
Especificación de requisitos de software

Proyecto: MENTALIA – Chatbot de primeros auxilios psicológicos
Revisión [99.99]





MENTALIA
Especificación de requisitos de software

0.3
Pág. 2

julio de 2025

De la plantilla de formato del documento © & Coloriuris <http://www.qualitatis.org>

Ficha del documento

Fecha	Revisión	Autor	Verificado dep. calidad.
[Fecha]	[Rev]	[Descripcion]	[Firma o sello]

Documento validado por las partes en fecha: [Fecha]

Por el cliente	Por la empresa suministradora

Fdo. D./ Dña [Nombre] Fdo. D./Dña [Nombre]

Contenido

FICHA DEL DOCUMENTO	4
CONTENIDO	5
1 INTRODUCCIÓN	7
1.1 Propósito	7
1.2 Alcance	7
1.3 Personal involucrado	7
1.4 Definiciones, acrónimos y abreviaturas	8
1.5 Referencias	8
1.6 Resumen	9
2 DESCRIPCIÓN GENERAL	9
2.1 Perspectiva del producto	9
2.2 Funcionalidad del producto	9
2.3 Características de los usuarios	9
2.4 Restricciones	10
2.5 Suposiciones y dependencias	10
2.6 Evolución previsible del sistema	10
3 REQUISITOS ESPECÍFICOS	10
3.1 Requisitos comunes de los interfaces	19
3.1.1 Interfaces de usuario	19
3.1.2 Interfaces de hardware	19
3.1.3 Interfaces de software	19
3.1.4 Interfaces de comunicación	20
3.2 Requisitos funcionales	20
3.2.1 Requisito funcional 1	¡Error! Marcador no definido.
3.2.2 Requisito funcional 2	¡Error! Marcador no definido.
3.2.3 Requisito funcional 3	¡Error! Marcador no definido.
3.2.4 Requisito funcional n	¡Error! Marcador no definido.
3.3 Requisitos no funcionales	20
3.3.1 Requisitos de rendimiento	20
3.3.2 Seguridad	20
3.3.3 Fiabilidad	20

3.3.4	Disponibilidad	20
3.3.5	Mantenibilidad	20
3.3.6	Portabilidad	21
3.4	Otros requisitos	21
4	APÉNDICES	21

1 Introducción

Esta especificación de requisitos de software (SRS) nos proporciona una descripción detallada del sistema MENTALIA, una plataforma de salud mental basada en un chatbot de primeros auxilios psicológicos (PAP). El propósito de este documento es definir de una forma clara, precisa y valida los requisitos funcionales y no funcionales del sistema, así como sus interfaces externas, sus restricciones y sus características.

Está introducción incluye el objetivo del sistema, su alcance, las definiciones importantes, referencias utilizadas y una vista general del contenido de este documento.

1.1 Propósito

Este documento contiene la especificación de requisitos funcionales y no funcionales del sistema MENTALIA, una plataforma web de salud mental que tiene un chatbot que da primeros auxilios psicológicos. Su objetivo es brindar una contención emocional a personas en crisis leves o moderadas y redirigirlas a ayuda profesional cuando sea necesario.

1.2 Alcance

MENTALIA será una plataforma web que ofrece;

- Un chatbot que simula una escucha activa y contención emocional.
- Un sistema de alerta emocional en casos de crisis
- Recursos psicoeducativos y técnicas de autorregulación emocional.
- Un modulo de registro que será opcional para seguimiento de emociones.

1.3 Personal involucrado

Nombre	Lucia Natalia Balaguera Cristancho
Rol	Líder del proyecto / Analista / Desarrolladora
Categoría profesional	Técnica en Sistemas / Estudiante de ADSO
Responsabilidades	Recolectar requisitos, redactar documentación, desarrollar código, implementar lógica y base de datos.
Información de contacto	lucia_balaguera@soy.sena.edu.co
Aprobación	

Nombre	Chaireth Benavides Yañez
Rol	Diseñadora / Analista / Desarrolladora
Categoría profesional	Técnica en Sistemas / Estudiante de ADSO
Responsabilidades	Recolectar requisitos, redactar documentación, desarrollar código, diseñar e implementar interfaces de usuario.
Información de contacto	chaireth_benavides@soy.sena.edu.co
Aprobación	

Nombre	Yesica Ibañez
Rol	Usuario final/ Stakeholder-Administradora del sistema y responsable de la gestión de casos y alertas.
Categoría profesional	Profesional en psicología- Área de Bienestar al Aprendiz
Responsabilidades	Administrar y supervisar para que la plataforma MENTALIA CHAT tenga un correcto funcionamiento, atender y gestionar las alertas críticas que se puedan presentar, realizar un seguimiento a los casos que requieran un apoyo psicológico, garantizar una total confidencialidad de la información y coordinar acciones de intervención acompañada de Bienestar al Aprendiz.
Información de contacto	
Aprobación	

1.4 Definiciones, acrónimos y abreviaturas

- PAP: Primeros auxilios psicológicos.
- UX/UI: Experiencia y diseño de interfaz de usuario.
- NLP: Procesamiento de lenguaje natural.
- Chatbot: Programa diseñado para simular una conversación humana mediante lenguaje natural, permitiendo a los usuarios interactuar con el sistema a través de texto. En MENTALIA, el chatbot cumple el rol de brindar orientación emocional básica y recopilar información relevante de los usuarios.
- PDF: Formato de documento portable.
- CRUD: Crear, leer, actualizar y eliminar. Son aquellas operaciones básicas en bases de datos.
- MENTALIA: Nombre del sistema propuesto. MENTAL viene de la mente, LIA de sanación, universo.
- Usuario final: Persona que utilizará el sistema.
- Requisito funcional:
- Requisito no funcional:

1.5 Referencias

Referencia	Título	Ruta	Fecha	Autor
1	IEEE 830-1998- Requisitos de Software	https://standards.ieee.org/ieee/830/1857/	1998	IEE (Institute of Electrical and Electronics Engineers)
2	Matriz de trazabilidad del proyecto MENTALIA	Archivo interno del proyecto	16/07/2025	Equipo de análisis- Lucia Balaguera y Chaireth Benavides Yañez
3	Guia de estilo para documentación de requisitos	http://www.estilo-documentacion.com/guia	2021	Asociacion de guía de documentación

4	Estándares de usabilidad para interfaces de usuario	http://www.usabilidad.org/estandares	2020	Institute Usability Acces
---	---	---	------	---------------------------

1.6 Resumen

Este documento especifica los requerimientos del sistema **MENTALIA**, una plataforma web que cuenta con un chatbot emocional que sera diseñará para brindar apoyo emocional y psicológicos a los aprendices del SENA mediante los primeros auxilios psicológicos (PAP). Incluye funcionalidades principales, interfaces, restricciones, evolución prevista y estructura técnica, requisitos funcionales y no funcionales,etc. Está alineado con la línea tecnológica de Tecnologías Virtuales del **Tecno Parque** del SENA.

2 Descripción general

2.1 Perspectiva del producto

MENTALIA será una aplicación web desarrollada que tendrá un enfoque institucional para el **SENA**, con el objetivo de brindar apoyo emocional a aprendices y jóvenes mediante un chatbot automatizado que aplica técnicas de **Primeros Auxilios Psicológicos (PAP)**.

