



**CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA**  
**FACULDADE DE TECNOLOGIA E CIÊNCIAS SOCIAIS APLICADAS**

**RESUMO EXECUTIVO**

## **Serenità**

**Membros do Projeto**

22351069 - Luca Cordella

**Orientador**

Sérgio Cozzetti

BRASÍLIA, dezembro de 2025

## AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço à minha família e à minha namorada, que foram a base e o apoio constante durante toda a minha trajetória acadêmica. O incentivo, a motivação e a confiança de vocês foram fundamentais para que eu mantivesse disciplina, resiliência e dedicação ao longo do desenvolvimento deste projeto.

Também expresso minha gratidão ao corpo docente que contribuiu diretamente para a construção do Serenità. À professora Kadidja Oliveira, pela orientação na estruturação da ideia inicial e na base conceitual do projeto. Ao professor Sérgio Cozzetti, pela mentoria no desenvolvimento prático e pela introdução às metodologias ágeis, que ajudaram a organizar o processo de trabalho.

Agradeço ainda ao professor Airton Junior, pelos conhecimentos em Programação Web que possibilitaram a implementação técnica do sistema, e ao professor José Wellington, cujos ensinamentos em Banco de Dados foram essenciais para a modelagem e organização das informações da aplicação. Ao professor Auto Tavares, deixo meu reconhecimento pelas orientações em Cibersegurança, fundamentais para garantir a proteção e confiabilidade dos dados.

Por fim, agradeço à psicóloga Juliana Raulino, parceira e stakeholder do projeto, por compartilhar a visão prática da psicologia clínica e contribuir para que a solução fosse realmente útil e humanizada. A todos que colaboraram direta ou indiretamente, minha sincera gratidão.

## RESUMO

O presente projeto aborda o desenvolvimento do **Serenità**, uma solução tecnológica multiplataforma voltada para o enfrentamento da crise de saúde mental que afeta o Brasil, país que lidera os índices mundiais de ansiedade e depressão na América Latina. Com foco prioritário no público universitário e jovem adulto, o projeto visa mitigar a escassez de ferramentas acessíveis para o monitoramento contínuo do bem-estar emocional. A aplicação oferece um ecossistema integrado que combina funcionalidades de diário de humor, rastreamento de sintomas e autoavaliações psicológicas padronizadas (como GAD-7), além de um inovador "Modo Emergência" para situações de crise. Desenvolvido com uma arquitetura moderna e segura (utilizando Node.js e PostgreSQL), o sistema busca democratizar o acesso ao autocuidado e atuar preventivamente na redução da evasão acadêmica e laboral, conectando usuários, instituições e profissionais de saúde em uma rede de apoio eficaz e baseada em dados.

**Palavras-chave:** Saúde Mental, Autocuidado, Tecnologia Assistiva.

## 1. Problema ou Oportunidade

O cenário atual da saúde mental no Brasil apresenta desafios críticos. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o Brasil é apontado como o país com maior prevalência de transtornos de ansiedade no mundo e ocupa a primeira posição em casos de depressão na América Latina. Este quadro, já alarmante, foi severamente agravado pela pandemia de COVID-19, período no qual cerca de 34% da população relatou sentimentos intensos de angústia, impactando desproporcionalmente jovens adultos abaixo de 35 anos.

A oportunidade de negócio surge da identificação de uma lacuna significativa no mercado: apesar da alta demanda, existe uma escassez de ferramentas digitais que sejam, simultaneamente, acessíveis financeiramente e intuitivas para o monitoramento contínuo do bem-estar. A falta de soluções preventivas contribui para a sobrecarga dos serviços de saúde e gera prejuízos econômicos e acadêmicos, como o aumento do absenteísmo laboral e da evasão universitária. O projeto Serenità propõe-se a preencher essa lacuna, oferecendo um suporte tecnológico que atua antes que o quadro clínico se agrave.

