



**UNIVERSIDADE
FEDERAL DO CEARÁ**

**CENTRO DE TECNOLOGIA
DEPARTAMENTO DE ARQUITETURA, URBANISMO E DESIGN
CURSO DE DESIGN**

ISABELLE MEDEIROS DA CUNHA

**PLATAFORMA NISE: O DESIGN COMO FERRAMENTA DE AUXÍLIO
À DEPRESSÃO FEMININA NAS UNIVERSIDADES**

FORTALEZA

2018

ISABELLE MEDEIROS DA CUNHA

**PLATAFORMA NISE: O DESIGN COMO FERRAMENTA DE AUXÍLIO
À DEPRESSÃO FEMININA NAS UNIVERSIDADES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao curso de Graduação em Design do Departamento de Arquitetura e Urbanismo da Universidade Federal do Ceará, como requisito final à obtenção do título de Bacharel em Design.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Camila Bezerra
Furtado Barros

FORTALEZA

2018

ISABELLE MEDEIROS DA CUNHA

**PLATAFORMA NISE: O DESIGN COMO FERRAMENTA DE AUXÍLIO
À DEPRESSÃO FEMININA NAS UNIVERSIDADES**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao curso de Graduação em Design do Departamento de Arquitetura e Urbanismo da Universidade Federal do Ceará, como requisito final à obtenção do título de Bacharel em Design.

Aprovada em ___/___/_____.

BANCA EXAMINADORA

Prof.^a Dr.^a Camila Bezerra Furtado Barros (Orientadora)
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof.^a Dr.^a Anna Lucia dos Santos Vieira e Silva
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Prof. Dr. Roberto Cesar Cavalcante Vieira
Universidade Federal do Ceará (UFC)

Esp. Lindemberg André Saldanha de Sousa
Universidade Federal do Ceará (UFC)

“I stand
On the sacrifices
Of a million women before me
Thinking
What can I do
To make this mountain taller
So the women after me
Can see farther”

(Legacy - Rupi Kaur)

AGRADECIMENTOS

Gostaria de começar agradecendo a minha mãe, ela que não somente sentiu na pele a luta que é conviver com a depressão, como também foi meu maior apoio nos momentos mais difíceis da minha vida, seja um ombro pra chorar, pra desabafar, pra me levantar, ela que é a maior luz da minha vida, sem ela eu não seria nada. Obrigada mãe por ter me ajudado a escolher meu tema, por ter tido a sensibilidade de me motivar a projetar algo que é tão pessoal para mim. Você é minha maior heroína.

Gostaria de agradecer também aos meus avós paternos, Isabel e Sebastião, que ajudaram a me criar desde que nasci, que foram segundos pais para mim, enquanto meus pais estavam trabalhando para me dar uma condição de vida melhor. Eu sou extremamente grata por todo o apoio, até nos dias de hoje, onde eles não me oferecem somente um lugar para ficar ou almoçar quando preciso, mas que estão sempre me apoiando nos meus projetos e escolhas. Eu sou muito grata a vocês.

Para as minhas irmãs Beatriz e Sarah, que iluminam tanto o meu caminho com o amor de vocês, é um prazer para mim ver vocês crescendo, aprendendo, se tornando meninas maravilhosas, vocês são o amor da minha vida.

Para a minha família materna, vovó Celene e vovô Medeiros, aos meus tios, tias e primos pelos momentos em família aos domingos, os churrascos e as viagens, por sempre proporcionarem esses momentos de união familiar que eu almejo ter um dia no meu futuro, quando eu tiver a minha própria família e netos.

Para Andrei-Cristian Herea, por toda a motivação e apoio que eu precisei durante um dos períodos mais complicados e estressantes que já passei, por todo o amor e companheirismo, por todo cuidado e compreensão que foram necessários para me ajudar nessa caminhada. Os nossos caminhos podem um dia se separar, mas eu sempre vou guardar no peito tudo o que você fez por mim e por todo o apoio que você me deu. Eu sou muito grata de ter você na minha vida.

Um agradecimento mais que especial para Maiara Eduarda Dias, Juliana Cavalli, Edlen Aquino e Rebeca Áurea, que mesmo sem me conhecerem fizeram o possível para me ajudar, moveram mundos e fundos e é graças a elas que eu estou

aqui hoje. Grande parte da minha motivação de escrever esse trabalho foi graças ao que vocês fizeram por mim, então dedico à vocês esse projeto, é minha forma de agradecer devidamente toda a ajuda e sororidade de vocês. Obrigada, eu devo minha vida a vocês.

Para Raíra Pinheiro, minha companheira nessa jornada, que entende as minhas angústias e os desafios de lidar com a ansiedade e a pressão de concluir o TCC. Agradeço os momentos de R.U., as saídas para desestressar, as horas conversando sobre os medos e os sonhos, foi fundamental para mim ter essa parceria, alguém que me entendesse e me apoiasse.

Para Lara Machado, que me acompanha desde o ensino médio, onde apesar dos nossos caminhos terem se separado algumas vezes, tive o imenso prazer de ter mais uma vez a sua amizade na minha vida, e espero de coração que nossos caminhos continuem cruzados por bastante tempo.

Gostaria de agradecer à Leslie Possidonio e à Milena Taveira por terem sido tão importantes na minha jornada acadêmica, pelas melhores saídas, pela companhia, pelas melhores viagens, pelo apoio, pelo ombro amigo. Eu nunca irei esquecer da amizade de vocês. À Catarina Ribeiro e à Marina Pires, por terem me ouvido reclamar tantas vezes das minhas indecisões sobre o tema, e por terem me guiado diversas vezes, sem vocês eu estaria bem perdida. Ao Nilo Teixeira, pelo carinho e amizade, uma das pessoas mais alegres e cheia de luz que tive o prazer de conhecer, eu sou muito grata por termos nos encontrado no final da faculdade, muito obrigada!

Ao meu pai, por ter me dado o maior presente, a vida.

À Socorro, que ajudou a cuidar de mim desde pequena, é quase uma mãe pra mim, impossível não lembrar da minha infância e não vir à minha mente a sua presença nas minhas memórias mais doces.

Não sou a pessoa mais religiosa do mundo, mas gostaria de agradecer à Deus e ao Universo por me permitirem acordar todos os dias e estar um passo mais próxima dos meus sonhos e objetivos. Eu agradeço todas as noites e nunca será o suficiente para demonstrar minha gratidão por tudo que alcancei e por tudo que pretendo conseguir.

Meus mais sinceros agradecimentos à Dra. Cláudia Adriana Marochi, que me tratou desde 2015 durante o momento mais difícil da minha vida, que graças a ela e aos seus cuidados, hoje me encontro com alta psicológica, posso lidar de forma melhor com meus problemas e gatilhos, que me forneceu métodos para aprender a lidar com o que a vida jogar para mim. Muito mais que uma psicóloga, ela foi uma amiga aos meus olhos, e eu não seria a pessoa que sou hoje se não fosse por ela.

Ao Dr. Marcos César Barreto Diógenes Pinheiro, meu psiquiatra desde 2016, agradeço o acompanhamento, a paciência, os puxões de orelha e os ensinamentos, pelo apoio e pela ajuda com o meu projeto. Obrigada por acreditar em mim.

Gostaria de agradecer aos psicólogos Lindemberg Saldanha e Ana Teixeira, por terem me auxiliado e tirado um tempo de seus dias para me ajudar com este projeto e compartilhar seus conhecimentos. Muito obrigada!

À minha banca, professora Dra. Anna Lucia dos Santos Vieira e Silva, ao professor Dr. Roberto Cesar Cavalcante Vieira e professora Dra. Mariana Monteiro Xavier de Lima. Obrigada!

Por fim, mas não menos importante, gostaria de agradecer à minha orientadora, Dra. Camila Barros, que acompanha meus primeiros passos de designer desde que entrei na faculdade, me abriu portas para projetos que marcam a minha trajetória acadêmica, e não somente isso, mas se tornou referência de profissional e de mulher para mim. Sou muito grata por passar por essa fase, por esse projeto que significa tanto para mim com uma pessoa que eu considero ser tão inspiradora para mim, é uma honra desenvolver esse projeto junto à sua orientação, muito obrigada!

RESUMO

O objetivo deste projeto é entender a relação entre depressão e gênero, e como o design pode atuar direta e positivamente, através da inovação social, em questões relacionadas à saúde mental dentro da universidade. Iniciamos nossos estudos através da conceituação da depressão e seu impacto em todo o mundo, a fim de entender como a doença afeta os espaços da universidade, prestando atenção, como resultado, à Universidade Federal do Ceará. Além disso, o papel social das mulheres foi colocado no contexto, ao mesmo tempo em que examinava a relação entre gênero e depressão. Depois de estabelecer esta fundação, o papel social do design foi analisado em termos gerais, onde procuramos relacioná-lo ao conceito de inovação social. Posteriormente, foi realizada uma análise de projetos semelhantes, onde estudamos propostas de design em vários campos que tiveram impacto na saúde mental. Por fim, definimos as diretrizes projetuais usando a metodologia híbrida de Munari (2000) e Garrett (2011), onde conseguimos desenvolver um projeto que englobasse uma das necessidades da mulher universitária com depressão. Ao mesmo tempo, apresentamos o processo de projeto e a minha resposta a esta situação, através do uso de uma plataforma - um espaço seguro. No final, temos as imagens finais com a interface do site, projetadas para oferecer às alunas apoio em seu momento de necessidade.

Palavras-chave: inovação social; design de interface; depressão; gênero; universidade.

ABSTRACT

This paper's aim is to understand the relationship between depression and gender, and how design can act directly and positively, through social innovation, in issues related to mental health within the university. We began our studies through the conceptualization of depression and its impact worldwide, in order to then understand how the disease affects university spaces, paying close attention, as a result, to the Federal University of Ceará. Furthermore, the social role of women was put into context whilst also examining the relationship between gender and depression. After establishing this foundation, the social role of design was analyzed in broad terms, where we sought to relate it to the concept of social innovation. Afterwards, an analysis of similar projects was carried out, where we looked at design projects in several fields which have had an impact on mental health. Finally, we defined the project guidelines using the hybrid methodology of Munari (2000) and Garrett (2011), where we managed to develop a project that encompassed one of the needs of university women with depression. At the same time, we present the design process and my response to this situation, through the use of a platform - a safe space. In the end, we have the final images with the website interface, designed to offer the students support in their moment of need.

Keywords: social innovation; interface design; depression; genre; university.

SUMÁRIO

1. LISTA DE FIGURAS	12
2. INTRODUÇÃO	16
3. OBJETIVOS	17
3.1. Objetivo Principal	17
3.2. Objetivos específicos	17
4. JUSTIFICATIVA	17
5. CONTEXTUALIZAÇÃO	19
5.1. O que é depressão?	19
5.2. A depressão na atualidade	21
6. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	27
6.1. Depressão Nas Universidades	27
6.1.1. Depressão Na Universidade Federal Do Ceará	33
6.2. Mulher, sujeito social	38
6.2.1. A depressão feminina	42
6.3. O papel social do design	44
6.3.1. Design Social e Inovação Social	53
7. ANÁLISE DE SIMILARES	55
7.1 Koko (2015)	56
7.2. Mindbrowser (2013)	59
7.3. Mindnosis (2017)	62
7.4. Tools for Therapy (2016)	66
7.5. Tear Gun (2016)	67
7.6. Projeto Não É Normal (2017)	69
7.7. Resultado das Análises	71
8. DIRETRIZES PROJETUAIS	72
9. METODOLOGIA CIENTÍFICA	84
9.1 User Experience	87
10. MEMORIAL DESCRITIVO	89
10.1. Problema: Definição e Componentes	90
10.2. Coleta e Análise de Dados	90
10.3. Plano de Estratégia	93
10.4. Plano de Escopo	95
10.5. Plano de Estrutura	96

	11
10.6. Plano de Esqueleto	104
10.7. Plano de Superfície	113
10.7.1. Naming	113
10.7.2 Logo	114
10.7.3. Guia de Estilo	115
10.7.4. Interface	117
11. CRONOGRAMA	122
12. CONSIDERAÇÕES FINAIS	122
13. RECOMENDAÇÕES PARA PESQUISAS FUTURAS	125
14. REFERÊNCIAS	126

1. LISTA DE FIGURAS

Figura 1 — Projeto <i>Night and Day</i> da designer Eleonore Delisse.....	24
Figura 2 — Posters produzidos pelo designer Nick Barclay.....	24
Figura 3 — Aplicativo desenvolvido pela aluna Marina Pavan (2017).....	25
Figura 4 — Matéria sobre depressão em estudantes	27
Figura 5 — Matéria sobre depressão e tabu nas universidades	28
Figura 6 — Matéria sobre pressão acadêmica e saúde mental	28
Figura 7 — Matéria sobre os estudantes adoecendo nas universidades	28
Figura 8 — Matéria sobre as consequências da depressão nas universidades	28
Figura 9 — Matéria sobre a depressão nas universidades	29
Figura 10 — Suicídio em universidades	29
Figura 11 — Matéria sobre aumento de transtornos mentais nas universidades	29
Figura 12 — Matéria sobre pressão e depressão nas universidades	29
Figura 13 — Matéria sobre estudantes da UnB e depressão.....	30
Figura 14 — Gráfico sobre a saúde mental entre universitários.....	33
Figura 15 — Surto de suicídios da USP.....	36
Figura 16 — USP cria escritório de saúde mental após suicídios.....	36
Figura 17 — Cartazes criados para a campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria.....	37
Figura 18 — Cartazes criados para a campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria.....	37
Figura 19 — Cartazes produzidos pelo Atelier Populaire.....	46
Figura 20 — Cartazes produzidos pelo Atelier Populaire.....	47
Figura 21 — Manifesto <i>First Things First</i> , por Ken Garland.....	48
Figura 22 — Posters criados pelo <i>Chicago Women’s Graphic Collective</i>	49
Figura 23 — Posters criados pelo <i>Chicago Women’s Graphic Collective</i>	49
Figura 24 — Posters criados pelo <i>Chicago Women’s Graphic Collective</i>	49
Figura 25 — Cartazes desenvolvidos por diversos artistas durante os anos.....	50
Figura 26 — Cartazes desenvolvidos por diversos artistas durante os anos.....	50
Figura 27 — Cartazes desenvolvidos por diversos artistas durante os anos.....	50
Figura 28 — Cartazes desenvolvidos por diversos artistas durante os anos.....	50
Figura 29 — Pessoas usando o HippoRoller.....	53
Figura 30 — Exemplo de uma mancha de Rorschach.....	58

Figura 31— Demonstração do aplicativo Koko.....	59
Figura 32 — Infográfico <i>Mindbrowser</i>	62
Figura 33 — O ciclo de produto de <i>Mindnosis</i>	63
Figura 34 — <i>Mindnosis</i> e seus componentes.....	65
Figura 35 — <i>Tools For Therapy</i> - Kit tátil para sessões de psicoterapia.....	67
Figura 36 — Arma que atira lágrimas.....	69
Figura 37 — Cartazes da campanha Não É Normal.....	70
Figura 38 — Mind Journal, de Ollie Aplin	74
Figura 39 — Página login da Plataforma Solar	75
Figura 40 — Tela de cadastro Plataforma Solar	75
Figura 41 — Inserir dados Plataforma Solar	76
Figura 42 — Página inicial Plataforma Solar	76
Figura 43 — Menu Plataforma Solar	77
Figura 44 — Listagem de perfis da Plataforma Solar.....	77
Figura 45 — Página de matrícula da Plataforma Solar	78
Figura 46 — Informações sobre disciplina Plataforma Solar.....	78
Figura 47 — Perguntas Frequentes da Plataforma Solar	79
Figura 48 — Feedback Plataforma Solar.....	79
Figura 49 — Reportagem sobre mulheres serem vítimas de perfis falsos	81
Figura 50 — Reportagem sobre perfil falso e estupro.....	81
Figura 51 — Reportagem sobre perfil falso que ameaçava mulheres.....	81
Figura 52 — Suicídio foi impedido através de postagem no Facebook.....	82
Figura 53 — Ferramenta do Facebook para prevenção de suicídio.....	82
Figura 54 — Reportagem sobre anúncio de suicídio no Facebook.....	82
Figura 55 — Metodologia híbrida aplicada ao projeto.....	84
Figura 56 — Planos de Garrett (2011).....	85
Figura 57 — Divisões do Plano de Garrett (2011).....	87
Figura 58 — Rascunho do Plano de Estratégia.....	93
Figura 59 — Rascunho do Plano de Estrutura.....	96
Figura 60 — Visão Geral da organização e interação da plataforma.....	97