- No habrá intervención directa de profesionales humanos (psicólogos u orientadores).
- El sistema simulará escucha activa, validación emocional y redirigirá a ayuda real en situaciones críticas.
- Incluirá un botón de alerta emocional y acceso a líneas de emergencia como la Línea 123, Línea 106, entre otras.

2.2 Funcionalidad del producto

MENTALIA El sistema MENTALIA tendrá los siguientes módulos:

1. **Chatbot emocional**
 - Simula escucha activa con frases empáticas.
 - Detecta emociones como tristeza, ansiedad o desesperanza.
 - Redirige a líneas de ayuda reales o contactos de emergencia.
 - Cierre con frases positivas y técnicas de autorregulación (respiración, journaling, etc.).
2. **Registro de usuario (opcional)**
 - Guarda seguimiento emocional.
 - Genera gráficos de estado de ánimo.
3. **Panel de contenido psicoeducativo**
 - Artículos, videos, técnicas de autocuidado.
4. **Sistema de alerta de crisis**
 - Detecta frases como “no quiero vivir”.
 - Lanza alerta y redirecciona a ayuda profesional.

2.3 Características de los usuarios

Tipo de usuario	Administrador (Psicológa del SENA)
Formación	Psicología con formación profesional universitaria
Habilidades	Manejo básico de herramientas digitales, conocimientos en salud mental, ética profesional.
Actividades	Crear y editar contenido de la plataforma, revisar estadísticas de uso, monitorear interacciones, actualizar recursos de apoyo emocional, gestionar usuarios.

Tipo de usuario	Usuario final (Aprendices del SENA)
Formación	Bachillerato en curso o por terminar, técnicos, tecnólogos, profesionales.
Habilidades	Habilidad para navegar en entornos digitales básicos, comprensión lectora, interés en el autocuidado personal.
Actividades	Usar el chatbot, acceder a la plataforma web, responder autoevaluaciones, ver recursos emocionales, registrarse o continuar de manera anónima, recibir orientación básica.

2.4 Restricciones

- El sistema debe ser accesible desde navegadores en dispositivos de gama media/baja.
- Cumplimiento de la Ley 1581 de 2012 y normas de ética digital.
- No se requiere registro obligatorio.
- No se almacenarán datos sensibles sin consentimiento.
- Se utilizará una base de datos NoSQL o Firebase por su tiempo real.
- El lenguaje será **español**, con términos adaptados a jóvenes colombianos.

2.5 Suposiciones y dependencias

- Se asume que los usuarios tienen conexión a internet estable.
- Se depende de servicios de terceros como Firebase o Dialogflow para el funcionamiento del chatbot.
- Se requiere disponibilidad de los números de emergencia y su validez local.
- El despliegue dependerá de servicios como Vercel, Render o Netlify.

2.6 Evolución previsible del sistema

- Integración con WhatsApp, Telegram o plataformas institucionales.
- Posibilidad de escalar para colegios, universidades o fundaciones.
- Implementación futura de IA generativa (como GPT) para mayor empatía conversacional.
- Dashboard para profesionales con reportes anónimos de emociones.
- Versión móvil, disponible en las tiendas de aplicaciones.

3 Requisitos específicos

Número de requisito	RF1
Nombre de requisito	Registro de usuarios.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el registro de usuarios teniendo en cuenta datos básicos como su nombre completo, su identificación, la edad de la persona, su género, en qué programa de formación se encuentra, el número de ficha, su correo electrónico y su número de teléfono.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF2
Nombre de requisito	Recuperación de contraseña
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir la recuperación de contraseña mediante correo electrónico.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF3
Nombre de requisito	Cierre de sesión desde cualquier dispositivo
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir cerrar sesión desde cualquier dispositivo. El cierre de sesión incluirá una función que permita que el usuario elija si cerrar solo esa sesión que tiene activa o en caso contrario cerrar todas las sesiones que tenga abiertas en otros dispositivos de forma simultánea, esto queda a libertad del usuario.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF4
Nombre de requisito	Validación de correo electrónico
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe validar que el correo electrónico ingresado no esté registrado previamente.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF6
Nombre de requisito	Mensaje de confirmación tras registro
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe enviar un mensaje de confirmación al correo tras el registro.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF7
Nombre de requisito	Uso del chatbot sin registro obligatorio.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el uso del chatbot sin necesidad de registro, el usuario tendrá acceso a funciones básicas y a un historial temporal de la conversación que solo estará disponible durante la sesión que tenga activa el usuario. De esta manera ese usuario podrá realizar consultas y recibir orientación básica, pero no podrá ver gráficas de su progreso emocional, ni un seguimiento emocional ni vincular su historial de conversaciones a un perfil que sea permanente.

Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional
-------------------------	--

Número de requisito	RF7
Nombre de requisito	Uso del chatbot sin registro obligatorio.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el uso del chatbot sin necesidad de registro, el usuario tendrá acceso a funciones básicas y a un historial temporal de la conversación que solo estará disponible durante la sesión que tenga activa el usuario. De esta manera ese usuario podrá realizar consultas y recibir orientación básica, pero no podrá ver gráficas de su progreso emocional, ni un seguimiento emocional ni vincular su historial de conversaciones a un perfil que sea permanente.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF8
Nombre de requisito	Respuestas del chatbot empáticas.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el chatbot responda usando un grupo de frases empáticas ya definidas que transmitan comprensión y apoyo emocional. Su base inicial de respuestas debe contar, para empezar, con las siguientes frases: "Entiendo cómo te sientes." "Estoy aquí para escucharte." "Lo que estás viviendo es importante." "Gracias por compartir conmigo como te estás sintiendo." "Sé que esto es difícil y que tu reacción es válida pero no estas sol@"
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF9
Nombre de requisito	Reconocimiento de emociones por parte del sistema.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el reconocimiento de emociones básicas como tristeza, estrés, ansiedad, miedo y enojo, usando un análisis del texto que ha sido escrito que ha ingresado el usuario en el chatbot. La detección será realizada mediante un modelo de procesamiento del lenguaje natural (PLN) que estará entrenado con datos en nuestro idioma español, que tendrá un nivel mínimo de precisión de 85% y un margen del 15% en la clasificación de las emociones. El sistema deberá registrar los resultados que tuvo de cada análisis realizado y en caso de que haya una baja credibilidad (inferior al 60%) solicitará una confirmación del usuario antes de continuar.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF10
Nombre de requisito	Detección de frases críticas.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir una detección automática de frases de riesgo que indiquen ideas suicidas o crisis emocional grave. La lista básica debe incluir por lo mínimo, las siguientes expresiones: "Me quiero morir." "No aguento más." "Quiero acabar con todo." "No veo ninguna salida." "Ya no quiero existir." "No vale la pena seguir viviendo." "Estoy pensando en

	hacerme daño". El sistema debe poderse configurar, permitiendo que el administrador pueda agregar, modificar o eliminar frases de riesgo a través de su panel de gestión con el fin de adaptarse a nuevas formas de expresión detectadas diariamente en la vida real.		
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF11
Nombre de requisito	Mensajes de contención y redirección a líneas de ayuda.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir mostrar mensajes de contención y redireccionamiento a líneas de emergencia o contacto institucional cuando se detecte una crisis.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF12
Nombre de requisito	Almacenamiento de mensajes del chatbot.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe almacenar los mensajes del chatbot por sesión para análisis posterior.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF13
Nombre de requisito	Usuarios registrados guarden estado emocional.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que usuarios registrados guarden su estado emocional diario.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF14
Nombre de requisito	Generación de gráficos de evolución emocional
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir generar un gráfico de evolución emocional con herramientas como Chart.js.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF15
Nombre de requisito	Cambiar tono de respuesta de chatbot
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir cambiar el tono de respuesta del chatbot (formal/informal) según configuración.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF16
Nombre de requisito	Agregar notas personales o pensamientos.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir agregar notas personales o pensamientos diarios.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF17
Nombre de requisito	Visualización de alertas críticas

Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito	<input type="checkbox"/> Restricción	
Fuente del requisito	El sistema debe permitir a la psicóloga institucional visualizar alertas críticas a través de los historiales del Chatbot.		
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF18		
Nombre de requisito	Edición o eliminación de entradas anteriores en diario emocional.		
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito		
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el usuario edite o elimine entradas anteriores en su diario emocional.		
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF19		
Nombre de requisito	Exportación de estadísticas.		
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito		
Fuente del requisito	El sistema debe permitir a la psicóloga exportar datos estadísticos a PDF o Excel, incluyendo métricas que contengan la cantidad de usuarios que han sido atendidos, frecuencia de uso del chatbot, el tipo de emociones detectadas y número de alertas de riesgo que han sido generadas, para así garantizar que la exportación no contenga datos personales sensibles ni información que permita identificar a los usuarios.		
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF20		
Nombre de requisito	Envío de notificaciones por alertas críticas.		
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito		
Fuente del requisito	El sistema debe permitir enviar notificaciones automáticas a la psicóloga institucional en un plazo máximo de un minuto después de que se haya detectado una alerta crítica, para así garantizar que la notificación sea realizada en tiempo real independientemente de la hora del día o del día de la semana.		
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF21		
Nombre de requisito	Configuración de notificaciones.		
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito		
Fuente del requisito	El sistema debe permitir configurar notificaciones para registrar emociones diariamente.		
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF22		
Nombre de requisito	Filtración de palabras claves.		
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito		
Fuente del requisito	El sistema debe permitir a la psicóloga filtrar palabras claves donde se identifiquen crisis psicológicas		
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF23
Nombre de requisito	Visualización de estadísticas de emociones y frecuencia de uso.

Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito	<input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir a la psicóloga ver estadísticas sobre emociones frecuentes y frecuencia de uso.	
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF24
Nombre de requisito	Registrar artículos de interés.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir registrar artículos y temas de interés a la plataforma web.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF25
Nombre de requisito	Subida de videos o cápsulas de información.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir a la psicóloga subir videos propios o cápsulas informativas.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF26
Nombre de requisito	Orden de contenido.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir ordenar los contenidos por categoría, fecha o tipo.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF27
Nombre de requisito	Contenido de técnicas validadas.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir técnicas validadas como respiración consciente, journaling y distracción cognitiva.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF28
Nombre de requisito	Acceso a contenido sugerido.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir acceso a enlaces de podcasts, libros gratuitos y videos sugeridos por profesionales.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RF29
Nombre de requisito	Gestión de frases de riesgo
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el administrador (psicóloga) pueda gestionar la lista de las frases de riesgo, incluyendo que ella pueda agregar, modificar o eliminar dichas expresiones. Los cambios realizados deberán quedar guardados en un historial que contará con fecha, hora y usuario que los realizó, para poder llevar una mejor auditoría y control.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF1
Nombre de requisito	Verificación de longitud de contraseña.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe verificar que la contraseña tenga al menos 8 caracteres.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF2
Nombre de requisito	Sesión activa.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe mantener la sesión activa por un tiempo máximo de 30 minutos sin actividad, esta inactividad será considerada en base a poca actividad del usuario con la plataforma y será medida con acciones realizadas, por ejemplo clics en los botones, movimientos en el mouse dentro de la ventana del sistema, campos de texto o envío de mensajes. Cumplido el tiempo, el sistema va a cerrar automáticamente la sesión y dirigirá de nuevo al usuario al inicio de sesión.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF3
Nombre de requisito	Respuestas del chatbot rápidas.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el chatbot responda en menos de 2 segundos por mensaje.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF4
Nombre de requisito	Uso del chatbot sin almacenamiento de información sensible.
Tipo	<input type="checkbox"/> Requisito <input checked="" type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el uso del chatbot sin almacenar información sensible de usuarios anónimos. Será entendido por información sensible cualquier dato que permita identificar directa o indirectamente al usuario de la plataforma, esto incluye: nombre, número de identificación, dirección, número de teléfono, correo electrónico, grabaciones de voz, imágenes o cualquier otro dato de carácter psicológico asociado a una identidad única. Las conversaciones de estos usuarios anónimos podrán almacenarse únicamente de forma desvinculada (sin metadatos que permitan su identificación) para fines de análisis estadístico y mejora del servicio.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF5
Nombre de requisito	Restricción de identificación del usuario,
Tipo	<input type="checkbox"/> Requisito <input checked="" type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que los mensajes que han sido enviados al chatbot no se usen para identificar al usuario de ninguna manera si este no desea registrarse, para lo cual se aplicará un proceso automático de anonimización que elimine o sustituya datos personales identificables (como nombres, direcciones, números de documento de identidad, número de teléfono o correos electrónicos) antes de su almacenamiento

Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional	o procesamiento.
-------------------------	--	------------------

Número de requisito	RNF6
Nombre de requisito	Disponibilidad del chatbot
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el chatbot este disponible 24/7.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF7
Nombre de requisito	Comunicación cifrada.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que toda la comunicación esté cifrada usando HTTPS.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF8
Nombre de requisito	Autenticación con token.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir autenticación mediante token en sesiones activas.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF9
Nombre de requisito	Registrar logs.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe registrar logs de actividad de los administradores.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF10
Nombre de requisito	Restricción para recolectar datos sensibles.
Tipo	<input type="checkbox"/> Requisito <input checked="" type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema no debe recolectar datos sensibles sin consentimiento explícito.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF11
Nombre de requisito	Cumplimiento de normas del SENA.
Tipo	<input type="checkbox"/> Requisito <input checked="" type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir el cumplimiento de normas, la Ley 1581 de 2012 de Habeas Data y ética digital del SENA, implementando procedimientos como: obtención del consentimiento informado antes de hacer un tratamiento de datos, acceso restringido mediante una autenticación segura, cifrar información sensible, registrar auditorias de acceso y actualizar las políticas de privacidad conforme a que haya cambios normativos.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF12
Nombre de requisito	Contar con interfaz amigable.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe tener una interfaz amigable, accesible y pensada para aprendices del Sena, la cual cuente con un diseño de bajos principios de usabilidad reconocidos (como las heurísticas de Nielsen), asegurando: una navegación intuitiva que tenga un máximo de 3 clics para así poder acceder a funciones principales, una compatibilidad con lectores de pantalla, contraste de color mínimo de 4.5:1 para una mejor accesibilidad visual, tipografía que sea legible (mínimo 14 px), y un diseño adaptable a dispositivos móviles, tabletas y computadores de escritorio, para así garantizar que cualquier aprendiz del SENA pueda interactuar con el sistema sin que se le presenten barreras técnicas o visuales.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF13
Nombre de requisito	Funcionamiento correcto con distintos dispositivos.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe funcionar correctamente en dispositivos de gama baja, que cuenten como mínimo con un procesador de 2 núcleos a 1.5 GHz, 2 GB de memoria RAM, con una resolución de pantalla 1024x600 px y una conexión a internet estable de al menos 2 Mbps, para así garantizar que todas las funciones principales de la plataforma se ejecuten sin errores ni tengan ralentizaciones perceptibles.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF14
Nombre de requisito	Idioma del sistema español.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe estar disponible completamente en español.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF15
Nombre de requisito	Accesibilidad desde cualquier tipo de dispositivo,
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe ser accesible desde dispositivos móviles y computadoras.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF16
Nombre de requisito	Acceso gratuito.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que el acceso a él y a sus funciones sea completamente gratuito.
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial <input type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF17
Nombre de requisito	Acceso a la plataforma sin registro.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir que se acceda a la plataforma web