## 2. Benefícios da Solução

A solução Serenità entrega valor tangível e intangível ao democratizar o acesso a ferramentas de autocuidado e triagem psicológica. Os principais benefícios incluem:

- **Autoconhecimento Baseado em Dados:** Empoderamento do usuário através da visualização gráfica de seus padrões emocionais, permitindo a identificação de gatilhos e a correlação entre hábitos e humor.
- **Acessibilidade e Inclusão:** Adoção de um modelo de negócio que remove barreiras financeiras para o usuário final, garantindo que estudantes e jovens em vulnerabilidade possam utilizar recursos de saúde mental de alta qualidade gratuitamente.
- **Segurança e Resposta Rápida:** Oferta de uma rede de segurança ativa através do "Modo Emergência", que reduz o tempo de resposta em situações críticas ao conectar o usuário instantaneamente a contatos de confiança e serviços de apoio.
- **Apoio Institucional:** Para universidades e empresas parceiras, a solução oferece o benefício estratégico de promover um ambiente mais saudável, reduzindo taxas de trancamento de cursos e afastamentos médicos.

### 3. Público-Alvo

A solução foi desenhada para atender a dois perfis complementares dentro do ecossistema de saúde mental:

- **Usuários Finais (B2C):** O foco primário são jovens adultos e universitários (faixa etária de 18 a 35 anos), nativos digitais que buscam ativamente ferramentas para melhorar seu equilíbrio emocional e lidar com a pressão da rotina acadêmica e profissional.
- **Clientes Institucionais (B2B/B2G):** Instituições de Ensino Superior (como o CEUB e a UNB) e empresas preocupadas com o bem-estar corporativo (ESG), que adotam a plataforma para subsidiar o acesso de seus alunos e colaboradores.

### 4. Protótipo Visual

O protótipo funcional da aplicação demonstra a jornada do usuário focada em simplicidade e acolhimento. A navegação segue o fluxo lógico de autoconhecimento:

1. **Acesso Seguro:** Tela de Login/Cadastro com validação de credenciais. (figura 1 e 2).
2. **Dashboard Central:** O "hub" da aplicação, onde o usuário visualiza cards de acesso rápido ao Diário, Sintomas e Botão de Emergência. (figura 3 e 4).
3. **Monitoramento:** Telas de registro de humor com seleção intuitiva (escala visual), gráficos de tendência gerados automaticamente e tela de autoavaliação com triagens disponíveis e histórico de avaliações. (figura 5, 6, 7 e 8).

Figura 1: Tela de Cadastro do Serenità:

**S**

**Serenità**

Bem-vindo(a) ao Serenità. Para começar sua jornada de serenidade, preencha seus dados. É rápido e fácil.

Nome  Sobrenome

Informe seu nome  Informe seu sobrenome

E-mail

Informe um e-mail válido

Senha

Senha deve ter pelo menos 6 caracteres

Confirmar senha

[← Voltar à página inicial](#)  
[Já tem uma conta? Entrar](#)

Figura 2: Tela de Login do Serenità:

**S**

**Serenità**

Seu companheiro diário para acompanhamento de saúde mental e autocuidado

E-mail

Informe um e-mail válido

Senha  [Esqueceu a senha?](#)

Senha deve ter pelo menos 6 caracteres

Ou continue com

[← Voltar à página inicial](#)

Não tem uma conta? [Cadastre-se](#)

Figura 3: Tela Inicial do Serenità, demonstrando os cards das funcionalidades:

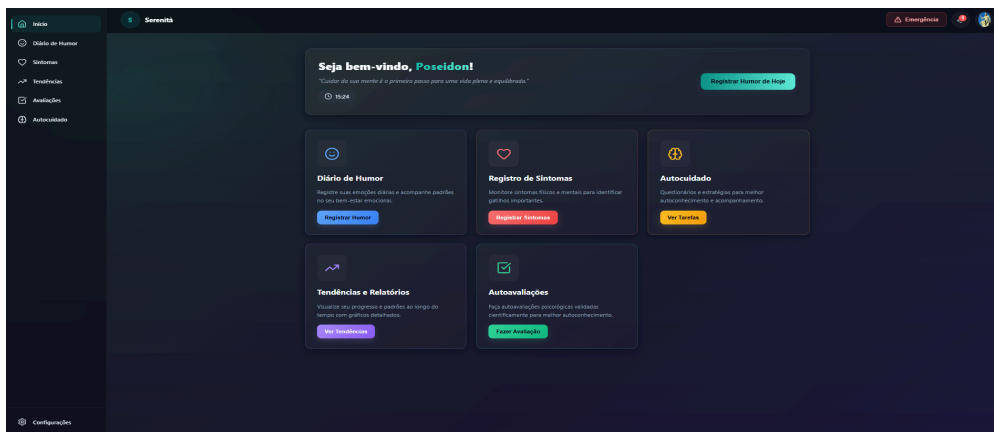


Figura 4: Pop-up da tela de Ajuda de Emergência:

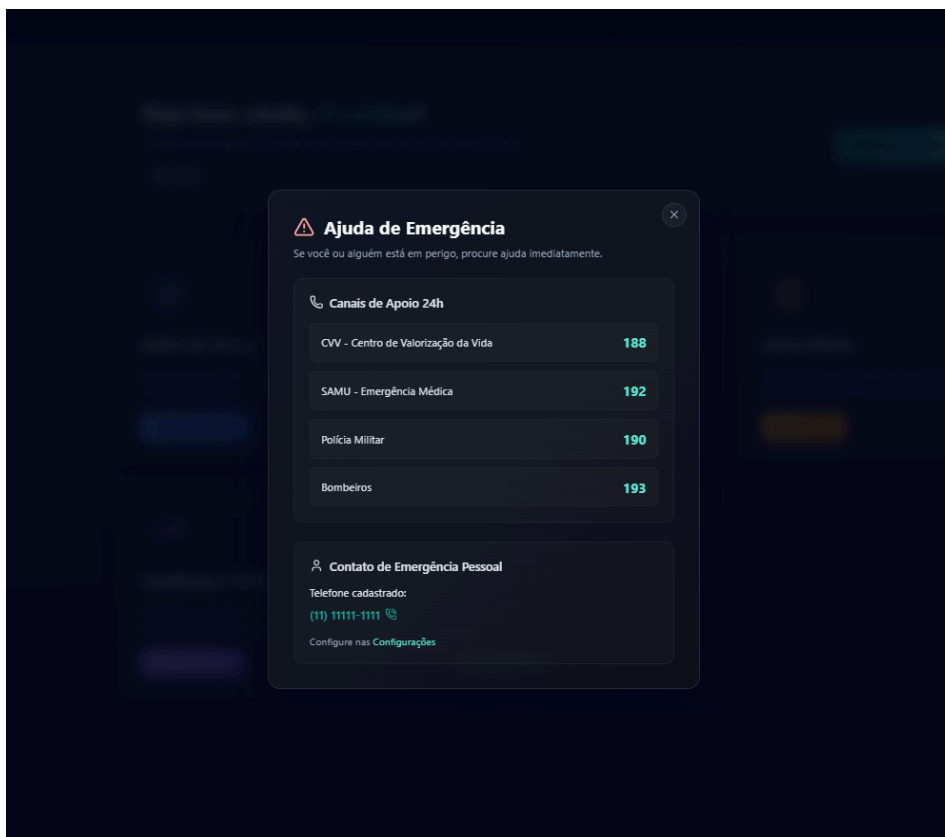


Figura 5: Tela da funcionalidade Diário de Humor:

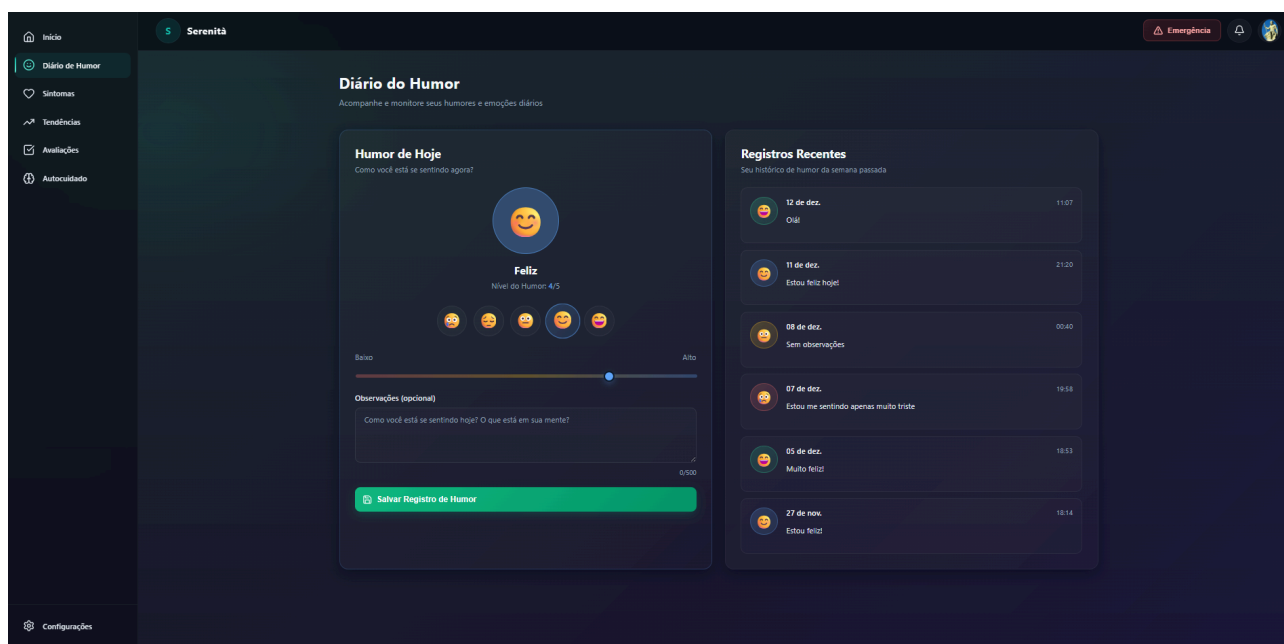


Figura 6: Tela de Tendências e Relatórios:

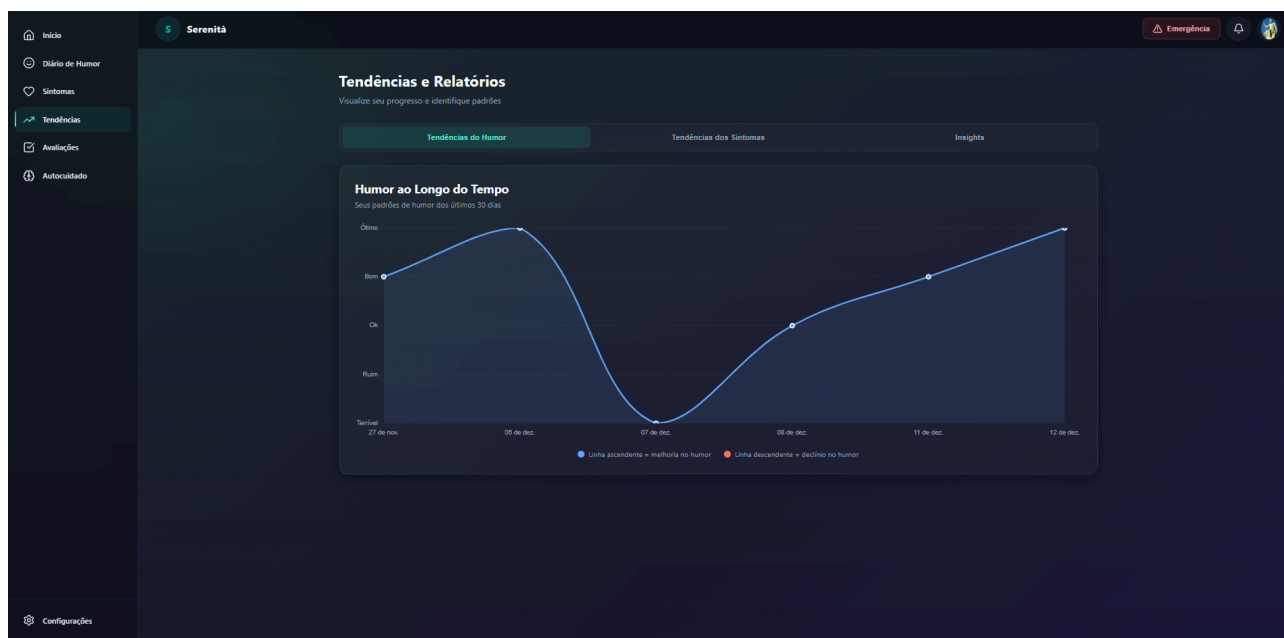


Figura 7: Tela de Avaliações demonstrando as triagens:

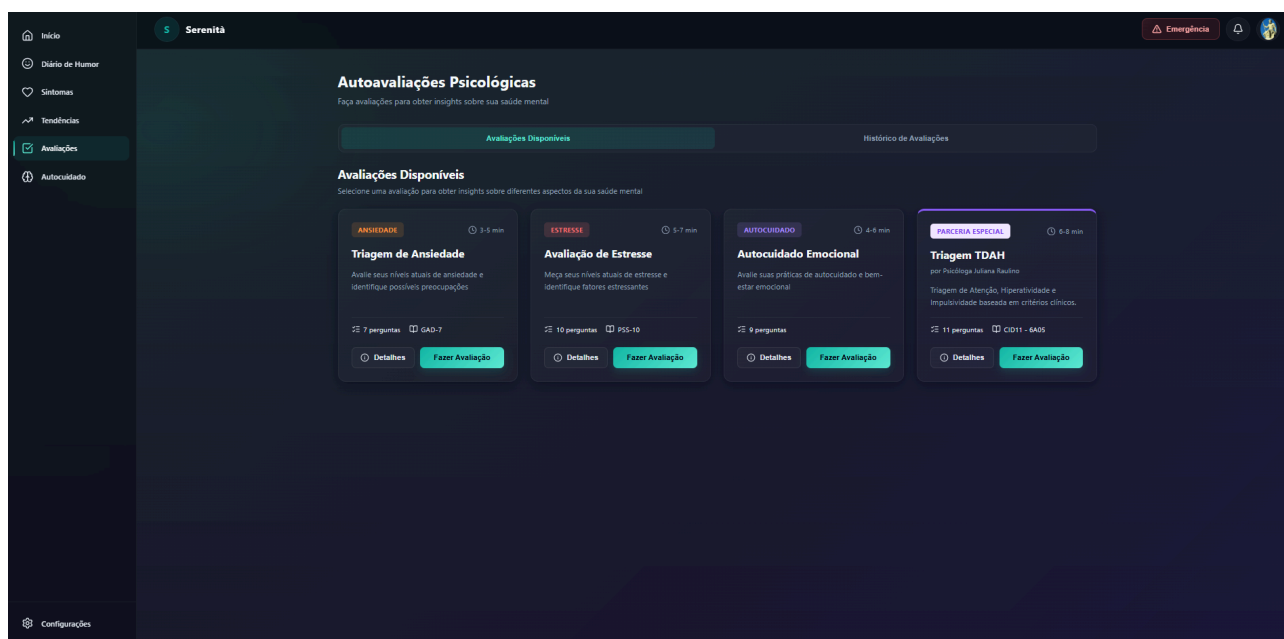
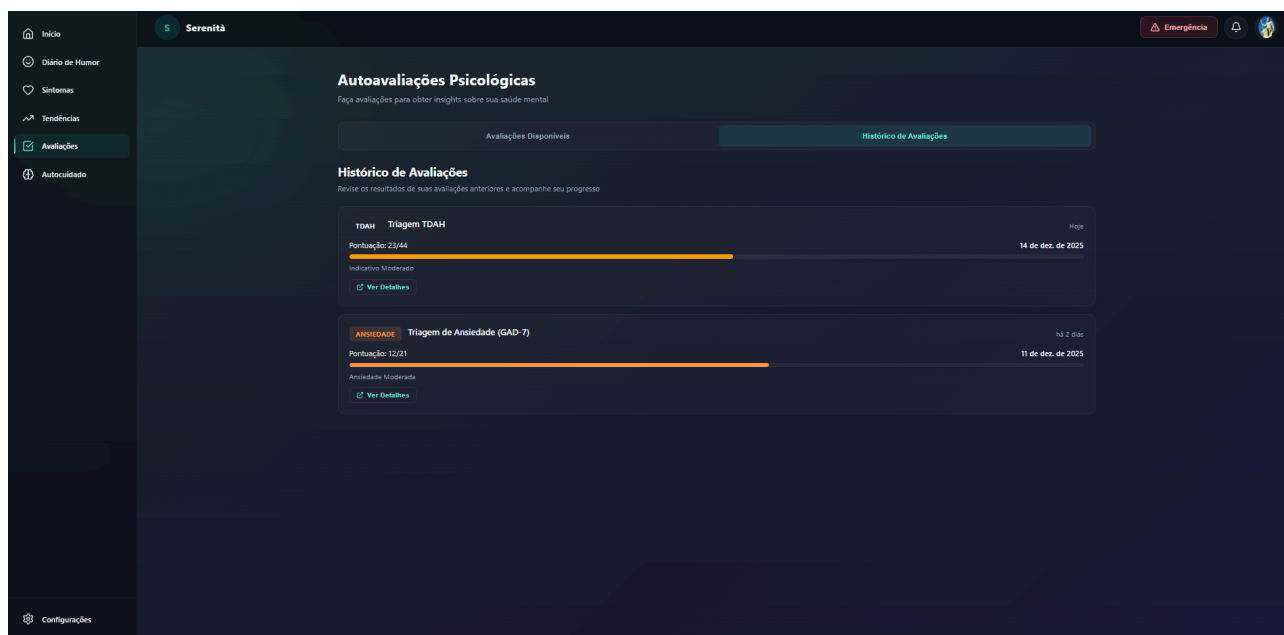


