Guía de definición del proyecto  
  
Overthinking

Versión 0.2

Elaborado por:

Alexandra Guadalupe Adelfa Oreza Mendicuti

Noé Alejandro Gonzales Bautista

Shannon Sen Perdomo

Jorge Alberto Chi León

Contenido

[Introducción 2](#_Toc290629430)

[Contenido 2](#_Toc290629431)

[Conclusiones 9](#_Toc290629432)

# Introducción

Este documento presenta una descripción estructurada sobre el comportamiento completo del sistema “Overthinking” basándose en la plantilla proporcionada por el profesor Victor Hugo Menéndez Domínguez. En el cual se resaltan la justificación, los beneficios, las funcionalidades y el plan de la investigación.

# Contenido

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
| Propósito | Construir una aplicación de apoyo emocional a los estudiantes de la Universidad Autónoma de Yucatán (UADY) para que puedan encontrar o proveer motivación por medio del sistema. Dirigido a los estudiantes de la Facultad de Matemáticas de la Universidad Autónoma de Yucatán. |
|  |  |
| Justificación | La situación actual, debido al COVID-19 ocasiono el aislamiento de todas las personas, problemas intrafamiliares e incluso estrés dentro del ámbito académico.  Este problema que sucede durante las epidemias según el reporte del Comité de Salud Mental de la Secretaría de Salud causa el aumento de problemas de salud mental. Entre dichos problemas la UNESCO destacó como principales manifestaciones emocionales la ansiedad, angustia, depresión, desconfianza, irritabilidad e impotencia.  Tania Barbudo Segura, responsable del área de Psicología asegura que 7 de cada 10 pacientes que solicitan una consulta con profesionales de la UUIS de San José Tecoh, lo hacen por padecer 3 de las principales manifestaciones emocionales depresión, angustia y ansiedad.  Con todo lo relacionado anteriormente podemos hacer un listado de las consecuencias que nos hacen recapacitar más sobre cómo lograr evitarlas.   * Problemas de rendimiento escolar.   Lo anterior recae mucho en los estudiantes afectando negativamente su desempeño académico (dificultad para pensar, tomar decisiones).   * Problemas físicos   Se encuentran problemas físicos (dolor de espalda, cabeza y gastritis). Hay varias explicaciones por las que un elevado estado de emocionalidad negativa puede tener consecuencias para la salud.  Al experimentar ira, tristeza, ansiedad o depresión de manera intensa, tienden a producirse cambios de conducta que hace que abandonemos hábitos saludables.   * Problemas sociales   Estos problemas pueden ser captados muy fácilmente por las personas debido al cambio brusco en la personalidad del individuo, puede ir desde la dificultad de expresar sus sentimientos hasta la irritabilidad que puede mostrar debido a sus problemas.  Esta situación es bastante complicada debido a que, en ocasiones, estas emociones son compartidas a otros individuos dentro del área social de la persona. |
| Beneficios | Los beneficios del proyecto se enlistarán a continuación:   * **Acceso al CAE:** Los administradores de la aplicación obtienen el acceso de comunicar cualquier suceso extraño dentro de la aplicación, quiere decir, situaciones en donde el estudiante muestre un comportamiento de riesgo. En caso de que se comunique, el CAE le estipulara al estudiante un psicólogo personal. * **Mejor salud emocional:** Debido a la motivación que dará la aplicación a través de las variables frases, el estudiante podría mejorar su salud emocional debido al aumento de su confianza y en casos extremos podría tener una examinación otorgada por personas profesionales, en este caso el CAE (Centro Académico Estudiantil). * **Beneficio en el rendimiento escolar:** Los estudiantes al tener más autoconfianza, su capacidad reflexiva y critica aumentarían, ocasionando un mejor ámbito escolar.   **Disminución de los problemas físico:** No pueden evitarse todos los problemas físicos en el ser humano, pero si estos están involucrados dentro de los problemas de salud mental como el caso de la gastritis ocasionada por estrés, esta situación puede disminuir, originando una mejor calidad de vida al estudiante. |
| Funcionalidades | Los usuarios podrán crear y buscar frases dependiendo de su estado de ánimo y situación en la que se encuentran.  Usuarios:   * **Crear Usuario:** El sistema le permitirá al estudiante crear su cuenta con su correo electrónico universitario. * **Eliminar Usuario:** El sistema le permitirá al estudiante eliminar su cuenta. * **Buscar frase:** Al usuario se le permitirá buscar frases de ánimo a través de una serie de preguntas de opción múltiple o etiquetas.   + **Cuestionario**: Permitirá al estudiante contestar un cuestionario de opción múltiple donde se evaluarán los problemas que tiene cada estudiante, dando como resultado una frase basada en la selección automática de las etiquetas en base al cuestionario.   + **Etiquetas**: Permitirá al estudiante hacer una selección de etiquetas, dando como resultado una frase basada en ellas. * **Crear frase:** Al usuario se le permitirá crear una frase y seleccionar las etiquetas que el considere adecuadas. * **Eliminar frase:** Al usuario se le permitirá eliminar alguna de sus frases.   Administradores:   * **Verificación de frases**   + **Alta de frases:** Se le permitirá al administrador dar de alta una frase aprobada por él.   + **Baja de frases:** Se le permitirá al administrador dar de baja a una frase que no considere adecuada. * **Reporte:** El sistema mandará un reporte (basado en el cuestionario y etiquetas) al administrador de los posibles estudiantes en riesgo. * **CAE apoyo:** El sistema le permitirá al administrador mandar un mensaje al CAE de la UADY para determinar si el estudiante necesita tratamientos o apoyo. |
| Requerimientos | *Anexo*  **Anexado documento Word llamado: ERS.docx** |
| Perfiles de Usuario | PERFIL 1. Estudiante de FMAT ***Tipo de usuario***: Usuario primario.  ***Edad***: 17-32 años (Promedio 22).  ***Género***: 55.19% Hombres.  ***Educación***: Bachillerato.  ***Puesto de trabajo***: Puede variar.  ***Localización***: Mérida, Yucatán.  ***Títulos***: Estudiante universitario FMAT, alumno de la facultad de matemáticas.  ***Nivel de experiencia***: n/a.  ***Horas de trabajo***: Varia.  ***Experiencia tecnológica***: Intermedia-superior.  ***Tecnología disponible***: Dispositivos móviles, PC, laptop, tableta, televisión y consolas de videojuegos.  ***Actitud***: Inclinación hacia la tecnología.  ***Limitaciones***: El estudiante puede no contar con suficiente tiempo.  ***Errores críticos***: Ambiente tóxico en la aplicación. PERFIL 2. Administrador ***Tipo de usuario***: Usuario secundario.  ***Edad***: 20+ años.  ***Género***: Varia.  ***Educación***: Varia.  ***Puesto de trabajo***:Recolecta datos, verifica y monitorea la actividad en el sistema.  ***Localización***: Predomina Mérida, Yucatán; pero puede variar a los alrededores.  ***Títulos***: Administrador.  ***Nivel de experiencia***: Puede variar.  ***Horas de trabajo***: 6-8 hrs.  ***Experiencia tecnológica***: Intermedia-superior. Lo suficiente para estar al pendiente de notificaciones y poder realizar la comunicación con el CAE.  ***Tecnología disponible***: Dispositivos móviles, PC, laptop.  ***Actitud***: Indiferente hacia la tecnología, pero dispuestos a aprender.  ***Limitaciones***: Poca experiencia en el manejo administrativo.  ***Errores críticos***: Mala supervisión, negligencia del sistema. |
| Personas | PERSONA 2. Francisco Jiménez ***Edad***: 20  ***Sexo***: Hombre.  ***Puesto de trabajo***: n/a  ***Horas de trabajo***: n/a  ***Educación***: Bachillerato, inglés básico, Lic. Ing. de Software (7º semestre).  ***Localización***: Mérida.  ***Ingreso***: n/a  ***Interacción con tecnología***: Francisco se siente cómodo con sus dispositivos, pasa la mayor parte de su día en su celular o su computadora y, por ende, está muy al pendiente de sus redes sociales; ocasionalmente utiliza una tableta de dibujo, y su casa cuenta con varios dispositivos inteligentes.  ***Limitaciones***: Francisco suele saltarse instrucciones, por lo que a veces tarda en descubrir cómo funcionan algunas cosas; como procrastinador, también suele hacer cosas “*a la carrera*” y pocas veces se siente motivado.  ***Familia***: Francisco es hijo único, actualmente vive con sus padres, aunque no se siente muy apegado a ellos, y su perro.  ***Hobbies***: Disfruta de realizar ilustraciones en píxel art, realizar ediciones de video para ellos y subirlos a sus redes sociales, tocar el piano, jugar videojuegos y ser parte de diversos *fandoms* de videojuegos y otros tipos de media (de los cuales ocasionalmente hace ilustraciones).  ***Metas***: Francisco desea poder graduarse de la carrera que ha elegido después de cambiarse de licenciatura, con ello también sueña poder crear su propio videojuego.  Quiere aprender mandarín y ruso para poder visitar esos países cuando viaje por el mundo.  Desea en algún momento conocer a alguien de quien se enamore y pueda casarse, no planea tener hijos, pero no está reacio a la idea.  Actualmente quiere independizarse de sus padres antes de que termine sus estudios de carrera. PERSONA 2. Andrea Martínez ***Fotos de stock gratuitas de adentro, adulto, agenteEdad***: 23  ***Sexo***: Mujer.  ***Puesto de trabajo***: n/a  ***Horas de trabajo***: n/a  ***Educación***: Bachillerato, inglés básico, Lic. Enseñanza de las Matemáticas (4º semestre).  ***Localización***: Caucel.  ***Ingreso***: n/a  ***Interacción******con tecnología***: Andrea siempre había utilizado el ordenador que su familia tenía, pero cuando entró a la carrera sus padres le compraron una iMac para que estudie. Aunque tiene dos años con la computadora, solo conoce las funciones básicas de las aplicaciones que la máquina trae predeterminadamente; tiende a googlear las funciones que no conoce, aunque raramente se las aprende.  ***Limitaciones***: El uso prolongado de cualquier aparato electrónico le causa resequedad en los ojos, suele confundir las funciones de algunas aplicaciones o las utiliza incorrectamente. Ella se considera una mujer independiente y tiende a no querer hablar de sí misma.  ***Familia***: Andrea es hija única de padres divorciados; actualmente vive con su mamá y sus abuelos; visita a su papá cada 3 días.  ***Hobbies***: Jardinería, descubrir cafeterías y practicar patinaje artístico.  ***Metas***: Andrea desea abrir su propio negocio de tutorías para alumnos de nivel primaria y secundaria. Sueña con escribir y publicar un artículo sobre técnicas de educación modernas y antiguas. También le gustaría ver florecer un aro gigante (flor cadáver) al menos una vez en su vida, vivir con sus amigos y un automóvil. PERSONA 3. Isaac Reyes ***Fotos de stock gratuitas de abrazar, abrazo, acurrucarseEdad*:** 29  ***Sexo*:** Hombre.  ***Puesto de trabajo***: Practicante de sistemas en Exel Solar S.A.P.I. de C.V.  ***Horas de trabajo***: 6hrs  ***Educación***: Bachillerato, inglés avanzado, Lic. en Ciencias de la Computación (8º semestre).  ***Localización***: Mérida.  ***Ingreso***: $180 diarios  ***Interacción con tecnología***: Isaac suele cambiar de celulares al menos una vez al año para permanecer actualizado, cuenta con su propia laptop y en su trabajo le proporcionan un ordenador para trabajar; recientemente ha estado pensando en armar su propia PC.  ***Limitaciones***: Debido a su horario, en el cual debe estudiar, trabajar y pasar tiempo con su familia, Isaac puede no tener suficiente tiempo libre.  ***Familia***: Isaac es casado y tiene una hija de 2 años; tiene un hermano y una hermana menor, quien aún vive con sus padres.  ***Hobbies***: Ver videos en YouTube, pasar tiempo con su esposa e hija y visitar a su familia los fines de semana.  **Metas**: Isaac se considera un hombre sencillo, pero si desea armar la PC de sus sueños. Desea poder obtener un mejor trabajo para poder consentir a su hija; desea verla crecer en alguien exitosa y llevar a su familia de viaje a donde quieran. |
| Escenarios | Escenario 1. Búsqueda por cuestionario. Francisco se siente muy estresado últimamente por estar encerrado en su casa por la cuarentena y porque su profesor de administración le ha dejado muchas tareas consecutivas sin descanso. Al haber escuchado de la aplicación *Overthinking* decide buscar motivación a través de las palabras de otras personas. No sabe muy bien que es lo que está buscando, pero aun así espera resultados.  Francisco al entrar, como no tiene un perfil, decide crear una cuenta para tener una mejor experiencia buscando frases personalizadas en la página web.  Una vez iniciada sesión Francisco decide buscar una imagen, pero como es la primera vez que usa la página, ve un botón que dice “Búsqueda recomendad” y decide seleccionarlo.  Al cargar una página tipo encuesta, Francisco se desplaza en la página y como no ve demasiadas preguntas, decide contestarlas. Después de haber contestado las preguntas, la pantalla mostró una motivacional personalizada de acuerdo con sus características especificadas. Escenario 2. Búsqueda por etiquetas. Andrea siente que en su semestre le ha ido muy mal y ha comenzado a pensar que no es lo suficientemente buena para su carrera. Un día su amigo le habló de cómo se sentía respecto a su carrera, a lo cual ella respondió que tampoco estaba muy segura de sí misma.  Unos pocos días después, el mismo amigo le envió un mensaje con un enlace a la página de *Overthinking* diciéndole que, si no confiaba en sí misma, quizá los comentarios de otras personas la pudieran ayudar de manera anónima. Sin tener nada que perder, Andrea decide probar la página.  Ella no tiene una cuenta, pero fácilmente logra ver dónde crear una. Afortunadamente la UADY proporciona un correo, el cual Andrea usa para crear su cuenta. Al cargar la página ella ve una nube de ideas que atrae su atención, entre las palabras mostradas encuentra “*fracaso*” y decide seleccionarla.  La siguiente página carga y se le muestran varias frases relacionadas con la etiqueta seleccionada.  Andrea ve que varias personas se han sentido como ella y tienen comentarios o frases muy reconfortantes. Pensando que *Overthinking* fue muy fácil de usar, decide volver a entrar otro día. Escenario 3. Creación de frases. Isaac ha estado durante algunos años estudiando en su Facultad, ha presenciado lo estresante y retador que puede llegar a ser la rama de estudios en la que participa, por lo que, un día que por fin encuentra un poco de tiempo libre, decide revisar una página web de la cual ha escuchado hablar recientemente: “Overthinking”.  Isaac al entrar a la página pronto se da cuenta de la naturaleza de la aplicación, por lo que se plantea dejar un poco de su experiencia de deseos de superación para poder inspirar a personas que la estén pasando feo.  Como no tiene un perfil, decide crear una cuenta para poder publicar una frase de su autoría.  Una vez iniciado sesión, Isaac procede a buscar la opción de creación de frases, encontrando en poco tiempo el botón “Creación de frases” y lo selecciona.  Al cargar la página, se le presentan las herramientas de creación de frases. Isaac comienza escribiendo su frase para después seleccionar 3 etiquetas que él considera representantes del mensaje que quiere mandar y luego selecciona un color de fondo para esta. Finalmente, presiona el botón de finalizar para crear su frase.  Tras carga la siguiente página, se le muestra a Isaac un mensaje de éxito al crear su frase y otras frases similares a la suya.  Isaac cierra la aplicación con una sonrisa sincera y sigue con su día, sabiendo que va a subirle el ánimo a otras personas eventualmente. |