	sin registro previo.		
Prioridad del requisito	<input checked="" type="checkbox"/> Alta/Esencial	<input type="checkbox"/> Media/Deseado	<input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF18
Nombre de requisito	Ajuste de funciones básicas.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe permitir ajuste de tamaño de fuente y contraste, con una fuente entre 12 px y 24 px con incrementos de 2 px, así como la selección de al menos de tres niveles de contraste) estándar, alto contraste y fondo oscuro), que sean aplicables a toda la interfaz para mejorar la accesibilidad visual de todos los usuarios.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

Número de requisito	RNF19
Nombre de requisito	Función de lectura por voz.
Tipo	<input checked="" type="checkbox"/> Requisito <input type="checkbox"/> Restricción
Fuente del requisito	El sistema debe ofrecer lectura por voz del contenido textual.
Prioridad del requisito	<input type="checkbox"/> Alta/Esencial <input checked="" type="checkbox"/> Media/Deseado <input type="checkbox"/> Baja/ Opcional

3.1 Requisitos comunes de los interfaces

MENTALIA tendrá entradas por parte del usuario (mensajes) y salidas automáticas generadas por el chatbot. También se incluyen formularios, botones y visualizaciones de gráficas emocionales.

3.1.1 Interfaces de usuario

- Interfaz amigable, accesible y adaptada a jóvenes.
- Estética minimalista con colores suaves (azules, lilas).
- Acceso al chatbot desde pantalla principal.
- Menú lateral con acceso a: registro, historial emocional, contenido psicoeducativo.
- Botón rojo visible para emergencias.
- Visualización de gráficas emocionales (Chart.js).
- Compatible con móviles y escritorio.

3.1.2 Interfaces de hardware

- Funciona en navegadores web actuales.
- Compatible con smartphones Android/iOS y PC con navegadores actualizados.
- No requiere hardware especializado.
- Resolución mínima que podrá soportar 360x640 pixeles.

3.1.3 Interfaces de software

- **Frontend:** React.js, HTML5, CSS3
- **Backend:** Node.js + Express.js
- **Base de datos:** Firebase o MongoDB
- **Chatbot:** Dialogflow o lógica propia con NLP básico
- **Propósito del interfaz:** conectar los módulos frontend, backend y chatbot de forma fluida
- **Formato:** JSON, API RESTful
- **Conexión segura** via HTTPS y TLS 1.3.

3.1.4 Interfaces de comunicación

- Comunicación entre chatbot y backend vía HTTP (POST/GET)
- Uso de Firebase para notificaciones o actualización en tiempo real
- Posible integración futura con WhatsApp vía API externa

3.2 Requisitos funcionales

RF 1. El sistema debe permitir al usuario iniciar conversación con el chatbot desde el home.

RF 2. El chatbot debe responder con frases empáticas, según emoción detectada.

RF 3. El sistema debe detectar palabras clave de riesgo (ej. "me quiero morir") y activar una alerta.

RF 4. El sistema debe redirigir al usuario a una línea de ayuda real o contacto de emergencia.

RF 5. El sistema debe ofrecer técnicas de autorregulación como respiración, journaling, etc.

RF 6. El sistema debe permitir registro opcional del usuario para guardar emociones.

RF 7. El sistema debe mostrar gráficas emocionales semanales.

RF 8. El sistema debe permitir consultar contenido psicoeducativo (artículos, videos).

RF 9. El sistema debe registrar la fecha y emoción detectada por cada conversación.

RF 10. El administrador (si aplica) puede visualizar alertas de emergencia anónimas.

3.3 Requisitos no funcionales

3.3.1 Requisitos de rendimiento

- El sistema debe soportar al menos 50 usuarios simultáneos.
- El 95% de las respuestas del chatbot deben generarse en menos de 1 segundo.
- El sitio debe cargar en menos de 3 segundos en redes móviles estándar.
- El tiempo de recuperación tras una caída debe ser menor a 2 minutos.

3.3.2 Seguridad

- Las conversaciones no se almacenan si el usuario no se registra.
- Uso de conexiones seguras HTTPS.
- Cifrado AES 256 para datos en reposo.
- Cifrado TLS 1.3 para datos en transito.
- Control de acceso por roles (usuario/admin).
- Alertas críticas solo visibles por personal autorizado.
- Se evitará el uso de datos sensibles innecesarios.

3.3.3 Fiabilidad

- Tasa de disponibilidad de servicio del 99%.
- Soporte para reinicios automáticos en caso de errores del servidor.
- Reintentó automático si se cae el chatbot.

3.3.4 Disponibilidad

- La plataforma debe estar disponible 24/7.
- Notificación automática si el servicio cae por más de 10 minutos.

3.3.5 Mantenibilidad

- El código estará documentado y versionado con Git.

- Uso de CI/CD (Github Actions) para despliegues
- Se realizarán backups diarios de la base de datos.
- Mantenimiento técnico mensual por parte del desarrollador.

3.3.6 Portabilidad

- Compatible con Chrome, Firefox, Safari y Edge.
- Migración de la base de datos a otro proveedor en menos de 24 horas.
- Código portable a otros entornos de backend (ej. Python/Flask).
- Desplegable en servicios gratuitos como Render o Netlify.

3.4 Otros requisitos

- **Legales:** El sistema no ofrece diagnóstico ni tratamiento, solo orientación emocional. Cumplimiento de Ley 1581 de 2012, Habeas Data y normas de ética digital de la institución SENA.
- **Culturales:** Adaptado al lenguaje juvenil colombiano, sin tecnicismos clínicos.
- **Políticos:** Compatible con políticas de privacidad de datos del SENA.
- **Eéticos:** El chatbot no emitirá diagnóstico ni recomendaciones médicas.

4 Apéndices

4.1 Glosario de términos.

- Chatbot: Programa que interactúa con el usuario mediante mensajes de texto o voz.
- NLP (Natural Language Processing): Procesamiento de lenguaje natural usado para interpretar y responder mensajes.
- Habeas Data: Derecho a conocer, actualizar y rectificar información personal en bases de datos.
- Alertas críticas: Notificaciones generadas por el sistema ante la detección de frases o comportamientos de riesgo.

