

CENTRO PAULA SOUZA
ETEC Prof.^a MARIA CRISTINA MEDEIROS
Técnico em Informática para Internet Integrado ao Ensino Médio

Kauã Maia Aquino

DOCUMENTAÇÃO PSICOHELP

Ribeirão Pires
2021

Kauã Maia Aquino

DOCUMENTAÇÃO PSICOHELP

Trabalho da Documentação do Projeto PsicoHelp, apresentado na ETEC Prof. Maria Cristina Medeiros, no curso Técnico em Informática para Internet Integrado ao Ensino Médio, como parte dos requisitos para concluir a disciplina Planejamento e Desenvolvimento do Trabalho de Conclusão de Curso (TCC) em Informática Para Internet, orientado pela Prof. Cíntia Maria de Araújo Pinho

**Ribeirão Pires
2021**

DEDICATÓRIA

Dedico esse projeto a todos os professores que já passaram sobre a minha vida, meus pais, minha futura esposa, meus irmãos e meus amigos.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a instituição ETEC Prof. Maria Cristina Medeiros pela possibilidade da realização desse projeto, e a Professora Cíntia que auxiliou durante todo o processo, sempre explicando e ajudando no que fosse preciso.

RESUMO

Durante a quarentena muitas pessoas adquiriram ansiedade, medo, estresse e muitas outras coisas, e também outras que já possuíam isso agravaram com tempo, a saúde mental é uma das partes mais importantes e tem que ser cuidada e observada sempre, apesar disso ainda há indícios de rejeição dos tratamentos pois hoje em dia menos de 3% dos brasileiros fazem terapia, sendo que é estimado que mais de 50 milhões possuem algum problema psicológico, dos casos mais simples aos mais graves, além de que a pandemia atrapalhou a atividade profissional de muitos, incluindo psicólogos, e com isso surge a PsicoHelp, uma plataforma de consultas com psicólogos online, prática e fácil de ser usada, com bate papos, vídeos-chamadas, e com ações sociais nas quais os profissionais ganhariam vantagens na plataforma, ou produtos, realizando consultas com preço baixo ou até gratuitas, assim ajudando muitas pessoas a ter acesso à terapia, dentre os objetivos do projeto os que se destacam são a aceitação do público, aumento na prática de terapias e que a população brasileira tenha uma saúde melhor, utilizando a metodologia ágil Scrum, o Design Thinking, a linguagem Javascript e banco de dados MongoDB entre outras ferramentas, nos possibilitou a criação desta plataforma segura.

Palavras chaves: Psicologia, Psicólogos, Consultas Online, Psicólogos Online.

ABSTRACT

During the quarantine many people acquired anxiety, fear, stress and many other things, and also others who already had it worsened over time, mental health is one of the most important parts and has to be taken care of and observed at all times, although there are still signs of rejection of treatments because nowadays less than 3% of Brazilians undergo therapy, and it is estimated that more than 50 million have some psychological problem, from the simplest to the most serious cases, in addition to the pandemic hampering the professional activity of many , including psychologists, and with that comes PsicoHelp, an online consultation platform with psychologists, practical and easy to use, with chats, video calls, and social actions in which professionals would gain advantages in the platform, or products, carrying out consultations at a low price or even free, thus helping many people to have access to therapy. Among the project's objectives, the ones that stand out are public acceptance. o, an increase in the practice of therapies and that the Brazilian population has better health, using the agile Scrum methodology, Design Thinking, Javascript language and MongoDB database, among other tools, enabled us to create this safe platform.

Keywords: Psychology, Psychologists, Online Consultations, Online Psychologists.

ÍNDICE DE ILUSTRAÇÕES

FIGURAS

Figura 1: Mapa de Empatia.....	29
Figura 2: Mapa de Atores	33
Figura 3: Golden Circle	34
Figura 4: Canvas	37
Figura 5: Instagram.....	38
Figura 6: Modelagem Conceitual do Banco de Dados	45
Figura 7: Mapa do Site para usuário não logado	46
Figura 8: Mapa do site para Psicólogo Logado.....	46
Figura 9: Mapa do Paciente Logado	47
Figura 10: Caso de Uso do Paciente	48
Figura 11: Caso de Uso do Profissional.....	48
Figura 12: Landing Page.....	49
Figura 13: Tela Inicial.....	49
Figura 14: Selecione Perfil	50
Figura 15: Criar Conta	50
Figura 16: Login	51
Figura 17: Perfil Paciente.....	52
Figura 18: Profissionais Paciente	52
Figura 19: Consultas Profissional	53
Figura 20: Mudar Senha	53
Figura 21: Perfil Profissional	54
Figura 22: Consultas Profissional	54
Figura 23: Mudar Senha	55
Figura 24: Chamada de Vídeo.....	55
Figura 25: Tela de Termos de Uso	56

GRÁFICOS

Gráfico 1: Idade	15
Gráfico 2: Frequência de Terapia	15
Gráfico 3: Consultas Online	16
Gráfico 4: Aplicativos de Consulta Online.....	16

Gráfico 5: Períodos Depressivos	17
Gráfico 6: Pessoas que Realizam Terapias.....	17
Gráfico 7: Insegurança ao Procurar Profissionais na Internet.....	18
Gráfico 8: Ida ao Psicólogo.....	18
Gráfico 9: Conhecimento em Aplicativos Semelhantes	19
Gráfico 10: Aprovação do Aplicativo pelos Pacientes.....	19
Gráfico 11: Cargo dos Profissionais Escolares.....	20
Gráfico 12: Aumento dos Problemas Psicológicos dos Adolescentes	20
Gráfico 13: Dificuldades em Acompanhar os Tratamentos dos Adolescentes.....	21
Gráfico 14: Relato dos Professores sobre o Aluno	21
Gráfico 15: Problemas Financeiros dos Pais	22
Gráfico 16: Falta do Acesso a uma Consulta Psicológica.....	22
Gráfico 17: Aprovação do Aplicativo Pelos Profissionais Escolares	23
Gráfico 18: Tempo de Atuação no Mercado	23
Gráfico 19: Quarentena Interrompendo Atividades.....	24
Gráfico 20: Atendimentos Específicos	24
Gráfico 21: Pacientes Adolescentes	24
Gráfico 22: Diminuição dos Casos dos Adolescentes	25
Gráfico 23: Dificuldade em Encontrar Pacientes	25
Gráfico 24: Realização de Consultas Online	25
Gráfico 25: Aprovação dos Psicólogos	26
Gráfico 26: Faturamento Total Mensal	39
Gráfico 27: Investimentos Fixos.....	40
Gráfico 28: Capital de Giro (6 meses).....	41
Gráfico 29: Investimentos Pré-Operacionais	41
Gráfico 30: Investimento Total	42
Gráfico 31: Custos Mensais.....	43

QUADRO

Quadro 1: Caderno de Sensibilidade	14
Quadro 2: Diagrama de Afinidades.....	28
Quadro 3: Jornada do Usuário.....	30
Quadro 4: Cardápio de Ideias	35

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	9
1.1	Problemática	10
1.2	Justificativa	11
1.3	Objetivos Erro! Indicador não definido.	
1.3.1	Objetivos Geral.....	11
1.3.2	Objetivos Específicos	11
2	IMERSÃO	13
2.1	Caderno de Sensibilidade	13
2.1.1	Pesquisa com Pacientes	15
2.1.2	Pesquisa com Profissionais Escolares	19
2.1.3	Pesquisa com Psicólogos	23
2.2	Conclusão das Pesquisas	26
3	ANÁLISE E SÍNTESE.....	27
4	PROTÓTIPO	44
	BIBLIOGRAFIA	58

1 INTRODUÇÃO

“Antidepressivos tratam a dor depressão, mas não curam o sentimento de culpa e nem tratam a angústia da solidão.” – Augusto Cury

A Psicologia pode ser conceituada como o estudo da mente do ser humano. E como a Psicologia faz isso? Através do estudo do comportamento, das atitudes, pensamento e aprendizagens do ser humano. A Psicologia tem vários autores e diferentes abordagens referentes ao seu estudo. São exemplos das Escolas da Psicologia o Behaviorismo e a Psicanálise. O Behaviorismo (que é o estudo do nosso comportamento) ganhou destaque por estudar, através da observação, o comportamento do ser humano e dos animais. Estudou o comportamento de ratos, pombos e macacos. Já a Psicanálise tem como foco o estudo da mente do indivíduo, mais precisamente o inconsciente. Percebam que é um estudo mais profundo, uma vez que o inconsciente é a nossa “caixa preta”, onde estão guardados nossos pensamentos e desejos mais reprimidos, como traumas, desejos proibidos. (Andréa Carla Ferreira de Oliveira, 2014).

A adolescência (10 a 19 anos) é um momento único, que molda as pessoas para a vida adulta. Enquanto a maioria dos adolescentes tem uma boa saúde mental, múltiplas mudanças físicas, emocionais e sociais, incluindo a exposição à pobreza, abuso ou violência, podem tornar os adolescentes vulneráveis a condições de saúde mental. Promover o bem-estar psicológico e protegê-los de experiências adversas e fatores de risco que possam afetar seu potencial de prosperar não são apenas fundamentais para seu bem-estar, mas também para sua saúde física e mental na vida adulta. (Organização Pan-Americana da Saúde, 2020).

Os sintomas psicológicos estarão relacionados com as fases da epidemia. A primeira fase é caracterizada por uma mudança radical de estilo de vida. A primeira reação é a do medo de ser contaminado pelo vírus invisível que se aproxima. As dificuldades começam a surgir com a necessidade da redução e distanciamento do contato físico. Para nós latinos não é nada fácil deixar de se abraçar e de se tocar. É difícil mudar comportamentos, mas precisamos nos policiar para evitar os abraços e beijinhos. A primeira reação é de estresse agudo relacionado com a pandemia que ocasiona uma circunstância súbita e inesperada. O foco de apreensão é o medo de ser contaminado, o que não difere muito de situações traumáticas como um desabamento ou terremoto. A epidemia é, portanto, um forte fator de estresse que,

por sua vez, é fator causal de desequilíbrios neurofisiológicos. Os profissionais de saúde são os mais vulneráveis pelo maior risco de contaminação. A persistência e o prolongamento destes desequilíbrios hormonais, inflamatórios e neuroquímicos podem desencadear um transtorno mental mais grave. A segunda fase da epidemia está relacionada com o confinamento compulsório, que exige uma forçada mudança de rotina. Nesta fase, são comuns as manifestações de desamparo, tédio e raiva pela perda da liberdade. É uma reação de ajustamento situacional caracterizado por ansiedade, irritabilidade, e desconforto em relação à nova realidade. Estas reações são esperadas e preocupam do ponto de vista da saúde mental quando passam a afetar a funcionalidade do indivíduo. A terceira fase está relacionada com as possíveis perdas econômicas e afetivas decorrentes da epidemia. As pessoas confinadas terão perdas econômicas importantes. As pessoas que forem internadas vão passar por uma experiência traumática principalmente aqueles que exigem intubação e tratamento intensivo. Elas têm uma experiência próxima da morte, sendo as sequelas mais importantes a depressão e risco de suicídio e o desenvolvimento posterior do estresse pós-traumático. (UNIFESP,2020).

Para facilitar o acesso aos psicólogos foi criado o PsicoHelp, uma plataforma para consultas online com psicólogos com campanhas sociais possibilitando acesso até aos mais necessitados.

1.1 Problemática

Com base em milhares de pesquisas muitas pessoas no mundo possuem problemas psicológicos e os escondem, as vezes por falta de informação, dinheiro, tempo, locomoção até uma clínica psicológica ou preconceito cultural.

A Instituição Oswaldo Cruz, fizeram uma publicação dizendo sobre a questão do preconceito, onde uma grande parte das pessoas veem dores sentimentais como bobagens ou não vão fazer terapia pois acreditam que é coisa de “gente doida”, “Sempre achei que você tinha cara de doida”; “É frescura”; “É dinheiro jogado fora”. (Hospital Oswaldo Cruz, 2018) mas os especialistas entrevistados pelo UOL VivaBem acreditam que essa impressão vem diminuindo e era mais comum nas gerações anteriores à atual. Para eles a base desse e dos outros preconceitos está na separação que as pessoas fazem da saúde mental e da física.

Para usufruir das consultas geralmente há um valor, que para algumas pessoas pode não ser nada, mas para outras pode ser muito, pois cerca de 39,9 Milhões de pessoas vivem na extrema pobreza no Brasil, segundo dados do Ministério da Cidadania, elas vivem com a renda de R\$ 89 por Mês.

1.2 Justificativa

Com base nesses problemas o projeto busca por meio do aplicativo, fazer com que pessoas e psicólogos realizem consultas tudo de forma segura, com vídeos chamadas, chats interativos e muitos mais. Além do projeto social que uni a escola dos estudantes, com um preço baixo e acessível, com a possibilidade de gerar relatórios, assim podemos notar problemas futuros que podem ocorrer com os Adolescentes, outro fato é a quarentena na qual pessoas estão isoladas e tristes, com essa possibilidade de conversar com alguém de maneira online sem correr riscos podemos evitar problemas futuros com a pessoa através do aplicativo, de acordo com a Biblioteca Virtual em Saúde o isolamento social trouxe muitas reações diante a Saúde Mental, como medo de ficar doente e morrer, medo de perder a fonte de renda, raiva, irritabilidade, uso de substâncias em excesso entre outros, e é totalmente notório que esse problema está atingindo muitas pessoas.

1.3 Objetivos Geral

Criar um aplicativo que permita que o paciente encontre profissionais bons na sua localidade, a recolocação de profissionais que tinham parado com o seu trabalho e promover ações sociais para as escolas.

1.4 Objetivos Específicos

Os objetivos específicos são:

- Realocar profissionais;
- Facilitar o acesso aos psicólogos;
- Ações sociais para as escolas;
- Nova maneira de consultas psicológicas;

1.5 Metodologia

Foram-se utilizadas pesquisas bibliográficas para adquirir definições e dados comprovados sobre o nosso público-alvo, também pesquisas qualitativas em campo com os possíveis usuários, escolas e psicólogos, para identificar problemas, apresentar nossas soluções e por meio de tudo isso verificar se o projeto é viável e obter dados sobre o público a ser atingido.

Também foram utilizados o Design Thinking para a extração máxima da persona (usuário) que irá utilizar a nossa aplicação, e a metodologia ágil Scrum para a divisão de tarefas entre a equipe, desde protótipo até a documentação do projeto.

1.6 Resultados Esperados

Esperamos que o projeto ajude a aumentar a prática de terapia, que alunos de escolas consigam melhorar, que as escolas consigam acompanhar todo esse processo, com as ações sociais permitir que mais pessoas tenham acesso ao serviço, e a aceitação do público.

De início acredita-se que o projeto iniciara com psicólogos parceiros, eles convidariam seus pacientes a utilizar a aplicação, e de acordo com o tempo através das propagandas se espalhar pelo Brasil, trazendo benefícios para todos, e assim muitas pessoas conseguiram melhorar de problemas que nem imaginavam ter.

2 IMERSÃO

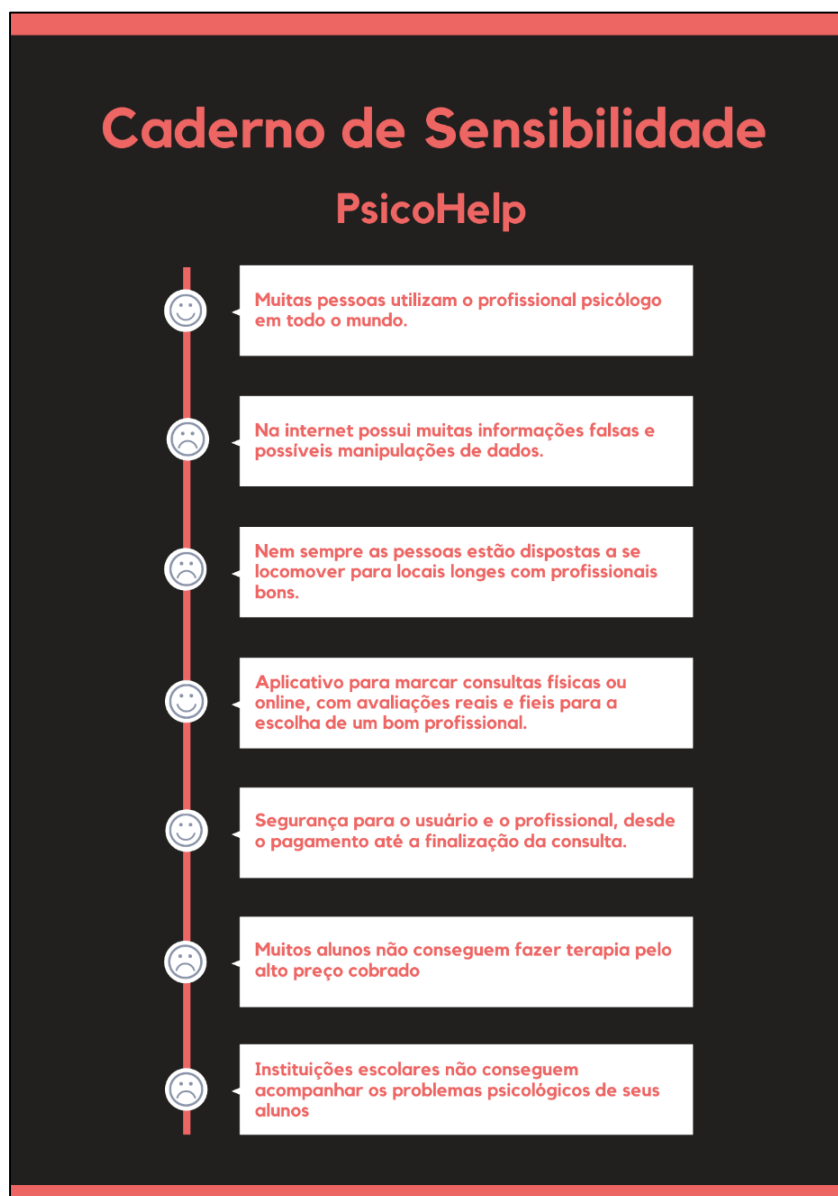
O Design Thinking é uma metodologia utilizada para oferecer produtos e serviços de acordo com a real necessidade dos clientes. Ela é cada vez mais utilizada por empresas que desejam aperfeiçoar seus serviços de forma simples, ágil e bem planejada, uma vez que ela aproveita características de um profissional de designer — como sua forma de pensamento, potencial criativo e empatia — em todo o negócio e não apenas na criação de um só produto. (Meu Sucesso, 2014)

Para a realização do Projeto Psicohelp houve pesquisas de campo e entrevistas com todos possíveis usuários do aplicativo, os pacientes, os profissionais e as escolas, tudo com o objetivo de atender e aperfeiçoar o máximo o projeto, utilizando os métodos abordados em Design Thinking.

