

**CENTRO PAULA SOUZA
ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL PROFESSORA MARIA CRISTINA
MEDEIROS**

**Ensino médio com habilitação profissional de técnico em
informática para internet**

Katharina laussoghi Floriano Da Silveira

Luara Gouveia Martins

Sabrina Vitória Moura Santos

Stephany Dos Santos Silva

ACABA AQUI

Plataforma Web para Apoio a Pessoas com Dependência Química

RIBEIRÃO PIRES

2025

Katharina laussoghi Floriano Da Silveira

Luara Gouveia Martins

Sabrina Vitória Moura Santos

Stephany Dos Santos Silva

ACABA AQUI

Plataforma Web para Apoio a Pessoas com Dependência Química

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola Técnica Estadual Professora Maria Cristina Medeiros como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Informática para Internet, no componente curricular de Projeto Técnico.

Orientador: Professor Márcio Alberto De Barros

RIBEIRÃO PIRES

2025

FICHA CATALOGRÁFICA
CATALOGAÇÃO CENTRALIZADA
Biblioteca da ETEC Prof.^a Maria Cristina Medeiros

A168

Acaba aqui: plataforma web para apoio a pessoas com dependência química / Katharia Iaussoghi Floriano da Silveira; Luara Golveia Martins; Sabrina Vitória Moura Santos; Stephany dos Santos Silva. – Ribeirão Pires (SP): ETEC MCM, 2025. Monografia. 37 fls.

Formato PDF/A. Requisitos de sistema: Adobe Acrobat Reader

Trabalho de Conclusão de Curso – Centro Paula Souza, ETEC Prof.^a Maria Cristina Medeiros, Ensino Médio Integrado ao Curso Técnico em Informática para Internet, Ribeirão Pires (SP).

Orientador (a): Prof. Especialista em Banco de Dados Márcio Alberto de Barros

Depósito: Repositório Institucional do Conhecimento do Centro Paula Souza

Modo de acesso: <http://ric.cps.sp.gov.br>

1. Dependência Química 2. Tecnologia Assistiva 3. Plataforma Web 4. Apoio Emocional

I. Título II. Autores

CDD 005.7

Elaborado Por: Patricia Cordeiro da Silva Farias – CRB-8/7510

FOLHA DE APROVAÇÃO

Aprovado em: Ribeirão Pires, ___ de _____ de 2025.

BANCA AVALIADORA:

Rogério Carneiro Leal, Professor. Escola Técnica Estadual Professora Maria Cristina Medeiros

Leticia Lira Da Silva, Auxiliar de Docente. Escola Técnica Estadual Professora Maria Cristina Medeiros

Ricardo Moreira, Professor. Escola Técnica Estadual Professora Maria Cristina Medeiros

RESUMO

Este projeto apresenta o desenvolvimento da plataforma web “Acaba Aqui”, uma solução tecnológica voltada ao suporte emocional e ao acompanhamento de pessoas em processo de recuperação da dependência química. A iniciativa surge da necessidade de ampliar o acesso a ferramentas digitais de cuidado, oferecendo um ambiente seguro, intuitivo e acessível, capaz de complementar intervenções tradicionais por meio de recursos tecnológicos.

A plataforma foi projetada com base em princípios de design centrado no usuário (DCU) e de tecnologia assistiva, priorizando usabilidade, acessibilidade e responsividade. Entre suas principais funcionalidades estão: chat de apoio emocional em tempo real, mapa de jornada semanal para monitoramento da saúde mental, dashboard com indicadores de bem-estar, além de um blog colaborativo onde os usuários podem relatar experiências, registrar evolução e acessar conteúdos informativos.

A metodologia adotada inclui análise de requisitos, levantamento das necessidades do público-alvo, pesquisa exploratória, prototipação de alta fidelidade e aplicação de testes de usabilidade. Também foram utilizados conceitos de arquitetura de informação, UX/UI, desenvolvimento front-end e back-end, garantindo uma estrutura sólida e escalável. A implementação baseia-se em tecnologias web modernas, com enfoque na modularidade, segurança dos dados e facilidade de manutenção.

O projeto visa promover acolhimento, autonomia e engajamento ao usuário, oferecendo uma ferramenta digital capaz de contribuir para o bem-estar emocional durante o processo de recuperação. Além disso, busca demonstrar o potencial da tecnologia como aliada em intervenções de saúde mental, reforçando a importância de soluções digitais acessíveis, humanizadas e orientadas por dados.

Palavras-chave: Dependência Química; Tecnologia Assistiva; Plataforma Web; Apoio Emocional; Intervenção Digital; UX/UI; Acessibilidade; Desenvolvimento Web.

ABSTRACT

This project presents the development of the web platform “*Acaba Aqui*”, a technological solution designed to provide emotional support and monitor individuals undergoing recovery from chemical dependency. The initiative arises from the need to expand access to digital care tools, offering a safe, intuitive, and accessible environment capable of complementing traditional interventions through technological resources.

The platform was designed based on user-centered design (UCD) principles and assistive technology, prioritizing usability, accessibility, and responsiveness. Its main features include a real-time emotional support chat, a weekly journey map for mental health monitoring, a dashboard with well-being indicators, and a collaborative blog where users can share experiences, record progress, and access informative content.

The adopted methodology includes requirements analysis, identification of target-audience needs, exploratory research, high-fidelity prototyping, and usability testing. Concepts of information architecture, UX/UI, front-end development, and back-end development were also applied to ensure a solid and scalable structure. Implementation is based on modern web technologies, emphasizing modularity, data security, and ease of maintenance.

The project aims to promote user support, autonomy, and engagement by providing a digital tool capable of contributing to emotional well-being throughout the recovery process. Additionally, it seeks to demonstrate the potential of technology as an ally in mental-health interventions, reinforcing the importance of accessible, humanized, and data-driven digital solutions.

Keywords: Chemical Dependency; Assistive Technology; Web Platform; Emotional Support; Digital Intervention; UX/UI; Accessibility; Web Development.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	6
1.1 Tema do TCC	6
1.2 Justificativas	6
1.3 Problema de Pesquisa	7
1.4 Hipóteses	8
1.5 Objetivo Geral	9
1.6 Objetivos Específicos	9
1.7 Estrutura do trabalho	10
1.8 Metodologia	10
1.8.1 Pesquisa Qualitativa (Exploratória)	10
1.8.2 Planejamento Estratégico do Projeto	11
1.8.3 Design e Prototipagem de Alta Fidelidade	13
2 REFERENCIAL TEÓRICO	13
2.1 Contextualização da Dependência Química	15
2.2 A Importância do Apoio Contínuo na Recuperação	15
3 DESENVOLVIMENTO DA PLATAFORMA “ACABA AQUI”	15
3.1 DESENVOLVIMENTO DO PROTÓTIPO	16
3.1.1 Protótipo de Alta Fidelidade	16
3.2 Testes	28
3.3 RESULTADOS ESPERADOS	29
3.3.1 Limitações do Projeto	31
3.3.2 Trabalhos Futuros	31
4 CONCLUSÃO	32
REFERÊNCIAS	34

1 INTRODUÇÃO

1.1 Tema do TCC

O processo de reabilitação de pessoas com dependência química não se limita apenas à desintoxicação física, mas envolve a complexa reconstrução de laços sociais, o enfrentamento de estigmas e a retomada do controle emocional. O projeto “Acaba Aqui!” busca atuar diretamente nessas áreas, promovendo uma rede de suporte contínua, que reconhece a vulnerabilidade do usuário e oferece caminhos para a superação cotidiana, ampliando a eficácia dos tratamentos tradicionais por meio da tecnologia.