4.2 Lista inicial de frases de riesgo

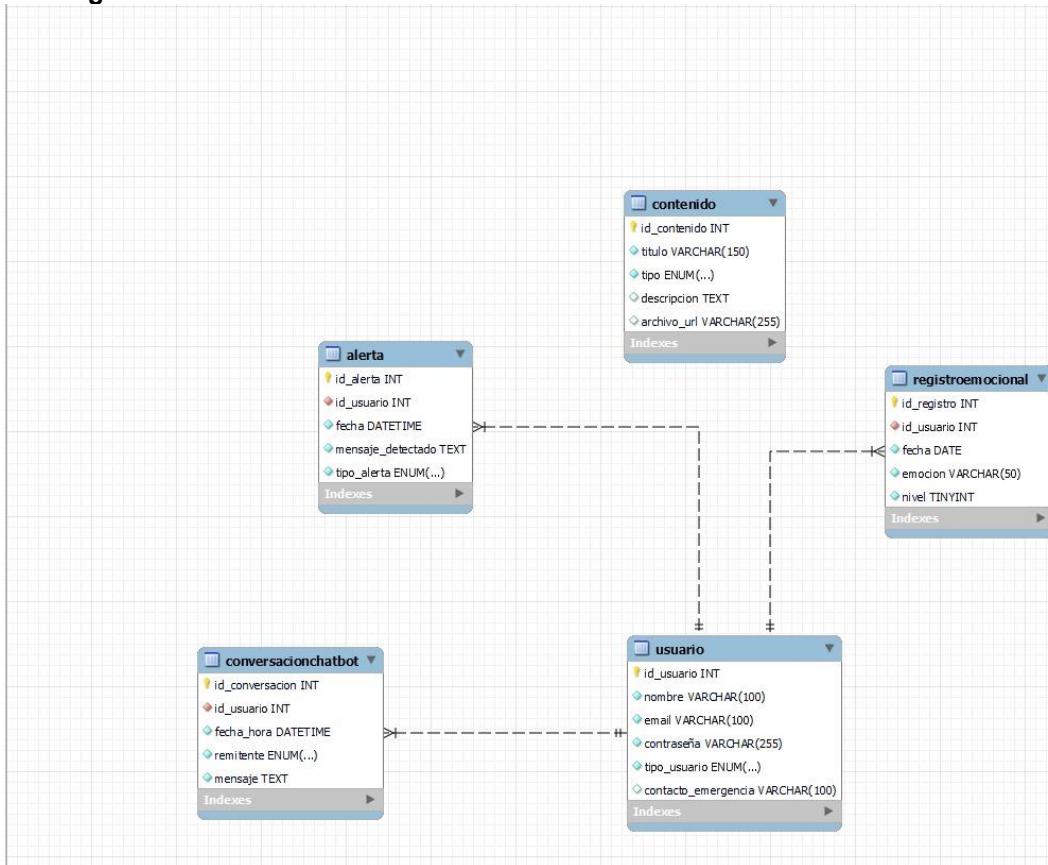
- Me quiero morir
- No aguento más
- No tiene sentido vivir
- Quiero hacerme daño
- No quiero existir.
- Quiero acabar con todo.
- No veo ninguna salida

Hay que tener en cuenta que esta lista será gestionada por el administrador, la cual es la psicóloga institucional y ella podrá agregar, modificar o eliminar dichas frases.

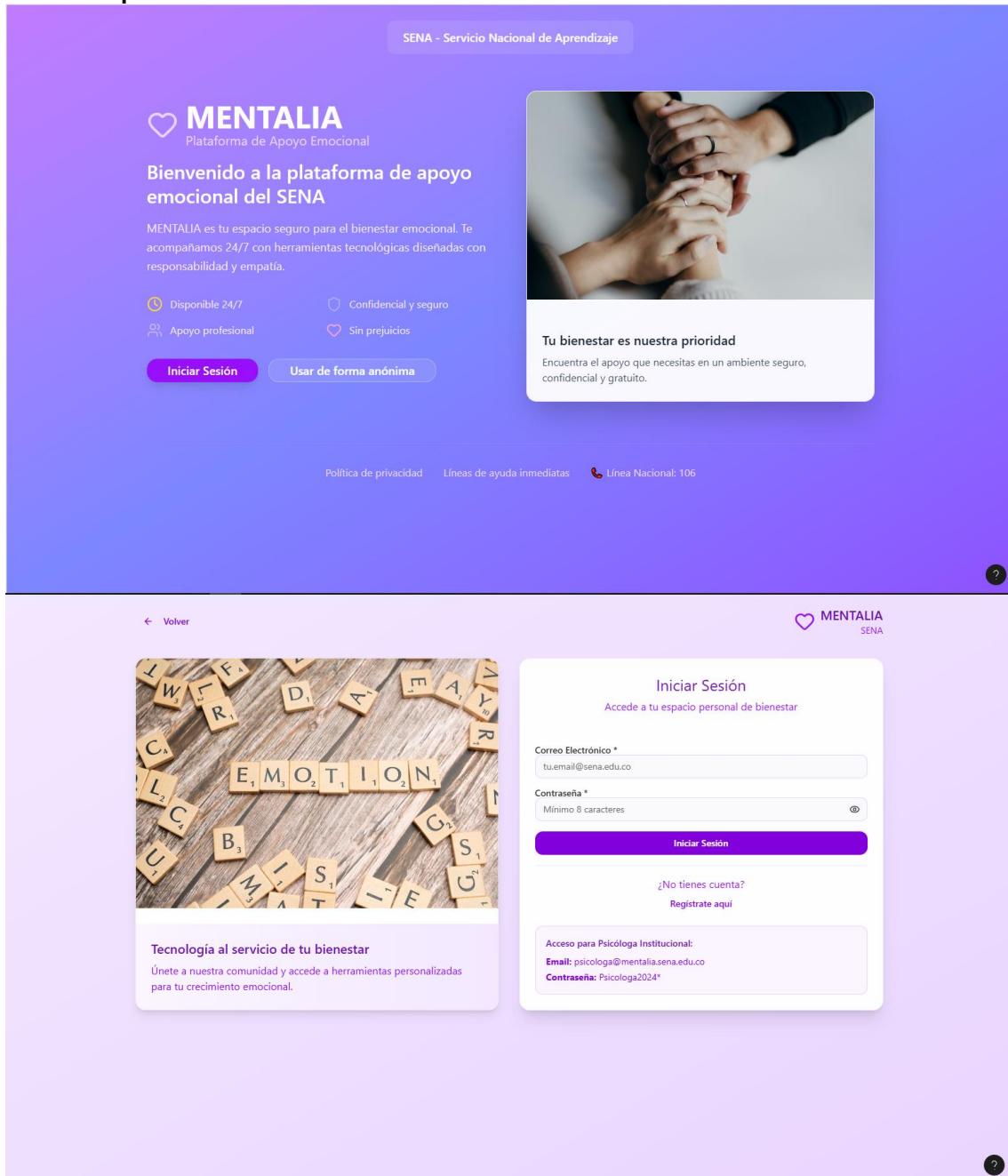
4.3 Referencias legales

- Ley 1581 de 2012, Habeas Data – Asegura la Protección de Datos Personales de los usuarios que interactúen con nuestra plataforma.
- Ley 1090 de 2006 – Código Deontológico y Bioético de la Psicología.
- Políticas de ética digital del SENA.

