

## PROJETO DE UM APLICATIVO MÓVEL PARA APOIO AO ACOMPANHAMENTO E TRATAMENTO DE ANSIEDADE

*Érica Dallastra<sup>1</sup>; Kauli Miranda Sabino<sup>2</sup>; Marcos Emanuel Santos da Silva<sup>3</sup>; Maria Helena Adriano<sup>4</sup>; Daniel de Andrade Varela<sup>5</sup>; Rodrigo Ramos Nogueira<sup>6</sup>;*

### RESUMO

O ser humano está sendo forçado a absorver um excesso de informação, responder e reagir com ela, encaixá-la no seu cérebro e não conseguem, porque não há tempo para o fazer, sendo estes um dos principais motivos do transtorno de ansiedade estar sendo considerada a doença do século. Este artigo apresenta o projeto de uma aplicação que tem como objetivo mitigar o efeito do transtorno de ansiedade por intermédio de um software. O aplicativo aplicará conceitos de gamificação, com uma dinâmica simplificada, através de seu avatar que mostra a evolução do usuário em como está lidando com a doença.

**Palavras-chave:** Saúde-Mental; Monitoramento; Autoajuda.

### INTRODUÇÃO

Na sociedade atual os transtornos mentais estão cada vez mais ganhando destaque, devido ao aumento no número de casos de pessoas com essa óbice psíquica. Em uma entrevista à VEJA (2019), um dos portadores do transtorno define sua relação com a ansiedade com abas de um navegador de internet: “É

---

<sup>1</sup>Érica Dallastra (Técnico em Informática), IFC – Campus Camboriú. E-mail: dallastraerica@gmail.com

<sup>2</sup>Kauli Miranda Sabino (Técnico em Informática), IFC – Campus Camboriú. E-mail: kaulisabino27@gmail.com

<sup>3</sup>Marcos Emanuel Santos da Silva (Técnico em Informática), IFC – Campus Camboriú. E-mail: marcao.ia18@gmail.com

<sup>4</sup>Maria Helena Adriano (Técnico em Informática), IFC – Campus Camboriú. E-mail: marya.hellena01@gmail.com

<sup>5</sup>Daniel de Andrade Varela, Prof. Orientador IFC – Campus Camboriú. E-mail: daniel.varela@ifc.edu.br

<sup>6</sup>Rodrigo Ramos Nogueira, Prof. Orientador IFC – Campus Camboriú. E-mail: rodrigo.nogueira@ifc.edu.br

como se o cérebro fosse uma aba de navegador que tivesse várias abas abertas e você tiver processando todas elas ao mesmo tempo, por mais que tente focar em uma só, elas te distraem elas ocupam a memória e deixam o computador mais lento”.

Cerca de 90% dos suicídios tem como principal causa os distúrbios mentais, a Organização Mundial de Saúde (OMS) relatou em suas pesquisas que dentre as diversas disfunções no funcionamento da mente a mais presentes era a depressão, sendo encontrada em 36% das vítimas. No que se refere à ansiedade, o Brasil carrega o inglório título de campeão mundial do transtorno de ansiedade: segundo a OMS, quase 10% da população convive com a doença, bem acima do Paraguai, o segundo colocado, com 7,6%. No mundo todo, o diagnóstico se aplica a 264 milhões de pessoas.

As pessoas que sofrem com esses distúrbios, comumente receiam pedir ajuda e não serem compreendidas, ou até mesmo de sofrer uma exclusão por meio do corpo social, isolando-se, assim forcejando sozinhas pela doença. Segundo DOS SANTOS (2017), os aplicativos eletrônicos vêm se firmando como polêmico objeto de pesquisa, não somente como banco de dados, no mesmo projeto reporta a análise do emprego das tecnologias de informação e comunicação para idosos com sintomatologia depressiva, atendidos por programas de saúde

Dado esse mal em ascensão, este artigo apresenta o escopo de projeto que tem como ênfase desenvolver um aplicativo para auxiliar na relação do usuário com seu nível de ansiedade a por meio de um avatar, considerando as respostas outorgadas pelo usuário.