| Trabajos relacionados | UNESCO, U., (2020, Diciembre), COVID-19: Problemas sociales y psicológicos en la pandemia, Noticia, Disponible en: [https://es.unesco.org/news/covid-19-problemas-sociales-y-psicologicos-pandemia#:~:text=Pandemia%20y%20vulnerabilidades&text=Ella%20constituye%20una%20situaci%C3%B3n%20disruptiva,de%20bienes%2C%20o%20del%20empleo](https://es.unesco.org/news/covid-19-problemas-sociales-y-psicologicos-pandemia).  UADY, U., (2020, Noviembre), Detectan secuelas psicológicas por confinamiento, Boletín de Prensa, Disponible en: <https://www.uady.mx/noticia/detectan-secuelas-psicologicas-por-confinamiento-uady>  Ayala, G., (2020, Octubre), Depresión en México tras confinamiento por covid, Noticiam Disponible en: <https://www.milenio.com/especiales/depresion-en-mexico-tras-confinamiento-por-covid>  Angeles, M. A., (2009, Marzo), Schedule and Cost Summary Calculator, Página Web, Disponible en: <https://konigi.com/tools/schedule-and-cost-summary-calculator/>  DATA México, D.U., (2020, Marzo), Universidad Autónoma de Yucatán, Página Web, Disponible en: https://datamexico.org/es/profile/institution/universidad-autonoma-de-yucatan?comparisionGenderSelector1=academicGender0&enrollmentGrowthSelector2=studentsOption0&higherEducationSelector1=academicUpper11&statusGenderSelector1=academicGender0&statusGrowthSelector1=studentsOption0&statusYearSelector1=yearAniuesAvailable1 |
| Plan de investigación | * **Instrumento**: Google Forms. * **Técnica de educción:** Encuesta. * **Proceso para definir la información requerida**: El proceso para definir la informaciónfue investigar individualmente sobre las características de las manifestaciones emocionales que destacaban durante la epidemia. Esta información sería necesaria para poder relacionarla con vivencias comunes de los estudiantes dentro del ámbito académico. De esta forma se preguntarían y se descubriría cual de todas las distintas manifestaciones destacaríamos como etiquetas dentro de nuestra aplicación para poder atacarlas y erradicarlas. También se agregaron algunas preguntas que nos serían de apoyo para el diseño de la aplicación. * **Análisis de los resultados:** Una vez obtenido los resultados de las 25 encuestas, pudimos notar que la mitad de los encuestados estaba en desacuerdo con la nueva modalidad de clases en línea e incluso el 40% de alumnos perdieron la motivación de su carrera debido a la modalidad. Notamos que, durante el rendimiento universitario, el 50% se estresaba durante la realización de actividades universitarias por tener la incertidumbre de la respuesta, al igual que sienten tensión a pesar de sacar calificaciones altas. Nos percatamos que el 72% de los estudiantes se sienten preocupados por situaciones cotidianas que antes no les importaban y debido a esto tienen problemas para conciliar el sueño e incluso dificultades para concentrarse en las clases en línea. Más del 80% se agotaba durante la ejecución de actividades universitarias. De igual forma Salto a la vista la irritabilidad de los estudiantes, dando que 60% de ellos se molestaba con la presencia de las personas mientras estaban concentrados y el 90% se molestaba por no saber la respuesta de un examen.   Las preguntas más relacionadas con nuestra aplicación resulto en que más del 56% había utilizado alguna aplicación motivacional y la relacionamos con situaciones universitarias como el caso de las frases que los profesores de la facultad agregaban en los exámenes, donde también los encuestados dieron el punto bueno. El 60% de ellos quieren ayudar a motivar a las personas a través de las frases. Dentro del diseño observamos que la mayoría se agobiaba con las frases que tienen entre 30-80 palabras e incluso cuando las palabras eran mínimas entre 2-5 palabras. Contribuyendo al diseño, los estudiantes destacaron dos funcionalidades, agregar reacciones dentro de las frases, tener una sección para frases top y solamente una persona odio tener extensa variedad de temas, por último, agregamos 5 paletas de colores en donde los estudiantes votaron sus favoritas y las tomamos muy en cuenta para interfaces establecidas. |
| Plan de actividades | *Anexo.*  **Anexado en el Excel llamado: Calendario de actividades y diagrama de Gantt.** |