2.1 Caderno de Sensibilidade

De acordo com a MJV Team (Equipe de Design, 2014) os cadernos são uma forma de obter informações sobre pessoas e seus universos. Os cadernos possibilitam coletar dados do usuário com o mínimo de interferência sobre suas ações, ou quando a questão investigada se desenrola de forma intermitente ou dentro de um longo período.

Quadro 1: Caderno de Sensibilidade

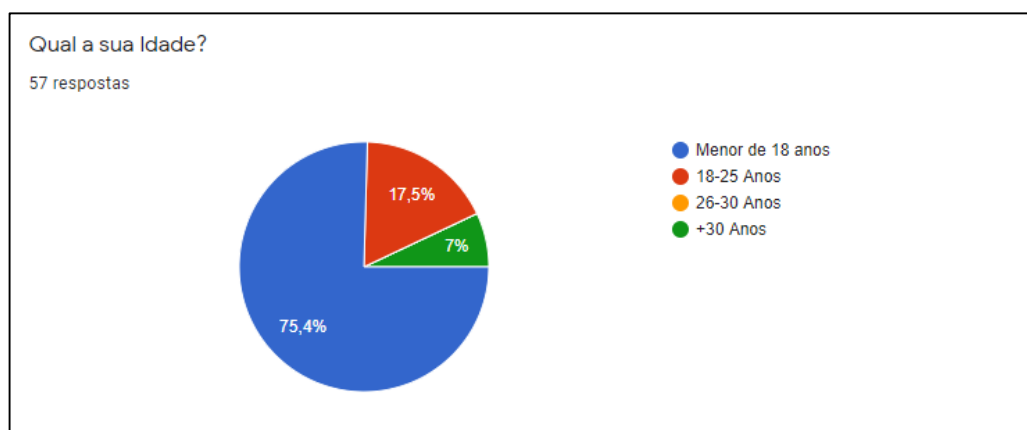


Fonte: PsicoHelp(2021)

2.1.1 Pesquisa com Pacientes

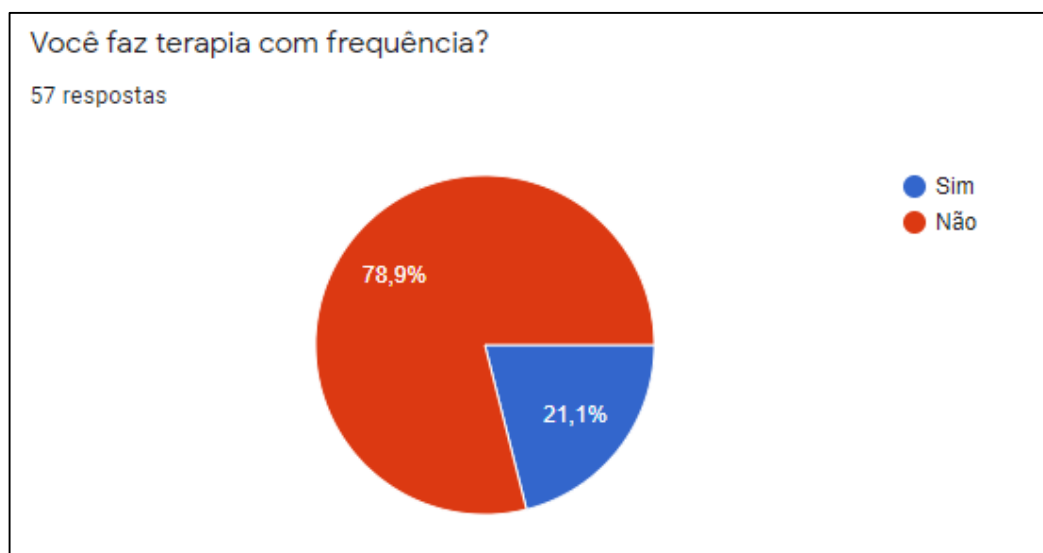
Nas pesquisas realizadas com 57 pessoas no Mês de Agosto de forma online onde mostra quais são os possíveis pacientes do aplicativo, essa pesquisa foi utilizada para saber a idade do público-alvo da aplicação e outros fatores para mapearmos o usuário da aplicação, observando possíveis escolhas e como suprir as necessidades deles.

Gráfico 1: Idade

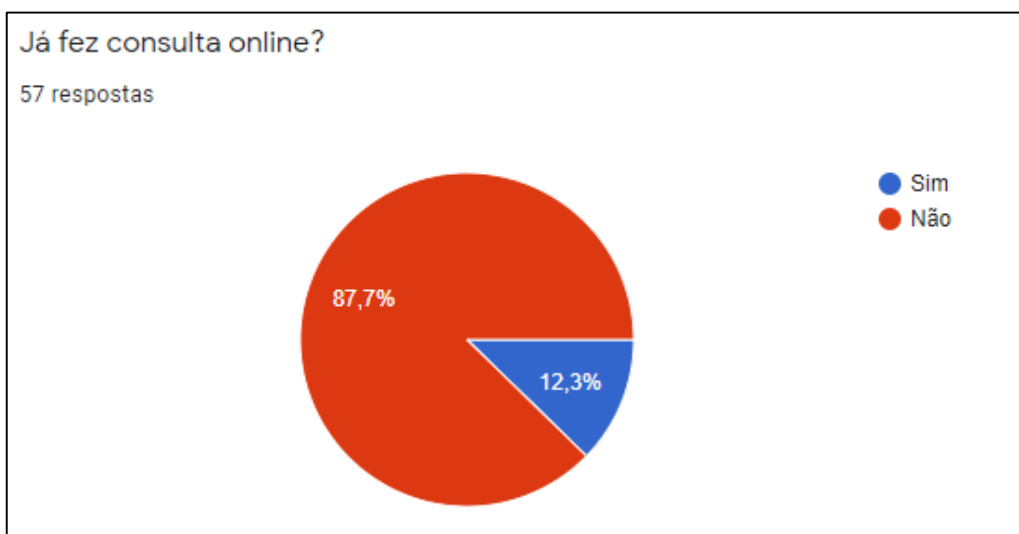


Fonte: Autoria Própria.

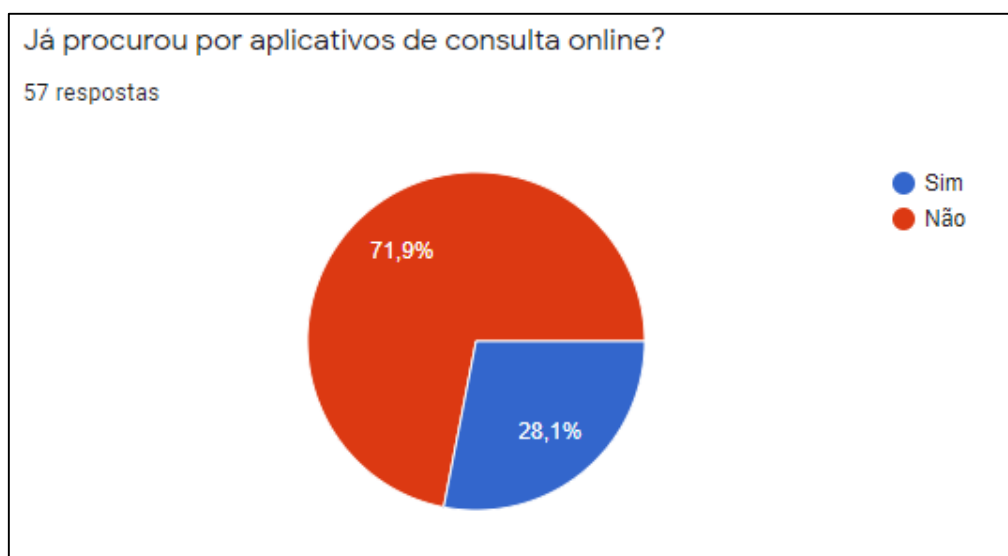
Gráfico 2: Frequência de Terapia



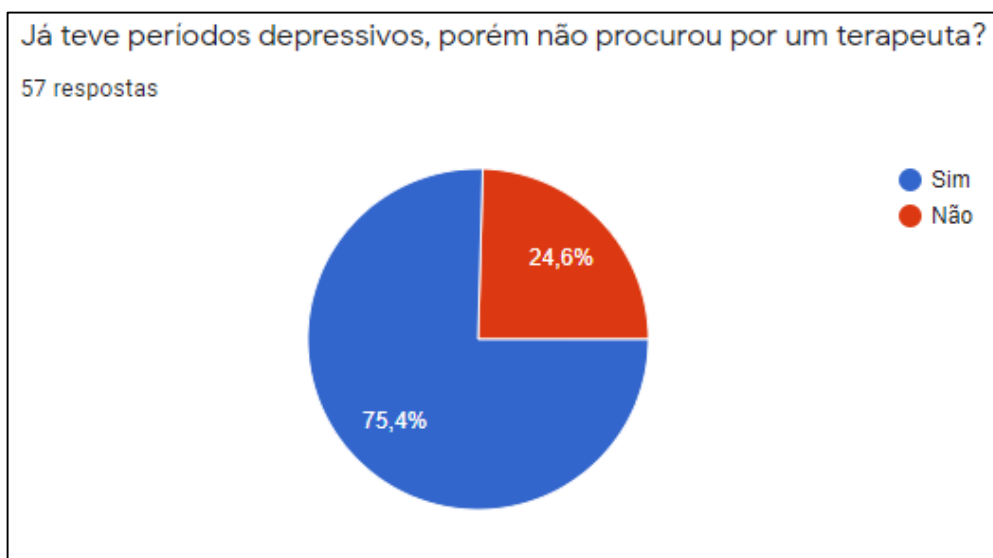
Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 3: Consultas Online

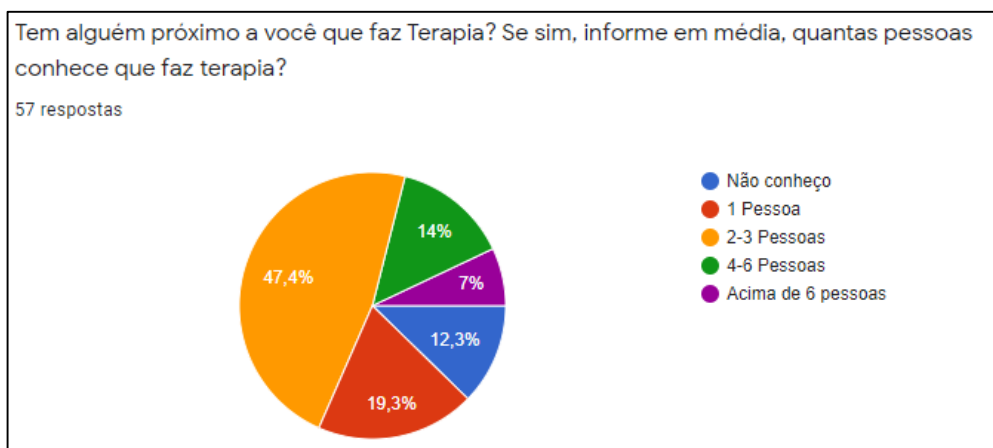
Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 4: Aplicativos de Consulta Online

Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 5: Períodos Depressivos

Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 6: Pessoas que Realizam Terapias

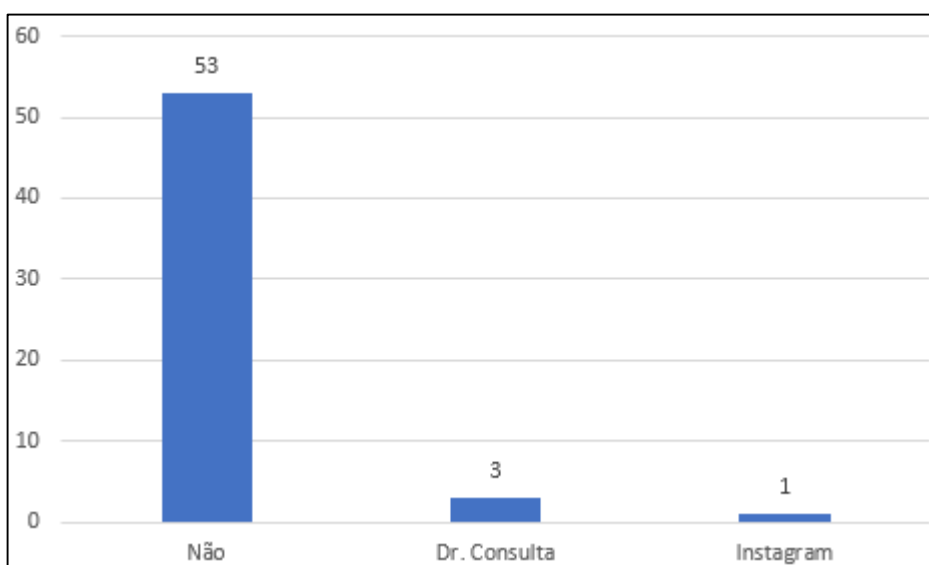
Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 7: Insegurança ao Procurar Profissionais na Internet

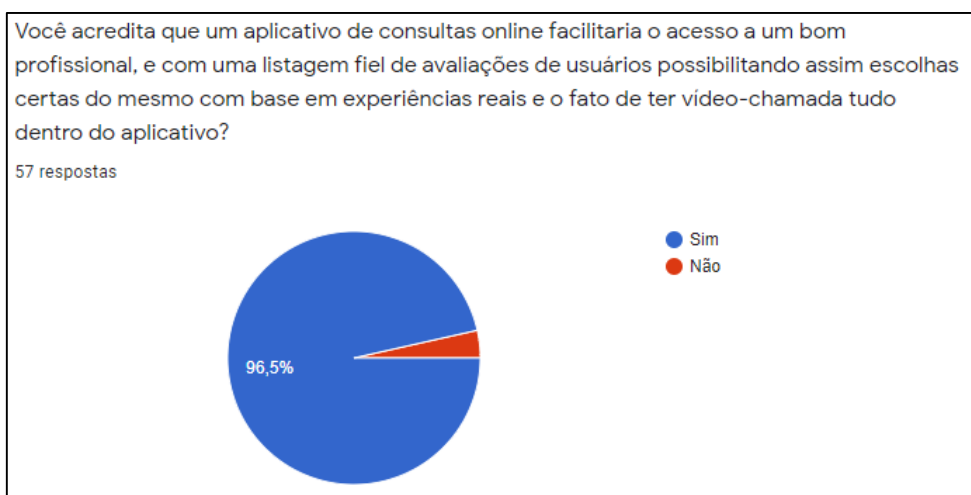
Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 8: Ida ao Psicólogo

Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 9: Conhecimento em Aplicativos Semelhantes

Fonte: Autoria Própria.

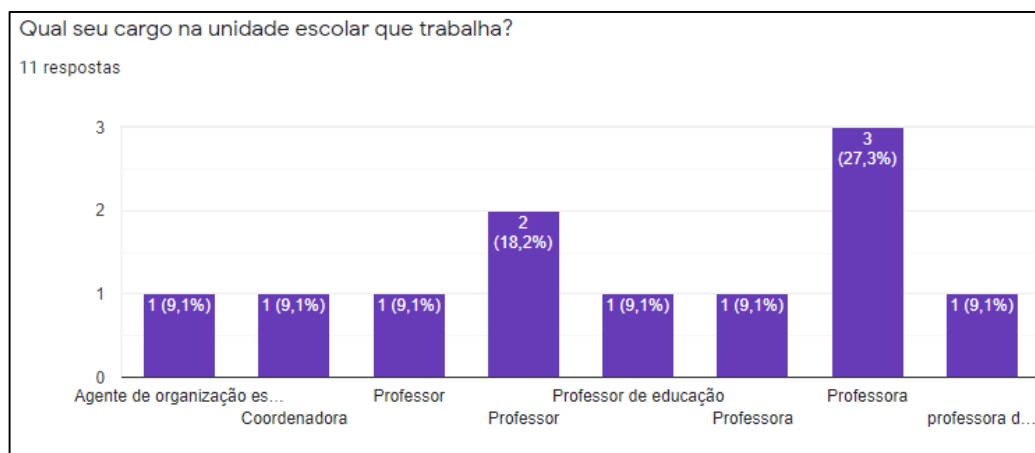
Gráfico 10: Aprovação do Aplicativo pelos Pacientes

Fonte: Autoria Própria.