## **PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

Este projeto teve seu início com a elaboração da fundamentação teórica, onde foi realizada pesquisa exploratória, bibliográfica e documental, através de

artigos, livros e reportagens on-line. Esta primeira etapa caracteriza esta pesquisa como pesquisa aplicada (MARKONI e LAKATOS, 2010).

Na etapa de desenvolvimento, o projeto será uma aplicação híbrida, tornando esta uma pesquisa tecnológica (JÚNIOR et al, 2014). O projeto tem a produção feita com HTML5, CSS e JavaScript, assim podendo assim usufruir do *framework Apache Cordova*.

Para desenvolvimento da parte prática do projeto será utilizado uma equipe de pesquisadores, será utilizada assim a metodologia SCRUM. No emprego da metodologia, os sprints tem a duração de no máximo 7 dias, e quando atingido o prazo do sprint será apresentado para toda equipe os avanços de cada integrante e a distribuição de novas metas para o próximo ciclo de SPRINTs.

## RESULTADOS ESPERADOS OU PARCIAIS

Até o momento o projeto encontra-se na etapa final de seu levantamento bibliográfico e está na fase de modelagem conceitual do software, tal como levantamento de requisitos.

O propósito do projeto é a diminuição dos impactos de distúrbios mentais da vida moderna (depressão, estresse, ansiedade, pânico etc), e vícios, trazendo mais qualidade de vida, e fazendo com que a doença impacte menos, aproximando a parte profissional ao paciente, e em casos de crises e ataques, obtendo assim maior tempo de resposta clínica se necessário.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse projeto tem como principal objetivo ajudar as pessoas que sofrem com transtornos de ansiedade, este projeto almeja o desenvolvimento de um aplicativo gamificado onde é esperado mais interação com o usuário, buscando manter sua atenção por mais tempo. Com sua aplicação se pretende trazer maior contato do usuário com a ajuda profissional.

O projeto encontra-se na fase de levantamento de requisitos e modelagem conceitual do software. As próxima etapa será a validação da proposta do aplicativo por intermédio de pesquisa com usuários e em um segundo momento será consultada para a melhor resolução do projeto e validação de conceitos, sendo o foco, profissionais da área da psicologia.

Tendo o escopo finalizado o escopo da aplicação será realizado o desenvolvimento da aplicação em si. Uma vez finalizado, acredita-se assim em uma melhora na vida do usuário que a cada dia lutará para vencer seu avatar.

## REFERÊNCIAS

DOS SANTOS, Thassyane Silva, et al. **Desenvolvimento de aplicativo para dispositivos móveis voltado para identificação do fenótipo de fragilidade em idosos.** Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, 2017, 20.1: 70-76.

ESTADÃO. **Brasil tem maior taxa de transtorno de ansiedade do mundo, diz OMS.** [2017]. Disponível em:

<<https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,brasil-tem-maior-taxa-de-transtorno-de-ansiedade-do-mundo-diz-oms,70001677247>> Acesso em: 12 jul. 2019.

FIRST, M. B. **Considerações gerais sobre a doença mental.** [20--?]. Disponível em

<<https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-cuidados-com-a-sa%C3%BAde-mental/considera%C3%A7%C3%B5es-gerais-sobre-a-doen%C3%A7a-mental>>. Acesso em 15 jul. 2019.

JUNIOR, Vanderlei Freitas et al. **A pesquisa científica e tecnológica.** Espacios, 2014, 35.9.

MARCONI, M. A.; Lakatos, E. M. (2010). **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisas, elaboração e interpretação de dados**. São Paulo: Atlas.

PFIZER. **MAIS de 90% dos casos de suicídio estão relacionados a transtornos mentais**. [20--?]. Disponível em:

<<https://www.pfizer.com.br/content/Maioria-dos-casos-de-suicidio-estao-relacionados-transtornos-mentais/>> Acesso em: 11 jul. 2019.

CORDOVA. **APACHE** CORDOVA. [20--?]. Disponível em  
<<https://cordova.apache.org/docs/en/9.x/index.html>>. Acesso em 15 jul. 2019.

VEJA. **Transtorno de ansiedade: O mal do século**. Disponível em  
<<https://veja.abril.com.br/videos/em-pauta/transtorno-de-ansiedade-o-mal-do-seculo/>>. Acesso em 15 jul. 2019.