A escolha do tema “O processo de reabilitação de pessoas com dependência química” surge do aumento significativo apontado pelo Escritório das Nações Unidas sobre Drogas e Crime (UNODC), no relatório mundial de drogas de 2022 que aponta cerca de 284 milhões de pessoas — na faixa etária entre 15 a 64 anos — usaram drogas em 2020, 26% a mais do que dez anos antes. Tem como foco analisar as etapas, os métodos e os desafios enfrentados durante a reintegração social e emocional de indivíduos que lutam contra o uso abusivo de substâncias psicoativas. A dependência química é uma questão complexa que envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais, exigindo uma abordagem multidisciplinar para seu enfrentamento. Assim, o projeto “Acaba Aqui!” visa compreender e direcionar o processo de reabilitação na plataforma, sendo usada como ferramenta de apoio para os dependentes.

1.2 Justificativas

A reabilitação enfrenta desafios que vão além dos sintomas físicos da dependência, como a dificuldade de manutenção da motivação, o isolamento social e a exposição a ambientes que favorecem recaídas. A plataforma “Acaba Aqui!” surge como uma resposta à necessidade de oferecer suporte constante, ultrapassando a limitação dos atendimentos presenciais e horários fixos, e valorizando a escuta empática e o fortalecimento emocional em qualquer momento do dia, o que pode ser decisivo para a continuidade da recuperação.

A escolha deste tema se justifica pela crescente preocupação social e de saúde pública com o aumento dos casos de dependência química no Brasil e no mundo. O uso abusivo de substâncias lícitas ou ilícitas tem gerado sérias consequências para a vida dos indivíduos, afetando diretamente suas vidas. Apesar da existência de diversos centros de tratamento e iniciativas voltadas à reabilitação, ainda há muitos desafios relacionados à eficácia desses processos e à reinserção dos dependentes na sociedade. É fundamental focar nos fatores que dificultam a recuperação, e a plataforma "Acaba Aqui!" é totalmente direcionada para oferecer melhorias nesse processo de reabilitação.

A dependência química afeta não somente o indivíduo, mas suas relações familiares e sociais, gerando impactos emocionais e econômicos no entorno. A criação de uma plataforma digital que ofereça suporte emocional e informativo contínuo é fundamental para ampliar o alcance das políticas públicas de saúde, democratizando o acesso e minimizando barreiras geográficas e sociais.

O projeto "Acaba Aqui" está em alinhamento direto com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU). Especificamente, o projeto contribui para o ODS 3: Saúde e Bem-Estar, que visa assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todos, em todas as idades. A plataforma atende diretamente à Meta 3.5 deste objetivo, que propõe "Reforçar a prevenção e o tratamento do abuso de substâncias, incluindo o abuso de drogas entorpecentes e uso nocivo do álcool" (ONU, 2015).

1.3 Problema de Pesquisa

Embora existam tratamentos eficazes, a lacuna entre o ambiente clínico e a vida real do dependente é uma barreira frequente que compromete o sucesso da reabilitação. A proposta do "Acaba Aqui!" é preencher essa lacuna, criando um ambiente digital onde o indivíduo possa se sentir acompanhado mesmo nos momentos mais desafiadores, evitando o abandono do tratamento e promovendo a construção de estratégias pessoais de enfrentamento e autocuidado, fundamentais para a manutenção da abstinência.

A dependência química é uma condição multifacetada que afeta não apenas o corpo, mas também a mente e o contexto social do indivíduo. O tratamento eficaz dessa condição vai muito além do uso de medicamentos ou da desintoxicação física — ele exige apoio contínuo, escuta empática e motivação constante para que a pessoa mantenha o foco na recuperação. No entanto, o que se observa na prática é uma grande lacuna entre o tratamento profissional e o cotidiano do dependente químico, especialmente nos momentos em que ele está longe de centros especializados, clínicas ou grupos de apoio presenciais. Com base nesse cenário, surge a pergunta central que este projeto busca responder.

A proposta da plataforma “Acaba Aqui” nasce justamente da necessidade de preencher essa lacuna. O projeto pretende ajudar pessoas em situação de vulnerabilidade emocional a se sentirem acolhidas, compreendidas e motivadas, mesmo nos momentos em que não têm acesso direto a profissionais da saúde ou grupos presenciais. Através de funcionalidades como chat de apoio emocional, um mapa de jornada para monitoramento do estado emocional e um blog com conteúdos inspiradores e relatos de superação, a plataforma busca ser uma ferramenta acessível, leve e empática. O projeto quer ajudar porque entende que a recuperação não acontece apenas nas clínicas, mas também no dia a dia, nas pequenas decisões, nas recaídas evitadas e nas redes de apoio fortalecidas. Assim, o “Acaba Aqui” quer ser mais do que uma tecnologia — quer ser um companheiro digital de escuta, motivação e esperança.

1.4 Hipóteses

- A oferta de uma plataforma digital de apoio e monitoramento contribuirá para aumentar a adesão e melhorar o processo de recuperação de pessoas com dependência química.
- O ambiente online, por ser acessível e não invasivo, facilitará a comunicação e ampliará as possibilidades de entendimento e superação das dificuldades enfrentadas por indivíduos em recuperação.
- A disponibilização de conteúdo informativo e motivacional por meio de relatos e estratégias de superação ampliará o entendimento e a autonomia do indivíduo para lidar com situações de risco e prevenir recaídas.

- A integração de funcionalidades específicas, como o mapa de jornada emocional e o chat de apoio, potencializará o engajamento e oferecerá um suporte contínuo para indivíduos que não têm acesso direto a profissionais ou centros de atendimento especializados.
- A aplicação de princípios de design centrado no usuário (usabilidade e acessibilidade) contribuirá para tornar a navegação clara e intuitiva, ampliando o alcance e a eficiência da plataforma junto ao público-alvo.

Além dessas hipóteses, acredita-se que a personalização do acompanhamento e o suporte constante oferecido pela plataforma possam fortalecer a autonomia do usuário, tornando-o protagonista no processo de recuperação. O fato de a plataforma ser flexível e disponível a qualquer hora pode ser um diferencial crucial para evitar recaídas e fortalecer a motivação diária.

1.5 Objetivo Geral

O objetivo principal deste Trabalho de Conclusão de Curso é desenvolver um site de apoio psicológico, informativo e motivacional, oferecendo informações fundamentadas e contribuições de suporte para indivíduos que buscam abandonar o consumo de substâncias como álcool e cigarro. O site visa atuar como uma ferramenta de auxílio no processo de abstinência, disponibilizando conteúdos educativos, orientações práticas, apoio emocional, além de materiais digitais que contribuam para a compreensão e enfrentamento da dependência.