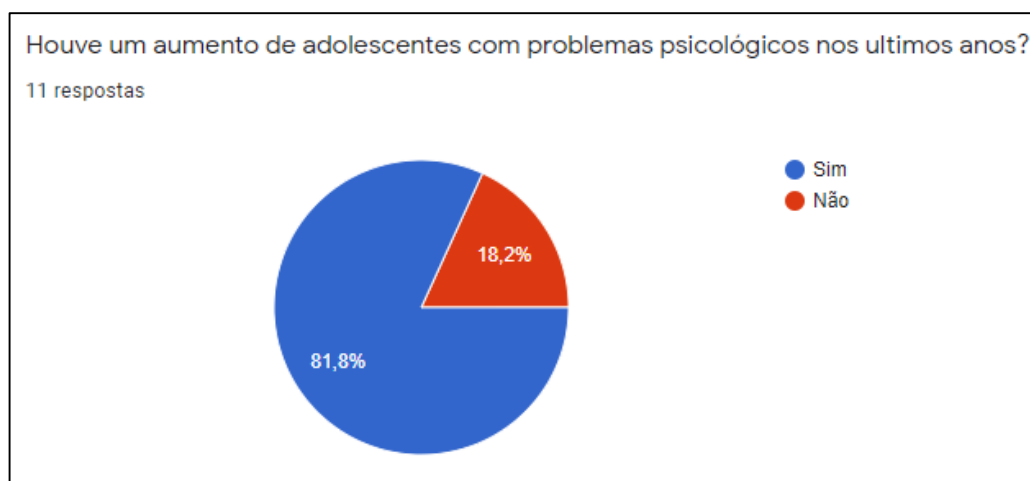
Com as pesquisas respondidas pelos pacientes, verificamos que 96,5% das pessoas apoiariam o nosso aplicativo, além do fato de que falta opções no mercado para a área.

2.1.2 Pesquisa com Profissionais Escolares

Foi realizado uma pesquisa com profissionais escolares para verificar a situação dos adolescentes e entender se as ações sociais irão ajudar.

Gráfico 11: Cargo dos Profissionais Escolares

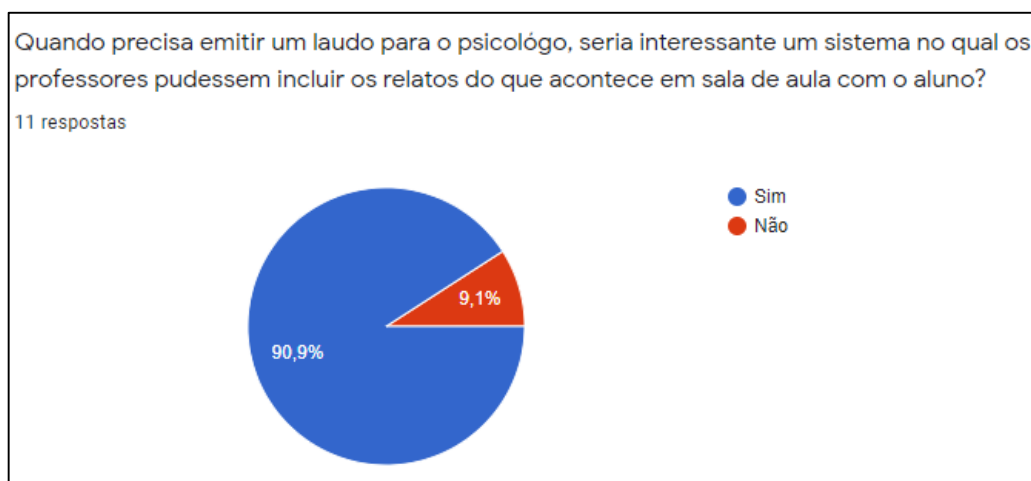
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 12: Aumento dos Problemas Psicológicos dos Adolescentes

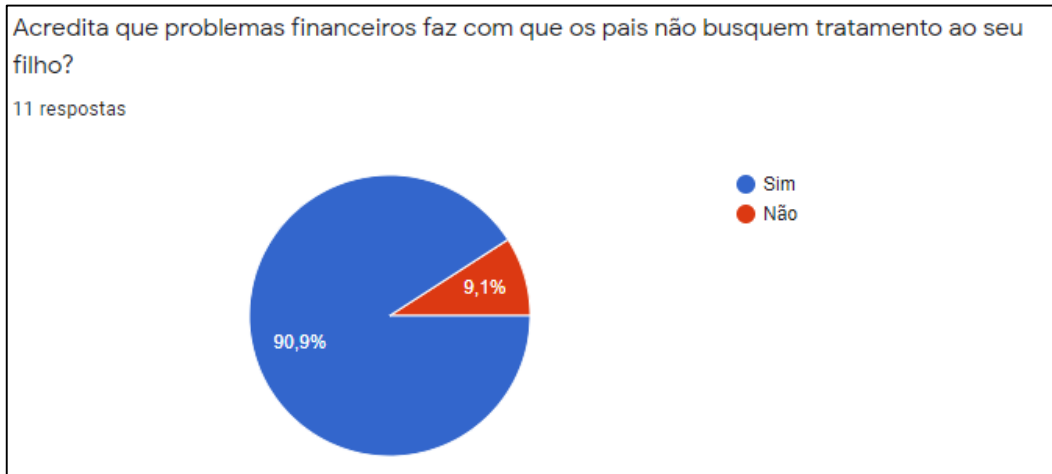
Fonte: Autoria Própria.

Gráfico 13: Dificuldades em Acompanhar os Tratamentos dos Adolescentes

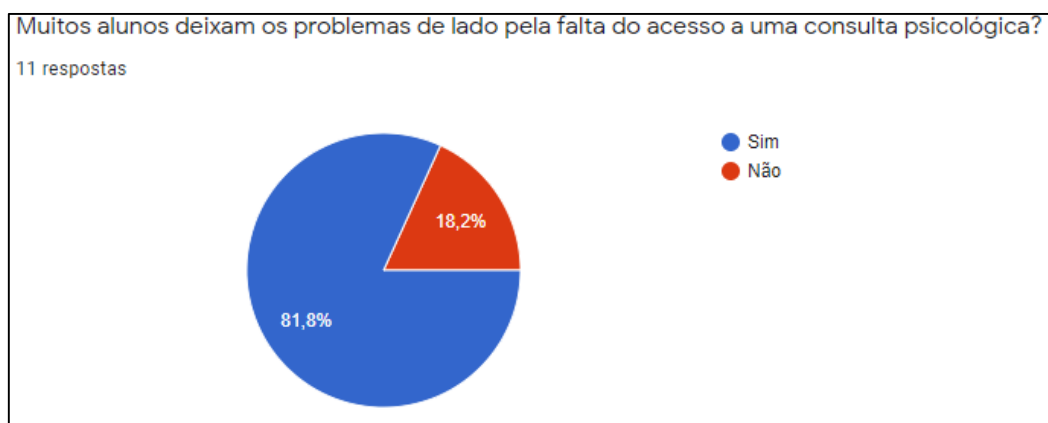
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 14: Relato dos Professores sobre o Aluno

Fonte: Autoria Própria

Gráfico 15: Problemas Financeiros dos Pais

Fonte: Autoria Própria

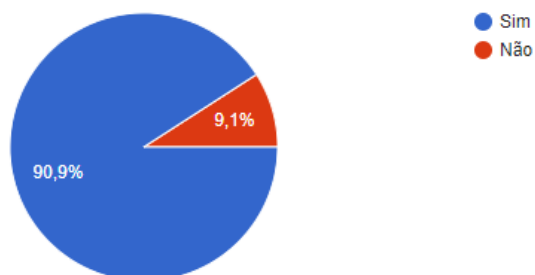
Gráfico 16: Falta do Acesso a uma Consulta Psicológica

Fonte: Autoria Própria

Gráfico 17: Aprovação do Aplicativo Pelos Profissionais Escolares

Indicaria para os pais uma plataforma com diferentes psicólogos, desde de que regulamentada pelo conselho regional de medicina? O projeto é que este sistema tenha consultas a um custo melhor e até voluntários para pessoas com baixa renda. O objetivo é ajudar na emissão de cartas ao psicólogo e manter o acompanhamento do aluno em fase de tratamento, possibilitando comunicação com o mesmo.

11 respostas



Fonte: Autoria Própria

Com as respostas concluímos que os profissionais escolares possuem sim a dificuldade de ter essa aproximação com o aluno e ajudá-lo, além de que 90,9% apoiariam o nosso aplicativo.

2.1.3 Pesquisa com Psicólogos

Foi realizado uma pesquisa com dois psicólogos, nos quais apresentaram os problemas atuais e se o aplicativo iria solucionar o mesmo.

Gráfico 18: Tempo de Atuação no Mercado

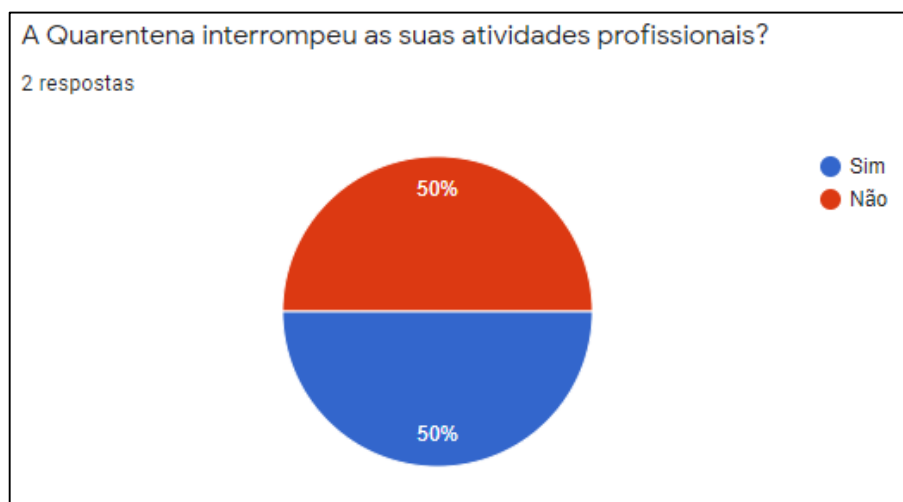
Faz quanto tempo que você atua no mercado?

2 respostas

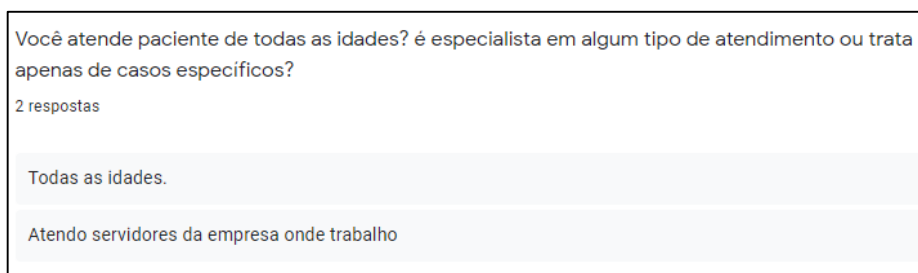
10

4 anos

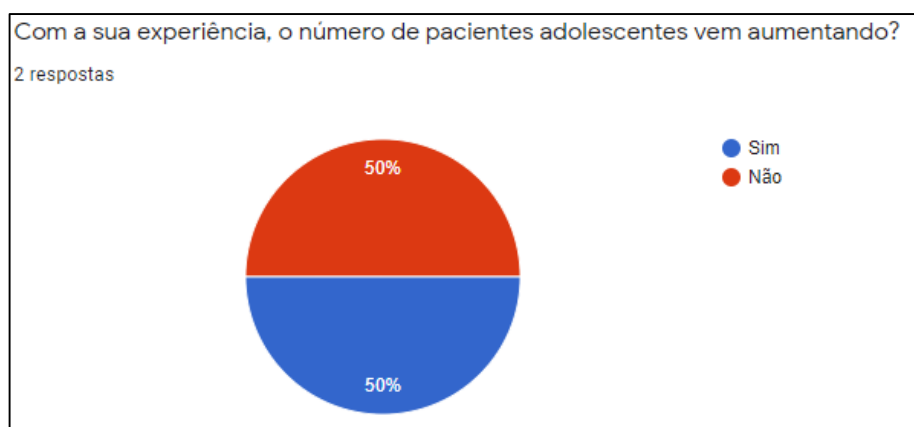
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 19: Quarentena Interrompendo Atividades

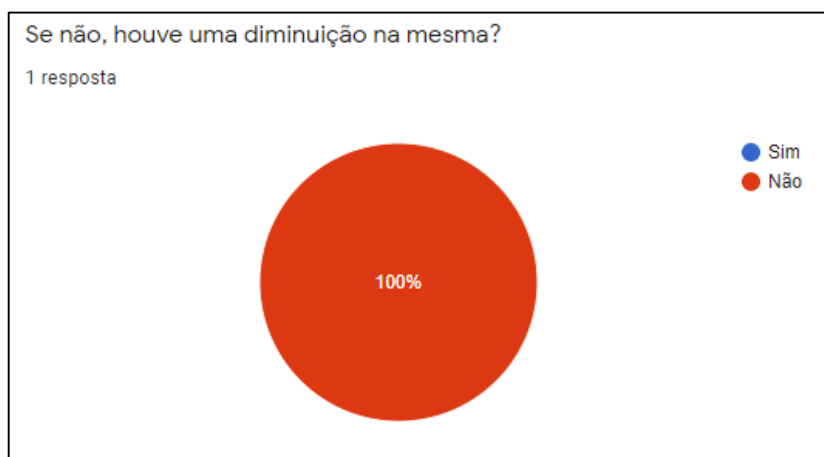
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 20: atendimentos Específicos

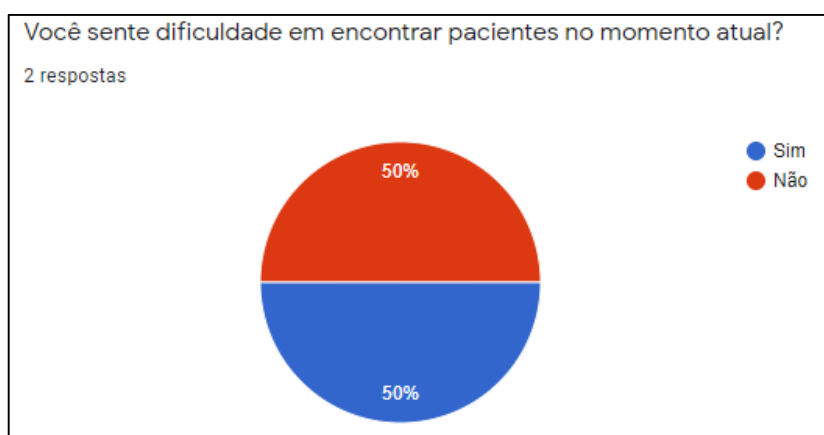
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 21: Pacientes Adolescentes

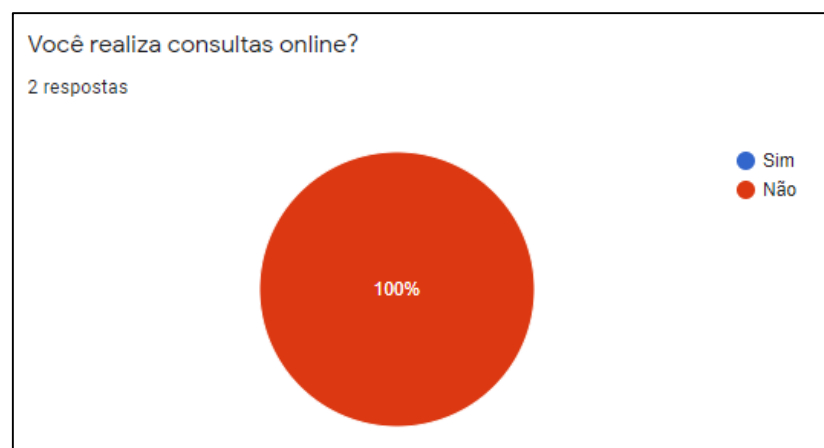
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 22: Diminuição dos Casos dos Adolescentes

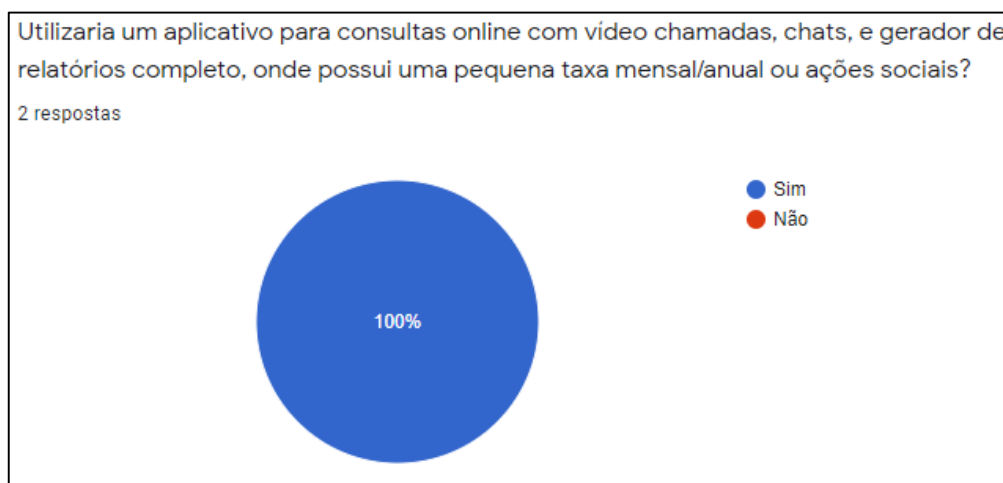
Fonte: Autoria Própria

Gráfico 23: Dificuldade em Encontrar Pacientes

Fonte: Autoria Própria

Gráfico 24: Realização de Consultas Online

Fonte: Autoria Própria

Gráfico 25: Aprovação dos Psicólogos

Fonte: Autoria Própria

Com a pesquisa dos Psicólogos concluímos que de fato tiveram que parar de trabalhar e que 100% apoiariam o nosso aplicativo, além do resultado de que Adolescentes aumentaram em 50% dos casos, levando em consideração que 50% dos psicólogos trabalham consultando pessoas e os outros 50% privados em empresas, então o número pode ser maior.

