

A.D.R.I.A.N.A

ASISTENTE PARA LA GESTIÓN DEL ESTRÉS Y LA ANSIEDAD

ASISTENTE PARA EL DESCANSO, REDUCCIÓN DE LA INTRANQUILIDAD Y LA ANSIEDAD CON NUEVAS ALTERNATIVAS

<http://adrianav4.pythonanywhere.com>



PRUEBAS DE USABILIDAD

ASQ

ASQ



Sign Up / Login

1. En general, estoy satisfecho con la facilidad para completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

2. En general, estoy satisfecho con la cantidad de tiempo que tomó completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

3. En general, estoy satisfecho con la información de soporte (ayuda en línea, mensajes, documentación) disponible al completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

Editar Perfil

1. En general, estoy satisfecho con la facilidad para completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

2. En general, estoy satisfecho con la cantidad de tiempo que tomó completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

3. En general, estoy satisfecho con la información de soporte (ayuda en línea, mensajes, documentación) disponible al completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

Chatear con A.D.R.I.A.N.A

1. En general, estoy satisfecho con la facilidad para completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

2. En general, estoy satisfecho con la cantidad de tiempo que tomó completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

3. En general, estoy satisfecho con la información de soporte (ayuda en línea, mensajes, documentación) disponible al completar esta tarea.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

PSSUQ

PSSUQ

1. En general, estoy satisfecho(a) con lo fácil que es usar este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

2. Fue sencillo utilizar este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

3. El Sistema proporciona respuestas precisas a mis preguntas relacionadas con el estrés y la ansiedad

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

4. Me sentí cómodo(a) usando este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

5. Fue fácil aprender a usar este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

6. La navegación por la página web es intuitiva.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

7. El sistema dio mensajes de error que claramente me dijeron cómo solucionar problemas.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

8. Cada vez que cometía un error al usar el sistema, podía recuperarme fácil y rápidamente.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

9. La información (como ayuda en línea, mensajes en pantalla y otra documentación) proporcionada con este sistema fue clara.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

10. Fue fácil encontrar la información que necesitaba.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

11. La información fue efectiva para ayudarme a completar las tareas y Escenarios.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

12. La organización de la información en las pantallas del sistema fue clara.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 **TOTALMENTE EN DESACUERDO**

COMENTARIOS:

13. La interfaz de este sistema era agradable y atractiva visualmente.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

14. Me gustó usar la interfaz de este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

15. Este sistema tiene todas las funciones y capacidades que espero que tenga.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

16. En general, estoy satisfecho con este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

COMENTARIOS

5. Fue fácil aprender a usar este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

Se podría incluir el botón 'Volver'

4. Me sentí cómodo(a) usando este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1 2 3 4 5 6 7 TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS: me estaban grabando

7. El sistema dio mensajes de error que claramente me dijeron cómo solucionar problemas.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1

2

3

4

5

6

7

TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

Me equivoqué al "logear" y me brindaron apoyo.

PSSUQ

1. En general, estoy satisfecho(a) con lo fácil que es usar este sistema.

TOTALMENTE DE ACUERDO 1

2

3

4

5

6

7

TOTALMENTE EN DESACUERDO

COMENTARIOS:

Es poco intuitivo el publicar algo

INTERFAZ



Franklin EP 2024-06-19

Problemas para dormir

Últimamente he tenido problemas para conciliar sueño debido a la carga laboral y estudiantil. Quiero mejorar esto, sé que puedo hacerlo.



Franklin EP 2024-06-19

Mi compromiso

Me comprometo a completar consecutivamente por una semana mis sesiones de yoga para mejorar mi bienestar, mi concentración y promover la relajación tanto de mi cuerpo como de mi mente. Haré todo ello a través de la meditación.



Jairo 2024-06-19

Momentos de ansiedad

Hola a todos, en las últimas semanas he estado lidiando con problemas en temas de productividad, me siento exhausto físicamente y emocionalmente. Esto solía hacerme sentir totalmente culpable al no cumplir con mis deberes, pero he aprendido que es importante darme un tiempo de reflexión propia, no puedo estar haciendo cosas todo el tiempo. El descanso está bien.

Recursos de ADRIANA

Explora las principales características de nuestra plataforma:

Módulos

Accede a ejercicios y técnicas de relajación.

Comunidad

Comparte tus pensamientos y progreso personal.

Chatbot

Recibe asistencia en tiempo real para gestionar el estrés.

Sobre ADRIANA

Conoce más sobre nuestra plataforma y cómo funciona.

