**Atividade Identificando Oportunidade**

(Startup One)

**Com qual área você mais se identifica? (HealthTech).**

Quais problemas você consegue identificar nesta área de atuação que possam ser uma oportunidade? Pense em problemas grandes e fuja de problemas cotidianos.

Um projeto de aplicação móvel voltado para a área da saúde mental que detenha dados sobre consultas médicas para gerar históricos de pacientes que possuem acompanhamentos médicos, sendo assim o paciente poderá seguir com alguns tratamentos de auto-ajuda; como por exemplo meditação e mindfulness **(“atenção plena”, é a prática de se concentrar completamente no presente).**

O aplicativo poderia permitir que os usuários agendem consultas online com psicólogos, psiquiatras e outros profissionais de saúde mental. Os usuários poderiam escolher o profissional com base em sua especialidade, disponibilidade e avaliações de outros usuários.

* Além disso, o aplicativo poderia ter uma seção de histórico médico, onde os usuários poderiam registrar informações sobre suas consultas passadas, como datas, duração, tópicos discutidos, prescrições e recomendações.
* Esses registros poderiam ser compartilhados com o profissional de saúde mental durante a próxima consulta, permitindo que o profissional tenha um histórico mais completo e preciso do paciente.
* O aplicativo também poderia incluir recursos educativos sobre saúde mental e bem-estar, como artigos, vídeos e podcasts. E uma comunidade de usuários para compartilhar experiências e oferecer apoio mútuo também poderia ser adicionada.
* Este tipo de aplicativo poderá oferecer meditações guiadas, exercícios de respiração, técnicas de relaxamento muscular progressivo e dicas para reduzir o estresse e a ansiedade.
* O aplicativo também poderia oferecer uma variedade de trilhas de meditação, desde meditações mais curtas para momentos de estresse agudo até meditações mais longas para sessões de prática mais intensas.
* Além disso, o aplicativo poderá ter recursos adicionais, como um diário para registrar pensamentos e emoções, uma função de acompanhamento de humor e a possibilidade de se conectar com uma comunidade de usuários que também estão trabalhando em sua saúde mental.

**Regras de negócio para um aplicativo mobile de saúde mental podem incluir:**

**Privacidade e segurança:** O aplicativo deve garantir a privacidade dos dados dos usuários e cumprir com as leis e regulamentações de proteção de dados. Deve haver um controle rígido do acesso às informações sensíveis dos usuários.

**Funcionalidades baseadas em evidências:** O aplicativo deve ser baseado em evidências científicas e contar com profissionais de saúde mental na equipe de desenvolvimento. Deve fornecer aos usuários informações precisas e confiáveis, com base em técnicas validadas para tratar os problemas de saúde mental.

**Foco na experiência do usuário:** O aplicativo deve ser fácil de usar e intuitivo, para que os usuários possam navegar sem dificuldades. Ele deve ser atraente visualmente, com um design agradável e uma interface limpa e simples.

**Personalização:** O aplicativo deve permitir a personalização do tratamento e recursos para atender às necessidades específicas de cada usuário. Por exemplo, um usuário pode querer se concentrar em ansiedade ou em problemas de sono.

**Feedback dos usuários:** O aplicativo deve permitir que os usuários forneçam feedback e sugestões para aprimorar a experiência do usuário e a eficácia do aplicativo. Deve haver uma equipe de suporte disponível para ajudar os usuários a resolver problemas e a responder a perguntas.

**Parcerias com profissionais de saúde mental:** O aplicativo pode estabelecer parcerias com profissionais de saúde mental, para que os usuários possam ter acesso a uma rede de apoio especializado. Os profissionais de saúde mental podem fornecer orientação e aconselhamento personalizado.

**Monitoramento de progresso:** O aplicativo deve permitir que os usuários acompanhem seu progresso e obtenham feedback sobre como estão progredindo em seu tratamento. Isso pode ajudar os usuários a permanecer motivados e comprometidos com seu tratamento.

Essas regras de negócio podem ajudar a garantir que o aplicativo de saúde mental seja eficaz, seguro e útil para os usuários. Além disso, podem ajudar a estabelecer confiança e credibilidade no mercado de saúde mental móvel.

**1 - Identificação do mercado TAM, SAM, SOM**

**- TAM**

Em 2019, a OMS já estimava que quase 1 bilhão de pessoas viviam com algum transtorno mental, sendo que a ansiedade representava 31% desse total e a depressão, 28,9%. Os países mais atingidos pela pandemia foram aqueles que mais tiveram aumento na prevalência dos dois transtornos, sendo mais frequente em mulheres.

**- SAM**

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), a ansiedade é a doença mental mais comum em todo o mundo, afetando cerca de 1 em cada 13 pessoas. Isso equivale a cerca de 7,7% da população mundial. A OMS também aponta que a ansiedade é mais comum entre as mulheres do que entre os homens.

*\*Lembrando que aplicação mobile tem limitações e nem todas as situações podem ser tratadas à distância. É sempre importante seguir as recomendações do profissional de saúde mental quanto à melhor forma de tratamento.*