia y redes de apoyo.
8. Posibilidad de exportar datos en PDF.
9. Sistema de registro y autenticación de usuarios.
10. Privacidad garantizada con opción de compartir datos exportados.

#### Propuesta de funcionalidades adicionales:

- Sistema de logros para motivar el uso continuo.
- Opción de vincularse con un amigo/pareja para compartir el estado de ánimo.
- Herramientas dinámicas como una ruleta de actividades relajantes.

Un avance del diseño de interfaz en figma