# Conclusiones

Este proyecto busca solucionar las consecuencias principales del aislamiento, problemas intrafamiliares y problemas en el ámbito universitario ocasionadas por la epidemia actual por medio de una aplicación de soporte emocional solo para alumnos de la Facultad de Matemáticas de la Universidad Autónoma de Yucatán, este soporte será dado gracias a las frases emotivas que serán construidas por los alumnos y administradores de la facultad. En los beneficios esperamos una mejor salud emocional por parte de nuestros compañeros que ir mejorando a lo largo del tiempo gracias a la colaboración del CAE, los cuales estipularan al estudiante un psicólogo profesional. El calendario nos servirá para poder organizar todos los procesos que realizaremos durante el desarrollo de la aplicación, también nos servirá para el costo de horas por trabajador y se agregará el extra de los recursos que utilizaremos durante el tiempo de trabajo. El modelo de cascada fue empleado para clasificar el calendario de actividades y reciclado para los costos y recursos, en donde utilizamos la plantilla de horarios y costos de Konigi (Se encuentra referenciado), dentro de la plantilla establecimos el costo/hora del trabajador y los recursos, dando un total de $432,517.50 pesos y $144,172.50 de ganancias. Respecto a las cuestiones abiertas, aún tenemos pendientes por realizar como es el caso de la generación de bocetos de la interfaz de usuario y la revisión de los escenarios (se agregó solamente una persona con su perfil y escenario correspondiente).