A plataforma será projetada para fornecer um ambiente seguro, acessível e acolhedor, onde os usuários poderão encontrar informações confiáveis sobre os malefícios dessas substâncias, bem como explicações claras sobre o processo de recuperação e seus desafios. Além disso, o site oferecerá dicas práticas, estratégias de enfrentamento, técnicas de controle emocional e outros recursos de apoio que auxiliem o usuário a lidar com a abstinência, fortalecer a motivação diária e prevenir recaídas.

1.6 Objetivos Específicos

- Oferecer recursos para informar e educar o usuário sobre os malefícios do álcool e do cigarro e as etapas do processo de recuperação.

- Disponibilizar funcionalidades para monitoramento do estado emocional e identificação de gatilhos e dificuldades ao longo do processo de recuperação.
- Proporcionar uma rede de suporte por meio de chat de apoio emocional para oferecer escuta empática e motivação contínua.
- Oferecer relatos de superação e estratégias para lidar com recaídas por meio de um blog acessível e inspirador.
- Criar uma interface simples, clara e acessível, pautada nos princípios do Design Centrado no Usuário para tornar a navegação intuitiva e inclusiva para todas as pessoas.

1.7 Estrutura do trabalho

A plataforma web “Acaba Aqui” foi desenvolvida para oferecer suporte psicológico, informativo e motivacional a pessoas com dependência química, organizando suas funcionalidades de forma simples e intuitiva para facilitar o acesso e o uso.

A proposta fundamenta-se na compreensão das necessidades emocionais e sociais de indivíduos em processo de recuperação, destacando a importância de recursos acessíveis e contínuos para fortalecer a motivação e o autocuidado. São consideradas as bases teóricas que envolvem acolhimento, autonomia e usabilidade, além dos fatores que influenciam a jornada de reabilitação. Também são apresentados os objetivos e hipóteses que orientam o desenvolvimento da plataforma, reforçando seu papel como suporte complementar. Assim, estabelece-se o direcionamento conceitual necessário para o avanço do projeto nas etapas seguintes.

1.8 Metodologia

A metodologia deste projeto foi estruturada por meio de quatro pilares principais: pesquisa qualitativa, planejamento estratégico, design de alta fidelidade e desenvolvimento iterativo.

1.8.1 Pesquisa Qualitativa (Exploratória)

A base do projeto foi uma pesquisa qualitativa e exploratória. Como a dependência química é um tema sensível, a abordagem se baseou na observação das

dificuldades reais enfrentadas por pessoas próximas que passam ou já passaram por essa situação. Esta abordagem nos permitiu entender as necessidades emocionais e os principais desafios do dia a dia. A pesquisa foi complementada pela análise de fontes secundárias, como dados de sites oficiais.

1.8.2 Planejamento Estratégico do Projeto

Para além da pesquisa, o planejamento do escopo do projeto foi estruturado com duas ferramentas de análise estratégica: o Modelo Canvas e a Análise SWOT.

O Modelo Canvas, conforme ilustrado na Figura 1, foi utilizado para definir a Proposta de Valor, o Segmento de Clientes e os Recursos Principais do "Acaba Aqui", ajudando a visualizar o projeto como um serviço.

Figura 1 – Modelo Canvas do Projeto Acaba Aqui



Fonte: Autoria Própria, 2025.

Em seguida, a Análise SWOT, conforme detalhado na Figura 2, permitiu mapear o ambiente interno e externo do projeto, identificando Forças, Fraquezas, Oportunidades e Ameaças, o que foi crucial para definir as prioridades do desenvolvimento.

Figura 2 – Análise SWOT do Projeto Acaba Aqui

Análise SWOT - Projeto TCC	
<p>Forças</p> <p>Relevância social Abordagem inovadora (gamificação, suporte e educação)</p> <p>Acessibilidade digital Interatividade e motivação Possibilidade de parcerias estratégicas</p>	<p>Fraquezas</p> <p>Limitações técnicas (segurança, servidores)</p> <p>Dependência de parcerias Curva de adesão dos usuários Equipe reduzida e recursos limitados</p>
<p>Oportunidades</p> <p>Apoio de governo e ONGs Crescimento da telemedicina Expansão para familiares e prevenção Marketing digital nas redes sociais Base para startups e inovação acadêmica</p>	<p>Ameaças</p> <p>Concorrência de plataformas já existentes Questões legais (LGPD) Estigma social da dependência Sustentabilidade financeira do projeto</p>

Fonte: Autoria Própria, 2025.

1.8.3 Design e Prototipagem de Alta Fidelidade

Todo o design da plataforma foi centrado no usuário, com o objetivo de criar um ambiente acolhedor.

1.8.3.1 Identidade Visual:

A paleta de cores, fontes e elementos gráficos foram definidos no Canva, com foco em transmitir calma.

1.8.3.2 Prototipagem de Alta Fidelidade (High-Fidelity):

Utilizando o Figma, foi construído um protótipo completo. Este modelo navegável simulava a experiência real de uso do site, permitindo testes de fluxo e interface.

1.8.3.3 Desenvolvimento e Validação Iterativa

O desenvolvimento do site foi realizado com HTML e CSS, utilizando o Visual Studio Code. O processo não foi linear; adotamos uma validação iterativa. O protótipo de alta fidelidade foi apresentado e validado por dois grupos principais:

- Especialistas: Professores orientadores.
- Colegas: Para testes de usabilidade e clareza.

Essa interação constante permitiu ajustar a plataforma para que ela fosse simples, acessível e alinhada às necessidades identificadas em nossa pesquisa.

2 Referencial Teórico

O presente trabalho fundamenta-se em teorias da psicologia humanista, estudos sobre dependência química e diretrizes de usabilidade aplicadas à tecnologia em saúde. A proposta da plataforma “Acaba Aqui” visa unir acolhimento emocional e ferramentas digitais para auxiliar no processo de recuperação de pessoas em situação de vulnerabilidade devido ao uso de substâncias psicoativas.

No campo da psicologia, a Abordagem Centrada na Pessoa, de Rogers (1961), é uma das principais bases teóricas para o desenvolvimento do chat de apoio emocional da plataforma. Rogers propõe que a escuta ativa, a empatia e o

acolhimento incondicional são essenciais para que o indivíduo se sinta compreendido e motivado a buscar mudanças positivas. Esse modelo orienta o tom e a postura dos atendimentos oferecidos na plataforma.

A Teoria da Autodeterminação, de Deci e Ryan (1985), também contribui para a estrutura da plataforma. Essa teoria enfatiza que a motivação para mudança duradoura está relacionada à autonomia, competência e pertencimento. A funcionalidade do “mapa de jornada emocional” foi criada a partir dessa perspectiva, permitindo que o usuário acompanhe seu progresso e tome decisões baseadas no autoconhecimento e na autorreflexão.

No que se refere ao enfrentamento da dependência química, estudos como os de Shaffer (1999) indicam que a recuperação é mais efetiva quando há suporte contínuo, rede de apoio e incentivo à reconstrução da identidade pessoal. A inclusão de um blog com relatos de superação e dicas de enfrentamento busca justamente fortalecer esse sentido de pertencimento e motivação.