Sugerencias de Voiceflow



Comunidad



Bienvenido a la sección de comunidad. Comparte tus pensamientos y progreso personal, interactúa con otros usuarios, y apóyate mutuamente en la gestión del estrés y la ansiedad.



Luis 2024-06-25

Este curso es demasiado para mí

Las últimas semanas he tenido problemas con las actividades constantes que se me han estado solicitando para mi curso de Desarrollo de Software. Puedo orgullasamente decir que he entregado todos mis trabajos a tiempo, pero simplemente ya no me siento bien. Me siento exhausto 😔.



Franklin EP 2024-06-19

Problemas para dormir

Últimamente he tenido problemas para conciliar sueño debido a la carga laboral y estudiantil. Quiero mejorar esto, sé que puedo hacerlo.

Recursos de ADRIANA

Explora las principales características de nuestra plataforma:

Módulos

Accede a ejercicios y técnicas de relajación.

Comunidad

Comparte tus pensamientos y progreso personal.

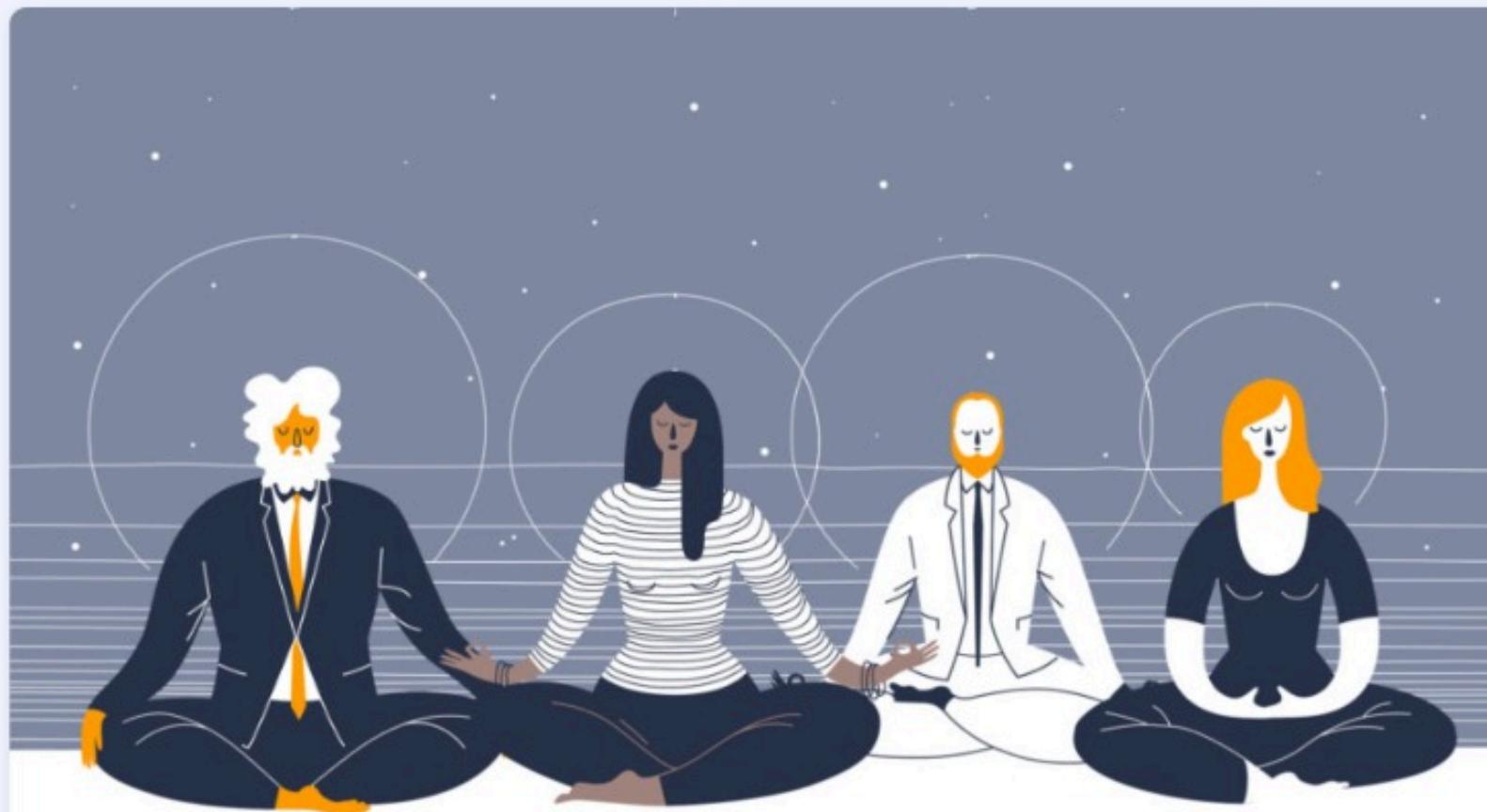
Chatbot

Recibe asistencia en tiempo real para gestionar el estrés.