2.2 Conclusão das Pesquisas

Conclui-se que o aplicativo é viável, pois as respostas foram favoráveis 100% pelos Psicólogos, 90,9% pelas Escolas e 96,5% pelos possíveis Pacientes para a existência do mesmo, e tudo leva a acreditar que ele ajudaria muito na questão social quanto na econômica, visto que 50% dos psicólogos pararam de trabalhar por conta da pandemia e que de fato os alunos deixam de lado a realização das consultas por falta de dinheiro, e os pacientes que possuem medo de procurar psicólogos online e não conhecem a possibilidade das realizações de consultas online, e a falta de opções no mercado.

3 ANÁLISE E SÍNTESE

Com a análise e síntese podemos procurar saber quais são os problemas apresentados dentro das pesquisas de campo e organizar corretamente uma melhor maneira de usufruir e melhorar a experiência do usuário, de acordo com o Portal Liga Insights, “é hora de analisar os dados coletados e elaborar uma síntese para guiar o processo de criação da solução”.

3.1 Definição de Persona/Sentimento do Público–alvo

Para explicar melhor a definição, iremos exemplificar com a persona do Psicohelp, Natália é uma moça que necessita marcar uma consulta pois está passando momentos difíceis, ela procura na internet um psicólogo e não confia nas informações, além do fato de que ela não quer se locomover pois está desanimada e triste.

É perceptível que esse cenário é possível nos momentos atuais, com a pandemia houve o aumento dos casos de ansiedades e outras doenças, e a falta de opções no mercado faz com que muitos psicólogos cobrem preços absurdos, isso faz com que muitas pessoas não possam utilizar do serviço, a Natália mesmo, desempregada, o estresse, a ansiedade, tudo isso acumulado faz com que a pessoa desenvolva certos problemas nos quais se tivesse acesso ao serviço conseguiria resolver.

3.2 Diagrama de afinidades

Realizado de acordo com as pesquisas de campo, o diagrama serve para entendermos os usuários de acordo com as respostas e organizá-las para assim verificarmos se podemos ou não aplicar as mesmas.

“Um diagrama de afinidades é um método para resumir dados qualitativos. O objetivo do diagrama é categorizar ou agrupar os itens disponíveis que tenham alguma afinidade. Os itens são primeiramente arranjados em grupos baseados nas relações comuns entre cada item. Em seguida são desenvolvidos títulos de assunto para cada grupo de dados.” (Portal FM2S, 2021)

Quadro 2: Diagrama de Afinidades

Problemas	Necessidades
68,4% das pessoas se sentem inseguros ao procurar um profissional na internet	Uma vasta lista de profissionais, com informações verídicas e avaliações deles pois 68,4% dos entrevistados não confiam nas informações existentes na internet.
75,4% das pessoas já se sentiram mal e mesmo assim não procuraram um terapeuta	Incentivo e informações de que Psicólogos podem ajudar e diminuir o preconceito deles, pois menos de 3% da população brasileira faz terapia, sendo que quase 60 milhões tem algum transtorno mental.
54,4% das pessoas nunca foram ao psicólogo	Facilitar esse contato e diminuir o preconceito sobre os profissionais, pois 75% dos entrevistados não procuraram os profissionais mesmo em momentos ruins.

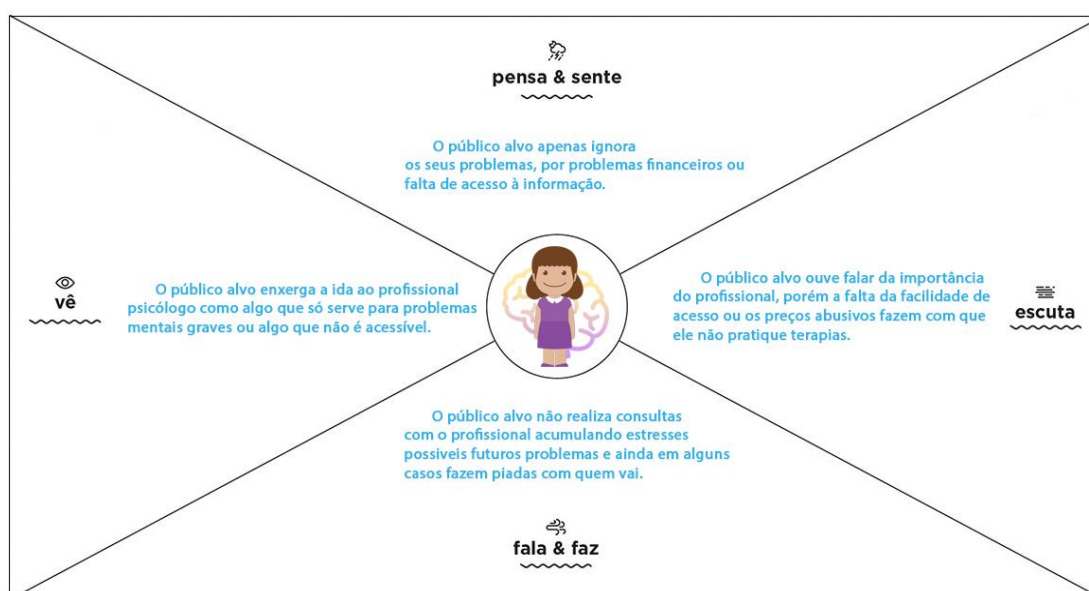
Fonte: PsicoHelp, 2021

3.3 Mapa de Empatia

De acordo com o Portal FM2S (2020). “Um mapa de empatia é uma visualização colaborativa usada para articular o que se sabe sobre um tipo específico de usuário. Dessa forma, externaliza o conhecimento sobre os usuários para criar uma compreensão compartilhada das necessidades do usuário e auxiliar na tomada de decisões.”

A PsicoHelp com as pesquisas mapeou todas as possibilidades e resultados para montar um mapa de empatia, visando exhibir as necessidades e sentimentos do usuário em relação às consultas com psicólogos online ou presencial.

Figura 1: Mapa de Empatia



Fonte: PsicoHelp, 2021

3.4 Jornada do Usuário

De acordo com o portal MJV Team (2018), “a Jornada é uma representação gráfica das etapas de relacionamento do cliente com um produto ou serviço, que descreve os passos percorridos antes, durante e depois da compra e utilização.”

Quadro 3: Jornada do Usuário

Evidências Físicas	Ações do Usuário	Ações de Bastidores	Sistemas de Apoio
Problemas, estresses etc.	Entrar no Aplicativo	Divulgações no Facebook ADS.	Pagamento Seguro.
Falta de acessibilidade	Cadastrar-se/Logar-se.	Divulgações entre os profissionais para os seus pacientes.	Propagandas.
Falta de transporte ou locomoção até um consultório.	Selecionar um Profissional para realizar a consulta ou entrar na sua consulta marcada.	Divulgação dos pacientes para os seus profissionais ou amigos.	Redes Sociais.
Falta de informações seguras dos Psicólogos.	Conversar na vídeo chamada ou ir presencialmente até a consulta.		Consultórios de Psicólogos.
	Avaliar a consulta. (Opcional)		

Fonte: PsicoHelp, 2021

3.5 Problema Central do Projeto

De acordo com todos os dados levantados pela PsicoHelp, os principais problemas são de valores econômicos, sociais e acessibilidade, seja pela falta do dinheiro, pelo preconceito instituído em certos grupos e a questão do transporte até o local faz com que as pessoas não marquem consultas, mas com a plataforma, sua facilidade de uso, e preços populares fazem com que mais pessoas tenha acesso a terapias.

4 IDEAÇÃO

De acordo com o Portal Insights Liga (2019), “Ideação é a terceira etapa do Design Thinking e é marcada por ser o momento em que acontece o brainstorming sobre o projeto e sobre as propostas para solucionar o problema apresentado. Após as duas primeiras etapas, onde é realizada uma análise das possibilidades e sobre as necessidades do público, o momento de ideação acontece para que seja possível coletar ideias que sirvam para responder a estes questionamentos e serem desenvolvidas em soluções eficientes. É nesta etapa que todos os envolvidos no projeto conseguem opinar e propor suas ações para intervir no problema apresentado. Um bom resultado do momento de ideação é percebido quando se chega à uma solução desenvolvida a partir de várias perspectivas sobre a questão inicial.”

4.1 Brainstorming

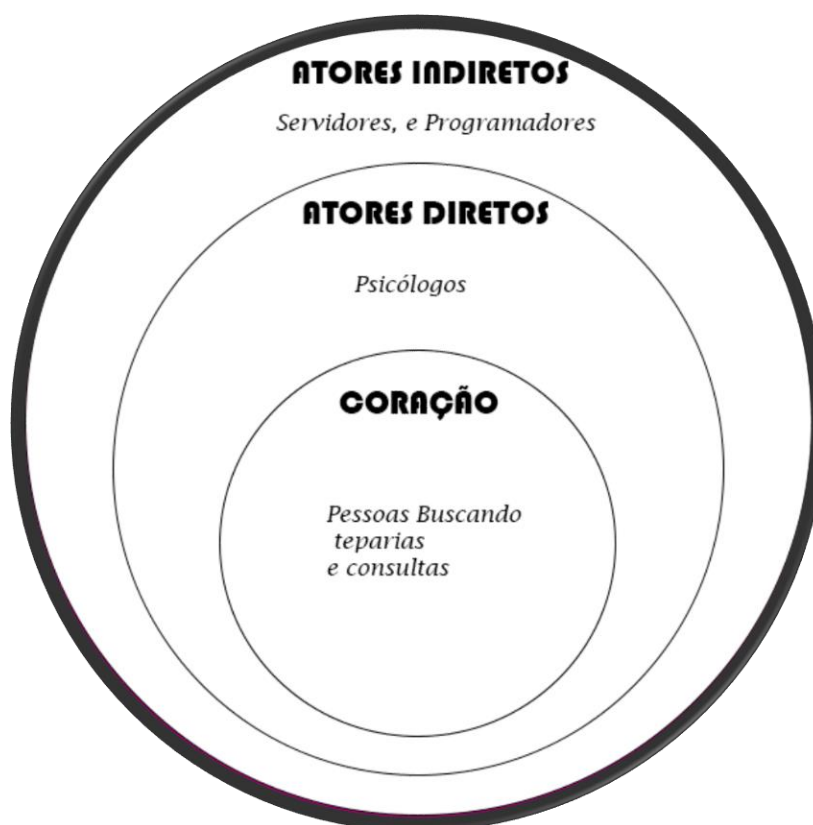
Segundo Cayo Woebcken (2019) “A capacidade de tomar decisões eficientes é uma das qualidades mais importantes para garantir a manutenção da competitividade de uma empresa. Para que isso seja possível, é preciso investir em técnicas que estimulem o pensamento estratégico e possibilitem que a gestão encontre soluções eficientes e criativas.”

No início, a equipe pensou em focar em algum produto de foco online com pedidos entre pessoas, e ao pesquisar encontrou um local não explorado, Psicólogos online, pois recentemente que foi organizado o mesmo por conta da pandemia, e assim surgiu a ideia geral da PsicoHelp.

4.2 Mapa de Atores e Golden Circle

De acordo com o Portal Bicicleta nos Planos (2020), “O Mapa de Atores é uma ferramenta visual para identificar e relaciona os principais atores (indivíduos e instituições) que podem se envolver no tema da sua campanha, o nível de apoio de cada um deles e o poder que eles têm em relação ao seu objetivo na campanha.”

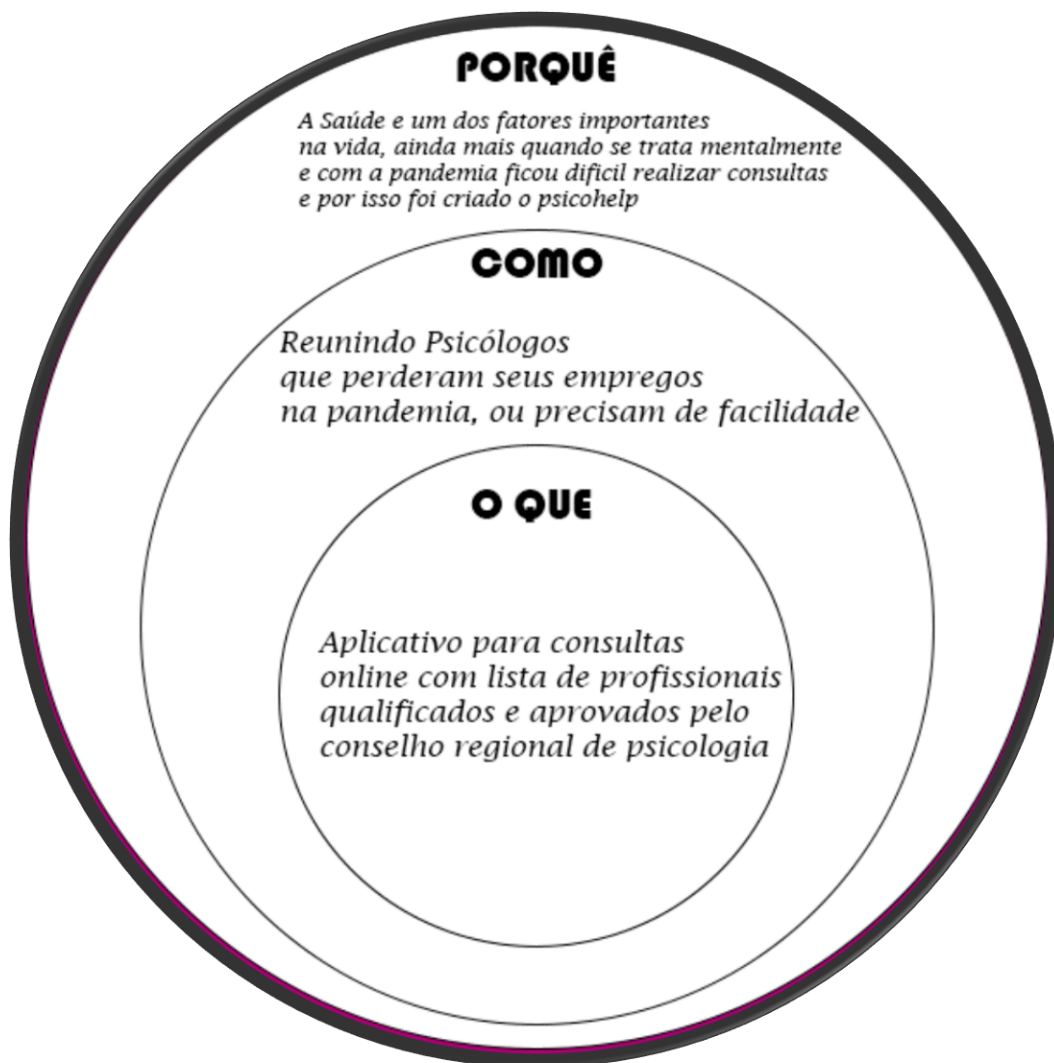
Figura 2: Mapa de Atores



Fonte: PsicoHelp, 2021

E o Golden Circle de acordo com o Portal Neilpatel (2019) “é uma metodologia que ajuda empresas e líderes a encontrarem o seu propósito e gerarem impacto. Por meio de três perguntas (Por quê? Como? O quê? - Nessa ordem), o conceito busca criar valor, engajar o público com uma causa e inspirar pessoas.”

Figura 3: Golden Circle



4.3 Cardápio de Ideias

Pelo Portal MJV Team, “O cardápio de ideias consiste na montagem de um catálogo com a síntese das ideias geradas até então. O objetivo é começar a organizar os insights e torná-los visíveis e compreensíveis para todos.” Este quadro foi de extrema utilidade para a equipe, pois assim organizamos tudo que queremos ou já alcançamos.

Quadro 4: Cardápio de Ideias

OBJETIVOS	IDEIAS BASE (PARA ATINGIR OBJETIVOS)
Unir um conjunto de Psicólogos para a realização do projeto.	Divulgar o projeto nas universidades com o curso de psicologia e utilizando anúncios direcionados a esse público-alvo.
Facilitar a localização de profissionais próximos ou online	Reforçar e divulgar esse diferencial da aplicação em anúncios, ônibus e banners em ruas
Incentivar a prática de terapias, consultas com psicólogos.	Divulgar os preços promocionais, como os cupons e posts auto culturais incentivando a prática da terapia.
Realocar profissionais.	Readaptar os Profissionais para esse mundo digital através de tutoriais e dicas para suas consultas darem certo, assim como equipamentos baratos e muito mais.
Facilitar o acesso aos psicólogos;	Ressaltar os tutoriais de uso e promoções para que todos possam ter acesso.
Ações sociais para as escolas;	Parceria e compartilhamento de descontos para alunos de escolas parceiras, com premiações para os

	profissionais que mais fizeram essas ações sociais.
Nova maneira de consultas psicológicas.	Mostrar em faculdades através de palestras e comerciais a facilidade que é utilizar o ambiente online e como rapidamente posso marcar uma consulta e fazer tudo isso na palma da mão.