Figura 61 — Telas de navegação dos Responsáveis - Sobre o Projeto.....	98
Figura 62 — Telas de navegação dos Responsáveis - Informação da depressão.....	98
Figura 63 — Telas de navegação dos Responsáveis - Matérias.....	99
Figura 64 — Telas de navegação dos Responsáveis - Fórum.....	99
Figura 65 — Telas de navegação dos Responsáveis - Precisa de ajuda?.....	99
Figura 66 — Telas de navegação dos Responsáveis - Pesquisar.....	100
Figura 67 — Telas de navegação dos Responsáveis - Notificações.....	100
Figura 68 — Telas de navegação dos Responsáveis - Logout.....	100
Figura 69 — Telas de navegação dos Alunos - Sobre o Projeto.....	101
Figura 70 — Telas de navegação dos Alunos - Informação sobre depressão.....	101
Figura 71 — Telas de navegação dos Alunos - Matérias.....	101
Figura 72 — Telas de navegação dos Alunos - Fórum.....	102
Figura 73 — Telas de navegação dos Alunos - Precisa de ajuda?.....	102
Figura 74 — Telas de navegação dos Alunos - Pesquisar.....	102
Figura 75 — Telas de navegação dos Alunos - Notificações.....	103
Figura 76 — Telas de navegação dos Alunos - Logout.....	103
Figura 77 — Grid.....	104
Figura 78 — Wireframes Geral	105
Figura 79 —Wireframe Login.....	106
Figura 80 — Wireframe estrutural geral.....	106
Figura 81 —Wireframe página inicial.....	107
Figura 82 — Wireframe página Sobre o Projeto.....	107
Figura 83 — Wireframe página Sobre Sintomas da Depressão.....	108
Figura 84 — Wireframe página Vamos Conversar.....	108
Figura 85 — Wireframe página Vamos Conversar- Título Clicado.....	109
Figura 86 — Wireframe página Reportar Mensagem.....	109

	15
Figura 87 — Wireframe página Escrever Nova Publicação.....	110
Figura 88 — Wireframe página Mensagem Enviada.....	110
Figura 89 — Wireframe página Notificações.....	111
Figura 90 — Wireframe página Resultado da Pesquisa.....	111
Figura 91 — Wireframe página Matéria acessada	112
Figura 92 — Estudo de tipografia para a logo.....	113
Figura 93 — Logo final e alterações de cor.....	114
Figura 94 — Paleta de cores primárias.....	114
Figura 95 — Paleta de cores secundárias.....	115
Figura 96 — Ícones desenvolvidos para a plataforma.....	115
Figura 97 — Tipografias da plataforma.....	115
Figura 98 — Plataforma Nise - Tela de Login.....	116
Figura 99 — Plataforma Nise - Página de Início.....	116
Figura 100 — Plataforma Nise - Página O Projeto.....	117
Figura 101 — Plataforma Nise - Página Quem Somos?.....	117
Figura 102 — Plataforma Nise - Página O que é Depressão?.....	118
Figura 103 — Plataforma Nise - Página Vamos Conversar?.....	118
Figura 104 — Plataforma Nise - Página Título Clicado.....	119
Figura 105 — Plataforma Nise - Página Escrever Nova Publicação.....	119
Figura 106 — Plataforma Nise - Página Deseja Reportar Esta Mensagem?.....	120
Figura 107 — Plataforma Nise - Página Portal do Bem-Estar.....	120
Figura 108 — Plataforma Nise - Página Matéria.....	121

2. INTRODUÇÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde, OMS (2017), 300 milhões de pessoas sofrem com depressão no mundo, onde o número de pessoas com a doença tende a aumentar cada ano (OMS, 2017). Entretanto, há um desequilíbrio entre o número de mulheres com esse transtorno em relação aos homens, em que num contexto global chega a ser duas vezes maior, e em países em desenvolvimento esse número pode chegar até quatro vezes mais (CULBERTSON, F. M.; 1997, p.29). As causas dessa discrepância são diversas, e esse é um dos pontos abordados nessa pesquisa, que tem como objetivo conceituar a depressão, discutir sobre o papel da mulher na sociedade e como o design pode atuar socialmente.

Nessa fase inicial, iremos contextualizar e definir os assuntos relevantes para o desenvolvimento da pesquisa. Primeiramente iremos contextualizar o que é depressão, como é a sua percepção no mundo e na atualidade, para em seguida discutirmos o papel da mulher na sociedade contemporânea e como as cobranças e efeitos sobre o exercer esse papel podem ocasionar transtornos psicológicos. Também iremos buscar entender o porquê as mulheres sofrem mais psicologicamente do que os homens e quais são essas raízes. Iremos também discutir o papel do design social, seu contexto histórico e como o design gráfico pode exercer uma função além da de agregar valor mercadológico.

Uma importante etapa é a análise de similares, em que será feito um estudo com 5 projetos de design voltados à depressão, quais vertentes da psicologia eles se embasaram, como é a relação do usuário com o objeto e como esse projeto atinge o sofrimento psicológico. Além de tentar entender como o design tem participação, tanto na esfera conceitual como projetual, como na construção do objeto.

Nesta primeira fase da pesquisa, tem grande importância para a definição da estratégia a compreensão de como o design pode ser aplicado para resolver problemas de cunho psicológico, ajudando a amenizar o sofrimento mental de mulheres. Alcançado, mesmo que parcialmente essa compreensão, teremos

subsídios para trabalharmos nosso objetivo principal, que consiste o desenvolvimento de um projeto de design com cunho social voltado para a depressão feminina, a fim de impactar positivamente nosso público-alvo.

Assim, nossa pesquisa tem como problemática, que nos impulsiona a aproximarmos da solução projetual e nos motiva aos estudos de caráter teórico para respondê-la, a seguinte pergunta: Como podemos aplicar estratégias de design para desenvolver um produto que impacte positivamente o cotidiano de mulheres com depressão?

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo Principal

- Desenvolver um projeto de design que impacte diretamente de forma positiva mulheres com depressão;
- Desenvolver um projeto de design que vise dar suporte e informações à mulheres com depressão no ambiente da universidade

3.2. Objetivos específicos

- Desenvolver um projeto que aborde a depressão feminina dentro das universidades;
- Compreender como o design pode ser aplicado para resolver problemas de cunho psicológico,
- Entender o que caracteriza e causa a depressão e como ela afeta as mulheres;
- Propor um projeto de sistema integrado para suporte e informações a estudantes das universidades que suspeitam ou tem diagnóstico de depressão;

4. JUSTIFICATIVA

Luto contra a depressão desde 2014, tendo meu diagnóstico em 2015: Depressão Dupla, uma mistura de distímia — um tipo moderado e crônico de depressão — juntamente com depressão maior, que justamente como o nome sugere, é a depressão no seu estado mais forte, onde comer, tomar banho ou

qualquer tipo de atividade básica demanda uma quantidade de energia imensa, e os pensamentos suicidas tornam-se constantes.

Ainda em 2015 eu tive a minha tentativa de suicídio. O sentimento de impotência, de não conseguir imaginar um futuro, de não me sentir amada e acolhida, me fizeram, num ato de desespero, tentar acabar com a dor. Numa última tentativa desesperada de pedir ajuda, escrevi em um grupo fechado voltado a mulheres em depressão, escrevi duas palavras: “me ajuda”. Depois disso, minhas memórias são inexistentes. Lembro-me de acordar no hospital por alguns segundos, para voltar a dormir logo em seguida. Recuperei minha consciência uma vez que cheguei em casa, e pude enfim entender o que tinha acontecido. Ao postar o pedido de ajuda no grupo, centenas de mulheres as quais não me conheciam, se mobilizaram ativamente online e offline para me ajudar. Pesquisaram minha cidade, para depois entrarem em contato com mais e mais meninas para que alguma mulher pudesse contatar um conhecido, descobrir meu endereço, mandar ajuda. E foi numa dessas conexões que a ajuda veio, possibilitando assim assistência médica antes mesmo que minha mãe chegasse em casa. E com essa ajuda, que estava de prontidão enquanto tudo ocorria, me possibilitou cuidados antes que algo pior pudesse acontecer, ainda anônimas para mim — já que a publicação foi apagada, por motivos óbvios —, que não tinham obrigação alguma de ajudar uma desconhecida, graças a elas que eu estou aqui hoje. Pela sororidade e empatia, uma união que eu nunca havia sentido antes, por compartilharem da mesma dor que eu, de viver com a depressão, essas mulheres estranhas entre si, se juntaram para um bem maior. E isso, até hoje, é o que mais me motiva a continuar esse legado, a retribuir e ajudar mais mulheres que se encontram na mesma situação que eu me encontrava a 4 anos atrás.

Meu objetivo é ajudar, impactar a vida dessas mulheres, como uma forma de agradecimento às 4 mulheres que eu sei o nome, juntamente às outras anônimas que eu não tive o prazer de conhecer.

Depressão hoje em dia é considerada uma das doenças mais comuns, afetando pessoas de todos os países, de todas as idades, onde o número de afetados cresce a cada ano. Contudo, segundo a ONU, a incidência de mulheres que apresentam com a depressão é são 2x maior do que os homens, ou seja, para

cada homem, existem duas mulheres que lutam contra a doença. E por mais que o tratamento exista – terapia e medicação, além da prática de esportes físicos e alimentação adequada - e por afetar tantas pessoas, o estigma ainda existe, o que torna muito mais difícil a procura por ajuda, além de que muitas pessoas não possuem recursos para custear o combo do tratamento. Isso sem falar que, como mencionado anteriormente, a depressão tende a afastar as pessoas da sociedade, isolando-as.

O design poderia exercer um papel fundamental quanto a impactar ou conectar essas pessoas que passam pelo mesmo transtorno de viver com depressão, contribuindo com uma rede de relações muito mais confortável e acessível para aquelas mulheres.

Muito se é associado ao design a solução de peças e problemas gráficos ou de algo relacionado a produtos ou de informações. Contudo, ao passar para problemáticas de âmbitos sociais, o design toca uma esfera onde suas soluções afetam a vida de milhares de pessoas, não somente clientes ou consumidores, como tradicionalmente se é acreditado. O design passa a ter uma relevância e um peso enorme ao focar em problemas que afligem a comunidade, justamente por abordar questões e assuntos que muitas vezes são despercebidos por órgãos públicos. Como Victor Papanek diz em sua obra *Design for the real world* (1971), “O design deve ser significativo” (PAPANEK, V., 1971, p.5)

A depressão tem como um de seus sintomas a reclusão, resultando o afastamento do indivíduo da sociedade. Neste sentido, a proposta adotada neste projeto como designer é propiciar um ambiente em que elas possam se conectar de forma segura em um ambiente integrado na universidade.

5. CONTEXTUALIZAÇÃO

5.1. O que é depressão?

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (2018), “depressão é uma doença comum a nível global, com mais de 300 milhões de pessoas afetadas.” (OMS, 2018, tradução nossa). Dentre vários fatores de risco que podem desencadear a depressão a perda de uma pessoa querida e doenças físicas são entre os mais comuns relacionados a questões pessoais, segundo o artigo

“Depression” da OMS. De acordo com esse texto, o desemprego e, a pobreza, são problemáticas sociais que também tem forte influência na emergência de sintomas de depressão. Dentre os sintomas, a organização aponta como:

Transtornos depressivos são caracterizados por tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimentos de culpa ou baixa auto-estima, sono ou apetite perturbado, sensação de cansaço e falta de concentração. A depressão pode ser duradoura ou recorrente, prejudicando substancialmente a capacidade de um indivíduo para atuar no trabalho ou na escola ou lidar com a vida diária. Em sua forma mais grave, a depressão pode levar ao suicídio. Os transtornos depressivos incluem duas subcategorias principais: transtorno depressivo maior / episódio depressivo, que envolve sintomas como humor deprimido, perda de interesse e prazer e diminuição de energia; dependendo do número e gravidade dos sintomas, um episódio depressivo pode ser classificado como leve, moderado ou grave; e distímia, uma forma persistente ou crônica de depressão leve; os sintomas da distímia são semelhantes aos episódios depressivos, mas tendem a ser menos intensos e duram mais tempo (Organização Mundial da Saúde; 2017, p. 7, citação livre).

Mesmo apresentando os sintomas e um profissional qualificado para avaliar o caso, o diagnóstico pode ser facilitado nesses casos, mas “[...]sua dinâmica, suas origens, suas relações objetivas e suas concepções ainda podem levantar questionamentos e levar a interpretações equivocadas prejudicando um possível tratamento”(Esteves, F. C. e Galvan, A. L, 2006 P.127), tornando-a assim uma doença silenciosa. No seu estado mais grave, pode levar ao suicídio. Ainda de acordo com a OMS, no ano de 2015 mais de 700.000 pessoas morreram por causa do suicídio, e acredita-se que os índices de tentativas sejam muito mais altos do que os que conseguiram tirar sua própria vida. 1,5% de toda morte mundial dá-se por conta do suicídio, sendo assim uma das 20 causas que mais matam no mundo, e sendo a segunda maior causa de mortes de jovens entre 15-29 anos em 2015 (OMS página 14).

A depressão é um problema de saúde a nível mundial, que já atinge mais de 4,4% da população mundial (OMS, 2017, p.5), onde a tendência é que esses números aumentem, principalmente em países de baixa renda, já que a sua população vai envelhecendo e alcançando as idades onde a depressão e a ansiedade mais ocorrem (OMS, 2017, p.5). Entre 2005 e 2015, o total estimado de pessoas vivendo com depressão aumentou em 18,4% (OMS, 2017, p.8).

5.2. A depressão na atualidade

Apesar da depressão ser apontada por parte da mídia como a doença do século 21 (OLIVEIRA, T. 2014), existem indícios históricos que relatam os sintomas da doença na antiguidade. Desde relatos bíblicos no antigo testamento com Rei Saul, em IX a.C. e o suicídio de Ajax na obra *A Ilíada*, mostrando assim personagens que sofrem com a culpa e com a fraqueza, os levando para desfechos trágicos (ESTEVES, F. C. e GALVAN, A. L.; 2006 P.128-129). Segundo Esteves e Galvan, em IV a.C. surge a primeira classificação e a primeira menção em melancolia e mania. Na mesma época, Hipócrates definiu os quatro líquidos do humor: a bile negra, bile amarela, fleuma e sangue. Entre os líquidos nominados pelo filósofo, a bile negra infecta o cérebro, levando a um estado melancólico. Ao final do século XIX a melancolia é finalmente definida como doença mental, e no século XX a depressão é considerada uma forma reduzida da melancolia (Idem.; 2006 p.128-129).

Atualmente, a depressão é descrita como um transtorno de humor, onde ela pode ser classificada pela psicopatologia pelos códigos “CID-10 (Código Internacional de Doenças Volume 10) e no DSM-IV (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 2002)” (ESTEVES, F. C. e GALVAN, A. L.; 2006 P.128). De forma geral, a depressão não afeta somente o psicológico, ela pode afetar a forma como uma pessoa percebe a si mesmo e seus problemas pessoais de uma maneira muito mais exagerada e negativa (ESTEVES, F. C. e GALVAN, A. L.; 2006), bem como atinge o físico e o cognitivo. Sintomas como falta de apetite, falta de energia, perda da habilidade de concentração, por exemplo, são exemplos de sintomas que pessoas com depressão podem apresentar (CULBERTSON F. M. 1997, p. 29).

Mais do que somente um desbalanceamento químico e condições ambientais, a depressão também está associada aos problemas da contemporaneidade, tais como uma busca pela identidade e o preenchimento do vazio muitas vezes fomentado pela lógica do consumo. Esteves e Galvan (2006) citam Camon (2003), que diz que a depressão é “uma maneira do sujeito buscar sua identidade” (ESTEVES, GALVAN, 2006, p.130). E essa identidade, defendem as autoras, seria

um conjunto de identificações, boas ou ruins, que um sujeito tem durante a vida com acontecimentos/objetos (ESTEVEES, GALVAN, 2006, p.130). Essa busca pelo vazio, segundo as autoras, fazem com que os depressivos tenham o impulso de tentar preenchê-lo, seja com álcool, drogas, na compulsão alimentar e nas relações afetivas e sexuais casuais e efêmeras. É uma busca pela gratificação momentânea, ao mesmo tempo que destroem a si.

As autoras relatam sobre as diferenças em que o contexto da depressão se apresentava no passado *versus* ao que se apresenta hoje, no contexto contemporâneo. Antes, por ser uma sociedade mais rígida, dita disciplinar por Foucault (1987), em *Vigiar e Punir*, as pessoas se sentiam presas, sem liberdade de expressão e sem autonomia. Atualmente, entretanto, há uma inversão, onde a exacerbada liberdade, as possibilidades de ser o que você quer, deixa as pessoas sem rumo, sem saberem a que caminho seguir.

Comparando a sociedade atual com a sociedade mais antiga percebe-se que nesta última o sujeito vivia uma angústia maior em relação às regras a serem obedecidas. Naquela época, a repressão era mais significativa, não dando espaço para a autonomia nem para a liberdade de expressão. A repressão podia ser originada por imposições políticas, ou por imposições religiosas. O que se observa na sociedade contemporânea é que os sujeitos se deparam com inúmeras possibilidades. E, por mais paradoxal que pareça, o vazio depressivo impera frente à autonomia e às liberdades conquistadas: tudo é permitido fazer, e não se sabe que rumo tomar com tanta liberdade. Os sujeitos permanecem desamparados, imersos nesse “mar de possibilidades” (ESTEVEES, GALVAN, 2006, p.134).