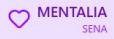
4.4 Diagrama del Sistema

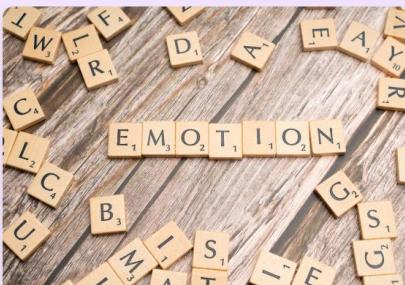


4.5 Prototipo de interfaz



The image shows a wireframe of the MENTALIA platform interface. At the top, there's a header bar with the SENA logo and the text "SENA - Servicio Nacional de Aprendizaje". Below the header, the main title "MENTALIA" is displayed with the subtitle "Plataforma de Apoyo Emocional". A welcome message "Bienvenido a la plataforma de apoyo emocional del SENA" is followed by a brief description: "MENTALIA es tu espacio seguro para el bienestar emocional. Te acompañamos 24/7 con herramientas tecnológicas diseñadas con responsabilidad y empatía." To the right, there's a photograph of two hands holding each other. Below the photo, a call-to-action box says "Tu bienestar es nuestra prioridad" and "Encuentra el apoyo que necesitas en un ambiente seguro, confidencial y gratuito." On the left side of the main content area, there are four service icons: "Disponible 24/7" (with a clock icon), "Confidencial y seguro" (with a lock icon), "Apoyo profesional" (with a person icon), and "Sin prejuicios" (with a heart icon). Below these icons are two buttons: "Iniciar Sesión" and "Usar de forma anónima". At the bottom of the main content area, there are links for "Política de privacidad", "Líneas de ayuda inmediatas", and "Línea Nacional: 106". On the far right, there's a question mark icon. The bottom section features a large image of Scrabble tiles spelling out words like "MENTALIA", "BIENESTAR", and "EMOCIONES". To the right of this image is a sign-in form titled "Iniciar Sesión" with fields for "Correo Electrónico" and "Contraseña". It also includes a "Iniciar Sesión" button and links for "¿No tienes cuenta?" and "Regístrate aquí". Below the sign-in form, there's a section for "Acceso para Psicóloga Institucional" with email and password fields.

[← Volver](#)




Tecnología al servicio de tu bienestar
Únete a nuestra comunidad y accede a herramientas personalizadas para tu crecimiento emocional.

Crear Cuenta

Completa tus datos para comenzar tu journey de bienestar

Nombre Completo *	Identificación *
Tu nombre completo	Número de documento
Edad *	Género *
Tu edad	Selecciona tu género
Programa de Formación *	
Ej: Análisis y Desarrollo de Software	
Número de Ficha *	Teléfono
Número de ficha	Número de teléfono
Correo Electrónico *	
tu.email@sena.edu.co	
Contraseña *	
Mínimo 8 caracteres	(*)
Debe incluir mayúsculas, números y símbolos	
Crear Cuenta	
¿Ya tienes cuenta? Iniciar sesión aquí	

Heart MENTALIA
Plataforma de Apoyo Emocional - SENA
Usuario Anónimo
anonimo@mentalia.com
Sesión Temporal

Chat de Apoyo
 Recursos y Técnicas

 MENTALIA Bot
Disponible 24/7 • Conversación confidencial
 Sesión temporal Anónimo

Sesión Anónima Activa
Tu conversación es completamente confidencial y solo estará disponible durante esta sesión. No se guardan datos personales.

 ¡Hola! Soy MENTALIA Bot. Te doy la bienvenida a este espacio seguro y confidencial. Como usuario anónimo, puedes conversar conmigo libremente. Tu conversación solo estará disponible durante esta sesión. ¿Cómo te sientes en este momento?

1246

Escribe tu mensaje aquí... 

Presiona Enter para enviar • Tu conversación es confidencial

MENTALIA
Plataforma de Apoyo Emocional - SENA
Usuario Anónimo
anonymo@mentalia.com

Chat de Apoyo
Recurso de Bienestar
Reursos y Técnicas

Destacados esta semana



Técnicas de Respiración para la Ansiedad
Aprende ejercicios de respiración profunda que puedes usar en cualquier momento para reducir la ansiedad y el...
10 min ★★★★☆ 4.8
Ansiedad Ver recurso



Artículo
Therapy
Cómo Manejar el Estrés Académico
Estrategias específicas para estudiantes del SENA para gestionar la presión académica y mantener el bienestar...
8 min lectura ★★★★☆ 4.6
Estrés Ver recurso



Video
Mindfulness para Principiantes
Una introducción completa a la práctica del mindfulness con ejercicios guiados paso a paso.
25 min ★★★★☆ 4.9
Mindfulness Ver recurso

Todos los recursos



Podcast: Salud Mental en Estudiantes
Conversaciones con psicólogos especializados en el bienestar de estudiantes universitarios y técnicos.
45 min ★★★★☆ 4.7 Estudio Descargar Ver recurso

?

Inicio
Chatbot
Mi Bienestar
Diario Emocional
Recursos
Ajustes

¡Hola, Usuario! 

¿Cómo te sientes hoy? Tu bienestar emocional es importante para nosotros.

 Feliz
 Normal
 Triste
 Ansioso

Tu semana emocional

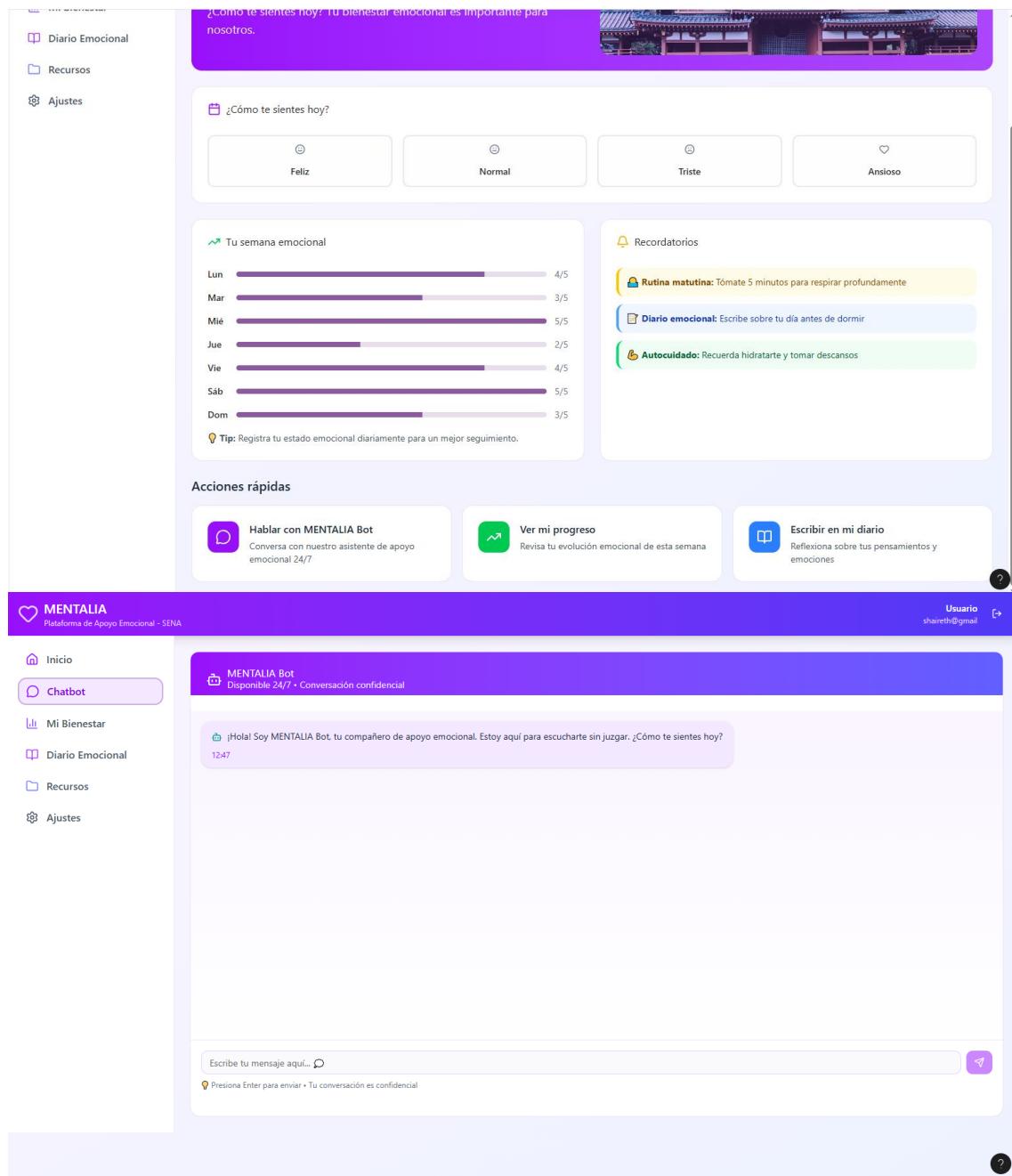
Lun	<div style="width: 80%;"></div>	4/5
Mar	<div style="width: 60%;"></div>	3/5
Mie	<div style="width: 100%;"></div>	5/5
Jue	<div style="width: 40%;"></div>	2/5
Vie	<div style="width: 80%;"></div>	4/5
Sáb	<div style="width: 100%;"></div>	5/5
Dom	<div style="width: 60%;"></div>	3/5