A interface e a experiência do usuário foram guiadas pelos princípios de Design Centrado no Usuário, conforme discutido por Norman (2013). De acordo com o autor, tecnologias voltadas para pessoas em situação de vulnerabilidade devem ser simples, intuitivas e acessíveis. Por isso, a plataforma foi desenvolvida com atenção à clareza visual, navegação facilitada e linguagem acolhedora.

Além disso, estudos recentes sobre tecnologias aplicadas à saúde mental, como os de Torous et al. (2018), comprovam que plataformas digitais, quando bem projetadas, podem ampliar o acesso a cuidados psicológicos, oferecendo apoio complementar ao tratamento tradicional.

A fundamentação teórica reforça a importância de pensar a tecnologia como uma extensão do cuidado humano, buscando promover não apenas o tratamento clínico, mas o acolhimento emocional e a autonomia do indivíduo na sua recuperação.

2.1 Contextualização da Dependência Química

Conforme estudos, a complexidade da dependência química, que envolve fatores biológicos, psicológicos e sociais. Dados recentes, como o relatório do UNODC (2022), indicam um crescimento expressivo no número de pessoas que utilizam substâncias psicoativas, o que reforça a importância de aprimorar as estratégias de reabilitação e apoio a esses indivíduos.

As limitações do tratamento tradicional, que, apesar de eficiente em ambientes clínicos, ainda apresenta lacunas no suporte contínuo, principalmente quando os dependentes estão fora desses ambientes especializados. Essa análise reforça a necessidade de um acompanhamento mais acessível e constante.

2.2 A Importância do Apoio Contínuo na Recuperação

O suporte multidisciplinar e contínuo é relevante na recuperação da dependência química. Autores como Shaffer (1999) indicam que esse tipo de apoio é essencial para o sucesso do tratamento.

Considera-se também a abordagem humanista de Rogers (1961), que destaca o papel do acolhimento e da empatia, e a Teoria da Autodeterminação de Deci e Ryan (1985), que reforça a importância da autonomia e do pertencimento para manter a motivação dos indivíduos em recuperação. Esses conceitos têm orientado o desenvolvimento das funcionalidades da plataforma, buscando criar um ambiente acolhedor e motivador.

3 Desenvolvimento da Plataforma “Acaba Aqui”

O projeto da plataforma “Acaba Aqui” está em fase de desenvolvimento, com o objetivo de oferecer um espaço digital seguro, acessível e empático para pessoas que enfrentam a dependência química, especialmente do álcool e do cigarro. Para concretizar esse objetivo, foi definida uma arquitetura funcional simples e intuitiva, composta por quatro módulos centrais. O design da interface está sendo elaborado segundo os princípios do Design Centrado no Usuário Norman (2013), visando garantir usabilidade e acessibilidade.

A estrutura principal da plataforma "Acaba Aqui" é composta por quatro módulos centrais, que foram desenhados para garantir o apoio contínuo ao usuário:

- Chat de Apoio Emocional: Espaço onde os usuários podem se comunicar em tempo real, recebendo escuta ativa, acolhimento e motivação, especialmente nos momentos de maior vulnerabilidade. Este recurso visa garantir suporte contínuo e acessível, mesmo fora dos centros de tratamento presenciais.
- Mapa de Jornada Emocional: Ferramenta interativa que permite aos usuários monitorar seu estado emocional ao longo do tempo, identificando padrões, gatilhos e avanços na recuperação. O mapa promove o autoconhecimento e auxilia na prevenção de recaídas.
- Blog de Relatos e Estratégias: Área dedicada à publicação de histórias inspiradoras, dicas práticas e estratégias para lidar com os desafios do processo de recuperação. O blog contribui para o fortalecimento do senso de pertencimento e da motivação dos usuários.
- Ajuda Aqui: Sessão dedicada a oferecer informações práticas de apoio imediato, como o número do Centro de Valorização da Vida (CVV), contatos de serviços de ajuda e locais especializados para atendimento presencial. Essa área também integra o chat de apoio, facilitando o acesso rápido a recursos essenciais para momentos de crise.

Além desses módulos, o site conta com uma interface clara, design acolhedor e navegação intuitiva, seguindo princípios de acessibilidade e usabilidade para atender a diferentes perfis de usuários.

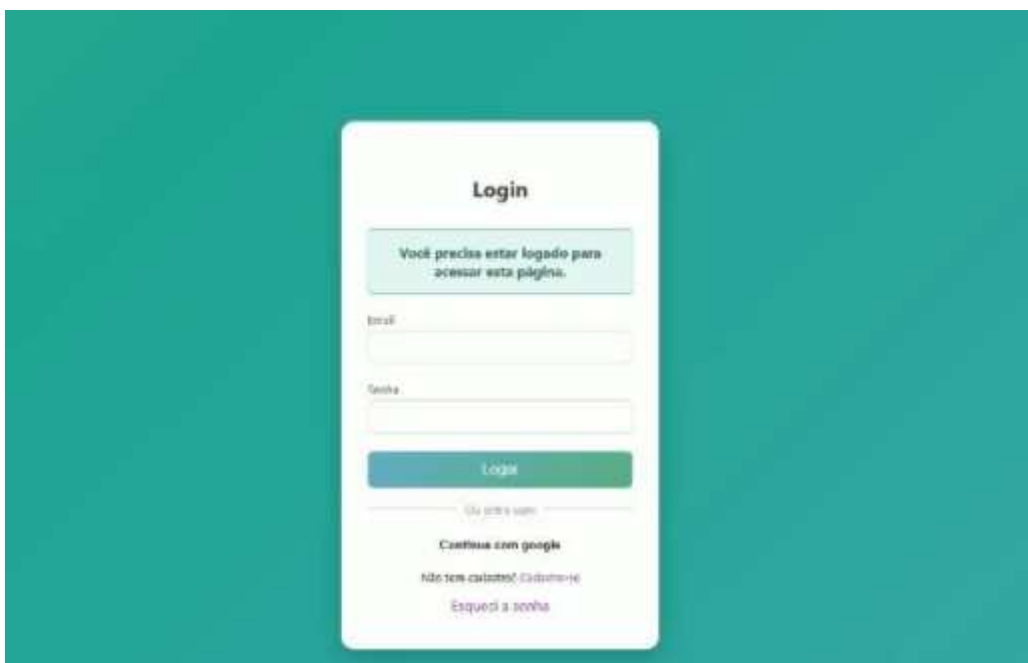
A estrutura foi pensada para que os recursos estejam integrados, proporcionando uma experiência completa de apoio e incentivo, funcionando como um companheiro digital que acompanha o usuário em sua jornada de reabilitação.

3.1 DESENVOLVIMENTO DO PROTÓTIPO

3.1.1 Protótipo de Alta Fidelidade

A partir da metodologia de design definida na seção 1.8.3, o protótipo de alta fidelidade foi desenvolvido na ferramenta Figma. As telas a seguir representam o fluxo de navegação e as principais funcionalidades da plataforma 'Acaba Aqui':

Figura 3 – Tela de Login



Fonte: Autoria Própria, 2025.