Além das questões referentes aos problemas contemporâneos, a depressão também é considerada um problema de saúde pública no mundo inteiro, mesmo em países desenvolvidos ainda há o estigma e a falta de tratamento adequado, como é o caso dos Estados Unidos, segundo o site Psychology Today (2015), onde há uma extrema desumanização dos pacientes de transtornos mentais. De acordo com a pesquisa feita pelo site Bustle (2017), países como Canadá, por exemplo, onde 1 em cada 5 canadenses sofrem com algum tipo de transtorno mental, 60% dessas pessoas não procuram ajuda por medo de serem estigmatizadas, além da longa espera para receber tratamento psicológico, e mais de 30% das que receberam, sentiram que não receberam o tratamento que precisavam (RODRIGUEZ-CAYRO, K. 2017). Ainda de acordo com o site, a China, por exemplo, uma das grandes

potências mundiais tem mais de 100 milhões chineses batalhando contra transtornos mentais, onde apenas 6% dessas pessoas buscam algum tipo de tratamento, visto que no país há poucos especialistas, o tabu acerca do tema e o estigma, e a institucionalização mental forçada (RODRIGUEZ-CAYRO, K. 2017). Mesmo na Argentina, um dos países com a maior quantidade de psicólogos per capita e onde é considerado normal falar sobre saúde mental, ainda há casos de pacientes que foram tratados com condições inumanas e que não receberam o tratamento adequado (RODRIGUEZ-CAYRO, K. 2017). São casos assim, onde nem em países desenvolvidos ou que possuam grandes avanços a respeito de doenças psicológicas, que demonstram a necessidade de estudos acerca do tema, não só no campo da psiquiatria e da psicologia, que buscam o diagnóstico e tratamento da doença, mas também em outras áreas acadêmicas, como forma de desvendar forma de lidar com as questões sociais acerca do tema.

A discussão a respeito da depressão como problema de saúde e social vem sendo realizada nas universidades em diversas áreas, refletindo uma necessidade da população por soluções que ajudem a lidar com o problema, tendo em vista que o tratamento é demorado e muitas vezes pouco acessível a todos os segmentos da população. Focaremos, contudo, pesquisas relacionadas aos campos do design, como forma de entender o que já foi desenvolvido na área envolvendo a saúde mental.

De maneira livre, ao pesquisarmos “design e depressão” no *Google* (13/06/2018), as primeiras respostas são de páginas de humor, o que pode ser interpretado como um reflexo da falta de seriedade que os transtornos psicológicos são tratados no Brasil, sendo retratadas de forma cômica, sem a devida seriedade que o assunto exige. Na primeira página do *Google*, em resposta à busca, apareceram 4 resultados que estavam de fato ligados com o transtorno, 3 *sites* e 1 trabalho acadêmico. Nos *sites*, a matéria é voltada a alguns produtos que foram desenvolvidos para auxiliar a depressão, como uma lâmpada colorida para imitar o sol — sendo uma adaptação da fototerapia —, desenvolvida por Eleonore Delisse (2015); e dois dos sites exibiram o mesmo projeto gráfico de Nick Barclay (2015), o de cartazes que representam os sentimentos de uma pessoa depressiva, como forma de alerta para o sofrimento silencioso.

Figura 1: Projeto *Night and Day* da designer Elenore Delisse



Fonte: emobile¹

Figura 2: Posters produzidos pelo designer Nick Barclay



Fonte: Portal Wacom e Um Socorro à Meia-Noite²

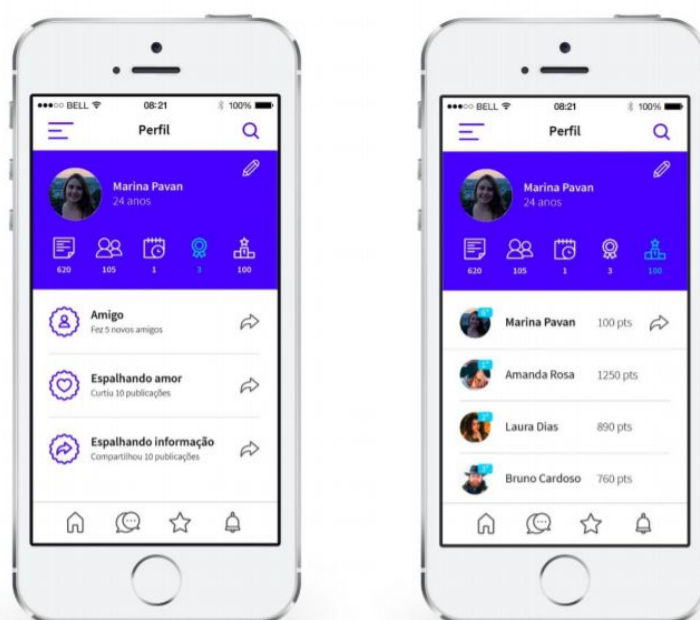
¹ Disponível em:

<http://www.emobile.com.br/site/design-e-decoracao/blogs-como-o-design-pode-amenizar-a-depressao/> Acesso em 13 Junho 2018

² Disponível em: <http://umsocorroameianoite.com.br/sintomas-da-depressao-traduzidos-em-cores-e-formatos-design-ajudando-voce/> e <http://www.portalwacom.com/design-do-bem-os-sintomas-da-depressao-traduzidos-em-cores-e-formatos/> Acesso em 13 Junho 2018

O trabalho acadêmico encontrado nesta busca foi um projeto de conclusão de curso, pela Universidade do Vale do Taquari - Univates, desenvolvido pela aluna Marina Pavan (2017) do curso de Design, com o tema “*Design e Tecnologia: criação de ferramenta de conscientização sobre depressão*”. Seus objetivos são similares ao meu, contudo, seu projeto visa a conscientização da depressão, e não atuar diretamente em quem sofre com a mesma. Seu projeto teve como solução final um aplicativo onde as pessoas possam buscar informações e trocar conhecimento a respeito da doença em um ambiente seguro e dedicado ao tema.

Figura 3: Aplicativo desenvolvido pela aluna Marina Pavan (2017)



Fonte: (PAVAN, M.; 2017; p. 130)

Ao pesquisar as mesmas palavras traduzidas ao inglês (mesma data da pesquisa anterior?), os resultados, contudo, foram muito mais extensos e diversos. O primeiro resultado era do *Google Acadêmico* — plataforma onde são publicados artigos e trabalhos acadêmicos de forma gratuita e global —, com *sublinks* para artigos cujo título possuía “design” e “depression”, onde a palavra “design” não era voltado ao campo projetual. Dos 5 primeiros resultados de pesquisa, 2 deles foram de projetos de design que serão analisados posteriormente, 1 é um vídeo no

youtube sobre *Como enfrentar a depressão como um criativo?*, de Roberto Blake, 1 é uma matéria a respeito do link entre a criatividade e depressão, e o outro é uma reflexão a respeito de como projetar sistemas sociais sem causar guerras e depressões. Perceba que neste último, a palavra “design” é usada no sentido de “projetar”, não necessariamente conectada à disciplina do design.

Ao pesquisar por “Depressão feminina” e “female depression”, esta última sendo a tradução em inglês da outra, percebeu-se resultados similares, onde várias páginas de matérias falam sobre o caso, sendo um resultado bastante similar.

Ao comparar o resultado dessas pesquisas, percebe-se que, no área do design, pouco há um desenvolvimento de projetos de autoria nacional, onde os poucos projetos que apareceram eram internacionais, além da pouca discussão sobre o assunto, e o tom humorístico que se dá à depressão. Em contrapartida, internacionalmente há uma maior variedade de resultados conectados ao design, apesar de haver o uso da palavra design como projeto, e não do design como ferramenta ou disciplina. No que diz a depressão feminina, ambos os resultados mostraram similar resultado.

Quando se trata do campo acadêmico existem alguns projetos relacionando design e depressão, como o de Marina Pavan (2017) e o de Gabriella Rebouças Freire Pereira, intitulado *Ombro Amigo: Design emocional como guia às pessoas envolvidas com transtorno de depressão* (2016), que criou um portal online interativo, com base de tratamento na Terapia Cognitivo-Comportamental³.

Existem também artigos na área, como o *A Caminho de Tecnologias Persuasivas para Apoio ao Tratamento da Depressão*, por Pedro Dumont Mauad e Vânia Paula de Almeida Neris, e *Se cuidar, cuidar de algo, se divertir e aprender fazem bem! Demonstração de um jogo para apoiar o tratamento da depressão*, por Diogo Nishikawa, Leandro Novak, Marcos Azevedo, Paulo Castello Branco, Rafael Olivi, Roberta Brandão, Franco Eusébio Garcia, Vânia Paula de Almeida Neris,

³ Segundo o ITC, o Instituto de Terapia Cognitiva, a vulnerabilidade cognitiva é um modelo de transtorno emocional, onde haveria uma dificuldade de processar informações e o real. O tratamento consiste em reestruturar a cognição através de uma conceituação cognitiva do paciente e dos seus problemas. O objetivo no início é de devolver ao paciente a sua flexibilidade cognitiva, tentando promover mudanças na forma de pensar e nas emoções. “Ao longo do processo terapêutico, no entanto, atua diretamente sobre o sistema de esquemas e crenças do paciente a fim de promover sua reestruturação. Em paralelo à reestruturação cognitiva, o terapeuta cognitivo utiliza ainda uma abordagem de resolução de problemas.” (SERRA, A.M.M.).

ambos com o objetivo de formalizar uma metodologia para a criação de jogos terapêuticos em parceria com o Hospital Espírita de Marília.

Contudo, em âmbito nacional existem poucas pesquisas relacionando o design à depressão, com poucos resultados em plataformas como *Google Acadêmico* e *Sci-ELO*, o mesmo acontecendo com os termos “design e saúde mental”, reforçando a necessidade de mais trabalhos voltado à área.

6. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

6.1. Depressão Nas Universidades

Nos últimos anos, o debate acerca da depressão nas universidades aumentou consideravelmente. Em pesquisa informal, percebemos que quando buscamos pela temática no *Google* a grande maioria das reportagens encontradas nas primeiras páginas datam os anos de 2018 e 2017. Segundo uma pesquisa realizada pelo centro de *Ciência e Saúde do Texas* e publicada na *Revista Nature*, mais de 2000 estudantes de mestrado e doutorado de 26 países no total, foram avaliados e apresentaram índices de que 40% deles sofrem com depressão e/ou ansiedade, seja moderada ou grave. Esses níveis são 6x maiores do que os índices mundiais. Ainda segundo a pesquisa, os índices incidiram mais para mulheres e pessoas trans do que para homens. O índice de depressão profunda ficou em torno de 41% para as mulheres e 35% para os homens (SAMORANO, 2018). As imagens a seguir mostram reportagens a respeito da depressão nos ambientes acadêmicos.

Figura 4: Matéria sobre depressão em estudantes



Problemas como ansiedade e depressão representam um desafio significativo para as universidades

Fonte: Gazeta do Povo⁴

⁴ Disponível em:

<<https://www.gazetadopovo.com.br/educacao/as-universidades-estao-deprimindo-os-estudantes-3wv3zcbxvb6ds2tjze3brm9qg/>>

Figura 5: Matéria sobre depressão e tabu nas universidades

12/03/18 06:00   

Depressão na universidade não pode ser tratada como tabu, diz psicanalista

Fonte: Extra⁵

Figura 6: Matéria sobre pressão acadêmica e saúde mental

Depressão na universidade: como a pressão acadêmica afeta a saúde mental.

Data: 29/06/2018 | Categoria: Educação, Saúde

Fonte: Geledes⁶

Figura 7: Matéria sobre os estudantes adoecendo nas universidades

[Página Inicial](#) » [Educação](#) »

Por que a universidade está deixando os estudantes doentes?

Pressões da vida acadêmica e busca por sucesso profissional têm desencadeado depressão e casos de suicídio entre jovens em todo o Brasil

Fonte: Catraca Livre⁷

Figura 8: Matéria sobre as consequências da depressão nas universidades

Depressão e problemas psicológicos fazem universitários trancar matrículas

Karina Yamamoto
Colaboração para o UOL, em São Paulo 18/12/2017 | 04h00

Fonte: Educação Uol⁸

⁵ Disponível em:

<<https://extra.globo.com/noticias/educacao/vida-de-calouro/depressao-na-universidade-nao-pode-ser-tratada-como-tabu-diz-psicanalista-22474084.html>>

⁶ Disponível em:

<<https://www.geledes.org.br/depressao-na-universidade-como-pressao-academica-afeta-saude-mental/>>

⁷ Disponível em:

<<https://catracalivre.com.br/educacao/por-que-universidade-esta-deixando-os-estudantes-doentes/>>

⁸ Disponível em:

<<https://educacao.uol.com.br/noticias/2017/12/18/depressao-e-problemas-psicologicos-fazem-universitarios-trancar-matriculas.htm>>

Figura 9: Matéria sobre a depressão nas universidades

OPINIÃO

Universidade em depressão

A epidemia que assola a pesquisa brasileira e possíveis soluções.

15/07/2018 19:20 -03 | **Atualizado** 28/07/2018 20:22 -03

Fonte: Huffpost Brasil⁹

Figura 10: Suicídio em universidades

Ensino Superior

Casos de suicídio e depressão deixam universidades em alerta

por **Victória Damasceno** — publicado 23/09/2017 00h45, última modificação 23/09/2017 00h45

Fonte: Carta Capital¹⁰

Figura 11: Matéria sobre aumento de transtornos mentais nas universidades

Aumento de transtornos mentais entre jovens preocupa universidades

Fonte: Saúde Estadão¹¹

Figura 12: Matéria sobre pressão e depressão nas universidades

Pressão e depressão assombram corredores da universidade

Pressão e depressão assombram corredores da universidade

Fonte: R7¹²

⁹ Disponível em:

<https://www.huffpostbrasil.com/leonardo-carvalho/universidade-em-depressao_a_23482545/>

¹⁰ Disponível em:

<<https://www.cartacapital.com.br/sociedade/casos-de-suicidio-e-depressao-deixam-universidades-em-alerta>>

¹¹ Disponível em:

<<https://saude.estadao.com.br/noticias/geral,aumento-de-transtornos-mentais-entre-jovens-preocupa-universidades,70002003562>>

¹² Disponível em:

<<https://noticias.r7.com/porta-correio/pressao-e-depressao-assombram-corredores-da-universidade-28012018>>

Figura 13: Matéria sobre estudantes da UnB e depressão

Maioria dos estudantes da UnB apresenta sintomas de problemas como a depressão

CIDADES • 23/07/18 - 07:04

Fonte: Jornal de Brasília¹³

Segundo a reportagem da Gazeta do Povo (2018) feita pela jornalista Ricardo Prado, foi feita uma pesquisa entre 500 universidades nos Estados Unidos pelo *Center for Collegiate Mental Health* (CCMH), onde pelo menos 20% dos estudantes possuem depressão e/ou ansiedade. As causas se dão "Além das pressões do meio acadêmico, o uso excessivo de redes sociais, a falta de qualidade do sono e a mudança repentina de ambiente também estão entre os fatores causadores da doença" (PRADO, R; 2018).

Ainda segundo Prado (2018), várias universidades já apresentam programas de apoio e assistência para aqueles que sofrem com a sua saúde mental, citando exemplos como a *Rede de Saúde Mental da Universidade Federal de Minas Gerais* (UFMG) que tem como objetivo tratar alunos e expor o tema da depressão e saúde mental para a comunidade universitária; o *Grupo de Assistência Psicológica aos Alunos* (GRAPAL) da Faculdade de Medicina da USP que oferece tratamento psicológico para os alunos; a Faculdade de Medicina da Universidade Estadual Paulista (Unesp) indica professores como mentores para alunos que apresentam mudanças no rendimento acadêmico de forma drástica, além de grupos de apoio realizados por estudantes para estudantes; A Universidade Federal do Paraná (UFPR) conta com o *PermaneSendo*, coletivo criado por estudantes da psicologia que visa o acolhimento dos alunos que necessitam de ajuda, além de realizarem plantões com psicólogos. A reportagem de Prado (2018) conta com a participação de Rafaela Roman, psicóloga e doutoranda de Educação na UNICAMP, que afirma que existe suporte psicológico em todas as universidades do país, sendo algumas presenciais, online ou em palestras e grupos de apoio.

¹³ Disponível em:

<<http://www.jornaldebrasil.com.br/cidades/maioria-dos-estudantes-da-unb-apresenta-sintomas-de-problemas-como-a-depressao/>>

Um dos projetos realizados que ganhou notoriedade nas redes sociais e tornou-se viral foi o projeto desenvolvido pela *FUSM - Frente Universitária de Saúde Mental*. A FUSM desenvolveu a Semana da Saúde Mental, criaram material de promoção e divulgação como forma de sensibilizar os estudantes. O coletivo é organizado por alunos da USP de diversos cursos com o objetivo de conscientizar a comunidade acadêmica a cerca de saúde mental no âmbito acadêmico (DAMASCENO, 2017).

