

UNIVERSIDADE CRUZEIRO DO SUL VIRTUAL

Caio Bueno Gizzi

João Vieira Neto

Leocladison da Silva Souto

DESIGN PROFISSIONAL: CANVAS DE PROJETO DE IMPACTO SOCIAL

IncluFit: Aplicativo de Treinos Acessíveis

SÃO PAULO

2025

SUMÁRIO

1. Problema Social.....	3
2. Público-Alvo.....	3
3. Proposta de Valor Social.....	3
4. Soluções.....	4
5. Recursos Necessários.....	4
6. Parceiros-Chave.....	4
7. Canais de Acesso.....	5
8. Impacto Esperado.....	5
9. Sustentabilidade Solidária.....	5
10. Sustentabilidade Verde – Digital.....	6

IncluFit: Aplicativo de Treino Acessível

1. Problema Social

A prática de atividade física é reconhecida mundialmente como um fator essencial para promoção da saúde, prevenção de doenças e melhoria da qualidade de vida. Entretanto, pessoas com deficiência encontram diversas barreiras para ter acesso a esse direito, incluindo a falta de profissionais capacitados, ausência de materiais acessíveis, estrutura inadequada em academias e limitação nos aplicativos de treino tradicionais, que não contêm adaptações inclusivas. Esse cenário contribui para a exclusão social, aumentando os números do sedentarismo e agravamento de condições de saúde desse público. O projeto busca reduzir essas desigualdades, garantindo acesso democrático e adaptado à prática de atividades físicas.

2. Público-Alvo

O aplicativo é direcionado principalmente a pessoas com deficiência física, auditiva, visual ou intelectual que enfrentam barreiras na prática de atividades físicas. Além de beneficiários indiretos incluindo familiares e cuidadores, que terão acesso a conteúdo educativos e de suporte para auxiliar no processo de inclusão.

Profissionais de Educação Física, fisioterapeutas e demais interessados em atuar com acessibilidade também poderão utilizar o app como plataforma de aprendizado e voluntariado, ampliando o alcance e multiplicando o impacto.

3. Proposta de Valor Social

O projeto se propõe a criar uma plataforma gratuita, acessível e inclusiva que forneça treinos adaptados, orientações de profissionais voluntários e um espaço comunitário de apoio e troca de experiências. O diferencial está em promover não apenas o acesso à prática de

exercícios, mas também estimular a solidariedade, conectando voluntários e pessoas com deficiência em um ecossistema de cooperação.

O impacto esperado é a melhoria da saúde física e mental dos beneficiários, a redução do isolamento social e o fortalecimento da cultura de empatia e responsabilidade coletiva.

4. Soluções

- Desenvolvimento de um aplicativo com interface acessível, contendo recursos como audiodescrição, legendas, tradução em Libras e design universal;
- Criação de uma biblioteca de treinos adaptados para diferentes tipos de deficiência, organizados por nível de dificuldade e objetivos (condicionamento físico, reabilitação, fortalecimento muscular);
- Implementação de uma rede de voluntariado com profissionais de Educação Física, fisioterapia e áreas afins, que possam oferecer orientação individual ou coletiva de forma solidária;
- Disponibilização de fóruns e espaços comunitários para troca de experiências, relatos de superação e apoio mútuo entre usuários;
- Estabelecimento de parcerias com instituições para a produção de conteúdos de qualidade e para ampliar a rede de alcance do projeto.

5. Recursos Necessários

Para viabilizar o projeto, são fundamentais recursos humanos (voluntários especialistas em acessibilidade, desenvolvedores, designers de UX/UI inclusiva, gestores de comunidade), recursos tecnológicos (infraestrutura de servidores, hospedagem segura, manutenção contínua do aplicativo), recursos institucionais (parcerias com universidades, ONGs e empresas para apoio técnico e logístico) e, por fim, o engajamento da sociedade civil por meio de doações e trabalho voluntário será a base de sustentação do projeto, garantindo sua gratuidade e caráter solidário.

6. Parceiros-Chave

Esses parceiros serão essenciais tanto para o desenvolvimento tecnológico quanto para o fortalecimento da rede de apoio e divulgação do projeto. O projeto busca estabelecer colaboração com:

- ONGs de inclusão e Acessibilidade (como APAE e AACD);
- Universidades (que podem fornecer conhecimento técnico e voluntariado estudantil);
- Órgãos Públicos voltados à saúde e esporte;
- Empresas Privadas por meio de programas de responsabilidade social corporativa.

7. Canais de Acesso

A plataforma principal será um aplicativo mobile gratuito (iOS e Android), mas o projeto também terá forte presença em redes sociais para engajamento da comunidade e divulgação de histórias inspiradoras. Além disso, a parceria com escolas, centros de reabilitação e associações de pessoas com deficiência permitirá alcançar beneficiários que não têm tanto acesso digital, ampliando a inclusão.

8. Impacto Esperado

O impacto social será avaliado por indicadores quantitativos e qualitativos, como:

- Número de usuários com deficiência ativos no aplicativo;
- Quantidade de voluntários cadastrados;
- Horas de treino realizadas;
- Relatos de melhoria na saúde física e emocional;
- Ampliação do engajamento comunitário em torno da solidariedade;
- Avaliações periódicas por meio de questionários e feedbacks permitirão medir o nível de satisfação dos beneficiários e identificar oportunidades de melhoria contínua.

9. Sustentabilidade Solidária

A manutenção do projeto será garantida por um modelo baseado em voluntariado, parcerias institucionais e campanhas de doação. Empresas poderão contribuir através de

projetos de responsabilidade social, enquanto universidades poderão colaborar com mão de obra e pesquisa aplicada.

Campanhas públicas de arrecadação (“apadrinhe um usuário” ou “apoie a inclusão”) também serão utilizadas para custear a manutenção tecnológica mínima necessária. O foco é assegurar a gratuidade da plataforma, preservando o caráter solidário e inclusivo do projeto.

10. Sustentabilidade Verde – Digital

Planejamos que o aplicativo seja hospedado em data centers com energia renovável, assegurando menor impacto ambiental. Além disso, será desenvolvido com arquitetura de software otimizada, priorizando código limpo e interfaces leves, o que contribui para reduzir o consumo energético nos dispositivos dos usuários. Essa abordagem garante que o impacto social do projeto caminhe junto com práticas de responsabilidade ambiental.