Tip: Registra tu estado emocional diariamente para un mejor seguimiento.

Recordatorios

- ⏰ Rutina matutina: Tómate 5 minutos para respirar profundamente
- 📝 Diario emocional: Escribe sobre tu día antes de dormir
- 🕒 Autocuidado: Recuerda hidratarte y tomar descansos

?



The screenshot displays the MENTALIA mobile application interface. The top navigation bar includes links for "Diario Emocional", "Recursos", and "Ajustes". The main content area features a purple banner with the text "¿Cómo te sientes hoy? TU bienestar emocional es importante para nosotros." and a photograph of a traditional building. Below this is a section titled "¿Cómo te sientes hoy?" with four mood buttons: "Feliz" (Happy), "Normal" (Normal), "Triste" (Sad), and "Ansioso" (Anxious). To the left is a "Tu semana emocional" chart showing daily mood scores from Monday to Sunday. To the right is a "Recordatorios" section with three items: "Rutina matutina", "Diario emocional", and "Autocuidado". A tip at the bottom encourages users to log their mood daily. The bottom navigation bar includes links for "Inicio", "Chatbot" (highlighted in blue), "Mi Bienestar", "Diario Emocional", "Recursos", and "Ajustes". The "Chatbot" section shows a conversation with "MENTALIA Bot" stating "¡Hola! Soy MENTALIA Bot, tu compañero de apoyo emocional. Estoy aquí para escucharte sin juzgar. ¿Cómo te sientes hoy?". A message input field at the bottom says "Escribe tu mensaje aquí...".

MENTALIA
Plataforma de Apoyo Emocional - SENA
User
shaireth@gmail.com

Inicio
Chatbot
Mi Bienestar

Mi Bienestar Emocional
Seguimiento y análisis de tu estado emocional

Promedio Semanal
4.1/5
▲ +0.3 vs semana anterior

Días Registrados
5/7

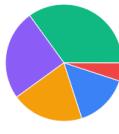
Emoción Principal
Feliz
35% del tiempo

Esta semana
+ Agregar estado

Evolución Emocional



Distribución de Emociones

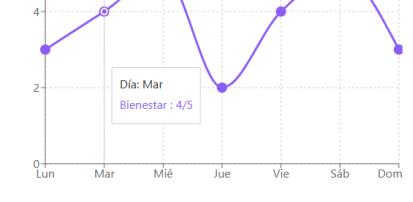


Insights Personalizados

Tendencia positiva
Tu bienestar ha mejorado un 15% esta semana

Mindfulness
Has registrado 5 días consecutivos de estado emocional

Meta semanal
Estás a solo 2 registros de completar tu meta



Insights Personalizados

Tendencia positiva
Tu bienestar ha mejorado un 15% esta semana

Mindfulness
Has registrado 5 días consecutivos de estado emocional

Meta semanal
Estás a solo 2 registros de completar tu meta



Acciones Recomendadas

Ejercicio de mindfulness
Basado en tu patrón de ansiedad

Ver ejercicio

Registro de gratitud
Potencia tus momentos positivos

Comenzar

Establece recordatorios
Para mantener tu registro diario

Configurar

Descripción de requisitos del software

MENTALIA
Plataforma de Apoyo Emocional - SENA

Usuario shaireth@gmail.com

- [Inicio](#)
- [Chatbot](#)
- [Mi Bienestar](#)
- [Diario Emocional](#)
- [Recursos](#)
- [Ajustes](#)

Diario Emocional

Reflexiona sobre tus pensamientos y emociones

+ Nueva entrada

Buscar en tus entradas...

Todos los estados

Un día de reflexión
14 de enero de 2024 19:00 Normal

Hoy me sentí un poco abrumado con las tareas del SENA, pero logré organizarme mejor. Me di cuenta de que cuando divido las tareas en partes más pequeñas, todo se vuelve más manejable.

SENA organización estrés

Momento de gratitud
13 de enero de 2024 19:00 Feliz

Tuve una excelente sesión de estudio con mis compañeros. Me siento muy agradecido por el apoyo que recibo de mi grupo. Realmente marca la diferencia tener personas que te entienden.

gratitud compañeros estudio

Preocupaciones nocturnas
12 de enero de 2024 19:00 Ansioso

MENTALIA
Plataforma de Apoyo Emocional - SENA

Usuario shaireth@gmail.com

- [Inicio](#)
- [Chatbot](#)
- [Mi Bienestar](#)
- [Diario Emocional](#)
- [Recursos](#)
- [Ajustes](#)

Recursos de Bienestar

Herramientas y contenido para tu crecimiento emocional

Buscar recursos...

Todos los tipos Todas las categorías

Destacados esta semana

Técnicas de Respiración para la Ansiedad
Aprende ejercicios de respiración profunda que puedes usar en cualquier momento para reducir la ansiedad y el estrés.

10 min 4.8

Ansiedad Ver recurso

Artículo Gratis

Therapy

Cómo Manejar el Estrés Académico

Estrategias específicas para estudiantes del SENA para gestionar la presión académica y mantener el bienestar.

8 min lectura 4.6

Estrés Ver recurso

Video Gratis

Mindfulness para Principiantes

Una introducción completa a la práctica del mindfulness con ejercicios guiados paso a paso.

25 min 4.9

Mindfulness Ver recurso

Todos los recursos

Podcast: Salud Mental en Estudiantes
Conversaciones con psicólogos especializados en el bienestar de estudiantes universitarios y técnicos.