A crescente necessidade de falar sobre a depressão é diretamente ligada ao alarmante número de suicídios de estudantes e ao aumento da procura de ajuda psicológica em órgãos responsáveis no campus. Dutra (2012) fala de uma pesquisa realizada nos Estados Unidos que durou 13 anos, com os 13 mil alunos que haviam procurado o serviço de aconselhamento no período de 1989-2001, realizada por pesquisadores da Kansas University, que apresentou como resultado índices alarmantes. “Os pesquisadores observaram que os estudantes sofriam de mais estresse, mais ansiedade e mais depressão, do que uma década atrás. O aumento, segundo os pesquisadores, foi dramático, uma vez que a estatística do número de suicídios triplicou.” (DUTRA, E., 2012, p. 928)

Dutra (2012) afirma que “Os serviços de aconselhamento dos campi universitários têm detectado um aumento na procura deste serviço pelos estudantes. Os dados coletados mostram uma prevalência de depressão e de ideação suicida entre os estudantes” (2012, p. 928). O autor também defende que o aumento das taxas de suicídio não é um fenômeno somente nacional, especialmente em países de primeiro mundo. No Brasil, segundo a matéria do *site Catraca Livre* (2018), no Brasil:

“Quarta causa de morte entre jovens no Brasil, o suicídio aumentou 73% entre 2000 e 2016: de 6.780 para 11.736 mortes”. Já nos Estados Unidos, uma pesquisa realizada pelo Suicide Prevention Resource Center-SPRC em 2004 com estudantes universitários entre 20 e 24 anos relata que o suicídio é a terceira causa de morte, estando o homicídio como a segunda causa” (DUTRA, 2012, p. 928).

Sobre as causas de tais índices, Santos et. Al. (2017) diz que “Em estudantes universitários, a ideação suicida pode se apresentar em um momento particularmente importante, seja pela saída da adolescência e entrada na idade

adulto jovem, e/ou pelas adversidades vivenciadas na vida acadêmica” (p. 2), além disso, Dutra (2012) afirma que:

“Alguns fatores de risco do suicídio e das tentativas de suicídio têm sido identificados nos estudos realizados tanto em outros países como no Brasil. Fatores como transição de vida, ou seja, deixar a casa dos pais para frequentar a universidade – pode exacerbar as dificuldades psicológicas. Deixar a família e entrar num ambiente não familiar com altos padrões acadêmicos pode causar depressão ou altos níveis de angústia.” (DUTRA, 2012, p. 929)

Figura 14: Gráfico sobre a saúde mental entre universitários



Fonte: Pesquisa do Perfil Socioeconômico dos Estudantes de Graduação - Andifes (2014/2016)

Fonte: Agência Brasil¹⁴

¹⁴ Disponível em:

<<http://agenciabrasil.ebc.com.br/saude/noticia/2018-08/casos-de-suicidio-motivam-debate-sobre-saude-mental-nas-universidades>>

6.1.1. Depressão Na Universidade Federal Do Ceará

A depressão nas universidades é um tema que abrange vários estados e até países, tornando-se assim difícil abranger todos esses diferentes meios em uma só pesquisa. Foi necessário então estabelecer um público-alvo, qual seria a universidade a ser estudada, a fim de poder centrar mais nas especificidades e no problema que circunda o lugar em específico, além de entender quais métodos já são utilizados e quais os maiores problemas enfrentados pela mesma. Assim, decidiu-se estudar a depressão na Universidade Federal do Ceará.

Para criar um projeto específico para a universidade, é necessário entender o que ela já oferece em termos de cuidados com a saúde mental, quais são seus pontos fracos, o que ela tem a ofertar como um todo e se há de fato algum projeto sendo realizado para intervir nesse âmbito. A UFC possui uma unidade de apoio aos estudantes, a PRAE (Pró Reitoria de Assuntos Estudantis), que visa auxiliar os alunos em diversos campos que permeiam sua trajetória estudantil.

Um dos projetos ofertados pela PRAE é o do Acompanhamento Psicopedagógico, Psicológico e Psicossocial, onde psicólogos atendem alunos que necessitam de ajuda em alguma dessas áreas. Para o projeto, foi necessário entender como funciona esse serviço, e para isso, uma entrevista marcada com um responsável da área foi realizada.

No dia 20 de Setembro de 2018, foi realizada uma entrevista com o psicólogo Lindemberg Saldanha, da PRAE, um dos responsáveis por atender alunos da UFC. O Atendimento pela PRAE possui as seguintes etapas: o aluno procura o setor seja de forma espontânea ou sendo encaminhado por algum setor da universidade, seja por professores ou coordenadores. É feita então uma acolhida, em que é explicado como funciona o acompanhamento e o que é oferecido, para após ser feita uma escuta qualificada, onde o aluno irá relatar o que sente e o porquê precisa de ajuda. Após a escuta, é preenchida uma ficha de inscrição, onde o aluno preencherá seus dados e colocará os horários disponíveis para atendimento, onde então dará entrada na fila de espera. Quando chegar a vez do aluno, ele recebe uma ligação e, então, é agendada a consulta, que ocorrerá 1x por semana e pode ser tanto atendimento individual ou em grupo, dentro dos consultórios localizados no prédio da PRAE.

As consultas podem ser estendidas até enquanto o aluno estiver com a matrícula ativa na universidade, iniciando o tratamento no primeiro ano e ir até a pós-graduação, caso siga em seguida após a graduação. Quanto ao atendimento, os 5 psicólogos da PRAE atuam em diversas abordagens da psicologia.

Segundo Lindemberg Saldanha, o maior problema que a PRAE enfrenta neste momento é a quantidade de alunos à espera de tratamento. No momento, a fila é espera é de 2 anos, e eles decidiram encerrar novas inscrições enquanto tentam desafogar o sistema e cuidar dos alunos que já estão inscritos no programa, salvo casos considerados emergenciais.

O programa foi criado para exercer funções psicopedagógicas e para atender alunos com dificuldades acadêmicas, como ansiedade de apresentação de trabalhos, vocação profissional, incerteza do futuro, etc. Contudo, nos últimos anos houve um aumento substancial de alunos com transtornos de ansiedade, depressão e ideação suicida - os maiores motivos de queixa atualmente -, deixando o seu objetivo principal como secundário, mesmo sem possuir dados objetivos quanto à esses números.

Lindemberg ainda informou que eles estão criando um novo sistema para aglomerar todas as informações colhidas e sistematizar as informações melhores, visto que todas as informações ainda estão no papel, sendo assim, impossível dizer com clareza quantos alunos passaram por tratamento ao longo dos anos, quantos tiveram depressão e quantos são mulheres, por exemplo. Contudo, o psicólogo informou que, de forma geral, ele não observa que há uma significativa diferença entre pacientes homens e mulheres, e disse que a porcentagem estaria por volta de “50/50”, sem diferenças drásticas de gênero.

Ainda sobre o acompanhamento da universidade, Lindemberg debate que a grande falha da universidade está em não trabalhar com os municípios para o encaminhamento de alunos para redes específicas de atendimento. Ele disse que o máximo que podem fazer, é repassar uma lista de instituições que possa ajudá-los, pois não há uma política de oferta de vagas exclusivas para alunos da UFC, por exemplo. O psicólogo ainda indaga “qual a responsabilidade da universidade com a saúde - mental e física - do aluno?”, onde questiona até onde vai a atuação da universidade na vida dos alunos, vista que muitos dos problemas dos alunos são

ocasionados por problemas externos, nem sempre associados à universidade em si. Contudo, ele confirma que a universidade pode funcionar como um estopim para o declínio da saúde mental destes estudantes, visto que a pressão, a competição, o relacionamento com alguns professores, a incerteza do futuro — entre outros motivos —, contribuem para o péssimo estado mental dos estudantes, sendo necessário o auxílio aos mesmos.

A PRAE também atua auxiliando professores e coordenadores de cursos a lidar com o crescimento de estudantes com transtornos mentais. Segundo o psicólogo, coordenadores comentam que, anos atrás, este problema era pontual, com apenas alguns indivíduos, mas que nos últimos anos, é um problema coletivo e geral, numa sala inteira, num semestre inteiro, ou até mesmo no curso inteiro. Inclusive, Lindemberg relata que não é só um fenômeno da UFC, mas no país inteiro, principalmente após os suicídios da USP, várias universidades passaram a adotar serviços de assistência psicológica, que não possuíam anteriormente.

Figura 15: Surto de suicídios da USP

USP tem 4 suicídios em 2 meses e cria escritório de saúde mental para alunos

Universidade implantará ferramenta unificada de assistência psicológica

Fonte: Folha de São Paulo¹⁵

Figura 16: USP cria escritório de saúde mental após suicídios

Após 4 casos de suicídio, USP cria escritório de saúde mental

Em ação inédita, Universidade de São Paulo oferece ferramenta unificada de assistência psicológica para alunos

Fonte: Catraca Livre¹⁶

¹⁵ Disponível em:

<<https://www1.folha.uol.com.br/cotidiano/2018/08/usp-tem-4-suicidios-em-2-meses-e-cria-escritorio-d-e-saude-mental-para-alunos.shtml>>

¹⁶ Disponível em:

<<https://catracalivre.com.br/cidadania/apos-4-casos-de-suicidio-usp-cria-escritorio-de-saude-mental/>>

Dentre das mudanças que aconteceram após os suicídios da USP, além da criação de centros de assistência para os alunos, foram realizadas também campanhas de prevenção dentro das universidades. Um exemplo citado por Lindemberg foi a campanha realizada pela UFERSA sobre hábitos não saudáveis praticados dentro das universidades que são danosos e naturalizados na comunidade acadêmica. A *hashtag* criada #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria fez parte da campanha de conscientização criada pela PROAE — Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis, por meio do Serviço de Psicologia, em alusão ao Setembro Amarelo, em que diversos cartazes foram criados e espalhados pelo campus. Neles havia a exposição de situações de sofrimento que foram relatadas por estudantes e que são consideradas “normais” no ambiente acadêmico, além da distribuição de material informativo sobre o tema nas salas de aula (UFERSA, 2016).

Figura 17 e 18: Cartazes criados para a campanha #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria



Fonte: UFERSA¹⁷

Além de oferecer assistência psicológica clínica, a PRAE também visita cursos e promove rodas de conversa acerca do tema de ansiedade, depressão e suicídio, a fim de prevenir e oferecer psicoeducação, ou seja, conhecimento para esses alunos para que eles possam identificar sintomas, entender a doença e que percebam que não estão sozinhos. A instituição também tem como objetivo sair do espaço do consultório para, assim, promover políticas de prevenção ao

¹⁷ Disponível em:

<<https://assecom.ufersa.edu.br/2016/09/25/psicologia-promove-campanha-por-saude-mental-na-universidade-naoebesteiraecoisaseria/>>

adoecimento, incentivando práticas de psicoterápicas não-clínicas, como exercícios físicos, boa alimentação e meditação, integrando inclusive com núcleos dentro da UFC que oferecem esses serviços gratuitamente. Para isso, a PRAE juntamente com alguns alunos do curso de Sistemas e Mídias juntaram-se para criar o *MAPSaúde*, um app que visa mapear todas essas práticas que visam o autocuidado, que ainda está em desenvolvimento.

Após entender como funciona o atendimento da UFC, os problemas enfrentados pela unidade, os projetos em desenvolvimento da PRAE, e entender como a universidade está trabalhando para promover a saúde mental, compreende-se melhor o papel das universidades no combate à depressão. Ao fim da entrevista, Lindemberg fez alguns questionamentos “O que poderia ser feito para reduzir a procura? Visto que o sistema está engasgado com alunos. Ou como pode ser feito esse desafogamento? Por que esses estudantes estão adoecendo? Como pode-se promover a prática da melhoria da saúde mental através do autocuidado?”

6.2. Mulher, sujeito social

Ser mulher no contexto contemporâneo possui múltiplas definições. Para que possamos entender o que é ser mulher, precisamos primeiro conceituar o que é o gênero. Segundo Judith Butler (2014), “Gênero é o aparato pelo qual a produção e a normalização do masculino e do feminino se manifestam junto com as formas intersticiais, hormonais, cromossômicas, físicas e performativas que o gênero assume” (BUTLER, J.; 2014; p.253). Butler cita Luce Irigaray, que defende que “sexo” não é a mesma coisa que “gênero”, e que nem poderia ser categorizado como algo biológico ou social, e sim algo entre os esses dois aspectos do indivíduo (BUTLER, J.; 2014; p.254). Em outras palavras, os gêneros “feminino” e “masculino” estão associados às expectativas referente ao sexo aos seus papéis de gênero. Como por exemplo, o homem ser viril, másculo e forte, e a mulher, frágil, delicada e amorosa, mostrando que existem expectativas para o cumprimento desses papéis enquanto estereótipos sociais.

Em específico da mulher, para entender seu papel no contexto contemporâneo é necessário avaliar historicamente como essas mulheres eram vistas, quais mudanças afetaram na percepção do ser mulher, para entender, então,

as consequências dessas ações e o que ainda reverbera desse passado na sociedade atualmente.

Georges Daniel Janja Bloc Boris, doutor sociólogo, e Mirella de Holanda Cesídio, psicóloga, relatam que o papel da mulher perante a sociedade foi mudando ao longo dos anos devido à forma que a sociedade se ajustava a novos meios de produzir, consumir e viver. Inicialmente, a principal função social da mulher consistia em ter filhos e cuidar deles e da casa. Além de obedecer às exigências do marido, ser submissa e recatada, qualquer outra mulher que fugisse desse papel era discriminada (BORIS, G.D.J.B., CESÍDIO, M. H.; 2007). O marido, no entanto, trabalhava, estudava e muitas vezes até se relacionava com outras mulheres, já que não era nem exigido fidelidade da parte dele, sendo justificado pelo comportamento “natural” do homem. Os autores citam em “Mulher, corpo e subjetividade” esses papéis durante o período colonial:

Uma das formas de compreender as mudanças culturais subseqüentes é entender que, na sociedade patriarcal, gerada no período colonial, o homem tinha o direito de controlar a vida da mulher como se ela fosse sua propriedade, determinando os papéis a serem desempenhados por ela, com rígidas diferenças em relação ao gênero masculino. O homem tinha o dever de trabalhar para dar sustento à sua família, enquanto a mulher tinha diversas funções: de reprodutora, de dona-de-casa, de administradora das tarefas dos escravos, de educadora dos filhos do casal e de prestadora de serviços sexuais ao seu marido (BORIS, G.D.J.B., CESÍDIO, M. H. ; 2007; p. 456).

Não era somente o esposo que exigia tais atitudes da mulher, mas a própria igreja tinha um papel fundamental na doutrinação da mulher, onde quaisquer mulheres que não seguissem o caminho definido por Deus de serem mães e submissas aos seus maridos, iriam encontrar o castigo divino e ter sua entrada negada ao Céu. O medo era a maior forma usada pela igreja para manter essas mulheres sob o regime machista. Boris e Cesídio citam Fischer (2001) ao confirmar esse papel da igreja.

Segundo Fischer (2001), a religião desempenhou um papel importante neste sistema, sobretudo para a manutenção dos valores vigentes, na medida em que acrescentou restrições e temores sobrenaturais ligados às consequências da desobediência: por exemplo, ela não apenas levaria ao inferno, mas transformaria toda a vida do pecador e atrairia desastres e misérias contra ele como castigo divino. (idem; p. 458)

Um importante acontecimento que iniciou as mudanças no sistema patriarcal do Brasil foi dado a partir do momento em que as mulheres passaram a conseguir mais direitos, tais como estudar e poder ler e escrever no século XIX, que marca um período de grande avanço na sociedade. Contudo, elas ainda enfrentaram grande discriminação ao ir para a escola, onde muitos se opuseram à sua educação e profissionalização, ainda acreditando que mulheres só poderiam ser donas de casa (idem, p.458).

Entretanto, com o avanço do capitalismo e dos novos meios de produção, a migração do campo para os centros urbanos, foi permitido para a mulher um papel maior, a de trabalhar nas indústrias, porém ainda mantendo as responsabilidades da casa e dos filhos (idem, p.459). O feminismo surge nesse período, entre o século XIX e o século XX como uma forma de denunciar as condições que essas mulheres trabalhavam, além das responsabilidades da casa, defendendo a igualdade de direitos que homens e mulheres deveriam ter. “O movimento feminista encorajou as mulheres a denunciar a sujeição em que eram mantidas e que se manifestava em todas as esferas da vida: familiar, social, jurídica, política, econômica, educacional etc.” (idem, p.459). Mais do que isso, o feminismo também lutava para a “libertação do sofrimento psíquico devido à sua marginalização na sociedade, incluindo seu corpo e seus desejos” (idem, p.459).

Graças à luta feminista, hoje, as mulheres conseguem trabalhar, votar e estudar. O Brasil, contudo, ainda é uma sociedade bastante patriarcal e conservadora, onde espera-se que o homem seja o provedor do lar enquanto a mulher seja dona de casa, mesmo com uma maior conscientização da independência feminina (idem, p.462).

Ao conseguir a sua inserção no mercado de trabalho, a mulher obteve cada vez mais conquistas: maior ocupação de cargos antes considerados apenas masculinos; maior reconhecimento da sua capacidade intelectual, desenvolvendo pesquisas científicas e cursando mestrado e doutorado; e maior contribuição nos gastos financeiros da família, pois, muitas vezes, exerce mesmo sozinha o papel de chefe familiar. Assim, além das funções profissionais, a mulher procurou maior qualificação, através de cursos e de outros meios, tendo, ao mesmo tempo, que se dispor a dar conta das atividades do lar e da família, caracterizando a sua dupla jornada de trabalho. Hoje, o que podemos perceber é que há muitas mulheres que têm uma sobrecarga de tarefas a realizar, tais como trabalhar, estudar, fazer

cursos para qualificação profissional, dar atenção à família, administrar o lar e dar conta das necessidades dos filhos, dentre outras. Às vezes, abdicam até mesmo das atividades que lhes dão prazer, como fazer ginástica ou ir ao “shopping”, à praia ou ao salão de beleza etc. em prol da realização profissional e de poder cumprir todos os seus compromissos (idem ; 2007; P. 460 e 461).