Fonte: PsicoHelp (2021)

4.4 Critérios para Desenvolvimento do Projeto

Para o êxito do projeto, é fundamental a prática desses fatores:

- Segurança na Plataforma (SSL);
- Psicólogos Qualificados e Aprovados;
- Acessibilidade;
- Publicidade;
- Minimalista e fácil de usar;

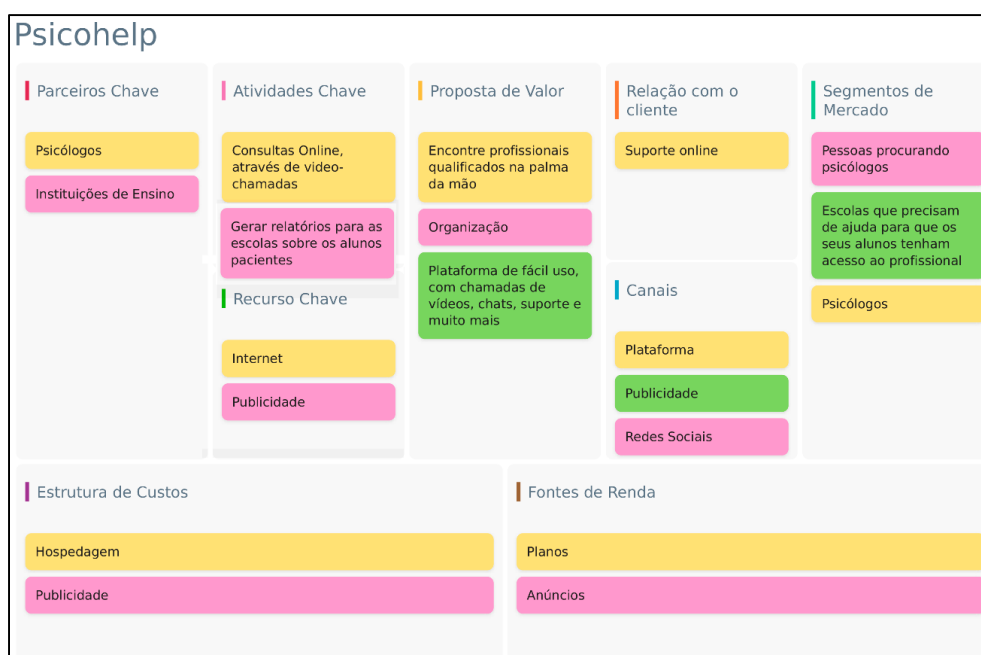
5 ASPECTOS ESTRATÉGICOS

5.1 Canvas

De acordo com Robson Camargo, “O método Canvas é uma ferramenta para inovação de modelos de negócios, que pode ser utilizada na criação de uma nova empresa ou em uma organização centenária, basta que seus gestores estejam dispostos a pensar colaborativamente em busca de novas soluções para os seus problemas.” (2019).

O modelo de negócio abaixo foi utilizado para a organização das ideias e para entendermos os principais aspectos de cada uma. Foi uma ótima ferramenta para o desenvolvimento do projeto.

Figura 4: Canvas



Fonte: PsicoHelp, 2021

5.1.1 Público-alvo

O projeto tem como o foco as pessoas que desejam ter acesso e realizar consultas terapêuticas a distância, e para os profissionais Psicólogos que pararam com a sua atividade ou não possuem facilidade em encontrar uma boa plataforma, a plataforma conta com chamadas de vídeo ao vivo, layout simples e fácil de usar.

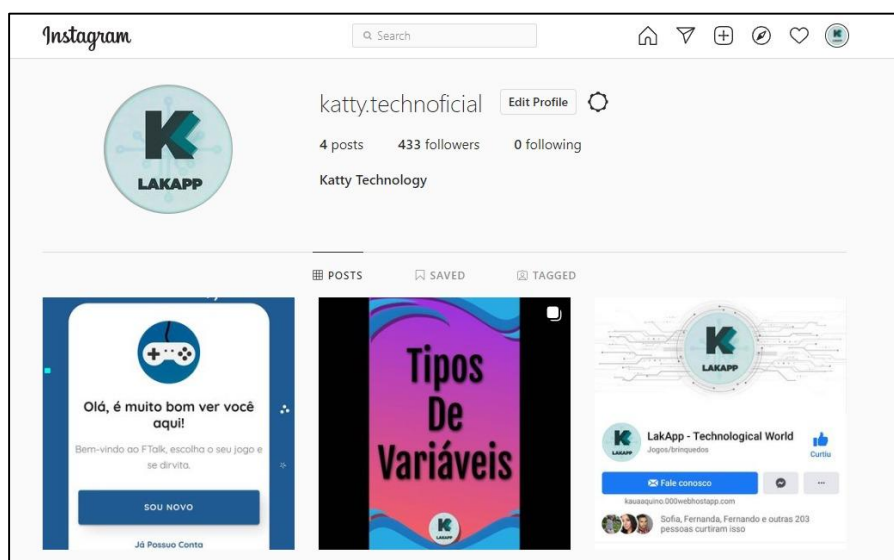
5.1.2 Proposta de Valor

O principal objetivo é as consultas, e o acesso dos profissionais podendo haver cobranças por sessões, ou através de cupons educacionais e promocionais, ambiente totalmente seguro com certificados de segurança.

5.1.3 Canais de Comunicação

Divulgações através da rede social Instagram, além de plataformas de anúncios como o ADS e o Facebook ADS, com parâmetros para captar o nosso público-alvo. Os profissionais também podem divulgar seu código de indicação, ele receberá pontos que podem ser resgatados por planos, e produtos.

Figura 5: Instagram



Fonte: PsicoHelp(2021)

5.1.4 Relacionamento com o Cliente

Pelas redes sociais é possível entrar em contato com o suporte, além do e-mail e o botão para de ajuda presente na tela de configurações da conta, assim com tantas possibilidades conseguiremos solucionar os problemas dos nossos clientes.

5.1.5 Fonte de Receitas

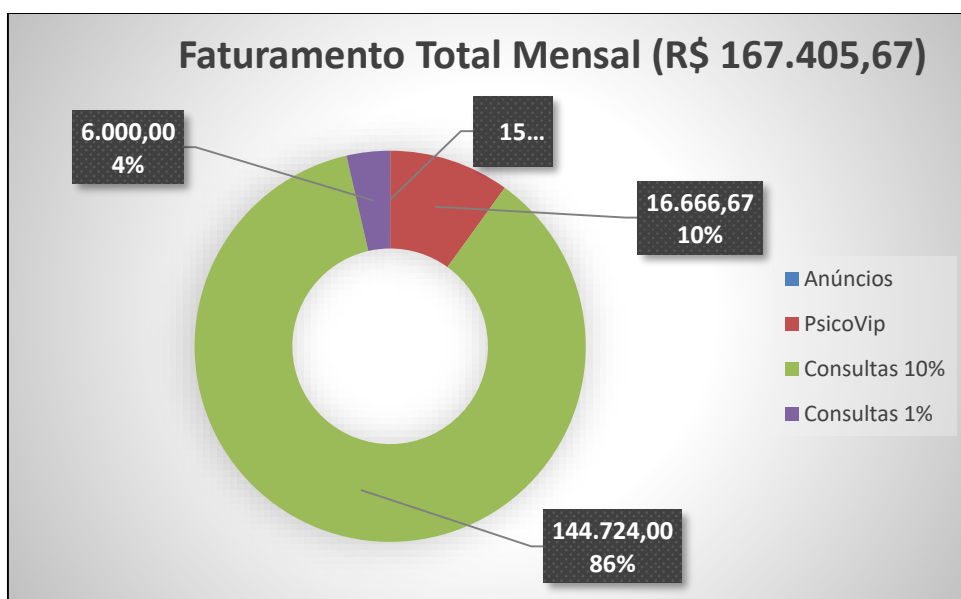
Para calcular as nossas receitas foram estimativas através de Profissionais existentes e qualificados em São Paulo que são 409.448 psicólogos registrados

oficialmente, desse montante queremos atingir 341 por mês deles e por ano 4094 e uma pequena parcela da população de São Paulo para os clientes 0,001% de 12.000.000 atingindo por mês 1.000 pessoas e anualmente 12.000 pessoas, estimamos que 50 pessoas clicariam por mês em anúncios e ganharíamos R\$ 15,00 reais no total, uma porcentagem de 10% por consulta realizada ao psicólogo sem plano e sem nenhum feito social, com uma estimativa de 24.121 consultas por mês com faturamento de R\$ 144.724,00 Reais e 1% dos profissionais com feito social resultando em 10.000 consultas com faturamento de R\$ 6.000 por mês e planos anuais/mensais com benefícios na plataforma para o psicólogo, onde ele não precisara perder a porcentagem por cada consulta e no fim vai ter um lucro bem maior do que se estivesse pagando pela porcentagem onde pensamos atingir 100 profissionais por mês resultando em R\$ 16.666,67 Reais por Mês, totalizando um faturamento de R\$ 167.405,67 Reais por Mês.

Para calcular as vendas e anúncios foi usado esses seguintes preços:

- View/Click por Anúncio – R\$ 0,30.
- PsicoVip – R\$ 2.000 Por ano ou 166 por Mês.
- Consultas 10% - 10% do Valor (estimado em 60).
- Consultas 1% - 1% do Valor (estimado em 0,6).

Gráfico 26: Faturamento Total Mensal



Fonte: PsicoHelp(2021)

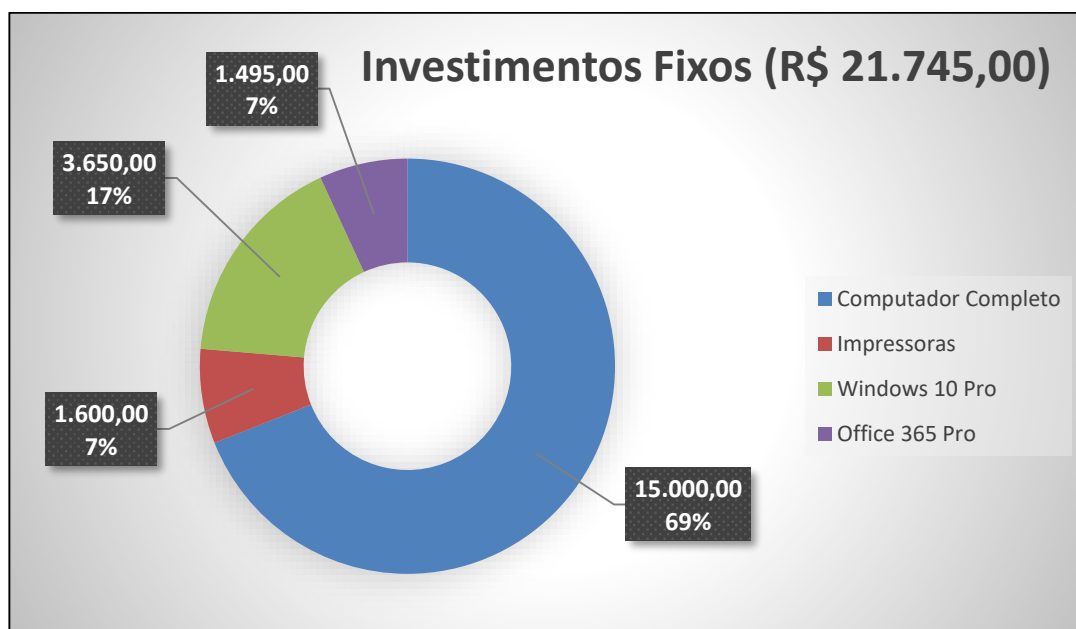
5.2 Recursos Necessários

Para o projeto ser iniciado e mantido, são precisos alguns investimentos, que serão detalhados nos próximos tópicos.

5.2.1 Investimentos Fixos

De acordo com o portal contabilizei “O investimento fixo corresponde a toda parte de infraestrutura necessária para que o seu negócio funcione.” (2021). A PsicoHelp vai necessitar de Computadores e Impressoras para os profissionais da equipe, também do sistema operacional Windows 10 e o Office 365, um para cada máquina, totalizando R\$ 21.745,00.

Gráfico 27: Investimentos Fixos

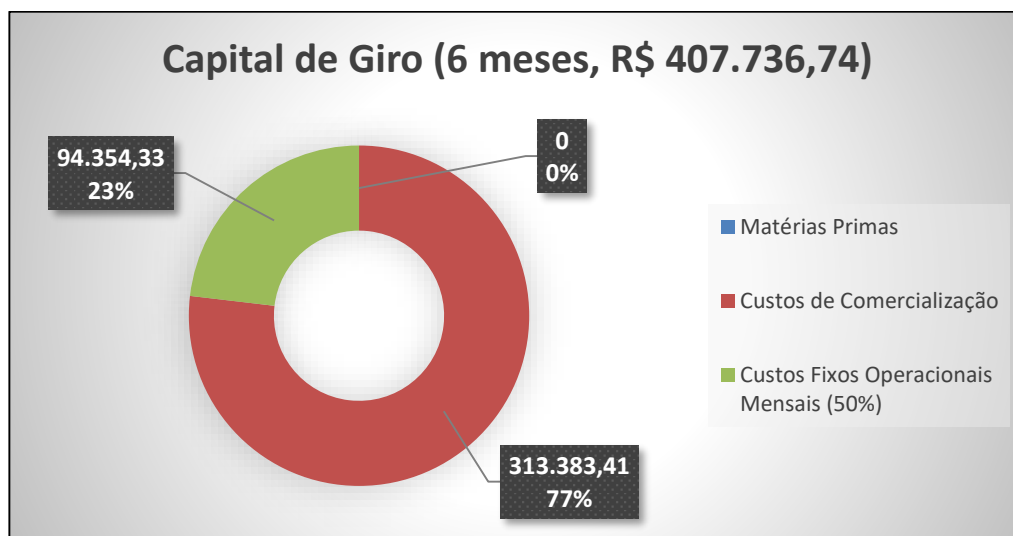


Fonte: PsicoHelp (2021)

5.2.2 Capital de Giro

De acordo com o portal Remessa Online “O capital de giro é o dinheiro necessário para manter o empreendimento e garantir a continuidade da empresa. Ele engloba todos os valores em caixa, depositados em contas bancárias e contas a receber, além de outras obrigações pendentes que podem ser convertidas em dinheiro para quitar as despesas empresariais.” (2020). Em um período de seis meses, a PsicoHelp precisará de R\$ 407,736.74 para o capital de giro.

Gráfico 28: Capital de Giro (6 meses)

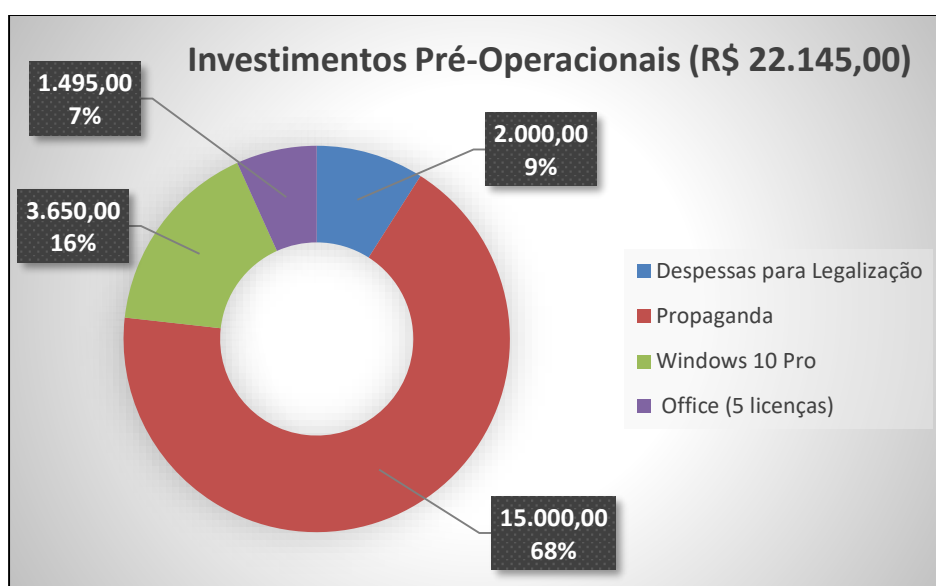


Fonte: PsicoHelp (2021)

5.2.3 Investimentos Pré-Operacionais

De acordo com o portal educação, os Investimentos Pré-Operacionais são descritos da maneira seguinte: “Compreendem todos os gastos realizados antes do início das atividades da empresa, isto é, antes que o negócio abra as portas e comece a faturar. Exemplo: despesas com reforma de imóveis, taxas para registro da empresa etc.” (2018). Em um período de seis meses, a PsicoHelp precisará de um investimento de R\$ R\$ 22,145.00 para iniciar suas atividades.