A Figura 3 apresenta a Tela de Login, o ponto de acesso inicial do usuário à plataforma. O *layout* prioriza a usabilidade, centralizando o formulário de autenticação. A interface solicita as credenciais padrão (e-mail e senha) e oferece opções claras para o fluxo de entrada. Para otimizar a experiência, a tela inclui botões de login social (via Google) e funcionalidades essenciais para novos usuários ou aqueles que necessitam de suporte, como as opções de cadastro ("Não tem cadastro? Cadastre-se") e recuperação de senha ("Esqueci a senha").

Figura 4 – Tela Cadastro

Cadastre-se Aqui!

Crie sua conta e junte-se a nós

Nome completo

Data de nascimento

Telefone

Email

Senha

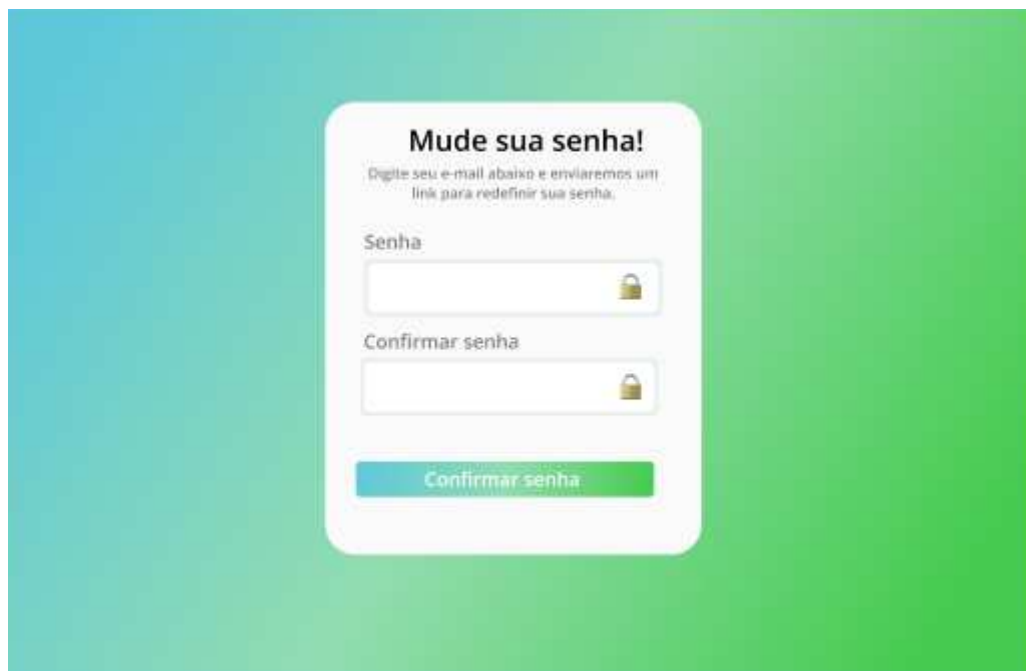
Confirmar senha

Cadastrar

Fonte: Autoria Própria, 2025.

Dando continuidade ao fluxo de acesso, a Figura 4 ilustra a Tela de Cadastro. Esta interface foi desenhada para ser intuitiva e capturar as informações básicas necessárias para a criação da conta. Os campos de preenchimento incluem: Nome completo, Data de nascimento, Telefone, E-mail, Senha e Confirmação da senha. Após o preenchimento e validação das informações, o usuário finaliza a criação da conta por meio do botão Cadastrar.

Figura 5 – Mudança de senha

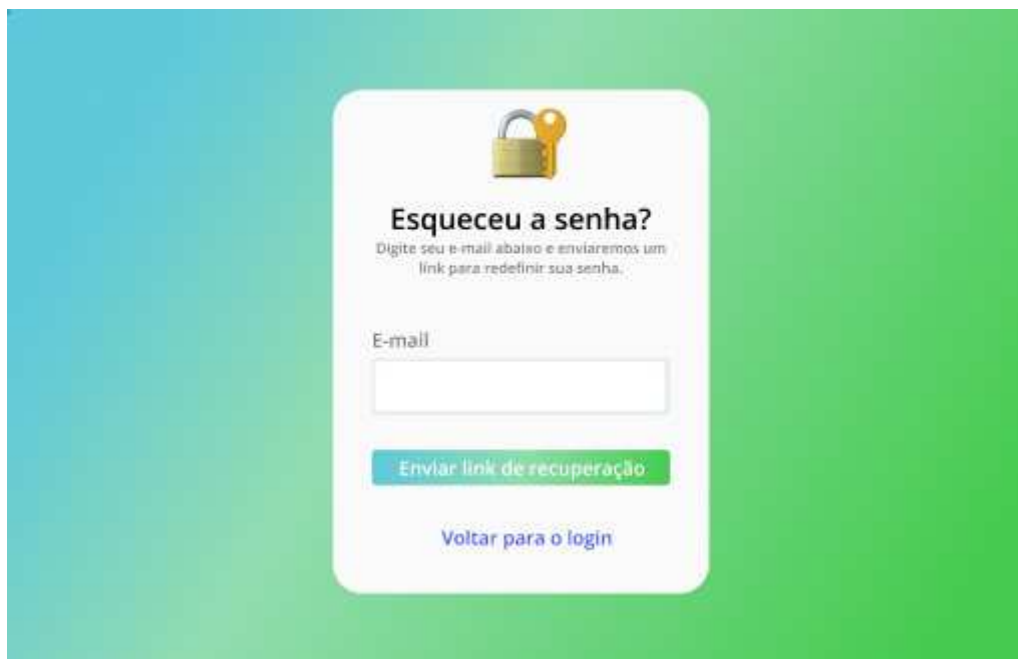


A interface de usuário para a mudança de senha é apresentada em um formulário centralizado sobre um fundo verde com gradiente. O formulário possui o título "Mude sua senha!" em negrito. Abaixo dele, há um texto explicativo: "Digite seu e-mail abaixo e enviaremos um link para redefinir sua senha." O formulário contém dois campos de entrada de texto, cada um com um ícone de cadeado à direita, rotulados "Senha" e "Confirmar senha". Na base do formulário, há um botão verde com o texto "Confirmar senha" em branco.

Fonte: Autoria Própria, 2025.

Para o gerenciamento de credenciais e em conformidade com as boas práticas de segurança, o sistema inclui uma funcionalidade dedicada à redefinição de senha. A Figura 5 ilustra a Tela de Mudança de senha, acessada via *link* enviado ao e-mail do usuário no fluxo de recuperação. A interface solicita que o usuário insira a nova Senha e a Confirme, garantindo a validade do novo registro, finalizando o processo com o botão Confirmar senha.

Figura 6 – Tela recuperação de senha



Fonte: Autoria Própria, 2025.