Boris e Cesídio (2007) também afirmam que, com a evolução das mídias e valorização da nova estética feminina, houve uma banalização do corpo feminino, onde ele é utilizado como mais um objeto para impulsionar vendas, utilizando da sexualidade para atrair novos consumidores. Essa nova forma de expor o feminino criou um padrão estético pelo qual as mulheres deveriam seguir: a excessiva valorização da beleza, que pode, conforme demonstraremos, contribuir para distúrbios psicológicos.

Boris e Cesídio citam que Kellner (2001) que a obsessiva valorização da beleza pode levar indivíduos a adquirirem distúrbios alimentares, através das dietas e do abuso de exercícios físicos, podendo levar a distúrbios psicopatológicos, como a depressão, por exemplo. Expondo, assim, como as exigências da sociedade afetam o bem-estar mental das pessoas (2007, p.466). “O ideal de corpo preconizado pela sociedade leva a mulher a uma insatisfação crônica com seu corpo, se odiando por alguns quilos a mais e adotando medidas radicais para corresponder ao modelo cultural” (idem, 2007,p.466).

Desta forma, a construção do corpo feminino está ligada ao modo como a mulher organiza a sua subjetividade, pois o fato de não conseguir sua adequação ao modelo de corpo imposto pela cultura, seja por limites financeiros, genéticos ou pessoais, interfere na sua saúde psicológica, desenvolvendo uma maneira alternativa de enfrentar tal situação (BORIS, G.D.J.B., CESÍDIO, M. H; 2007; P. 466).

Essa excessiva valorização da beleza e do corpo feminino acarreta em uma busca constante de mulheres para se encaixarem nesses padrões. O Brasil é um dos países que mais realiza cirurgias plásticas em jovens, ficando em 2º no ranking mundial, segundo Talamone (2018), no Jornal da USP. Isso mostra como a influência dessas mídias impacta a vida de milhares de jovens, que buscam se encaixar nesse padrão imposto e divulgado. Vasconcelos (2012), em uma entrevista com o psiquiatra e psicanalista Marcelo Veras, para o jornal online Correios, o

médico explica: “Pessoas com anorexia, bulimia e vigorexia (onde a compulsão é por atividade física) desenvolvem pensamentos obsessivos e geralmente apresentam esse problema associado a outras doenças, como a depressão, a psicose”.

Como tratado anteriormente, diversos os fatores que permeiam as questões de gênero associadas ao feminino, seja pela sua vulnerabilidade social, pelas demandas não igualitárias e o peso das responsabilidades, a pressão estética, entre outros, promovem um cenário que podem comprometer a saúde da mulher, causando transtornos psicológicos.

6.2.1. A depressão feminina

Comprovado pela Organização Mundial da Saúde, o índice de mulheres afetadas pela depressão é 2 vezes maior do que a dos homens, onde essa diferença pode ser ainda maior em países em desenvolvimento, podendo chegar a ser 4 vezes maior, numa proporção de 4:1 (Culbertson F. M., 1997, página 29). Uma das principais causas apontadas do porquê dessa diferença são fatores sociais ligados a questões de gênero e aliadas ao comportamento e causas biológicas, como Culbertson (1997), do departamento de psicologia da Universidade de Wisconsin-Whitewater em Madison nos Estados Unidos, cita em *Depression and Gender — An International Review*:

(a) Mulheres estão mais dispostas que homens para buscar ajuda, sendo assim registradas em maior número no banco de dados de depressão; (b) diferenças biológicas em mulheres e homens podem ter sido um fator causal; e (c) fatores psicossociais, tais como diferentes ambientes de criação, diferentes papéis sociais e oportunidades econômicas e sociais menos favoráveis e posições no mundo, podem ter tido uma influência relevante (idem; p. 26; Tradução livre).

O autor também cita McGrath, do instituto de psiquiatria de Londres, em sua produção *Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*: “McGrath et al. (1990) reportou que nos Estados Unidos, os fatores de riscos das mulheres para depressão incluíam problemas reprodutivos, estilos de personalidade, abuso sexual e físico, casamento e filhos, status de minoria e fatores genéticos” (Culbertson F. M. p. 29, tradução livre). De acordo com Mary-Jo

DeVecchio Good, professora de saúde global e medicina social na Universidade de Harvard, em um artigo para o site das Nações Unidas chamado *Woman and Mental Health*, a depressão é responsável por 30% das doenças neuropsiquiátricas nas mulheres, em comparação com 12,6% que afetam homens (2018). Ainda de acordo com Good, as maiores causas que contribuem para tamanho índice é "Pobreza, isolamento doméstica, falta de poder (resultando, por exemplo, de níveis baixos de escolaridade e dependência econômica), e opressão patriarcal estão todas associadas com maior prevalência de morbidade psiquiátrica em mulheres" (GOOD, M.D., n.d., tradução livre). Não somente isso, mas a professora ainda argumenta que a carga de trabalho das mulheres, ou a dupla jornada, como é comumente conhecida, que consiste em trabalhar fora de casa e após o expediente trabalhar nos afazeres domésticos, impacta a saúde mental das mulheres, tendo em vista que isso a leva à exaustão e ao estresse.

No mundo do trabalho, acreditamos que emprego pode trazer auto estima e independência; contudo, salários baixos ou inexistentes podem contribuir para opressão ao invés da independência. Muitas mulheres trabalham "duplamente", mantendo a casa, criando os filhos, realizando atividades economicamente produtivas em marketing e agricultura e em indústrias domésticas. Vários estudos documentam que mulheres "trabalham" mais horas que os seus maridos devido a suas responsabilidades econômicas e domésticas amplamente diversificadas. Excesso de trabalho pode levar à exaustão e estresse (GOOD, M.D. 2018, tradução livre).

Segundo Justo e Calil (2006), há um desbalanceamento das responsabilidades entre homens e mulheres, em que, mesmo com as mudanças no papel da mulher perante a sociedade e à família, as responsabilidades que caem sobre elas ainda se acumulam de maneira desbalanceada. Porém, mesmo com esse aumento de responsabilidades, como cuidar da casa, dos filhos e do trabalho — a dupla jornada de trabalho — elas não tiveram o devido aumento proporcional do poder decisório, o que significa que o homem ainda mantém a maior voz nas decisões que envolvem a família, e elas ainda não possuem o reconhecimento adequado dessas condições (JUSTO, CALIL, 2006, p.77). Não existe uma uniformidade de ou equivalência de papéis entre homens e mulheres, onde a mulher frequentemente tem estado numa posição de submissão (Idem, 2006, p.76).

Culbertson relata que, em 1990, a APA¹⁸ divulgou nos Estados Unidos o resultado de sua pesquisa sobre a depressão feminina, em que mulheres tinham maiores chances de ter depressão do que homens devido a fatores socioeconômicos, biológicos e emocionais, além de estresse pós-traumático devido à abusos físicos e sexuais (um dos fatores principais que contribuem para a depressão). O estudo aponta, que quanto mais crianças na família, as chances da mãe estar depressiva eram maiores, mesmo sendo casada.

Diante do exposto, pode-se compreender que a pobreza como maior fator de risco para a depressão, segundo a publicação da APA. McGrath sugere que “o tratamento envolva um diagnóstico cuidadoso e que a terapia feminista cognitivo-comportamental, interpessoal e sociocultural como modalidades de tratamento, bem como medicamentos, sejam monitorados de perto quanto à eficácia do tratamento” (CULBERTSON, 1997, p.27).

Em conclusão, devido ao seu papel associado ao comportamento imposto socialmente ao gênero, mulheres possuem uma carga de responsabilidades muito maior do que os homens, com a dupla jornada de trabalho, como também estão em posição delicada socialmente, sendo as maiores vítimas de abusos físicos e psicológicos, revelando assim a vulnerabilidade e a necessidade de uma ação social voltada à esse público.

6.3. O papel social do design

Segundo Redig (2011), a mídia costuma tratar o design como uma profissão fútil, artistas que trabalham servindo o ideal consumista e supérfluo. “O design é visto como um ingrediente de luxo que se acrescenta a um produto para sofisticá-lo e aumentar seu preço” (REDIG, J. 2011, p.88). No cenário brasileiro, a percepção é a mesma, servido como forma de adicionar valor e eficiência a uma marca ou produto. Conforme Lima e Martins: “[...] durante as últimas décadas, o design gráfico tinha conseguido se consolidar perante a sociedade brasileira como fator que proporciona eficiência à comunicação se caracterizando como um diferencial competitivo entre empresas” (LIMA, E.C. e MARTINS, B., p.131).

¹⁸ American Psychological Association

Mesmo trabalhando em campanhas de conscientização ou de viés político, o design atuava principalmente como uma ferramenta para a comunicação. Neves (2011) afirma que o potencial social do design de produto já está sendo explorado, onde as suas contribuições afetam diretamente o bem-estar das pessoas, enquanto há atualmente uma busca para estender essa atuação também ao campo do design gráfico e como ele pode trabalhar em prol da sociedade (NEVES, F. B, 2011, p.47). Segundo Lima e Martins (2011), “Design social é uma abordagem de projeto que implica tanto metodologias participativas como motivações projetuais e consequências sociais do processo de design” (LIMA, E.C. e MARTINS, B., p. 115). Neves também afirma que:

Uma das principais funções do design gráfico é a de tangibilizar ideias visualmente. Com o intuito de traduzir e conceituar uma mensagem por meio de elementos visuais, o design gráfico é uma área de atuação que vem se firmando no mercado de trabalho como diferencial, agregadora de valor e ferramenta de estratégia (NEVES, F. B, 2011, p.45).

Entretanto, segundo Miyashiro (2011), o conceito de design tem se ampliado, mostrando que ele pode ter um papel muito maior do que somente mediador por meio da linguagem, compreendendo o design como algo que pode se voltar à necessidade das pessoas e na sua dignificação (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.65). *Design and Democracy*, obra publicada pelo designer alemão Gui Bonsiepe (2005), discute a falta de questionamento do designer no âmbito profissional, visto que em universidades é incentivado o debate acerca das questões da profissão. Não somente isso, mas ele também critica o atual pensamento acerca do que é design, onde se é associado à produtos e marcas de grifes, distanciando-se do seu propósito de resolver problemas (NEVES, F. B, 2011, p.52).

O chamado “design social” (ou socialmente responsável) se faz mais presente nas discussões acadêmicas e profissionais, seguindo uma tendência mundial que ocorre em praticamente todas as áreas do conhecimento e que prega a responsabilidade sobre os efeitos de cada uma delas na sociedade. (NEVES, F. B, 2011, p.45)

Segundo Sylvia e Victor Margolin, “O objetivo primário do design para o mercado é criar produtos para venda. De modo contrário, o objetivo primordial do

design social é a satisfação das necessidades humanas” (2004, p.44), reforçando assim o contraste entre o design voltado ao mercado e o design voltado ao social, validando a importância do mesmo para a sociedade.

Durante as décadas de 60 e 70, o mundo estava em uma transformação fomentada pela mudança social com o avanço do feminismo e das questões de gênero, como a liberdade sexual e igualdade étnica, a ecologia como bandeira política e as mudanças no eixo e no comportamento familiar (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.65). Muitos desses movimentos sociais encontravam no design gráfico uma importante ferramenta para difundir seus ideais e exigir mudanças (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.66).

Um exemplo de como o design gráfico pode atuar como militante, demonstrando carregar força ideológica em seu discurso, foi o *Atelier Populaire*, uma resposta criada através de estudantes, artistas e trabalhadores contra o descontentamento político em Paris, durante maio de 1968 (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.66). Neves (2011), ao apresentar tal movimento, demonstra:

“Com a combinação de imagens e slogans, os cartazes do Atelier tinham uma mensagem direta e provocativa, sendo criados e reproduzidos com o uso de estêncil, serigrafia e litografia com baixo custo de produção, quase sempre com apenas uma cor e tipos criados a mão” (NEVES, F. B, 2011, p.56).

Figuras 19 e 20: Cartazes produzidos pelo Atelier Populaire.





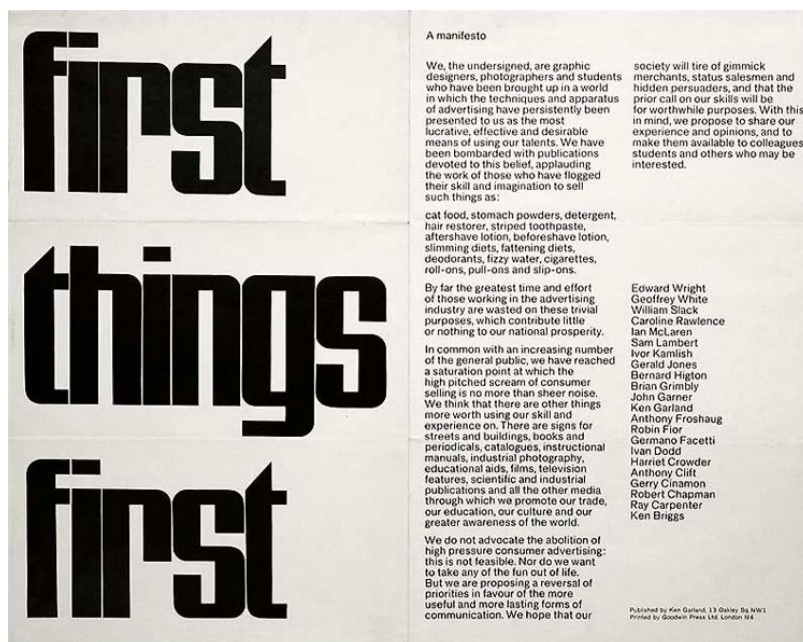
Fonte: ArteUtil¹⁹

Havia também a preocupação, abordada através do manifesto do *Atelier Populaire*, evidenciada na finalidade de seus cartazes. Eles deveriam servir a um propósito e não somente para um fim estético ou comercial (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.76).

Em 1960, enquanto o Brasil começou a desenvolver seu design, nos Estados Unidos e na Europa ser designer já era uma profissão, e mais que isso, a finalidade comercial já era transgredida e também já apareciam contestações a respeito da sua atuação. Foi nesse cenário que surgiu o manifesto *First things First*, em 1963, pelo designer britânico Ken Garland (NEVES, F. B, 2011, p.50). O texto pregava a ideia de uma atuação para o design mais voltada às necessidades da sociedade, ao invés de ser apenas tecnicista, tendo seu teor obscurecido pelo consumismo, sendo utilizado pelas grandes corporações, sendo apenas uma ferramenta para incentivar o consumo (NEVES, F. B, 2011, p.50-51).

Segundo o manifesto, os designers contribuem para a manutenção de um discurso que satura a população com mensagens comerciais, cujo mercado seria a melhor maneira de aplicar seus conhecimentos e atividades em design, tornando atividades menores outras formas de atuação. Sugere a produção de formas de comunicação visual que não sejam efêmeras como são as da comunicação publicitária (NEVES, F. B, 2011, p.51)

¹⁹Disponível em: <<http://www.arte-util.org/projects/atelier-populaire/>> Acesso 12 Junho 2018

Figura 21: Manifesto *First Things First*, por Ken Garland

Fonte: Design is History²⁰

Em 1970, foi criado um movimento gráfico feminista, o *Chicago Women's Graphic Collective*, em que suas integrantes produziram cartazes para apoiar a emancipação feminina e para defender suas escolhas pessoais. Os posters uma linguagem visual característica à década de 70, essas mulheres, inicialmente formadas somente por artistas plásticas, dividiam-se em grupos de 4 para criar cartazes e posters, na maioria das vezes impresso em *silkscreen* — visando baratear os grandes e coloridos posters e posteriormente em *offset* para atender a larga escala da demanda. As obras não eram assinadas, visando enfatizar a noção de coletividade, e, também, evidenciar a importância da troca de experiência e conhecimento entre as mulheres (NEVES, F. B, 2011, p.57).