Gráfico 29: Investimentos Pré-Operacionais

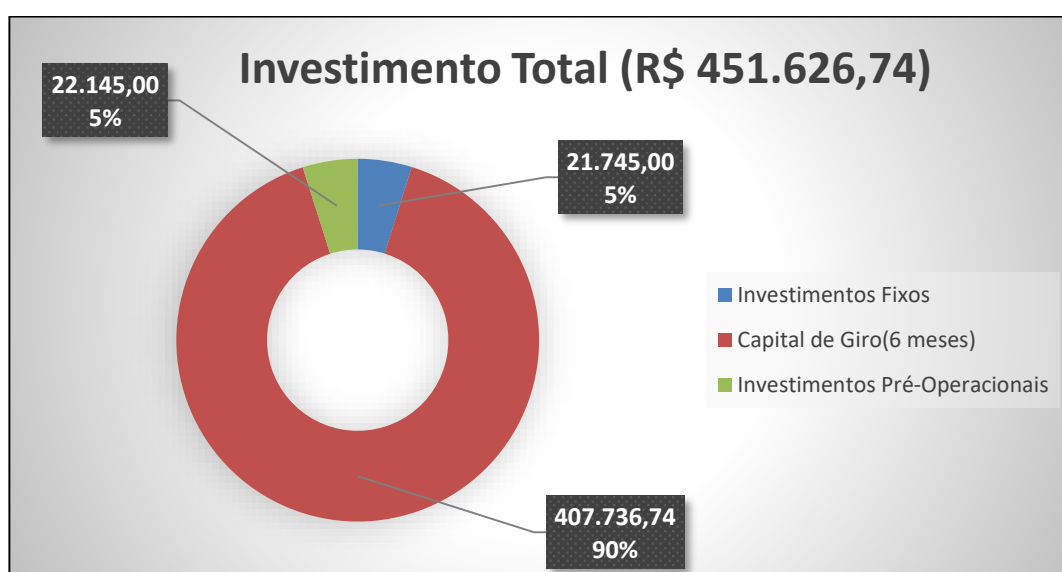


Fonte: PsicoHelp (2021)

5.2.4 Investimento Total

É a junção de todos os valores necessários para a PsicoHelp surgir e se manter, os valores somados para a PsicoHelp por seis meses são de R\$ 451,626.74, sendo 90% do Capital de Giro (R\$ 407,736.74), 5% dos Investimentos Fixos (R\$ 21,745.00) e 5% dos Investimentos Pré-Operacionais (R\$ 22,145.00). Mas caso não tenha todo esse valor, ainda sim é possível iniciar as atividades.

Gráfico 30: Investimento Total



Fonte: PsicoHelp, 2021

5.3 Principais Atividades

Atualização do aplicativo para a correção dos possíveis Bugs, geração de conteúdo para o blog e as redes sociais, monitorar as consultas, monitorar o suporte para auxiliar ao máximo os usuários e manter uma boa relação com eles.

5.4 Parceiros

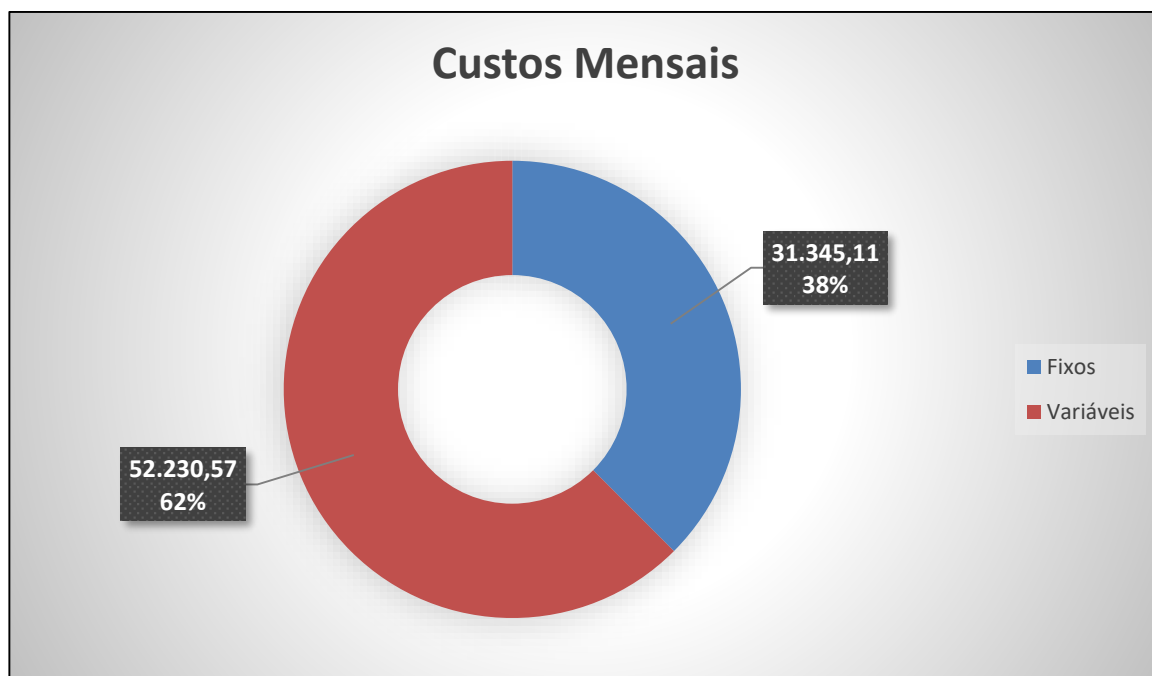
O projeto precisa ter como parceiro os profissionais para que possam atuar na plataforma e escolas/instituições para que eles possam distribuir as promoções de gratuidade do aplicativo, gerando assim oportunidade para as pessoas que não

podem pagar pelo serviço, o dinheiro iria ser retirado do lucro da equipe, no máximo 10% por mês.

5.5 Estrutura de Custos

De acordo com o portal Nuvem a estrutura de custos “É um dos aspectos que deve ser levantado quando se elabora o modelo de negócios de uma empresa. Essa estrutura deve contemplar todos os custos necessários para que seu empreendimento possa funcionar e oferecer o que se propõe ao público.”. Veja abaixo o gráfico detalhando os custos mensais do projeto.

Gráfico 31: Custos Mensais



Fonte: PsicoHelp, 2021

6 PROTÓTIPO

Neste capítulo será ressaltado a projeção de construção do futuro projeto, destacando protótipos, mapas de funções, casos de usos e o que vai ser necessário para a criação da aplicação.

De acordo com o portal Cysneiros (2018), “a prototipagem é uma comunicação, onde cada protótipo torna as ideias atuais visíveis e tangíveis e, portanto, permite que sejam discutidas. Ou seja, a prototipação possibilita a participação dos utilizadores finais (clientes ou usuários) desde o início do processo de inovação”.

6.1 Materiais e recursos necessários para o projeto

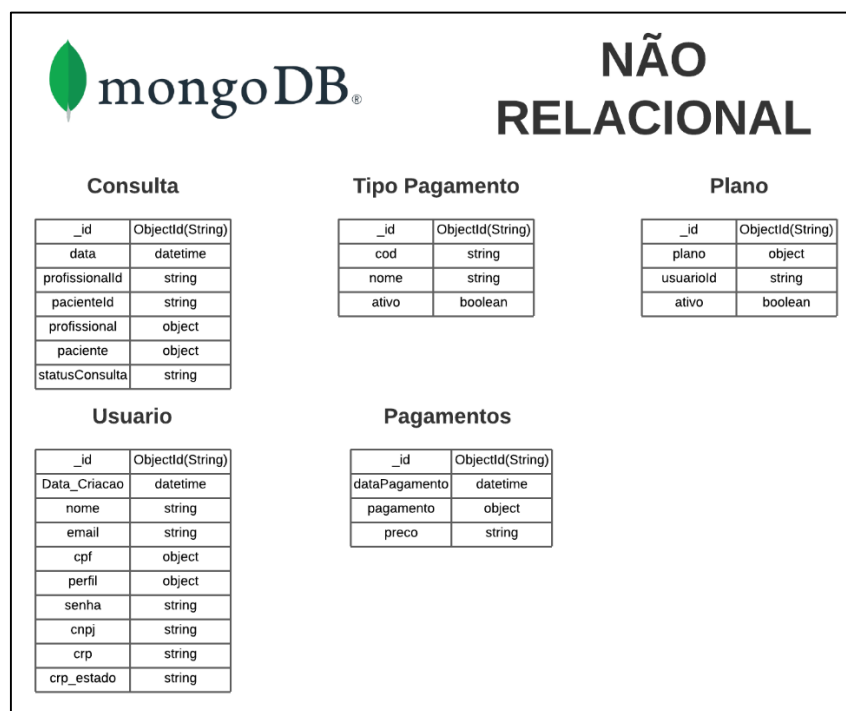
Para a realização do projeto é necessário um servidor que suporte o NodeJs e o Banco de dados não relacional MongoDB para suportar nossa aplicação e seus devidos micro serviços, também precisaremos de um domínio para a máquina, conhecimento em programação, UX/UI e em segurança para manter a máquina protegida.

6.2 Modelagem de Banco de Dados

De acordo com o portal ESR (2020), “A Modelagem de banco de dados é o processo de levantamento, análise, categorização e exploração de todos os dados e tipos de informações que irão sustentar uma aplicação. Esta é uma etapa primordial no trabalho do desenvolvimento de sistemas, porque todo software é criado com determinados objetivos, para atender às necessidades dos usuários dentro deste cenário.”

É a fase inicial da criação do banco de dados e onde organizamos todos os dados e os tipos dele, no caso do PsicoHelp é um banco não relacional, onde a lógica acontece por parte do código.

Figura 6: Modelagem Conceitual do Banco de Dados

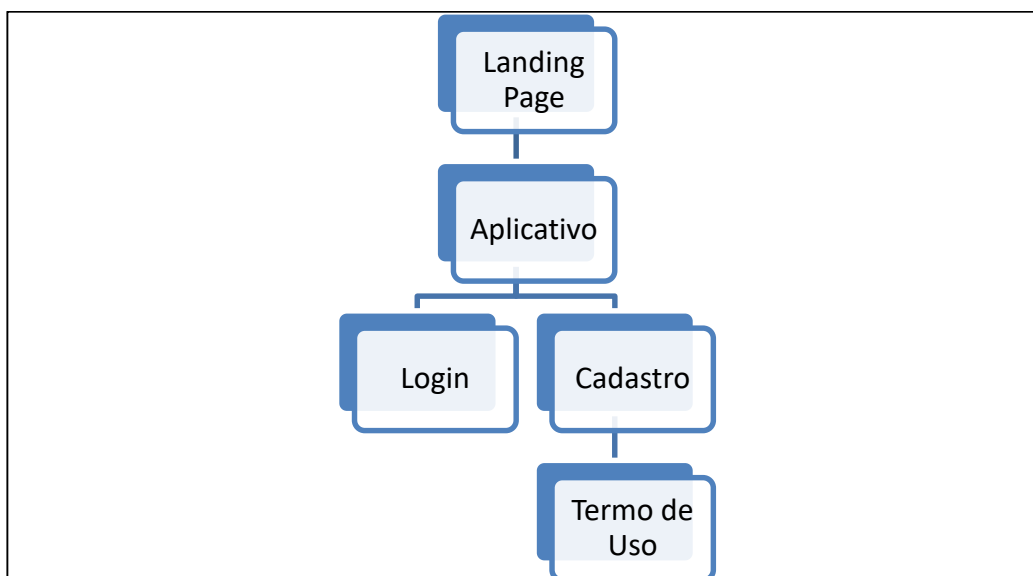


Fonte: Autoria Própria, 2021

O modelo conceitual é um mapa do banco de dados mostrando as informações de cada tabela, no nosso caso não há a ligação entre as tabelas por não ser relacional, mas por exemplo na tabela Usuário é guardado o CRP do psicólogo, enquanto na Tabela plano podemos ter acesso aos usuários que pagam o seu vip, entre outras coisas, em Modelos de banco relacionais possuiríamos o modelo lógico, porém no nosso caso não será necessário.

6.3 Mapa do site com todas as funções

O mapa do site é um elemento que demonstra o resultado esperado, as páginas do projeto, de acordo com o Portal Netzee (2019) “O sitemap é como um mapa desenhado que representa um processo como se fosse um organograma hierárquico. Nele estão contidas informações que mostram o caminho correto a ser percorrido pelos robôs do Google que leem os sites.”

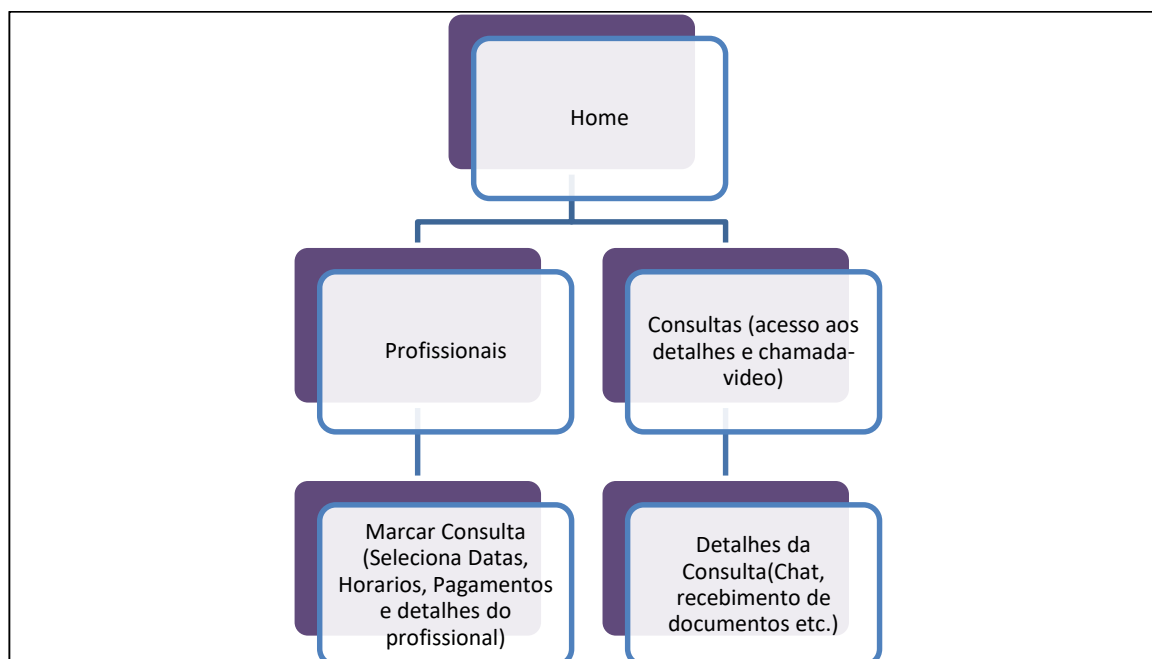
Figura 7: Mapa do Site para usuário não logado

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 8: Mapa do site para Psicólogo Logado

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 9: Mapa do Paciente Logado



Fonte: PsicoHelp (2021)

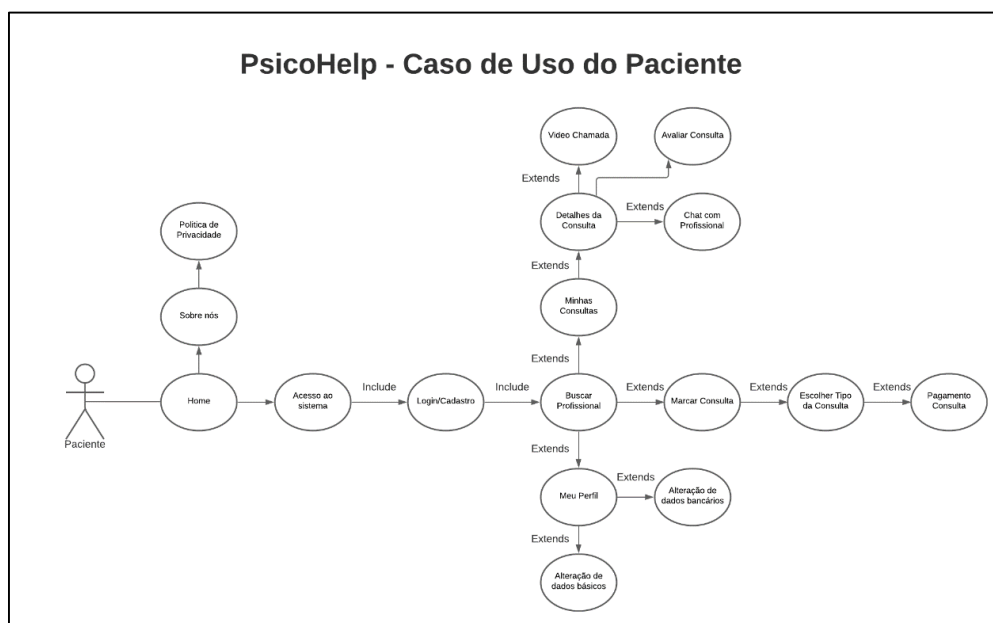
Dividimos os mapas entre o usuário não logado e a divisão dos perfis logados, Roxo representando o paciente, azul não logado e laranja para psicólogo logado.

6.4 Caso de Uso

De acordo com o Portal Ateomomento (2016),” O Diagrama de Caso de Uso serve para representar como os casos de uso interagem entre si no sistema e com os usuários (atores), ou seja, como as funcionalidades se relacionarão umas com as outras e como serão utilizadas pelo usuário, durante o uso do sistema.”

O seguinte Caso de Uso é o do Paciente, quando acessar ele terá o acesso a busca de profissionais, marcar consultas, o perfil, as consultas, chamadas de vídeo, detalhes, avaliações, e muito mais.