Visando a segurança e a acessibilidade, o fluxo de recuperação de credenciais é iniciado a partir da Tela de Login (Figura 3), que direciona o usuário para a Tela de recuperação de senha, ilustrada na Figura 6. Esta interface solicita ao usuário o E-mail associado à conta. Após a inserção, o botão Enviar link de recuperação é acionado, enviando as instruções para redefinição de senha e garantindo que o usuário possa reaver o acesso à plataforma. A tela também oferece a opção Voltar para o login, permitindo o retorno ao fluxo principal.

Figura 7 – Tela inicial



Fonte: Autoria Própria, 2025.

Uma vez que o usuário realiza o login, ele é direcionado para a Tela inicial do sistema, ilustrada pela Figura 7. Esta tela funciona como um *dashboard* e portal de informação da plataforma 'Acaba Aqui'. O *layout* apresenta uma barra de navegação superior com *links* para as seções principais (Início, Blog, Apoio, Ajuda) e o acesso ao perfil do usuário. O conteúdo da página está dividido em seções que promovem a familiarização do usuário com o projeto ('Sobre o projeto ACABA AQUI!!'), apresentam recursos interativos ('Apoio e conhecimento') e listam funcionalidades de auxílio ('Ferramentas de apoio' e 'Mapa de jornada').

Figura 8 – Blog



Fonte: Autoria Própria, 2025.

A Figura 8 ilustra o Blog de Apoio, um módulo interativo que visa fomentar o compartilhamento de experiências e conhecimentos entre os usuários. O *layout* exibe um *feed* de notícias com os artigos da comunidade, permitindo curtir, comentar e acessar a leitura completa.

Em termos de funcionalidade, o blog permite a criação de conteúdo próprio com mecanismos rigorosos de segurança e moderação: o sistema filtra palavras proibidas para evitar publicações inadequadas; implementa uma funcionalidade de denúncia para análise posterior de *posts* pela equipe administrativa; e, crucialmente, impede o acesso ao perfil de outros usuários (mesmo ao clicar no nome do autor), garantindo a proteção de dados e anonimato da comunidade.


Figura 9 – Ajuda Aqui





Fonte: Autoria Própria, 2025.


O módulo de suporte emergencial Ajuda Aqui, apresentado na Figura 9, é o ponto focal da plataforma para o auxílio direto ao usuário. A interface foi projetada para oferecer caminhos rápidos de assistência, dividindo-se entre o suporte profissional — com opções de chamada direta para serviços especializados de apoio — e o apoio comunitário, que conecta o usuário com outros membros que compartilham experiências semelhantes. Esta estrutura garante que o usuário encontre o suporte necessário de forma clara e imediata, reforçando a mensagem central de que 'Você não está sozinho'.

Figura 10 – Questionário

 Alto


 Médio


 Baixo


 Nenhum


Você gostaria de falar mais sobre isso?


3. Qual foi sua maior dificuldade hoje?


 Estresse e cansaço extremo


 Insônia ou sono ruim


 Discussões com familiares ou amigos

 Ansiedade ou pensamento acelerado

 Solidão ou isolamento


 Falta de motivação

 Pensamentos de recaída



Você gostaria de falar mais sobre isso?

4. Você realizou alguma ação de autocuidado?

-  Leu conteúdos no blog
-  Interagiu no fórum
-  Praticou meditação ou oração
-  Caminhou ou se movimentou fisicamente
-  Fez algo criativo (arte, escrita, etc.)
-  Respirou fundo ou ficou em silêncio
-  Conversou com alguém próximo
-  Dormiu melhor do que no dia anterior
-  Não realizou autocuidado

Você gostaria de falar mais sobre isso?

Você gostaria de falar mais sobre isso?

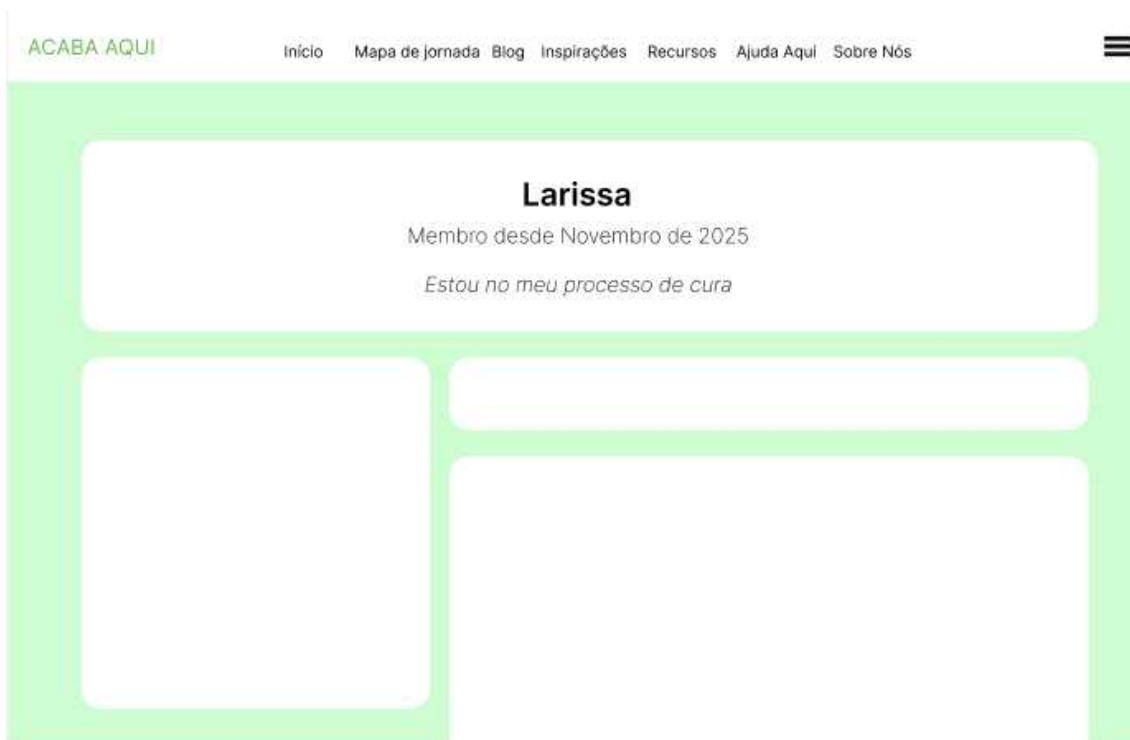
5. Quer escrever algo sobre o seu dia? (Opcional) (Escreva livremente abaixo)

Fonte: Autoria própria, 2025.

O fluxo do protótipo inclui um Questionário Diário, ilustrado na Figura 10 em suas diversas etapas. Este questionário é o instrumento central de coleta de dados de bem-estar e dificuldades do usuário, devendo ser respondido a cada 24 horas. As

perguntas abrangem aspectos como nível de humor, dificuldades vivenciadas e ações de autocuidado realizadas, sendo que cada opção de resposta está associada a um emoji específico. A importância deste questionário reside na sua função de alimentar o Mapa de Jornada: as respostas mais frequentes dadas pelo usuário ao longo de um ciclo de sete dias (uma semana) são processadas e visualmente representadas por meio do emoji correspondente na primeira coluna do mapa. O acúmulo de ciclos semanais gera as colunas subsequentes, permitindo ao usuário acompanhar graficamente sua evolução ao longo de um mês ou mais.