²⁰ Disponível em: <<http://www.designishistory.com/1960/first-things-first/>> Acesso em 13 Junho 2018

Figuras 22, 23 e 24: Posters criados pelo *Chicago Women's Graphic Collective*

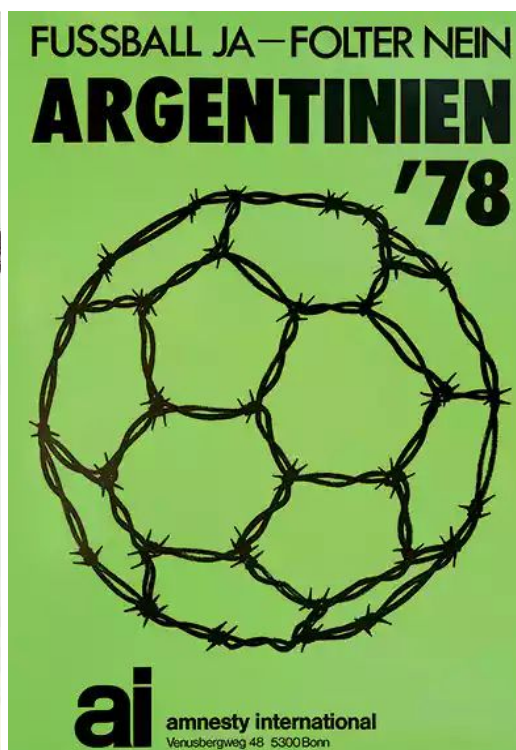
Fonte: ChicagoIMC²¹

Outro exemplo dado por Neves foi o da Anistia Internacional, uma organização que combate o descumprimento dos direitos humanos desde 1960, em que se utiliza o design gráfico como meio de denúncia e conscientização para as grandes mídias.

Com o objetivo de garantir os direitos básicos para os povos e denunciar e combater o desrespeito a esses direitos, ela possui departamentos dedicados a investigar tais violações e cria campanhas de denúncia publicadas em mídias impressas e pela internet, cujo temas são torturas, prisões políticas, abusos de poder, comércio de armas, violência contra a mulher, entre tantos outros. (NEVES, F. B, 2011, p.59)

²¹Disponível em: <<http://chicago.indymedia.org/archive/newswire/display/70739/index.php>> Acesso em 13 Junho 2018

Figuras 25, 26, 27 e 28: Cartazes desenvolvidos por diversos artistas



Fonte: The Guardian (2011)²²

²²Disponível em: <<https://www.theguardian.com/world/gallery/2011/apr/03/amnesty-international-posters-in-pictures>> Acesso em 13 Junho 2018

Algo que se tornou forte durante a década de 80 e 90 foi a compreensão que o design não era mais somente o mediador entre o cliente e seu público-alvo final, ele também poderia criar a sua voz e o seu conteúdo, refletindo suas visões pessoais de mundo (MIYASHIRO, R. T. 2011, p.73). Neves (2011) cita Frescara (2000), que afirma que existem muitos exemplos de comunicação que mostram como o design é bem sucedido na área da publicidade e no quesito de incentivo ao consumo, mas que agora é necessário orientar essa visão aos campos sociais, seja resolvendo seus problemas ou oferecendo serviços necessários a essas pessoas (NEVES, F. B, 2011, p.47).

Lima e Martins (2011) citam a obra de Nigel Whiteley, *Design for Society* (1993) que defende que “o design é uma manifestação da situação social, política e econômica, ou seja, o design está muito mais embasado numa relação com a sociedade do que somente apresentado como uma área de estudo que sustenta a si própria” (LIMA, E.C. e MARTINS, B., p.117). Whiteley também defende que os designers que focavam em questões sociais eram os designers valorizados, pois estes apresentam uma visão crítica do seu próprio fazer, além de defenderem os ideais sociais ao invés de promover a cultura do consumo exacerbado. Sendo assim, o designer enxerga como o design pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida da sociedade (LIMA, E.C. e MARTINS, B, p117-118).

As autoras também citam Margolin, professor da história do design na Universidade de Illinois, (2002), que defende que o design também pode abordar questões relacionadas a problemas sociais, já que produtos projetados visando o consumo muitas vezes podem não atingir seu público-alvo, visto que seu poder aquisitivo possa ser muito baixo ou possam ter alguma necessidade especial, tal como uma deficiência física, uma limitação devido à idade ou à saúde, dificultando o acesso e a utilização da mesma (LIMA, E.C. e MARTINS, B, p.118).

Margolin, editor do periódico norte-americano *Design-Issues*, publicou um ensaio na *Revista Design em Foco* intitulado “Designer cidadão”, indicando como designers poderiam agir de forma mais social e por em prática as questões do design ético e do socialmente responsável (NEVES, F. B, 2011, p.49). Ele critica também o sistema capitalista e a produção voltada apenas no lucro, sem levar em consideração a opinião e necessidades do consumidor, apesar de que esse sistema

oferece grande poder nas mãos dos clientes, tendo em vista que sem o mercado, não há o fornecimento do produto (NEVES, F. B, 2011, p.49).

Neves (2011) reflete sobre o por quê não usar o potencial do design gráfico como ferramenta para propagar ideais e melhorias sociais, já que possui a habilidade de traduzir visualmente informações e propagar conhecimento de forma clara, repensando assim o papel do design gráfico, tornando-o assim legítimo e útil perante a sociedade (NEVES, F. B, 2011, p.46). Ela também defende a importância de difundir esses conhecimentos como forma de cidadania e responsabilidade social (NEVES, F. B, 2011, p.46). A autora cita Katherine McCoy, autora de um dos artigos do livro *Citizen Designer*, — com textos de designers sobre as possibilidades de atuação do design no social — que afirma que há uma certa censura no campo do design sobre quais atividades podem ser exercidas e que podem somente atuar voltados ao mercado e à produtos e serviços (NEVES, F. B, 2011, p.48).

Lima e Martins analisam a obra de Findeli (2001), que argumenta que o design chegou em um momento que exige mudanças por estar em crise. Segundo Findeli (2001), o design deixa de transformar uma situação A em uma solução B e passa a atuar numa situação A, que é parte de um sistema muito complexo, que gera uma situação B, escolhida mediante critérios desenvolvidos pelo designer, dentre várias outras possibilidades. “A situação B é meramente transitória, mais ou menos estável dentro de um processo dinâmico: nunca uma solução” (LIMA, E.C. e MARTINS, B., p. 116). Por exemplo, em prol da dificuldade que algumas comunidades rurais têm em adquirir água, precisando andar quilômetros para ir até a fonte mais próxima, dois engenheiros sul-africanos criaram um produto para que o transporte de água seja mais rápido e mais fácil, chamado de *HippoRoller*. Esse dispositivo consiste em um barril horizontal de 90 litros que possui uma alça de metal para que a pessoa possa puxar ou empurrar o galão. Contudo, esse produto deve ser tido como uma ação transitória, uma vez que o ideal é que toda comunidade tenha acesso à água potável, não necessitando percorrer longas distâncias para a obtenção da mesma. Enquanto essa não é uma realidade, o *HippoRoller* atua como um produto de transição, enquanto melhorias não são efetuadas de forma permanente para essas comunidades.

Figura 29: Pessoas usando o HippoRoller



Fonte: Razões para Acreditar²³

Tanto projetos de produtos como projetos gráficos possuem a capacidade de agir socialmente em questão políticas, sociais e ecológicas, acompanhando as mudanças da população, como foi o caso do *Atelier Populaire* e do *Chicago Women's Graphic Collective*, que através de criações coletivas, foi criado um material de teor político para manifestações populares e, conseqüentemente, melhorias sociais.

O design tem se ressignificado quanto a sua atuação, tendo um papel de maior importância ao resolver problemas e atuar socialmente em questões que envolvem a sociedade. Segundo Lima e Martins (2011), conforme mencionado anteriormente, qualquer projeto que traga melhorias no âmbito popular é um projeto de design social.

Através desse conceito do design social é possível aplicar, sobre as questões da depressão feminina, estratégias visando o impacto positivo quanto aos problemas que essas mulheres enfrentam.

²³ Disponível em:

<http://razoesparaacreditar.com/design/invencao-que-esta-ajudando-milhares-de-familias-transportarem-agua-na-africa-do-sul/> Acesso 19/11/2018

6.3.1. Design Social e Inovação Social

Segundo Manzini (2017) “Ao se depararem com novos problemas, seres humanos tendem a usar a sua criatividade inata e a sua capacidade de fazer design para inventar e realizar algo novo: eles inovam” (2017. p.23). Atualmente entende-se como Inovação toda e qualquer forma de mudança, avanço ou ideia nova de cunho científico ou tecnológico. Contudo, existe uma diferença no termo Design Social e Inovação Social que é importante discutir sobre. Manzini cita os autores Robin Murray, Julie Caulier-Grice e Geoff Mulgan na obra “The Open Book of Social Innovation” (2010, p.3), que definem inovação social

(...) como novas ideias (produtos, serviços e modelos) que atendem a necessidades sociais e, ao mesmo tempo, criam novas relações ou colaborações sociais. Em outras palavras, são inovações que são boas para a sociedade e também ampliam a sua capacidade de ação (MANZINI, apud CAULIER-GRICE, J. MULGAN, G. 2017, p.25)

Segundo o Dr. Danilo Émmerson Nascimento Silva, no seu artigo “Novas e antigas visões para uma inovação social”, ele discursa sobre o surgimento da Inovação Social “como reflexo de uma nova era sustentável, de preocupações ambientais e socioculturais” onde “(...) surge no cenário mundial como um modelo alternativo voltado ao combate de problemas desencadeados na sociedade” (SILVA, p. 2017. P. 11).

Segundo o autor, ele afirma que os dois termos possuem caráter diferenciado, onde o termo inovação isoladamente possui conotação voltada à tecnologia e ao mercado (SILVA, p. 2017. P. 11). A importância da inovação social é devido ao fato de que, de acordo com Victor e Sylvia Margolin (2004), mesmo que alguns produtos mercadológicos atendam alguma necessidade social, o mercado não pode e nem consegue lidar com todas essas necessidades devido ao fato de muitas dessas pessoas não constituírem o perfil de público consumidor, seja devido à alguma necessidade ou a falta de poder econômico (MARGOLIN, V., MARGOLIN, S., 2004, p. 44), sendo assim necessário um modelo de ação voltado à atender a necessidade dessas pessoas.

Por isso, a inovação social aparece no contexto mundial e nacional como uma maneira diferente de encarar as necessidades e carências materiais da maioria da população – aquela esquecida ou negligenciada pelos sistemas e nações. A inovação social nasce de um olhar atencioso e inclusivo, de

uma preocupação maior com o meio ambiente e com os demais grupos sociais existentes. Nele, residem outros valores, diferentes da estrita inovação tecnológica direcionada à alimentação da indústria de consumo sustentada por um modelo de vendas e margens de lucros (SILVA, D.E.N., 2017. P. 30).

Essa ação pode atuar de diversas formas e vir de diferentes modelos. “Ou seja, inovações sociais podem ser produtos, serviços, processos ou modelos, por exemplo, que tanto são bons para a sociedade como um todo, como também aperfeiçoam sua capacidade de agir e reagir” (MICHELIN, C., FRANZATO C., DEL GAUDIO, C., 2017. P.37). Sendo assim, o design social pode agir de acordo à produzir uma inovação social. De acordo com Lucy Niemeyer, professora de design na UERJ, o “Design para inovação social refere-se à concepção de novos produtos, serviços, processos e políticas que atendam necessidades de um grupo social de forma mais eficaz que as soluções então existentes” (2017, p.75). Silva destaca que:

Para projetar com qualquer inovação social no presente momento ou visando o futuro se faz necessária uma reflexão sobre os principais sintomas econômicos e sociais vividos pela sociedade atual com vistas às mudanças futuras. Produzir soluções de design com cunho social não significa apenas contemplar a viabilidade técnica ou tecnológica do estado da arte predominante com a necessidade detectada. Faz-se necessária a inserção destas duas variantes, “viabilidade técnica” e “necessidade”, dentro do contexto econômico e sociocultural em observação de modo inclusivo e sustentável (Idem., 2017. P. 13).

Por fim, entende-se o papel do design social como uma ferramenta para a inovação social, e esta inovação sendo a criação de uma solução voltada à uma necessidade de um grupo social. O objetivo do projeto assemelha-se mais à inovação social ao ter como objetivo impactar positivamente mulheres com depressão nas universidades, através de um sistema adaptado à suas necessidades. Foi necessário entender o contexto em que o designer possui a capacidade de atuar socialmente, não sendo necessariamente um projeto de design social em si, mas o entendimento do papel social do design.

7. ANÁLISE DE SIMILARES

Nesta pesquisa, usamos a análise de similares para comparar de que forma os projetos selecionados aplicam soluções de design à temática ao qual tratamos:

depressão feminina. Foram realizadas pesquisas livres no *Google*, *Google Acadêmico* e a plataforma *SciELO*, feitas a partir da data de 16 de Abril. Sob o recorte em que buscamos pesquisas acadêmicas que tematizaram a depressão, contendo as palavras chaves “*design and depression*” — tendo em vista que os resultados em português não eram abundantes — e culminaram em projetos de design, foram encontrados 5 trabalhos, que serão apresentados a seguir. Outros trabalhos relacionados com o tema, mas que não tinham sido desenvolvidos dentro de universidades, como projetos de escritórios de design ou de agências de publicidade, foram excluídos, tendo em vista que o foco era saber como estava sendo abordada o tema de saúde mental e o que estava sendo produzido dentro dos espaços acadêmicos.

Um fato relevante observado entre as amostras é que entre os 5 projetos avaliados, 3 pertenciam a estudantes da *Academia de Design de Eindhoven*. A academia, considerada uma das 10 melhores escolas de design pela revista *Architectural Digest Magazine Spain* em 2012, além de ser parceira educacional no *Dutch Design Week*, evento de renome internacional anual, cuja sua diferenciação reside no fato de ser focado no design para o futuro, com ênfase na inovação, experimentação e multidisciplinaridade (*World Design Weeks*, n.d.). De nossa amostras, dos 5 projetos, 2 foram apresentados no *Dutch Design Week*, o *Tear Gun* e o *Tools for Therapy*.

A seguir, serão apresentados os 5 trabalhos escolhidos para a análise, tendo como foco quais aspectos de design foram utilizados e que tipo de tratamento voltado à psicologia foi tido como inspiração/base para o desenvolvimento do mesmo.

7.1 Koko (2015)

O primeiro projeto é *Koko*, uma rede social para pessoas com depressão, desenvolvido por Robert Morris em um projeto de dissertação do *Massachusetts Institute of Technology*, MIT. A premissa é que as pessoas em crise, com pensamentos destrutivos, compartilhem suas angústias em poucas palavras na plataforma e que outros usuários da plataforma ofereçam uma nova perspectiva a essa situação, ajudando a repensar e a olhar de outra forma o problema.

Koko pede que os usuários descrevam uma situação com a qual estão lutando atualmente e, em seguida, enviam anonimamente a descrição para outros usuários do sistema, para que possam fornecer suporte aos pares. Os outros usuários fornecem anonimamente sugestões sobre como a situação descrita pode ser repensada. Depois disso, o usuário em dificuldades recebe seu feedback, bem como a oportunidade de agradecer e avaliar a utilidade da resposta. Assim, o Koko chatbot modera as interações de apoio entre usuários anônimos que são encorajadas a descrever suas lutas e ajudar outros usuários a repensar as dificuldades que estão enfrentando. (POWELL, A.; n.d. Tradução nossa)

O aplicativo inicialmente continha 5 minutos de introdução e instrução, o que não é ideal para uma rede social, já que seu objetivo é ser intuitiva. Morris então decidiu que ele precisava de uma linguagem não verbal para que ele pudesse passar a mensagem em menos tempo e que pudesse ser mais clara. Ele então, ao fundo de cada mensagem publicada, colocou uma imagem gerada aleatoriamente com as manchas de Rorschach²⁴. Essas manchas, mesmo que o usuário não tenha um entendimento profundo a respeito do que elas representam e o seu contexto histórico, tem um entendimento coletivo que essas manchas estão relacionadas com perspectiva, diferentes pessoas podem ter diferentes interpretações a respeito de um mesmo objeto ou tema.

A utilização de uma linguagem não-verbal como forma de auxílio à interpretação do objetivo do aplicativo é uma estratégia tipicamente associada ao design de interfaces. Outros elementos que foram observados é com relação a sua paleta de cores, em tons de azul e branco, onde elas são comumente associadas com paz e tranquilidade, justamente o que os usuários em tese procuram no aplicativo.

Não foi possível fazer uma análise mais detalhada de sua usabilidade e da experiência do usuário, tendo em vista que o aplicativo ainda está em sua versão Beta²⁵ e se encontra fechado para os usuários "não-selecionados". Em seu site

²⁴ "O Teste de Manchas de Rorschach é um teste psicológico projetivo que consiste em 10 manchas impressas em cartões (cinco em preto e branco, cinco em cores) criados em 1921 com a publicação de Psychodiagnostik por Hermann Rorschach. (...) O Teste de Rorschach é, em seu nível mais básico, uma tarefa de solução de problemas que fornece uma imagem da psicologia da pessoa que está o realizando, e algum nível de compreensão do comportamento passado e futuro da pessoa." (FRAMINGHAM, J.; n.d.)

²⁵ Produto ainda em fase de desenvolvimento

informa apenas que, caso deseje saber quando o aplicativo será lançado, deverá deixar seu email, sem alguma explicação ou previsão.

Figura 30: Exemplo de uma mancha de Rorschach



Fonte: ReadItFoward²⁶

Koko é uma rede que conecta pessoas que sofrem de depressão e ansiedade, onde elas se ajudam de forma anônima a repensar situações que as fazem mal, sendo assim uma combinação entre a Terapia Cognitiva-Comportamental e a Psicoterapia em grupo.