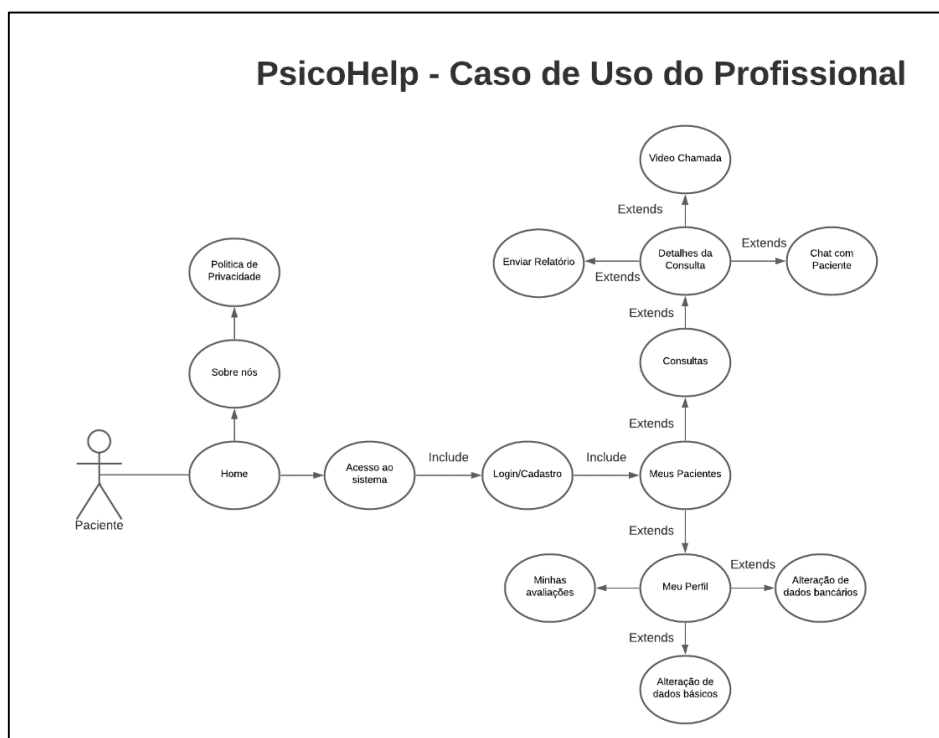
Figura 10: Caso de Uso do Paciente



Fonte: PsicoHelp (2021)

O próximo Caso de Uso é do Profissional, ele possui acesso as consultas podendo recusar e aprovar as mesmas além de entrar na chamada de vídeo e acessar os detalhes dela para enviar documentos, mensagens etc.

Figura 11: Caso de Uso do Profissional



Fonte: PsicoHelp (2021)

6.5 Telas do protótipo do site

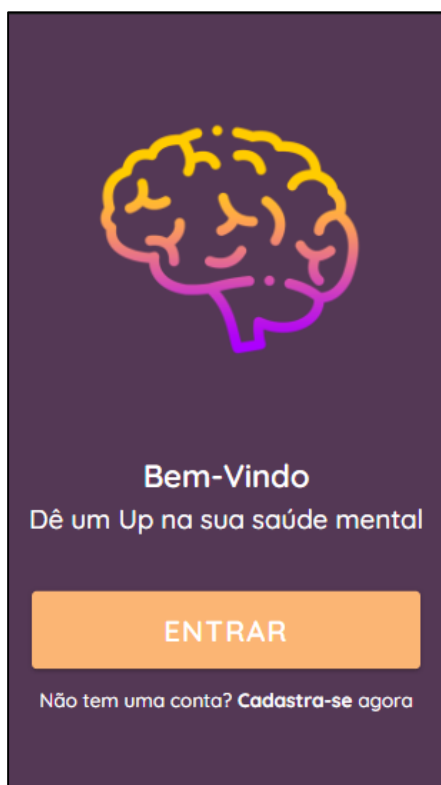
Nas primeiras imagens a seguir é referente a Landing Page ressaltando o botão para acessarem o aplicativo, nas quatro próximas imagens temos o Login, Cadastro e a tela inicial da aplicação.

Figura 12: Landing Page



Fonte: PsicoHelp(2021)

Figura 13: Tela Inicial



Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 14: Seleção PerfilA mobile app screen with a dark purple background. At the top center is a stylized brain icon with yellow and purple outlines. Below it, the text "Escolha o seu Perfil" is displayed in white, followed by the subtitle "Defina aqui o tipo da sua conta" in a smaller white font. There are two orange buttons stacked vertically. The first button contains a black icon of a person with a plus sign and the text "PSICÓLOGO". The second button contains a black icon of a person and the text "PACIENTE". At the bottom of the screen, the text "Já possui uma conta? Entre agora" is displayed in white.

Escolha o seu Perfil

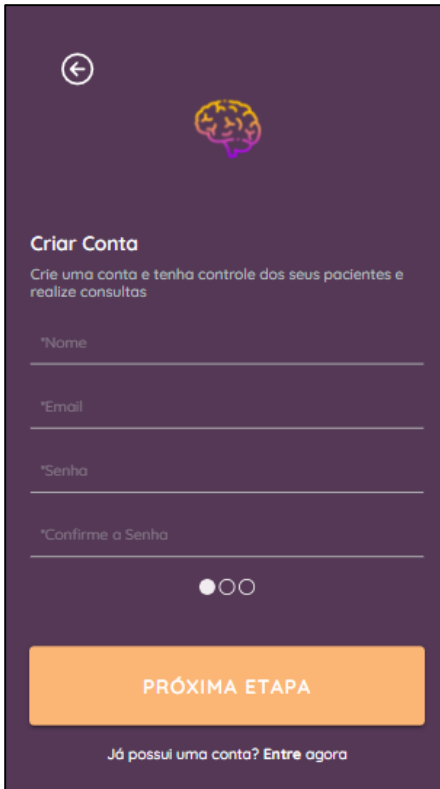
Defina aqui o tipo da sua conta

PSICÓLOGO

PACIENTE

Já possui uma conta? Entre agora

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 15: Criar ContaA mobile app screen with a dark purple background. At the top left is a white back arrow icon. At the top center is a stylized brain icon with yellow and purple outlines. Below it, the text "Criar Conta" is displayed in white, followed by the subtitle "Crie uma conta e tenha controle dos seus pacientes e realize consultas" in a smaller white font. There are four white input fields stacked vertically, each with a label above it: "Nome", "Email", "Senha", and "Confirme a Senha". Below the input fields are three small white circles, with the first one filled. At the bottom of the screen, there is an orange button with the text "PRÓXIMA ETAPA" in white. Below the button, the text "Já possui uma conta? Entre agora" is displayed in white.

Criar Conta

Crie uma conta e tenha controle dos seus pacientes e realize consultas

*Nome

*Email

*Senha

*Confirme a Senha

● ○ ○

PRÓXIMA ETAPA

Já possui uma conta? Entre agora

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 16: LoginThe image shows a mobile app login screen with a dark purple background. At the top center is a stylized brain icon with yellow and purple colors. Below it, the word "Entrar" is written in white. Underneath is a subtitle in white: "Entre agora, marque uma consulta com os melhores profissionais". There are two input fields: "Email ou CPF" and "Senha", both with white text and light purple borders. Below the input fields is a large orange button with the word "ENTRAR" in white capital letters. At the bottom, there is a link in white text: "Não tem uma conta? Cadastre-se agora".

Entrar

Entre agora, marque uma consulta com os melhores profissionais

Email ou CPF

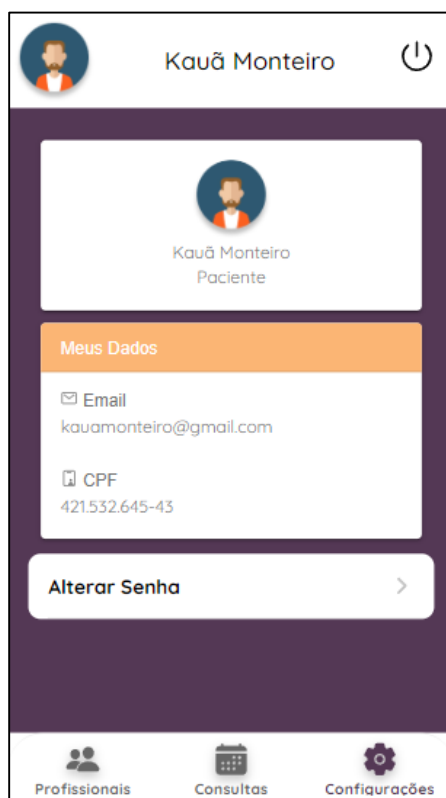
Senha

ENTRAR

Não tem uma conta? [Cadastre-se agora](#)

Fonte: PsicoHelp (2021)

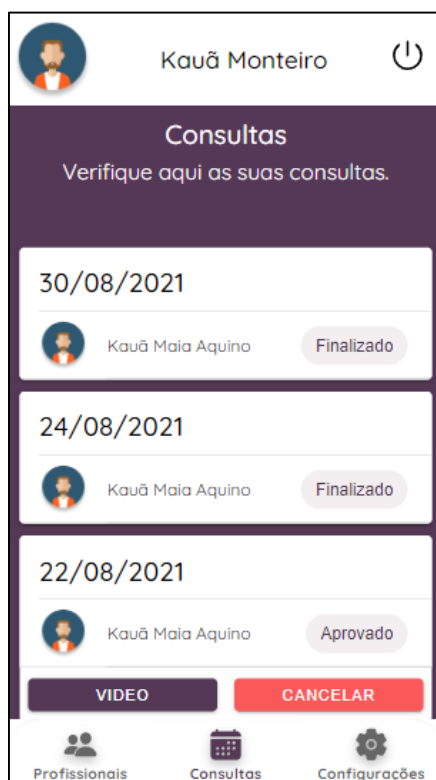
Nas próximas quatro imagens veremos as telas disponíveis para o Paciente logado como marcar consulta, chamada de vídeo, perfil, alterar a senha, profissionais etc. Com um layout simples e fácil de usar com textos apontados sobre as páginas e muito mais.

Figura 17: Perfil Paciente

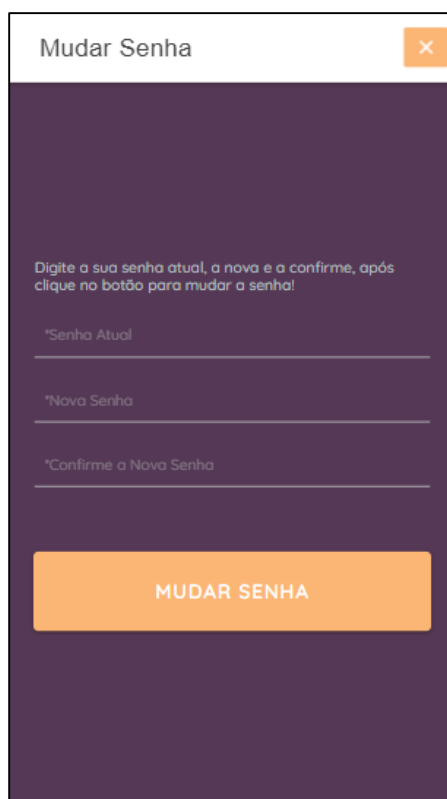
Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 18: Profissionais Paciente

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 19: Consultas Profissional

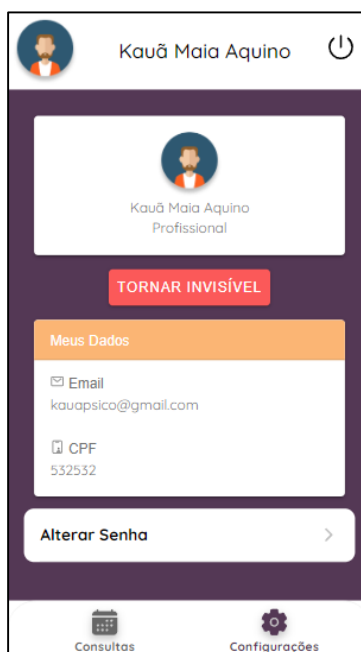
Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 20: Mudar Senha

Fonte: PsicoHelp (2021)

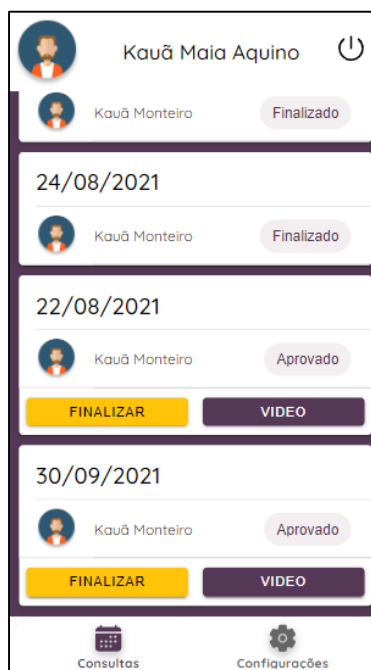
As Próximas são do Profissional logado, consultas onde ele pode cancelar, aceitar, acessar a chamada de vídeo e muito mais, e a tela do perfil onde pode se ver alguns dados, e alterar a senha.

Figura 21: Perfil Profissional



Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 22: Consultas Profissional



Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 23: Mudar Senha

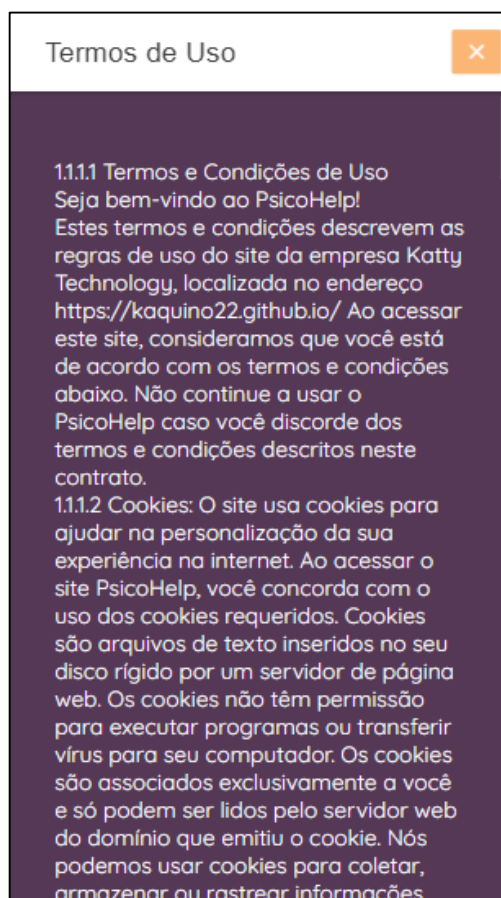
The image shows a mobile application interface for changing a password. At the top, there is a header bar with the text "Mudar Senha" and a close button (X). Below the header, there is a dark purple background with white text instructions: "Digite a sua senha atual, a nova e a confirme, após clique no botão para mudar a senha!". There are three input fields: "Senha Atual", "Nova Senha", and "Confirme a Nova Senha". At the bottom, there is a large orange button labeled "MUDAR SENHA".

Fonte: PsicoHelp (2021)

Apesar da simplicidade a lógica por trás das telas foram bem estruturadas, por ser um MVP ainda falta alguns detalhes como envio de documentos do profissional e afins, porém de acordo com o desenvolvimento as telas serão criadas e o mais breve possível publicadas. E abaixo vale ressaltar a tela presente nos perfis a chamada de vídeo.

Figura 24: Chamada de Vídeo

Fonte: PsicoHelp (2021)

Figura 25: Tela de Termos de Uso

Fonte: PsicoHelp (2021)

7 CONCLUSÃO

Diversas áreas atuais devem ser atualizadas e seguirem a tecnologia, a psicologia não fica fora dessas áreas, então de fato precisaria de uma plataforma fácil de usar e com opções que facilitariam a vida de todos, além de que com as divulgações ajudariam a diminuir a taxa de preconceito com terapia, e com as opções viáveis as pessoas passariam a usar e melhorariam gradativamente chamando e indicando a novas pessoas assim tornando o mundo um lugar melhor.

As pesquisas mostraram que realmente os profissionais diminuíram a prática dos seus serviços durante a quarentena e algumas pessoas deixaram ou nunca fizeram pelo motivo de locomoção ou falta de dinheiro, e a parte mais importante a aceitação do público, o aplicativo foi aceito tanto pelos profissionais, quanto pelos pacientes e pelas escolas, a projeção financeira é de um bom lucro, tem potencial de crescimento.

Com todos os fatos levantados o PsicoHelp conseguiria facilmente suprir a necessidade geral dos usuários, com a chamada de vídeo a distância deixaria de ser um problema, com os atos solidários e a distribuição de cupons fariam que pessoas terem acesso a terapia e as escolas teriam facilidade em notar problemas em seus alunos, com isso conclui-se que o projeto é de fato viável e operável.

BIBLIOGRAFIA

Frases Famosas. **FRASE DE AUGUSTO CURY.** Disponível em:

<https://www.frasesfamosas.com.br/frase/augusto-cury-1-antidepressivos-tratam-a-dor-depres/>. Acesso em 23/05/2021.

Andréa Carla Ferreira de Oliveira. **PSICOLOGIA GERAL.** Disponível em:

http://redeetec.mec.gov.br/images/stories/pdf/eixo_amb_saude_seguranca/tec_seguranca/psicologia/061112_psic_a01.pdf. Acesso em 23/05/2021.

Organização Pan-Americana da Saúde. **Saúde mental dos adolescentes.**

Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>.

Acesso em 23/05/2021.

