**EVA**

**Assistente Virtual de Saúde Mental Personalizada**

**Descrição:**

Desenvolver uma plataforma de assistente virtual que utiliza IA generativa para oferecer suporte de saúde mental personalizado. Este assistente pode ajudar os usuários com terapia cognitivo-comportamental, técnicas de mindfulness, suporte emocional, e gerenciamento de estresse, ansiedade e depressão.

**Principais Funcionalidades:**

1. **Conversa Terapêutica Personalizada:**
   * Utilização de IA para simular conversas terapêuticas baseadas em princípios de psicologia.
   * Adaptação das respostas e conselhos conforme o histórico e o estado emocional do usuário.
2. **Sessões de Mindfulness e Meditação Guiadas:**
   * Geração de sessões personalizadas de mindfulness e meditação guiadas pela IA.
   * Técnicas de respiração e relaxamento adaptadas às necessidades do usuário.
3. **Diário Emocional Automatizado:**
   * Ferramenta de diário onde os usuários podem registrar seus sentimentos e pensamentos.
   * Análise automática dos registros para identificar padrões emocionais e sugerir intervenções.
4. **Conteúdo Educacional Personalizado:**
   * Artigos, vídeos e outros materiais educativos sobre saúde mental, adaptados aos interesses e necessidades do usuário.
   * Sugestões de leituras e recursos baseados nas interações do usuário com a plataforma.
5. **Alertas e Lembretes:**
   * Lembretes automáticos para práticas de autocuidado, meditação, e exercícios de bem-estar.
   * Alertas personalizados para ajudar o usuário a manter uma rotina saudável de saúde mental.
6. **Interação com Profissionais de Saúde:**
   * Integração com terapeutas e conselheiros licenciados para consultas online.
   * Possibilidade de encaminhamento para profissionais de saúde quando necessário.

**Modelo de Negócio:**

* **Assinaturas Mensais/Anuais:** Planos de assinatura com diferentes níveis de acesso e funcionalidades.
* **Sessões Pagas com Terapeutas:** Opção de agendamento e pagamento por consultas individuais com terapeutas.
* **Serviços Premium:** Acesso a recursos adicionais, como sessões de terapia intensiva, workshops e grupos de apoio.

**Tecnologia:**

* **IA Generativa:** Utilização de modelos avançados de linguagem para gerar respostas empáticas e relevantes.
* **Machine Learning:** Análise de dados do usuário para personalização contínua e melhoria dos serviços oferecidos.
* **NLP (Processamento de Linguagem Natural):** Para entender e analisar as entradas textuais dos usuários.

**Benefícios:**

* **Acessibilidade:** Acesso a suporte de saúde mental a qualquer hora e em qualquer lugar.
* **Custo-efetividade:** Alternativa mais acessível em comparação com consultas presenciais frequentes.
* **Personalização:** Experiência altamente personalizada, ajustada às necessidades individuais do usuário.

**Mercado-Alvo:**

* Jovens adultos e profissionais que procuram apoio de saúde mental acessível e conveniente.
* Empresas que desejam oferecer programas de bem-estar e suporte emocional para seus funcionários.
* Indivíduos que preferem opções de terapia anônimas e privadas.

Com a crescente conscientização sobre a importância da saúde mental, uma plataforma de assistente virtual que oferece suporte personalizado pode transformar a forma como as pessoas abordam o autocuidado emocional e a terapia, proporcionando um recurso acessível e eficiente para o bem-estar mental.