Segundo a *American Psychological Association*, APA, o benefício de se ter um grupo de pessoas é a diversidade, em que diferentes personalidades e formas de ver o mundo se deparam com uma mesma natureza de problema, oferecendo diferentes formas de perceber a mesma adversidade. “Ao ver como outras pessoas lidam com problemas e fazem mudanças positivas, você pode descobrir uma série de estratégias para enfrentar suas próprias preocupações” (APA, n.d. Tradução livre).

Contudo, segundo o PhD Adam Powell, economista voltado à saúde, *Koko* pode ser um gatilho para aqueles que sofrem com automutilação, tendo em vista

²⁶ Disponível em: <<https://www.readitforward.com/essay/literature-as-a-kind-of-rorschach-test/>>
Acesso em 15 Junho 2018

que, ao testar o aplicativo, vários desabafos a respeito do tema foram compartilhados, podendo assim ser mais danoso do que benéfico (POWELL, A.; n.d.).

Figura 31: Demonstração do aplicativo Koko



Fonte: Co.design²⁷

7.2. Mindbrowser (2013)

O segundo projeto analisado é do site *Mindbrowser*, tese desenvolvida por Kim Haagen, na *Eindhoven Design Academy*. *Mindbrowser* é um infográfico interativo online com os pensamentos que pessoas com depressão sentem. Cada palavra possui uma narração, essa gravada por pessoas descrevendo situações reais vividas por indivíduos com depressão, tal como uma mãe falando do sentimento de não se sentir conectada com seu recém-nascido e do sentimento de culpa, áudio escutado se clicado na palavra “depressão pós-parto”, por exemplo. O mapa foi desenvolvido visando auxiliar pessoas sem familiaridade com a doença a entenderem mais sobre como se sente uma pessoa depressiva, ajudando a entender a realidade que elas enfrentam.

A falta de entendimento por parte de pessoas não depressivas é um problema que os que sofrem com a doença enfrentam. Através da infografia interativa, o

²⁷ Disponível em: <<https://www.fastcodesign.com/3054697/how-a-ui-can-help-treat-anxiety-and-depression>> Acesso em 6 Junho 2018

projeto tem como foco educar e criar empatia nas pessoas neurotípicas que não entendem as dificuldades que a depressão ocasiona. Justamente por não entenderem o transtorno, as pessoas afetadas pela doença não falam sobre o assunto, justamente pela concepção criada de que depressão é algo ruim, ou associado a um comportamento "preguiçoso", ou de alguém que "não tem Deus no coração", impossibilitando assim um entendimento por parte dos que não convivem com a doença. O *Mindbrowser* visa justamente abordar e exemplificar os tipos de pensamentos que as pessoas com depressão possuem, como ferramenta para criar empatia, entender o que o outro sofre, tendo em vista que o isolamento social enfrentado pelos depressivos parte também pela falta de compreensão e julgamento de pessoas sem o transtorno.

Ao entender o objetivo de *Mindbrowser*, de difundir e organizar as informações a respeito do design de forma simples e intuitiva para pessoas que não são familiarizadas com a doença, faz sentido a solução de projeto ter sido um infográfico. De acordo com Aragão e Carvalho, a definição de infografia é:

Ribeiro (2008) afirma que a expressão vem do termo inglês *infographic*, uma redução de *information graphic*, que significa informação gráfica. Em português, o termo "grafia" denota escrita ou registro e "info" remete a informação. Desta construção, diz-se que infográfico é "informação + gráfico", geralmente interpretado como uma imagem acompanhada de texto (ARAGÃO, I. CARVALHO, J.; 2012; p. 160).

Para a criação de um infográfico, são necessários 2 elementos: a linguagem visual e o gráfico (ARAGÃO, I. CARVALHO, J.; 2012). As autoras citam Twyman (1979), onde ele define que a linguagem visual é um veículo de comunicação, podendo ser auditivo - verbal ou não - ou visual - gráfico ou não -, onde o gráfico são os elementos visuais feitos através de uma ação consciente. Ao mesclar os dois é criado a linguagem gráfica, que "é composta por marcas produzidas com a intenção de comunicar uma mensagem" (ARAGÃO, I. CARVALHO, J.; 2012; p. 161).

Analisando o *Mindbrowser*, pode-se perceber que existem 15 palavras em maior destaque, e palavras menores, conectadas com as maiores. Essas palavras maiores, cada uma possui uma tipografia e uma cor diferente, e as palavras menores seguem a mesma cor escolhida, formando assim grupos. Entende-se que

essa separação hierárquica, de certa forma, evidencia os sentimentos mais comuns sentidos pelos depressivos, enquanto outros sentimentos mais específicos, derivam ou se relacionam com esse sentimento “maior”. Isso, contudo, não significa que as palavras só se relacionem dentro de seus grupos. Uma mesma palavra pode se ligar a várias outras, estando dentro ou fora do seu grupo de cor. Exemplo: temos a frase “*Death Wish*” - que significa “Desejo de morte” - em vermelho, maior em destaque. Ao redor dela existem 4 frases ou sentimentos que se relacionam de alguma forma com a palavra: “*Thoughts of death*²⁸”, “*Creating a will*²⁹”, “*Escape*³⁰”, “*Suicide attempt*³¹”. Ao lado de “*Death wish*” tem “*Isolation*”, que significa isolamento em português, em letra bold de verde claro. Ao seu redor existem outras palavras, entre elas “*Lonely*³²” e “*Trapped*³³”, na mesma cor. Mesmo estando separadas em grupos diferentes, realçado pela diferença de cor e tipografia, as palavras “suicide attempt” está conectada à “escape” — parte do mesmo grupo —, como também está conectada à “*Trapped*” e “*Lonely*”, pertencentes ao segundo grupo. Isso demonstra uma relação hierárquica entre esses sentimentos, como uma relação entre os diferentes sintomas.

²⁸ Pensamentos sobre a morte

²⁹ Criando um testamento

³⁰ Escapismo

³¹ Tentativa de suicídio

³² Sozinho

³³ Aprisionado

Figura 32: Infográfico *Mindbrowser*

Fonte: Co.Design³⁴

7.3. *Mindnosia* (2017)

A terceira análise é *Mindnosia*, desenvolvido por Sara Lopez Ibanez para o projeto de mestrado de design industrial da Universidade Central Saint Martins, em Londres. Após ter experiências negativas com os serviços voltados à saúde mental no Reino Unido, Ibanez desenvolveu um “kit de auto-avaliação que permite aos usuários descobrir o tipo de ajuda de que precisam e de onde podem obtê-la” (MORBY, A.a. 2017. Tradução livre).

A maior dificuldade percebida por Ibanez foi com a comunicação inicial entre os pacientes e os médicos clínicos gerais. Muitas pessoas que sofrem com a doença não conseguem entender o que se passa ou como elas se sentem, o que dificulta a comunicação entre médico e paciente, já que para o diagnóstico é necessário haver uma algum tipo de comunicabilidade e entendimento entre ambos. Ela desenvolveu

³⁴ Disponível em: <<https://www.fastcodesign.com/3021077/infographic-what-depression-actually-looks-like>> Acesso em 6 Junho 2018

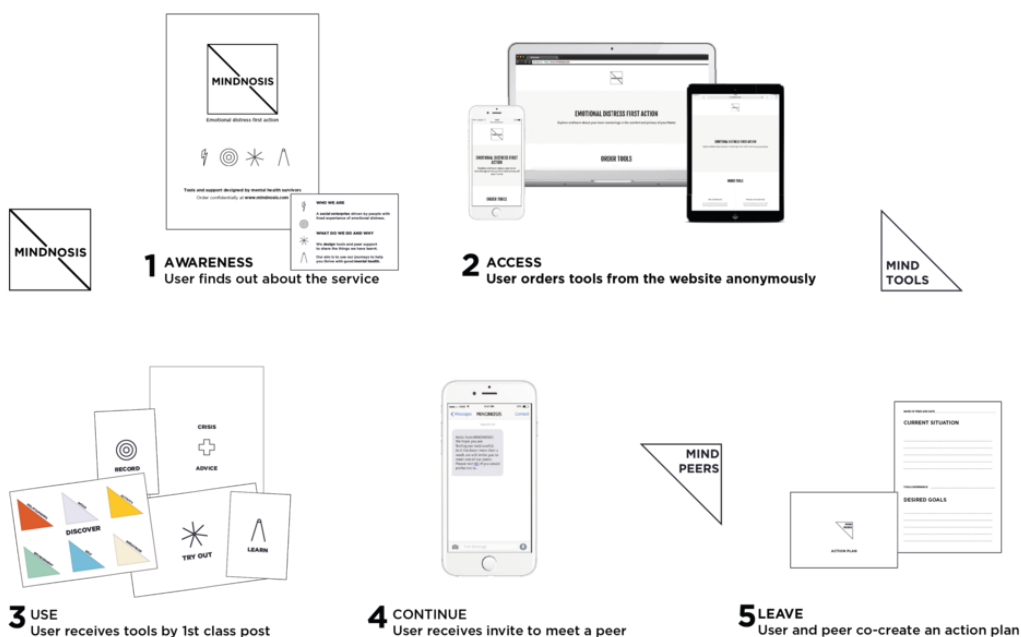
então um kit de autoajuda, para que pessoas possam descobrir como se sentem e que tipo de ajuda que precisam, além de informações do tipo como conseguir essa ajuda. (SCOTT, E.; 2017)

Novamente a Terapia Cognitivo-Comportamental aparece como vertente da psicologia utilizada como base para o design se apropriar e desenvolver uma possível solução. É um projeto de produto gráfico, que não envolve necessariamente uma participação profissional, tendo em vista que o objetivo é ser muito mais um processo interno e pessoal de recuperação e de autoconhecimento. Sara Lopez, em seu vídeo institucional do site oficial de *Mindnosis*, fala que o objetivo é explorar a si e se relacionar com outros antes de acessar os serviços de saúde.

De acordo com o vídeo o ciclo do produto consiste em: Conscientização (a divulgação do produto *Mindnosis*), Acesso (acessar o site para adquirir o produto), Use (a experimentação com as atividades), Continue (Usuários recebem mensagens para encontrar um voluntário do Mindnosis) e Saia (O usuário e o voluntário criam um plano de ação para a melhora).

Figura 33: O ciclo de produto de *Mindnosis*

Emotional distress first action



Fonte: *Mindnosis*³⁵

³⁵ Disponível em: <<https://www.mindnosis.com/>> Acesso 15 Junho 2018

O produto em si, a caixa com as atividades é organizada em etapas que devem seguir uma ordem. A primeira é "Descubra", onde 6 pequenos triângulos categorizados em cores diferentes referenciam áreas específicas na vida de uma pessoa, como relacionamentos, humor e atividades, por exemplo. O objetivo é que pessoas escreva palavras-chaves nos triângulos de acordo com a área que ela se sente mal no momento, para em seguida colar no diário — a etapa do Recorde, que falaremos a seguir —. É uma forma de mapear visualmente seus principais problemas e emoções e assimilando a uma(s) raiz(es), ajudando assim a encontrar e entender onde o maior conflito está envolvido. As cores também fazem referência ao aspecto de cada área, como relações ser o triângulo vermelho, que é a cor que representa amor, sentimento e intensidade, e o amarelo referente à atividades, por ser uma cor energética e vibrante.

"Recorde" é a segunda etapa. Essa se caracteriza por ser um diário onde serão colados os triângulos e onde poderão ser escritos pensamentos e rabiscos que tenham a ver com seu estado mental. Durante 2 semanas o usuário irá escrever todo dia no mesmo, em que nos dias seguintes deverá voltar ao dia anterior e analisar o que foi sentido/escrito. A escolha de encadernação desse diário, em sanfona, permite que haja uma fluidez de pensamentos e inscrições de um lado, enquanto no outro, referente ao mesmo dia, na mesma página é colocado as reflexões referentes ao dia anterior, permitindo uma organização de um pensamento e atividade não linear.

"Experimente" é a terceira dinâmica, que oferece uma lista com 8 atividades a serem feitas, na qual cada exercício é um cartão individual, em que a frente possui as instruções e objetivos, enquanto atrás possui a atividade em si. "Ele inclui um conjunto de oito cartões de atividades que combinam *mindfulness*, técnicas de terapia cognitivo-comportamental (TCC) e dicas de colegas para ajudar os usuários quando não se sentirem bem" (HITTI, N. 2017, tradução livre).

"Aprenda" são cartões com dicas e ensinamentos para melhorar o bem-estar nas 6 áreas mencionadas acima, onde a pessoa pode aplicar o que foi aprendido na vida pessoal. Diferentemente dos outros materiais apresentados, excluindo os triângulos, as cartas não são brancas ou em *kraft*, mas sim em papel colorido,

remetendo diretamente à área já apresentada, sendo de fácil entendimento e associação.

"Ajuda" é um folheto chamado "Conselhos para a crise", contendo números de emergência. Há também um cartão de visita, para poder ser levado consigo, contendo informações importantes para caso haja uma emergência ou uma crise. "Relacione" é a etapa onde você conhece o voluntário para juntos comecem a última parte, que é o Plano de Ação, que será desenvolvido por ambos para que possam criar juntos atividades e objetivos pessoais para o usuário, além de conversar sobre o que sente.

Figura 34: *Mindnosis* e seus componentes



Fonte: Dezeen³⁶

7.4. *Tools for Therapy* (2016)

A quarta análise é o *Tools for Therapy* (tradução: Ferramentas para Terapia) kit tátil para sessões de psicoterapia, desenvolvido por Nicolette Bodewes, graduada

³⁶ Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2017/07/04/mindnosis-kit-helps-people-overcome-mental-health-issues-graduate-designers-2017/>> Acesso em 6 Junho 2018

da *Academia de Design de Eindhoven*. Ele foi desenvolvido a partir da própria experiência pessoal de Bodewes com a terapia, onde ela preferiu as terapias psicomotoras, voltadas à visualização e à criatividade, do que as comuns voltadas à conversas. O objetivo é que o kit possa ser introduzido em terapias convencionais de conversas. Ele foi desenvolvido baseado nos Arquétipos de Jung, criados pelo psicólogo suíço Carl Jung. A designer também se apropriou de elementos da mitologia para criar os objetos. Esse conjunto de objetos tem como intenção representar pessoas e momentos, situações e sentimentos. Esses elementos são metáforas onde para cada paciente, suas conexões e representações serão diferentes (MORBY, A. 4/11/2016).

A teoria de Jung tem como raiz a psicanálise, teoria criada por Sigmund Freud em 1890, “que tem como objetivo a investigação e compreensão do inconsciente e é considerada como uma forma de tratamento das psiconeuroses que acometem os seres humanos” (Ordem Nacional dos Psicanalistas, n.d.). O psicólogo suíço criou/identificou 12 arquétipos que corresponderiam às memórias ancestrais presentes em cada humano (MCLEOD, S. 2014).

Jung acredita que os símbolos de diferentes culturas são frequentemente muito semelhantes porque emergiram de arquétipos compartilhados por toda a raça humana. Para Jung, nosso passado primitivo torna-se a base da psique humana, dirigindo e influenciando o comportamento atual (MCLEOD, S. 2014, tradução livre)

Jung, assim como Freud, defendia que acontecimentos na infância poderiam determinar comportamentos futuros, a chamada inconsciência pessoal. Contudo, o que difere esses dois psicólogos é a inconsciência coletiva, “um nível de inconsciente compartilhado com outros membros da espécie humana, compreendendo memórias latentes de nosso passado ancestral e evolucionário” (MCLEOD, S. 2014, tradução livre). Esses arquétipos, por terem significados universais, são utilizados como forma de compreender sonhos, pensamentos e medos, a fim de compreender a origem desses transtornos para enfim tratá-los.

Figura 35: *Tools For Therapy* - Kit tátil para sessões de psicoterapia



Fonte: Dezeen³⁷

7.5. *Tear Gun* (2016)

O último projeto a ser analisado é a arma que atira lágrimas, *Tear Gun*, da designer Yi-Fei Chen, da *Academia de Design de Eindhoven*. Ela criou uma metáfora visual para o sofrimento psicológico que enfrenta ao falar o que pensa, problema enfrentado durante a sua graduação. Por sua cultura onde as hierarquias são bem definidas, Chen sempre foi acostumada a se silenciar, o que causou grandes problemas em sua faculdade, onde não se sentia no direito de contestar nada do que os professores falassem, causando grande estresse e a levando ao seu limite.

A arma recolhe as lágrimas através de um copo de silicone, para depois congelá-las para depois serem utilizadas como bala (MORBY, A. 2/11/2016).

Tear Gun não se alinha com nenhuma teoria da psicologia, sendo uma manifestação pessoal, uma representação conceitual da batalha psicológica da autora, do ponto de vista de quem teve a sua saúde mental abalada. Em uma

³⁷ Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2016/11/04/tools-for-therapy-nicolette-bodewes-tactile-object-psychotherapy-dutch-design-week-2016/>>
Acesso em 6 Junho 2018

entrevista para o site *Design Indaba*, Chen, uma mulher taiwanesa, relata que “meu caráter e posição social são intrínsecos para mim e isso informa meu trabalho” (UYS, E. 2017). Isso reflete a personalidade do trabalho de Chen, sendo pessoal através de uma vivência particular dela, onde ao criar o objeto, outros possam também apresentar sua própria leitura a partir das suas vivências pessoais.