UNIFESP. **Quais os principais efeitos da pandemia na saúde mental?** Disponível

em: [https://www.unifesp.br/reitoria/dci/noticias-anteriores-dci/item/4395-quais-os-principais-efeitos-da-pandemia-na-saude-](https://www.unifesp.br/reitoria/dci/noticias-anteriores-dci/item/4395-quais-os-principais-efeitos-da-pandemia-na-saude-mental#:~:text=A%20primeira%20fase%20%C3%A9%20caracterizada,e%20distanciamento%20do%20contato%20f%C3%ADsico)

[mental#:~:text=A%20primeira%20fase%20%C3%A9%20caracterizada,e%20distanciamento%20do%20contato%20f%C3%ADsico](https://www.unifesp.br/reitoria/dci/noticias-anteriores-dci/item/4395-quais-os-principais-efeitos-da-pandemia-na-saude-mental#:~:text=A%20primeira%20fase%20%C3%A9%20caracterizada,e%20distanciamento%20do%20contato%20f%C3%ADsico). Acesso em 23/05/2021.

Instituto Federal do Rio Grande do Norte. **PSICOLOGIA – UMA INTRODUÇÃO.**

Disponível em:

<https://memoria.ifrn.edu.br/bitstream/handle/1044/876/Material.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 23/05/2021.

Meu Sucesso. **O QUE É DESIGN THINKING: CONCEITOS E DEFINIÇÕES.**

Disponível em: <https://meusuccesso.com/artigos/inovacao-e-tecnologia/o-que-e-design-thinking-conceitos-e-definicoes-132/>. Acesso em: 23/05/2021

MJV Team. **DESIGN THINKING: O QUE SÃO CADERNOS DE SENSIBILIZAÇÃO.**

Disponível em: [https://www.mjvinnovation.com/pt-br/blog/design-thinking-que-sao-cadernos-](https://www.mjvinnovation.com/pt-br/blog/design-thinking-que-sao-cadernos-sensibilizacao/#:~:text=Nesse%20post%20voc%C3%AA%20vai%20conhecer%20os%20Cadernos%20de%20Sensibiliza%C3%A7%C3%A3o.&text=Os%20cadernos%20possibilitam%20coletar%20dados,ilustrar%20a%20aplica%C3%A7%C3%A3o%20desta%20t%C3%A9cnica)

[sensibilizacao/#:~:text=Nesse%20post%20voc%C3%AA%20vai%20conhecer%20os%20Cadernos%20de%20Sensibiliza%C3%A7%C3%A3o.&text=Os%20cadernos%20possibilitam%20coletar%20dados,ilustrar%20a%20aplica%C3%A7%C3%A3o%20desta%20t%C3%A9cnica](https://www.mjvinnovation.com/pt-br/blog/design-thinking-que-sao-cadernos-sensibilizacao/#:~:text=Nesse%20post%20voc%C3%AA%20vai%20conhecer%20os%20Cadernos%20de%20Sensibiliza%C3%A7%C3%A3o.&text=Os%20cadernos%20possibilitam%20coletar%20dados,ilustrar%20a%20aplica%C3%A7%C3%A3o%20desta%20t%C3%A9cnica). Acesso em 23/05/2021

MJV Team. **DESIGN THINKING: COMO ANALISAR A JORNADA DO USUÁRIO.**

Disponível em: <https://www.mjvinnovation.com/pt-br/blog/design-thinking-como-analisar-a-jornada-do-usuario/#:~:text=No%20processo%20de%20Design%20Thinking,depois%20da%20compra%20e%20utiliza%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em 23/05/2021

Hospital Oswaldo Cruz. **“COISA DE GENTE DOIDA”: POR QUE A TERAPIA AINDA É VISTA COM PRECONCEITO?** Disponível em:

<https://www.hospitaloswaldocruz.org.br/imprensa/noticias/coisa-de-gente-doida-por-que-terapia-ainda-e-vista-com-preconceito>. Acesso em 23/05/2021

Maria Fernanda Garcia. **“DESPREZADOS: QUASE 40 MILHÕES DE PESSOAS VIVEM NA MISÉRIA NO BRASIL”.** Disponível em:

<https://observatorio3setor.org.br/noticias/desprezados-quase-40-milhoes-de-pessoas-vivem-na-miseria-no-brasil/#:~:text=Isso%20corresponde%20a%2039%2C9,dados%20do%20Minist%C3%A9rio%20da%20Cidadania>. Acesso em 23/05/2021

Biblioteca Virtual em Saúde. **“SAÚDE MENTAL E A PANDEMIA DE COVID-19”.**

Disponível em: <http://bvsmis.saude.gov.br/ultimas-noticias/3427-saude-mental-e-a-pandemia-de-covid-19>. Acesso em 23/05/2021

Portal Liga Insights. **“O QUE É, AS 5 ETAPAS E COMO APLICAR O DESIGN THINKING”.** Disponível em: <https://insights.liga.ventures/inovacao/design-thinking/>.

Acesso em 17/08/2021

MJV Team. **“As 3 fases do Design Thinking: Ideação”.** Disponível em:

<https://www.mjvinnovation.com/pt-br/blog/fases-do-design-thinking-ideacao/>. Acesso em 17/08/2021.

Portal FM2S. **“Diagrama de Afinidades: como fazer um para o seu Projeto”.**

Disponível em: <https://www.fm2s.com.br/diagrama-de-afinidades/>. Acesso em 17/08/2021

Portal FM2S. **“Mapa de Empatia: O primeiro passo no Design Thinking”.**

Disponível em: <https://www.fm2s.com.br/mapa-de-empatia-o-primeiro-passo-no-design-thinking/>. Acesso em 20/08/2020

Portal Insights Liga. “**Ideação: o que é, conceito e como realizar na prática**”.

Disponível em: <https://insights.liga.ventures/inovacao/ideacao/>. Acesso em 26/09/2021

Cayo Woebcken. **O que é brainstorming e as 7 melhores técnicas para a tomada de decisões inteligentes**. Disponível em:

<https://rockcontent.com/br/blog/brainstorming/> Acesso em: 26/09/2021

Portal Bicicleta Nos Planos. “**Apoios e parcerias – Porque e como buscar: o Mapa de Atores favoráveis e desfavoráveis**”. Disponível em:

<http://bicicletanosplanos.org/como-fazer-na-sua-cidade/ot-mapa-atores/>. Acesso em 26/09/2021

Portal NeilPatel. “**Golden Circle: O Que É, qual a Importância e Como Aplicar**”.

Disponível em: <https://neilpatel.com/br/blog/golden-circle/>. Acesso em 26/09/2021

Robson Camargo. “**O que é Canvas? E como pode auxiliar em seus projetos?**”.

Disponível em: <https://robsoncamargo.com.br/blog/O-que-e-Canvas>. Acesso em 29/09/2021

Portal Remessa Online. “**Entenda o que é capital de giro e qual sua**

importância”. Disponível em: <https://www.remessaonline.com.br/blog/o-que-e-capital-de-giro/> Acesso em 29/09/2021

Portal Contabilizei “**Investimento inicial de uma empresa – O que é? Como calcular**”.

Disponível em: <https://www.contabilizei.com.br/contabilidade-online/investimento-inicial-de-uma-empresa>. Acesso em 29/09/2021

Portal Educação “**Planejamento Financeiro - Investimento**”. Disponível em:

<https://siteantigo.portaleducacao.com.br/conteudo/artigos/administracao/planejamento-financeiro-investimento/61571>. Acesso em 29/09/2021

Portal Nuvem “**O que é e como planejar a estrutura de custos do seu e-commerce?**”.

Disponível em: <https://www.nuvemshop.com.br/blog/planejar-estrutura-de-custos-ecommerce/#:~:text=Estrutura%20de%20custos%20%C3%A9%20um,que%20se%20prop%C3%B5e%20ao%20p%C3%ABlico>. Acesso em 29/09/2021

Portal Cysneiros “**Ideação e Prototipação no Design Thinking**”. Disponível em: <https://cysneiros.com.br/ideacao-e-prototipacao-no-design-thinking/>. Acesso em: 20/10/2021

Portal ESR “**O que é a modelagem de banco de dados e quais os seus principais conceitos**” Disponível em: <https://esr.rnp.br/governanca-de-ti/o-que-e-a-modelagem-de-banco-de-dados-e-quais-os-seus-principais-conceitos/>. Acesso em 27/10/2021

Portal Ateomomento “**Entendendo definitivamente o que é um Caso de Uso**”. Disponível em: <https://www.ateomomento.com.br/o-que-e-caso-de-uso/>. Acesso em 27/10/2021

Portal Netzee “**O que é Sitemap? Por que usar e como criar para o meu site**”. Disponível em: <https://blog.netzee.com.br/o-que-e-sitemap-por-que-usar-e-como-criar-para-o-meu-site/>. Acesso em 27/10/2021

8 Termos de Uso e de Privacidade

1.1.1.1 Termos e Condições de Uso

Seja bem-vindo ao PsicoHelp!

Estes termos e condições descrevem as regras de uso do site da empresa Katty Technology, localizada no endereço <https://kaquino22.github.io/>

Ao acessar este site, consideramos que você está de acordo com os termos e condições abaixo. Não continue a usar o PsicoHelp caso você discorde dos termos e condições descritos neste contrato.

1.1.1.2 Cookies:

O site usa cookies para ajudar na personalização da sua experiência na internet. Ao acessar o site PsicoHelp, você concorda com o uso dos cookies requeridos.

Cookies são arquivos de texto inseridos no seu disco rígido por um servidor de página web. Os cookies não têm permissão para executar programas ou transferir vírus para seu computador. Os cookies são associados exclusivamente a você e só podem ser lidos pelo servidor web do domínio que emitiu o cookie.

Nós podemos usar cookies para coletar, armazenar ou rastrear informações para finalidades estatísticas e mercadológicas do nosso site. Você tem a opção de aceitar ou rejeitar os cookies opcionais. Existem alguns cookies obrigatórios, que são necessários para o funcionamento de nosso site. Esses cookies obrigatórios são requerem seu consentimento. Por favor tenha em mente que, ao aceitar os cookies obrigatórios, você também estará aceitando cookies de terceiros, que podem ser usados por terceiros caso você utilize serviços fornecidos por eles em nosso site – por exemplo, uma janela de reprodução de vídeo fornecida por empresas terceiras e integrada ao nosso site.

1.1.1.3 Licença:

Exceto em casos em que for indicado o contrário, Katty Technology e seus licenciados têm direito à propriedade intelectual de todo o material postado no PsicoHelp. Todos os direitos à propriedade intelectual são reservados.

Você não tem permissão para:

- Copiar ou republicar materiais do PsicoHelp
- Vender, alugar ou sublocar materiais do PsicoHelp
- Reproduzir, duplicar ou copiar materiais do PsicoHelp
- Redistribuir conteúdos do PsicoHelp

Este Acordo terá efeito a partir da data presente.

Partes deste site oferecem ao usuário a oportunidade de postar e discutir opiniões e informações em determinadas áreas. Katty Technology não filtra, edita, publica ou revisa Comentários antes que eles sejam apresentados no site. Comentários refletem as opiniões da pessoa que os posta. Na extensão em que as leis aplicáveis permitem, Katty Technology não se responsabiliza legalmente pelos Comentários ou quaisquer danos, riscos ou despesas causadas ou sofridas como resultado do uso, e/ou postagem e/ou aparência dos Comentários deste site.

Katty Technology reserva para si o direito de recomer quaisquer Comentários que possa ser considerado inapropriado, ofensivo ou quebre os Termos e Condições deste contrato.

Você declara e garante que:

- Você tem o direito de postar Comentários em nosso site e tem todas as licenças e consentimentos para tal;
- Os Comentários não invadem qualquer propriedade intelectual, incluindo direitos autorais, patentes ou marcas registradas de terceiros;
- Os Comentários não contém material difamatório, injurioso, ofensivo, indecente ou de alguma forma ilícito, que é invasão de privacidade.
- Os Comentários não serão usados para solicitar ou promover negócios ou apresentar atividades comerciais ou atividades ilícitas.

Você por meio deste concede a Katty Technology a licença não-exclusiva de usar, reproduzir, editar e autorizar outros a usar, reproduzir ou editar qualquer um de seus Comentários em qualquer e todas as formas, formatos e mídias.

1.1.1.4 Criação de links para nosso conteúdo

As seguintes organizações podem criar links para nosso Site sem a necessidade de aprovação prévia por escrito:

- Agências governamentais;
- Mecanismos de busca;
- Organizações de mídia;
- Distribuidores de diretórios online podem inserir links para nosso Site na mesma maneira que inserem hiperlinks para Sites de outras empresas listadas; e
- Empresas credenciadas, exceto organizações angariantes sem fins lucrativos e grupos de arrecadação de fundos para instituições de caridade, que não podem inserir links para nosso Site sem aprovação prévia.

Essas organizações podem postar links para nossa página inicial, nossas publicações ou outras informações do Site, contanto que o link: (a) não seja, de forma alguma, enganoso; (b) não insinue falsamente a existência de uma relação de patrocínio, endosso, ou aprovação nossa a produtos e/ou serviços; e (c) seja apropriado ao contexto em que está sendo inserido.

Nós podemos considerar e aprovar solicitações de link feitas pelos seguintes tipos de organizações:

- fontes de informação bem conhecidas sobre produtos e negócios;
- sites comunitários ponto.com;
- associações e outros grupos que representem instituições de caridade;
- distribuidores de diretórios online;
- portais de internet;
- firmas de contabilidade, advocacia e consultoria; e
- instituições educacionais e associações de classe.

Nós vamos aprovar solicitações de link feitas pelos tipos de organização listados acima se julgarmos que: (a) o link não é desfavorável para nossa imagem e/ou para a imagem de empresas credenciadas; (b) a organização solicitante não possui histórico negativo conosco; (c) o benefício que ganhamos com a visibilidade

do link compensa a ausência do Katty Technology; e (d) o link será inserido em um contexto geral informativo.

Essas organizações podem postar links para nossa página inicial contanto que o link: (a) não seja, de forma alguma, enganoso; (b) não insinue falsamente a existência de uma relação de patrocínio, endosso, ou aprovação de produtos e/ou serviços da nossa parte; e (c) seja apropriado ao contexto em que está sendo inserido.

Se você representa uma das organizações listadas no parágrafo 2 acima e está interessado em postar um link para nosso site, você deve nos informar de seu interesse enviando um e-mail para Katty Technology. Por favor, inclua seu nome, o nome da sua organização e suas informações de contato, assim como a URL do seu site, uma lista das URLs do nosso site que você pretende usar como links, e uma lista dos sites nos quais você pretende publicar nossas URLs. Aguarde entre 2 e 3 semanas para receber uma resposta.

Organizações aprovadas poderão publicar links para nosso Site das seguintes formas:

- Usando nosso nome corporativo; ou
- Usando a URL para onde o link redireciona; ou
- Usando qualquer outra descrição do nosso Site que faça sentido dentro do contexto e do formato do conteúdo onde o link está sendo inserido.

Não será permitido o uso ou a publicação de links para o logo e/ou outros elementos visuais da Katty Technology sem um acordo de licença para o uso da marca registrada.

1.1.1.5 Responsabilização pelo Conteúdo:

Não seremos responsabilizados legalmente por qualquer conteúdo que apareça em nosso Site. Você concorda em nos proteger e nos defender contra todas as acusações que forem levantadas contra nosso Site. Nenhum link deve aparecer em qualquer Site que possa ser interpretado como difamatório, obsceno, criminoso, ou que infrinja, viole ou defenda a violação dos direitos de terceiros.

1.1.1.6 Reserva de Direitos:

Reservamos nosso direito de solicitar que você remova todos os links ou quaisquer links que redirecionem para nosso site. Você concorda em remover imediatamente todos os links para nosso site assim que a remoção for solicitada. Também reservamos nosso direito de corrigir e alterar estes termos e condições a qualquer momento. Ao publicar continuamente links para nosso site, você concorda a seguir estes termos e condições sobre links.

1.1.1.7 Remoção de links postados em nosso site:

Se você encontrar qualquer link em nosso Site que seja de qualquer forma ofensivo, você tem a liberdade de entrar em contato conosco e nos informar do problema a qualquer momento. Vamos considerar as solicitações de remoção de links, mas não somos obrigados a remover quaisquer links do nosso site nem a responder diretamente à sua solicitação.

Nós não garantimos que as informações contidas neste site são corretas. Nós não garantimos integralidade ou exatidão do conteúdo. Não garantimos que o site se manterá disponível ou que o material do site se manterá atualizado.

1.1.1.8 Declaração de Isenção de Responsabilidade:

No máximo possível permitido por lei, nós excluimos todas as representações, garantias e condições relativas ao nosso site e ao uso deste site. Nada nesta declaração de isenção de responsabilidade vai:

- limitar ou excluir nossa responsabilidade ou sua responsabilidade por mortes ou danos pessoais;
- limitar ou excluir nossa responsabilidade ou sua responsabilidade por fraudes ou deturpações fraudulentas;
- limitar nossa responsabilidade ou sua responsabilidade de quaisquer maneiras que não forem permitidas sob a lei; excluir quaisquer responsabilidades suas ou nossas que não podem ser excluídas de acordo com a lei aplicável.

As limitações e proibições de responsabilização listadas nesta Seção e em outras partes desta declaração: (a) estão sujeitas ao parágrafo anterior; e (b) regem todas as responsabilizações que surgirem sob a declaração, incluindo responsabilizações surgidas em contrato, em delitos e em quebra de obrigações legais.

Enquanto o site e as informações e serviços do site forem oferecidos gratuitamente, nós não seremos responsáveis por perdas e danos de qualquer natureza.

1.1.1.9 Idade Permitida.

O PsicoHelp permite apenas contas de maior idade, em caso de menor idade peça para que o seu responsável crie uma conta e o adicione como dependente, ou solicite uma consulta com a sua escola.