

ANÁLISE FUNCIONAL DE APLICATIVOS VOLTADOS PARA SAÚDE MENTAL (APOIO UNIP)

Alunas: Milena M. Tatekawa da Silva e Beatriz C. Failla D'Addea

Orientador: Prof. Fernando Rodrigues de Sá

Curso: Ciência da Computação

Campus: São José dos Campos

O crescimento da internet, das redes e mídias sociais e o uso de *smartphones* permitiu a abertura de um novo mundo de processos comportamentais, o que contribui para a realização de uma variedade de tarefas, revolucionando, principalmente, a forma como os indivíduos interagem em sociedade. Em adição a isso, é evidente que, com a pandemia do novo coronavírus, os recursos tecnológicos ganharam grande destaque e, cada vez mais, uma maior importância, passando a ser largamente utilizados, principalmente, para tentar encurtar as distâncias causadas pelo isolamento social e, conseqüentemente, tentar ajudar a preservar a saúde mental em meio a um contexto que, há mais de um ano, afeta o Brasil e o mundo. Todavia, nota-se que, diante da quantidade expressiva de casos e mortes ocorridos em decorrência do coronavírus, sentimentos como ansiedade, estresse, depressão, solidão e desânimo se tornaram ainda mais constantes e evidentes, podendo ser percebidos em crianças até idosos. Diante desse cenário, o projeto teve o propósito de avaliar aplicativos *mobile* (APPs) destinados à saúde mental e ao bem-estar, destacando os pontos positivos e negativos e oferecendo algumas soluções para facilitar o uso dessas aplicações. Foi realizada uma seleção de APPs voltados para a saúde mental baseada nos seguintes critérios: APPs disponibilizados gratuitamente, disponibilidade em língua portuguesa, compatibilidade com os sistemas Android e iOS, e desenvolvimento de ferramentas para praticar a autoavaliação. Foram selecionados 4 APPs (*Headspace*, *Happify*, *Cíngulo* e *Rootd*) para observação, análise, comparação e desenvolvimento do projeto.