Sobre ADRIANA

Conoce más sobre nuestra plataforma y cómo funciona.

Sobre ADRIANA Q



¿Qué es ADRIANA?

ADRIANA es una plataforma que combina inteligencia artificial con técnicas de psicología para ayudar a las personas a manejar el estrés y la ansiedad.

Recursos de ADRIANA

Explora las principales características de nuestra plataforma:

Módulos

Accede a ejercicios y técnicas de relajación.

Comunidad

Comparte tus pensamientos y progreso personal.

Chatbot

Recibe asistencia en tiempo real para gestionar el estrés.

Sobre ADRIANA Q

Conoce más sobre nuestra plataforma y cómo funciona.

Sugerencias de Voiceflow

Proporciona tus sugerencias y

EFICACIA

$$\text{Eficacia} = \frac{\text{Número de tareas completadas con éxito}}{\text{Número total de tareas realizadas}} \times 100\%$$

PRUEBA 1: $3/3 * 100\% = 100\%$

PRUEBA 2: $2/3 * 100\% = 66.6\%$

PRUEBA 3: $3/3 * 100\% = 100\%$

PRUEBA 4: $3/3 * 100\% = 100\%$

PRUEBA 5: $3/3 * 100\% = 100\%$

EFICIENCIA BASADA EN TIEMPO

$$Eficiencia \ Basada \ en \ Tiempo = \frac{\sum_{j=1}^R \sum_{i=1}^N \frac{n_{ij}}{t_{ij}}}{NR}$$

N = El número total de tareas (objetivos)

R = El número de usuarios

n_{ij}= El resultado de la tarea **i** realizada por el usuario **j**;
si el usuario completa con éxito la tarea, Entonces **n_{ij}**= 1, si no, entonces **n_{ij}**= 0

t_{ij}= El tiempo empleado por el usuario **j** para completar la tarea **i**.
Si la tarea no se completa con éxito, se mide el tiempo hasta el momento en que el usuario abandona la tarea.

$$\begin{aligned} N &= 3 \\ R &= 5 \end{aligned}$$

$$n_{ij} = 1 \text{ o } 0$$

PAGESPEED INSIGHTS

 Discover what your real users are experiencing

 No Data

 Diagnose performance issues



100

Performance



75

Accessibility



100

Best Practices



82

SEO



100

Performance

Values are estimated and may vary. The [performance score is calculated](#) directly from these metrics. [See calculator.](#)

 0–49  50–89  90–100



METRICS

 First Contentful Paint
0.4 s

 Largest Contentful Paint
0.5 s

 Total Blocking Time
0 ms

 Cumulative Layout Shift
0

[Expand view](#)

<https://pagespeed.web.dev/?hl=en-US>

Report from Jun 25, 2024, 1:49:36 PM

<https://adrianav4.pythonanywhere.com/>

Analyze

Mobile

Desktop



Discover what your real users are experiencing

No Data



Diagnose performance issues

100

Performance

79

Accessibility

96

Best Practices

82

SEO

 Mobile

 Desktop



Performance

Values are estimated and may vary. The [performance score](#) is calculated directly from these metrics. [See calculator.](#)

 0–49

 50–89

 90–100

METRICS

[Expand view](#)

● First Contentful Paint

0.4 s

● Total Blocking Time

20 ms

● Speed Index

0.7 s

● Largest Contentful Paint

0.7 s

● Cumulative Layout Shift

0



The screenshot displays the ADRIANA platform's user interface. At the top, there's a navigation bar with links for 'ADRIANA', 'Módulos', 'Comunidad', 'Chatbot', and 'Nosotros'. Below this is a main content area titled 'Comunidad' which features several user posts. One post by 'Luis' discusses feeling overwhelmed by a course. Another by 'Franklin EP' talks about sleeping problems due to stress. A third by 'Franklin EP' is about making a commitment to improve health. To the right of the main content, there's a sidebar titled 'Recursos de ADRIANA' which lists 'Módulos', 'Comunidad', 'Chatbot', 'Sobre ADRIANA', and 'Sugerencias de Voiceflow'. At the bottom of the sidebar, it says 'Últimas Publicaciones'.

GRACIAS