Figura 12 – Perfil



Fonte: Autoria própria, 2025.

A Figura 12 apresenta a Tela de Perfil, que serve como um painel de identificação e gestão de *status* do usuário. A interface exhibe claramente o Nome do usuário, a data de entrada na plataforma ('Membro desde Novembro de 2025') e um campo editável para o status pessoal ('Estou no meu processo de cura'). Esta seção permite ao usuário personalizar sua identidade dentro do ambiente da plataforma e foi projetada com espaços reservados para futuras informações estatísticas e funcionalidades de gestão de conta.

3.2 Testes

A etapa de testes foi fundamental para assegurar a qualidade, a confiabilidade e a estabilidade da plataforma “*Acaba Aqui*”. Os testes tiveram como objetivo verificar o correto funcionamento das funcionalidades desenvolvidas, avaliar a experiência do usuário e garantir que o sistema estivesse adequado às necessidades do público-alvo. Para isso, foram aplicados testes funcionais, de usabilidade, acessibilidade, performance e segurança, seguindo uma abordagem sistemática e alinhada às boas práticas de desenvolvimento de software.

Os testes funcionais foram realizados com o propósito de confirmar se cada recurso da plataforma operava conforme especificado nos requisitos. Nessa fase, foram avaliados o processo de cadastro e login, o uso do chat de apoio emocional, as interações no mapa de jornada semanal, a publicação e leitura de relatos no blog, bem como a navegação entre as seções. Os resultados indicaram que todas as funcionalidades essenciais responderam adequadamente, sem apresentar falhas críticas.

Na sequência, foram conduzidos testes de usabilidade, com foco na facilidade de uso e na clareza da interface. Observou-se que os usuários conseguiram utilizar a plataforma de maneira intuitiva, localizando rapidamente as principais funcionalidades. A organização visual e a estrutura de navegação demonstraram ser eficientes, proporcionando uma interação fluida mesmo para usuários com pouca experiência em ambientes digitais.

Considerando o propósito social do projeto, foram aplicados também testes de acessibilidade, a fim de garantir que a plataforma atendesse às Diretrizes de Acessibilidade para Conteúdo Web (WCAG). Avaliaram-se itens como contraste entre cores, legibilidade das fontes, presença de textos alternativos, compatibilidade com leitores de tela e navegação por teclado. Os testes evidenciaram conformidade com requisitos básicos de acessibilidade, reforçando a proposta de inclusão digital da plataforma.

Foram realizados ainda testes de performance, com o objetivo de mensurar o tempo de resposta e o comportamento do sistema em diferentes cenários de uso. As

páginas apresentaram carregamento satisfatório, e a interação com conteúdos mais extensos ocorreu de forma estável, garantindo boa experiência ao usuário.

Por fim, foram executados testes de segurança, considerando a sensibilidade dos dados envolvidos no uso da plataforma. Foram analisados mecanismos de proteção no processo de autenticação, criptografia de senhas e prevenção contra vulnerabilidades comuns, como SQL Injection. Os testes indicaram que o sistema adota práticas adequadas para assegurar a integridade e a confidencialidade das informações.

Dessa forma, a etapa de testes permitiu validar a eficácia da plataforma “*Acaba Aqui*” em seus aspectos técnicos, funcionais e sociais. Os resultados obtidos demonstram que o sistema atende aos requisitos propostos, apresentando estabilidade, acessibilidade e segurança necessárias para oferecer um ambiente digital acolhedor e confiável aos usuários.

3.3 RESULTADOS ESPERADOS

Com o desenvolvimento e implementação da plataforma “*Acaba Aqui*”, espera-se alcançar uma série de resultados positivos que impactarão diretamente a experiência e o sucesso das pessoas em processo de recuperação da dependência química. Entre os principais resultados previstos, destacam-se:

Aumento da adesão ao processo de recuperação: A plataforma tem como objetivo criar um ambiente digital acessível, acolhedor e não invasivo, que facilite o acesso dos usuários a recursos de apoio. Com isso, espera-se que o uso contínuo da plataforma contribua para o fortalecimento da motivação dos indivíduos e, conseqüentemente, para a manutenção da abstinência ao longo do tempo. A facilidade de acesso a informações e suporte emocional em qualquer momento poderá reduzir o abandono do tratamento.

Melhora no monitoramento emocional e autoconhecimento: Através do mapa de jornada emocional, os usuários poderão registrar e acompanhar seus estados emocionais, identificando padrões, gatilhos e momentos de maior vulnerabilidade. Essa ferramenta proporcionará uma maior consciência sobre as próprias emoções,

possibilitando a adoção de estratégias preventivas para evitar recaídas e lidar melhor com situações de risco. Esse autoconhecimento é fundamental para fortalecer a autonomia no processo de recuperação.

Oferecimento de suporte emocional contínuo e empático: O chat de apoio emocional pretende ser um espaço seguro para que os usuários possam expressar suas dificuldades, angústias e progressos, recebendo escuta ativa e motivação a qualquer hora do dia. Esse suporte contínuo é crucial para momentos em que o dependente não tem acesso a atendimento presencial, auxiliando a reduzir sentimentos de isolamento e desamparo, fatores que frequentemente contribuem para recaídas.

Fortalecimento da rede de apoio e senso de comunidade: O blog da plataforma, com relatos de superação e dicas práticas, tem como função criar um ambiente de identificação e inspiração. Ao compartilhar histórias reais e estratégias bem-sucedidas, a plataforma contribui para que os usuários se sintam parte de uma comunidade de apoio, o que pode aumentar o sentimento de pertencimento e fortalecer a resiliência durante o processo de recuperação.

Facilidade de uso, acessibilidade e inclusão digital: Baseando-se nos princípios do Design Centrado no Usuário, a plataforma será desenvolvida para ser simples, clara e intuitiva, permitindo que pessoas com diferentes níveis de familiaridade tecnológica possam navegar e utilizar suas funcionalidades sem dificuldades. Essa acessibilidade é fundamental para garantir que o maior número possível de pessoas possa se beneficiar da ferramenta, independentemente de suas condições socioeconômicas ou habilidades digitais.

Contribuição para a complementaridade do tratamento tradicional: A plataforma visa ser uma ferramenta complementar ao tratamento convencional, ampliando o alcance e a continuidade do suporte oferecido. Espera-se que, ao integrar recursos digitais ao processo de reabilitação, o “Acaba Aqui” possa reduzir as lacunas existentes entre os atendimentos presenciais e as necessidades diárias dos dependentes químicos.

Possível redução de recaídas e melhoria da qualidade de vida: Com o acompanhamento emocional, suporte motivacional e educação contínua, a plataforma pode ajudar a diminuir a incidência de recaídas, promovendo uma

recuperação mais estável e duradoura. Isso contribui não apenas para o bem-estar individual, mas também para a melhoria das relações familiares e sociais, impactando positivamente a comunidade.