45 min 4.7

Estudio Descargar Ver recurso

MENTALIA
Dra. María González
psicologa@mentalia.sena.edu.co

[Panel Administrativo](#)
[Gestión Recursos](#)
[Configuración](#)

⚠ 1 alerta crítica sin atender [Ver Alertas](#)

Panel de Psicóloga Institucional

Monitoreo y gestión de la plataforma MENTALIA

Dashboard
Alertas
Frases de Riesgo
Contenido
Exportaciones

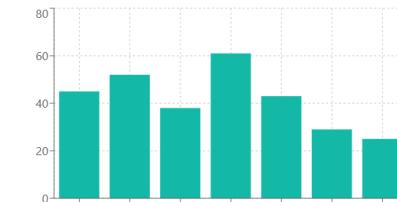
Usuarios Totales
1247

Sesiones Activas
342

Sesiones Chatbot
1834

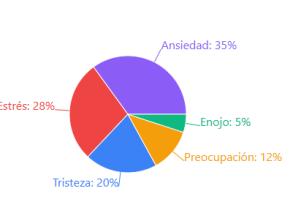
Alertas Hoy
0

Uso Semanal del Chatbot



Día	Uso (aprox.)
Lun	45
Mar	52
Mié	38
Jue	60
Vie	42
Sáb	30
Dom	25

Emociones Más Detectadas



Emoción	Porcentaje
Ansiedad	35%
Estrés	28%
Tristeza	20%
Preocupación	12%
Enojo	5%

MENTALIA
Dra. María González
psicologa@mentalia.sena.edu.co

[Panel Administrativo](#)
[Gestión Recursos](#)
[Configuración](#)

⚠ 1 alerta crítica sin atender [Ver Alertas](#)

Panel de Psicóloga Institucional

Monitoreo y gestión de la plataforma MENTALIA

Dashboard
Alertas
Frases de Riesgo
Contenido
Exportaciones

Todas las alertas

Alertas Críticas

CRÍTICA 15/1/2024, 10:30:00
Usuario expresó pensamientos de autolesión
ID de sesión: user123

[Atender](#) [Descartar](#)

ALTA PRIORIDAD 15/1/2024, 9:15:00 ATENDIDA
Múltiples expresiones de desesperanza detectadas
ID de sesión: user456

MENTALIA
Dra. María González
psicologa@mentalia.sena.edu.co

[Panel Administrativo](#)
[Gestión Recursos](#)
[Configuración](#)

⚠ 1 alerta crítica sin atender [Ver Alertas](#)

Panel de Psicóloga Institucional

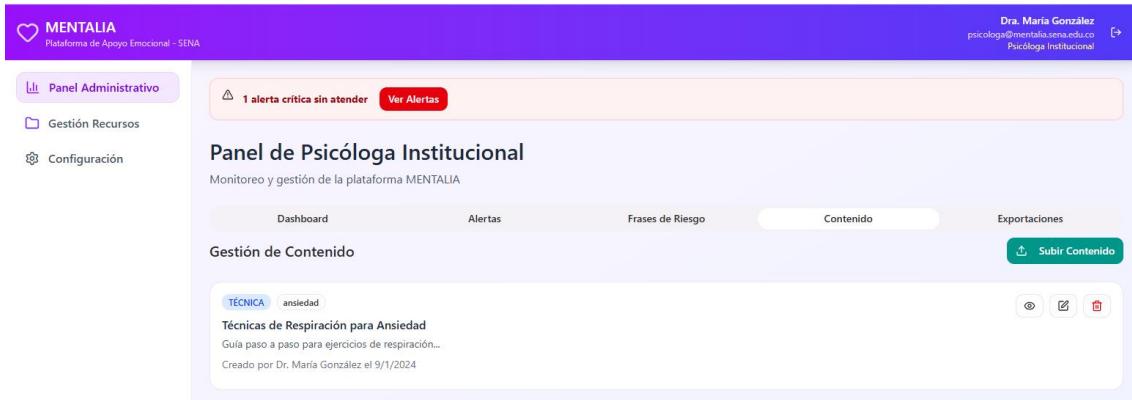
Monitoreo y gestión de la plataforma MENTALIA

Dashboard
Alertas
Frases de Riesgo
Contenido
Exportaciones

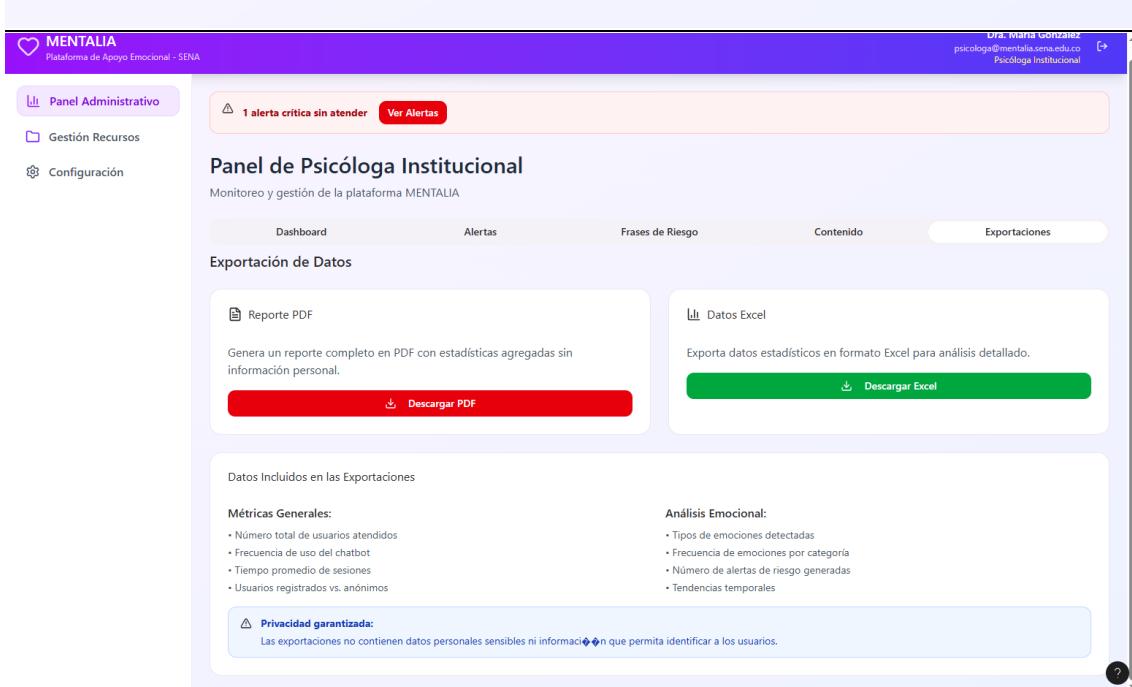
Gestión de Frases de Riesgo

CRÍTICA
"me quiero morir"
Creada por Dr. María González el 31/12/2023

ALTA
"no aguento más"
Creada por Dr. María González el 31/12/2023



The screenshot shows the 'Contento' tab selected in the navigation bar. A card displays a technique for anxiety management titled 'Técnicas de Respiración para Ansiedad'. It includes a brief description, a creation date of 9/1/2024, and three action buttons.



The screenshot shows the 'Exportaciones' tab selected. It features two main export options: 'Reporte PDF' and 'Datos Excel'. Below these, a section titled 'Datos Incluidos en las Exportaciones' lists general metrics and emotional analysis categories. A note at the bottom states 'Privacidad garantizada: Las exportaciones no contienen datos personales sensibles ni información que permita identificar a los usuarios.'