Figura 8: Histórico de Avaliações (Tela Avaliações):



O código-fonte está disponível publicamente para consulta técnica através dos links:

- **Repositório (GitHub):** <https://github.com/LucaCordella/serenita>

## 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do Serenità atingiu seu objetivo principal ao entregar uma ferramenta tecnológica funcional, acessível e segura, capaz de auxiliar no monitoramento preventivo da saúde mental de jovens e universitários. O projeto demonstrou que é possível democratizar o acesso ao autocuidado emocional através de uma interface intuitiva e validada tecnicamente, preenchendo a lacuna existente entre a alta demanda por suporte psicológico e a escassez de recursos acessíveis no Brasil.

Os benefícios para o público-alvo são evidentes na facilidade de registro diário de emoções e na resposta imediata em situações de crise através do "Modo Emergência", promovendo não apenas o autoconhecimento, mas também a segurança do usuário. Para as instituições parceiras (B2B/B2G), a solução oferece uma estratégia inovadora baseada em dados para a redução da evasão e melhoria do clima organizacional. Como próximos passos, prevê-se a expansão do ecossistema com a integração de Inteligência Artificial para análises preditivas e a consolidação do *marketplace* de profissionais de saúde.

## REFERÊNCIAS

BRASIL. **Lei nº 13.709, de 14 de agosto de 2018.** Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais (LGPD). *Diário Oficial da União*: seção 1, Brasília, DF, ano 155, n. 157, p. 59-64, 15 ago. 2018.

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. **Jovens relatam vontade de abandonar a escola e queda da renda familiar na pandemia, revela pesquisa.** Brasília, 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br>. Acesso em: 15 mai. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). **Resolução nº 11, de 11 de maio de 2018.** Regulamenta a prestação de serviços psicológicos realizados por meios de tecnologias da informação e da comunicação. Brasília: CFP, 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Depression and other common mental disorders: global health estimates.** Geneva: WHO, 2017. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/254610/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf>. Acesso em: 10 mai. 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório Mundial de Saúde Mental: transformar a compreensão e o cuidado da saúde mental para todos.** Genebra: OMS, 2022.

OWASP FOUNDATION. **OWASP Top 10:2021.** 2021. Disponível em: <https://owasp.org/Top10/>. Acesso em: 12 dez. 2025. (Isso valida o uso do Helmet, Rate Limiter e as proteções contra XSS que você citou).

MALTA, D. C. et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 44, n. spe4, p. 177-190, dez. 2020.

SOMMERVILLE, I. **Engenharia de Software.** 10. ed. São Paulo: Pearson Education, 2018. (Ideal para justificar a escolha de metodologias ágeis e arquitetura em camadas).