Esses resultados esperados reforçam a importância da tecnologia como aliada no campo da saúde mental e da dependência química, quando desenvolvida com foco no usuário e suas necessidades emocionais e práticas. A expectativa é que a plataforma “Acaba Aqui” sirva como uma ponte entre o tratamento formal e o dia a dia dos indivíduos, promovendo apoio constante, acessível e efetivo.

3.3.1 Limitações do Projeto

É crucial reconhecer que, embora o planejamento e a prototipagem tenham sido concluídos, este TCC apresenta o projeto de um site, e não sua implementação final. A principal limitação é que o site "Acaba Aqui" não foi lançado publicamente, portanto não foi possível realizar testes com o público-alvo real para validar sua eficácia na recuperação.

Além disso, é fundamental destacar que a plataforma "Acaba Aqui" é projetada como uma ferramenta de suporte e não substitui o tratamento clínico, psiquiátrico ou psicológico profissional. Ela não foi desenhada para intervir em crises agudas ou surtos, que exigem atendimento médico imediato.

3.3.2 Trabalhos Futuros

Este projeto estabeleceu as bases (planejamento estratégico e protótipo de alta fidelidade) para a implementação completa da plataforma "Acaba Aqui". Como próximos passos e oportunidades para o futuro, vislumbra-se:

- Implementação e Lançamento: Concluir o desenvolvimento back-end e front-end da plataforma utilizando o código (HTML/CSS/JS) e lançar o site.
- Criação de Aplicativo: Expandir o projeto para um aplicativo móvel (iOS e Android), facilitando o acesso via smartphones.
- Validação Clínica: Buscar parcerias com clínicas de reabilitação, ONGs e psicólogos para testar a plataforma com usuários reais e medir seu impacto.
- Novas Funcionalidades: Implementar futuramente a gamificação (para aumentar a motivação) e fóruns moderados por profissionais de saúde.

4 CONCLUSÃO

O desenvolvimento da plataforma web “*Acaba Aqui*” representou um avanço significativo na criação de um ambiente digital voltado ao acolhimento, orientação e suporte às pessoas que enfrentam desafios relacionados à dependência química. A construção desse sistema não se limitou à elaboração de uma ferramenta tecnológica, mas consistiu na idealização de um espaço humanizado, preparado para oferecer informações, estímulos motivacionais e recursos de apoio emocional que auxiliam na reabilitação e na reconstrução da autonomia dos usuários.

Ao longo do processo de desenvolvimento, buscou-se compreender de forma ampla as necessidades emocionais, sociais e informativas do público-alvo, permitindo que o projeto fosse orientado pela empatia, pela acessibilidade e pelo compromisso com o bem-estar de quem busca ajuda. A partir dessa análise, tornou-se evidente que a tecnologia pode ir além de seu papel funcional, transformando-se em um instrumento eficaz para ampliar oportunidades de cuidado, escuta e intervenção precoce. Assim, o “*Acaba Aqui*” foi estruturado como uma plataforma que une utilidade técnica e sensibilidade humana.

As funcionalidades criadas — entre elas o chat de apoio emocional, o mapa de jornada semanal, o blog de relatos pessoais, as orientações de autocuidado e os mecanismos de monitoramento da evolução do usuário — demonstram o potencial das soluções digitais na promoção da saúde mental. Esses recursos foram planejados para atender às demandas específicas de pessoas em processo de recuperação, oferecendo desde orientações práticas até estímulos motivacionais que favorecem a continuidade do tratamento. Além disso, o ambiente digital proporciona privacidade, acessibilidade e autonomia, elementos essenciais para indivíduos que muitas vezes enfrentam estigma, medo ou insegurança ao buscar ajuda presencial.

Outro aspecto relevante do projeto foi a preocupação com a acessibilidade e a usabilidade, garantindo que a plataforma pudesse ser utilizada por pessoas com diferentes níveis de familiaridade com a tecnologia. A adoção de uma interface simples, objetiva e responsiva contribuiu para tornar a experiência do usuário mais

fluida, acolhedora e compreensível, reforçando a proposta de criar um espaço seguro e inclusivo.

Dessa forma, conclui-se que o *“Acaba Aqui”* não apenas cumpre seu papel como uma ferramenta digital de apoio, mas se destaca como uma iniciativa socialmente relevante e alinhada às necessidades contemporâneas de cuidado à saúde mental. O projeto evidencia a capacidade da tecnologia de aproximar pessoas, oferecer suporte emocional contínuo, fortalecer redes de apoio e ampliar o alcance das ações preventivas e terapêuticas relacionadas à dependência química. Além disso, demonstra que a integração entre inovação tecnológica e responsabilidade social pode resultar em soluções transformadoras, capazes de impactar positivamente a vida de indivíduos em situação de vulnerabilidade.

Portanto, o *“Acaba Aqui”* reafirma o valor das plataformas digitais como aliadas no enfrentamento da dependência química, contribuindo para a construção de uma sociedade mais empática, informada e preparada para acolher aqueles que precisam de orientação, compreensão e apoio durante sua trajetória de reabilitação e fortalecimento emocional.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. **Política do Ministério da Saúde para atenção integral a usuários de álcool e outras drogas.** Brasília: Ministério da Saúde, 2003. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_atencao_alcool_drogas.pdf. Acesso em: 30 out. 2025.

DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO. Resolução nº 1, de 14 de março de 2018. Define diretrizes para o acolhimento de pessoas em situação de rua. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 15 mar. 2018. Seção 1, p. 57. Disponível em: https://www.in.gov.br/materia/-/asset_publisher/Kujrw0TZC2Mb/content/id/7510344/d01-2018-03-15-resolucao-n-1-de-14-de-marco-de-2018-7510341. Acesso em: 30 out. 2025.

NAÇÕES UNIDAS (ONU). **Transformando Nosso Mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável.** [S. l.]: ONU, 2015. Disponível em: <https://brasil.un.org/sites/default/files/2020-09/agenda2030-pt-br.pdf>. Acesso em: 30 out. 2025.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se pessoa: um ponto de vista da psicoterapia.** São Paulo: Martins Fontes, 1961.

SENADO FEDERAL. **Aumenta o número de pessoas com transtornos por uso de drogas e álcool.** 03 mar. 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/sis/noticias-comum/aumenta-o-numero-de-pessoas-com-transtornos-por-uso-de-drogas-e-alcool>. Acesso em: 30 out. 2025.

SHAFFER, Howard J. Technology in addiction treatment: Contemporary innovations to support recovery. **Journal of Substance Abuse Treatment**, v. 17, n. 3, p. 145-150, 1999. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S074054729900050X>. Acesso em: 30 out. 2025.

TEIXEIRA, M. B. et al. Uso de aplicativos de saúde mental: uma revisão integrativa da literatura. **Contextos Clínicos**, v. 13, n. 1, p. 204-225, 2020. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-026X2020000100007. Acesso em: 30 out. 2025.

TOROUS, John et al. Digital Mental Health and COVID-19: Using Technology Today to Accelerate the Curve on Access and Quality Tomorrow. **JMIR Mental Health**, 2020. Disponível em: <https://mental.jmir.org/2020/3/e18848/>. Acesso em: 30 out. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: World Health Organization, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 30 out. 2025.