Diferentemente dos outros projetos de design avaliados acima, o projeto de Chen se alinha ao design conceitual, que segundo Franzato (2011):

No design conceitual, os designers exploram as potencialidades reflexivas e dialéticas do processo de criação do design, abrindo espaço para pensar e discutir os assuntos mais diversos. Os designers que escolhem tal abordagem se expressam por meio de maquetes, artefatos únicos, pequenas produções ou auto-produções, ou seja, formas que ficam longe da produção em série e não cabem em lógicas comerciais. Trata-se de profissionais que usam suas competências para tratar de questões que transpõem os limites disciplinares, para formular teses a respeito e expô-las publicamente (FRANZATO, C.; 2011, p.2)

O diferencial do design conceitual está em propor reflexões sobre fatos ou questões que chamam a atenção do designer, a fim de levantar questionamentos e debater de forma pública suas perspectivas sobre o mundo (FRANZATO, C.; 2011, p.4). Ainda segundo Franzato (2011), o design conceitual está mais voltado à arte do que ao mercado assim, sendo ele um produto onde primariamente é destinado à concursos, exposições, museus, etc.

Em conclusão, o design conceitual assume uma visão de mundo do designer, onde seu valor não se constrói a partir de uma necessidade, construir uma reflexão acerca de um assunto, não sendo voltada necessariamente ao mercado, mas sim aos salões de exposições ou concursos.

Sublinha-se que no design conceitual o raciocínio de projeto se mantém rigoroso, mas pode ultrapassar as tradicionais restrições projetuais (tecnológicas, produtivas, funcionais, simbólicas e comerciais) para favorecer a reflexão do designer e a expressão das suas ideias. Nos conceitos apresentados, de fato, estão sempre contidas as ideias dos designers, que os motivam e os configuram formalmente. Em outras palavras, os conceitos representam as formas que as ideias dos designers assumem (FRANZATO, C.; 2011, p.8)

Figura 36: Arma que atira lágrimas



Fonte: Dezeen³⁸

7.6. Projeto Não É Normal (2017)

Como já mencionado anteriormente, o projeto desenvolvido pela FUSM³⁹ - coletivo que surgiu através de diversos alunos de diferentes cursos da USP - chamado de Não É Normal, foi promovido durante a Semana da Saúde Mental, onde foram criados pôsteres que foram distribuídos pelos campus, tendo como objetivo sensibilizar os estudantes.

Foram utilizados cartazes com ilustrações que se relacionam de alguma forma com sentimentos causados pela depressão, como tristeza, falta de identidade, etc, com letras garrafais amarelas com frases que representam situações referentes ao dia-a-dia em universidades e os dizeres da campanha “Não É Normal”, a fim de

³⁸ Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2016/11/02/tear-gun-yi-fei-chen-design-academy-eindhoven-dutch-design-week-2016/>> Acesso 6 Junho 2018

³⁹ Frente Universitária de Saúde Mental

educar os alunos que certas atitudes não são benéficas à sua saúde mental. A Paleta de cor das artes é bem neutra, com cores suaves e com estética mais moderna e experimental, misturando técnicas de representação diferentes, como uma ilustração realista mesclada com abstracionismo, que pode se relacionar com como muitos se sentem com depressão, podendo ser uma metáfora visual. Já a tipografia e os elementos gráficos são mais simples, com o nome da campanha em amarelo, possivelmente fazendo referência ao Setembro Amarelo, enquanto o resto do texto sobre depressão em cores que contrastem com a obra, preto ou branco.

Esses cartazes foram espalhados tanto pelos campus como também foram divulgados pelas redes sociais, possibilitando assim que a ação não ficasse somente dentro da universidade, mas para também pessoas de todo o país. Já os cartazes do campus garantem que mesmo as pessoas sem acesso à internet possam também ter acesso à informação, tornando o conhecimento mais democrático.

Trata-se de uma campanha de conscientização, que tem como enfoque mudar a forma de pensamento que algumas pessoas têm com relação à algumas atitudes em universidades, e por causa desse teor em alcançar essa mudança de pensamento, pode-se considerar que essa campanha tem raízes no TCC.

Figura 37: Cartazes da campanha Não É Normal



fonte: Laboratório Jornalismo Júnior⁴⁰

⁴⁰ Fonte:

<<https://www.cartacapital.com.br/sociedade/casos-de-suicidio-e-depressao-deixam-universidades-em-alerta>>

7.7. Resultado das Análises

Alguns pontos relevantes foram identificados na análise como um todo. Pode entender-se que o design pode atuar de forma a não estar atrelado necessariamente à uma vertente da psicologia. Contudo, a Terapia Cognitiva-Comportamental apareceu em três das seis análises, sendo assim uma abordagem recorrente, e, por nós, considerada uma interessante forma de atuar acerca de um tema, através da mudança de comportamento ou perspectiva, algo que pode ser alcançado através do design.

Uma questão importante que foi levada em consideração é quanto a viabilidade dos projetos, tendo em vista que um dos objetivos desta pesquisa é um projeto de design viável à essas mulheres. Somente um dos projetos julgamos não ser mercadologicamente viável, visto que, por se tratar de um projeto de design conceitual, seu maior foco são exposições e museus, além de ser um produto de alto valor monetário para aquisição pessoal. Entre os outros quatro, três são gratuitos e digitais, e os outros dois são produtos com públicos específicos para aquisição, atingindo somente o alvo de venda, apesar de serem produtos que, por mais que tenham tido a preocupação de não elevar os preços, ainda pode ser inacessível para algumas pessoas.

Outro ponto importante para a análise é como o design pode atuar de diversas formas em sua abordagem, com projetos digitais e físicos, conceituais e voltados ao mercado, com diferentes públicos, demonstrando assim que o design pode impactar de diversas formas a depressão.

A seguir, a tabela resumo dos resultados da nossa análise, ferramenta que julgamos importante para a elaboração de nossas diretrizes projetuais, as quais trataremos à frente.

Quadro 1: Resumo da análise

	Estratégia de design	Estratégia de psicologia	Público-alvo	Viabilidade	Como atua	Baseado em vivência pessoal
Koko	Aplicativo (design de interface e serviço)	Terapia Cognitivo-Comportamental e Psicoterapia em grupo	Pessoas em crise depressiva	Qualquer pessoa pode ter acesso, após o cadastro	Usuários anônimos oferecem novas perspectivas para outros em crise, criando uma rede de apoio	Não
Mindbrowser	Infografia	-	Pessoas que não entendem a depressão	Qualquer pessoa pode ter acesso	Trabalha a empatia nas pessoas que não conhecem a depressão	Não
Mindnosis	Projeto Gráfico e de Produto	Terapia Cognitivo-Comportamental	Para pessoas que sofrem com transtornos mentais	Pode ser comercializado	Foca no autoconhecimento e na criação de ferramentas de ajuda, antes da busca por profissionais	Sim
Tools for Therapy	Projeto de Produto	Teoria Jungiana e Terapia Psicomotora	Psicanalista para o paciente	Pode ser comercializado	Ajuda a compreender a relação e o significado de elementos, relações e sonhos possam ter para alguém, para por fim tratá-lo.	Sim
Tear Gun	Design conceitual	-	Individual	Produto voltado à exposições e não ao mercado. Caro.	Forma de representar as angústias pessoais da autora.	Sim
Projeto Não é Normal	Design Gráfico e de Guerrilha	Terapia Cognitivo-Comportamental* <small>*por encorajar uma mudança de comportamento e pensamento</small>	Coletivo	Campanha, é distribuído de forma gratuita	Educa sobre atitudes que são naturalizadas mas que fazem mal para a saúde mental	Sim/Não* <small>*Baseia-se em uma experiência coletiva, não em uma individual</small>

Fonte: Criação da Autora

8. DIRETRIZES PROJETOAIS

Após as análises de similares e a contextualização acerca do papel social do design, alguns padrões foram percebidos e levados em consideração para o desenvolvimento deste projeto.

Diante do exposto, será criada uma plataforma para interligada com o *Sigaa*⁴¹ da Universidade Federal do Ceará, onde somente alunas terão acesso por meio da matrícula e senha para integração ao sistema. Segundo a Psicóloga Ana Altina Teixeira Marciano, “o homem é mais relutante à chegar até você, ele tem mais

⁴¹ Segundo o Site da Universidade Federal do Ceará, o *Sigaa* “informatiza os procedimentos da área acadêmica através dos módulos de: graduação, pós-graduação (stricto e lato sensu), ensino técnico, ensinos médio e infantil, submissão e controle de projetos e bolsistas de pesquisa, submissão e controle de ações de extensão, submissão e controle dos projetos de ensino (monitoria e inovações), registro e relatórios da produção acadêmica dos docentes, atividades de ensino a distância e um ambiente virtual de aprendizado denominado Turma Virtual. Assim como o Sipac, também disponibiliza portais específicos para: reitoria, professores, alunos, tutores de ensino a distância, coordenações lato-sensu, stricto-sensu e de graduação e comissões de avaliação, tanto institucional, quanto do docente”. Disponível em:

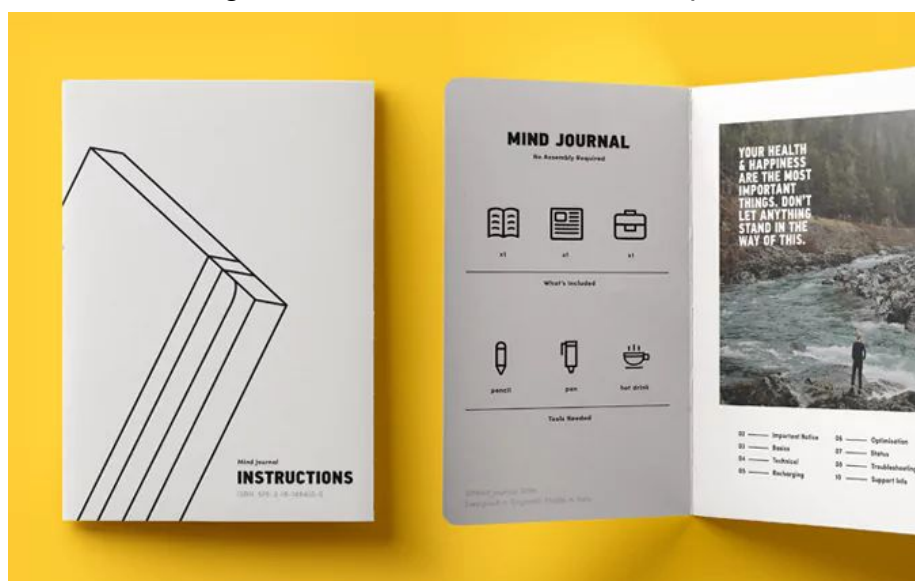
<<http://www.ufc.br/ufc-digital/sistemas-administrativos-da-ufc/35-sigaa-sistema-integrado-de-gestao-d-e-atividades-academicas>> Acesso em 05/11/2018

relutância em se colocar, porque para o homem, lidar com a fragilidade é uma grande dificuldade, então assim, algumas perdas que para o homem são muito significativas, como a perda de poder, a perda de um trabalho que era muito significativo, ou uma relação que ele achava que era dominante, então essas questões que o levam à lidar diretamente com a fragilidade, é uma questão que talvez pra ele traga muita dificuldade, e de até admitir esse estado de fragilidade, eu diria. E eu vejo assim, que as mulheres muitas vezes, pra elas, estar neste estado de fragilidade, de lidar com isso, é algo que também talvez até traga da própria convivência diária de se sentir em alguns momentos impotente, de lidar com isso, de saber que pode extravasar, que pode falar sobre isso, que pode chorar, que pode comentar... E o homem, ao admitir essa fragilidade, essa vulnerabilidade é muito difícil, porque até mesmo no campo das relações sociais e das amizades, eles não se sentem muito a vontade, eles até brincam sobre essas questões, fazem piada e tudo mais, mas não procuram profissionalmente. Então pra eles, falar sobre isso, exige um tempo e um esforço em alguns momentos, até que comecem a falar.”

Essa dificuldade de falar e procurar ajuda também pode ser vista em projetos como o do designer gráfico Ollie Aplin, criador de Mind Journal, um diário guiado para homens, visto que muitos tinham dificuldade de colocar o que pensavam ou o que sentiam no papel. Segundo o designer:

“Com um diário, posso ser completamente honesto e sem medo de qualquer repercussão. Costumo lutar para transmitir minhas verdadeiras emoções e pensamentos verbalmente a outra pessoa - eu não quero ser visto como fraco ou tê-los me julgando” (Telegraph, 2016)

Figura 38: Mind Journal, de Ollie Aplin



Fonte: Telegraph⁴²

Isso significa que dificilmente estudantes do sexo masculino engajem em um desabafo espontâneo, sendo necessário assim avaliar e estudar outras técnicas específicas para que seja mais eficaz a comunicação e o alcance entre esses alunos.

Então focar em um espaço exclusivo garante às mulheres segurança e confiança para partilhar experiências e sentimentos, além de focar em uma estratégia específica que atinja esse grupo social de maneira eficiente. Além disso, estar atrelado ao sistema de informações da universidade oferece uma garantia de que aquele é um espaço reservado⁴³.

Uma das preocupações relacionadas ao projeto era se de fato seria capaz de interligar o banco de dados do SIGAA com uma plataforma externa, garantindo assim que as informações colocadas no login correspondam com os dados da plataforma do estudante. A confirmação da possibilidade de ligar as plataformas veio através da análise da Plataforma Solar, o Ambiente Virtual de Aprendizagem da Universidade Federal do Ceará, utilizada para o ensino à distância. Como pode-se

⁴² Disponível em:

<<https://www.telegraph.co.uk/men/thinking-man/mind-journal-how-a-kickstarter-could-help-men-open-up/>> Acesso em 06/11/2018

⁴³ Um espaço exclusivo para pessoas que não se identificam com o gênero feminino, sejam elas cis ou trans.

observar na imagem abaixo, o site indica a interligação com a plataforma do estudante, reforçando que é necessário utilizar os mesmos dados do SIGAA para o acesso ao site.

Figura 39: Página login da Plataforma Solar



Fonte: Solar

Para acessar a plataforma, primeiro é necessário realizar o cadastro, onde é colocado o CPF (Figura 39) para em seguida colocar seus dados pessoais, informações de login e instituição de ensino (figuras 40 e 41).

Figura 40: Tela de cadastro Plataforma Solar



Fonte: Solar

Figura 41: Inserir dados Plataforma Solar

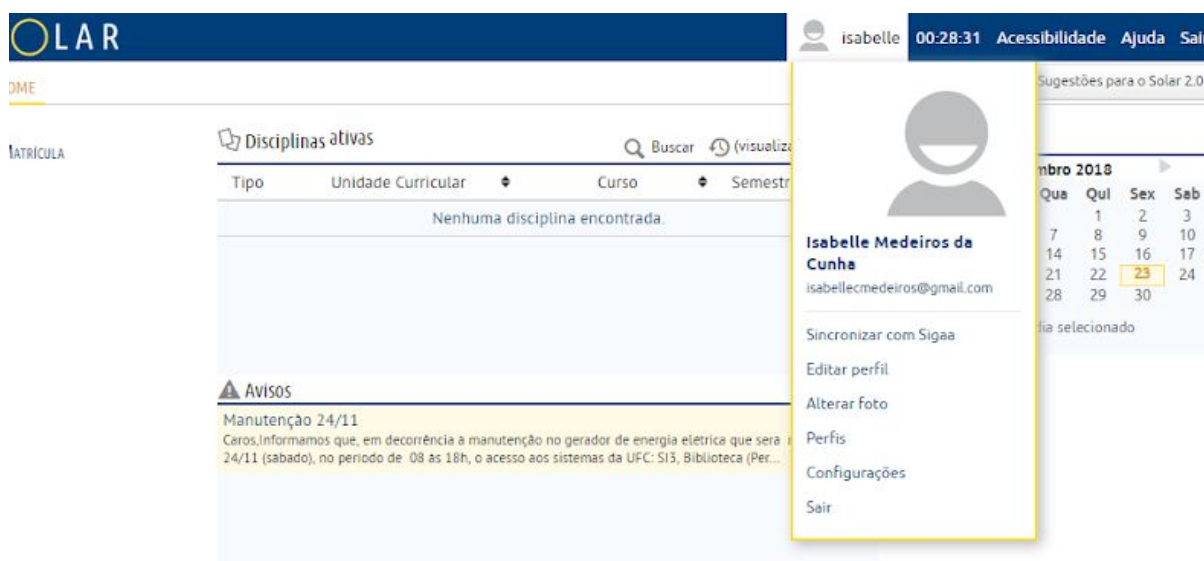
Fonte: Solar

Após a confirmação dos dados do estudante, a página inicial aparece. Ela contém as informações mais relevantes, sendo essas as disciplinas inscritas e seus dados, como também avisos importantes feito pelo sistema. Ao clicar no ícone do perfil, aparece o nome, o email e algumas opções relacionadas tanto com as cadeiras como com o sistema de maneira geral. É dada a opção de editar o seu perfil e adicionar foto, como também em 'Perfis' é possível ver as cadeiras solicitadas e/ou inscritas.

Figura 42: Página inicial Plataforma Solar

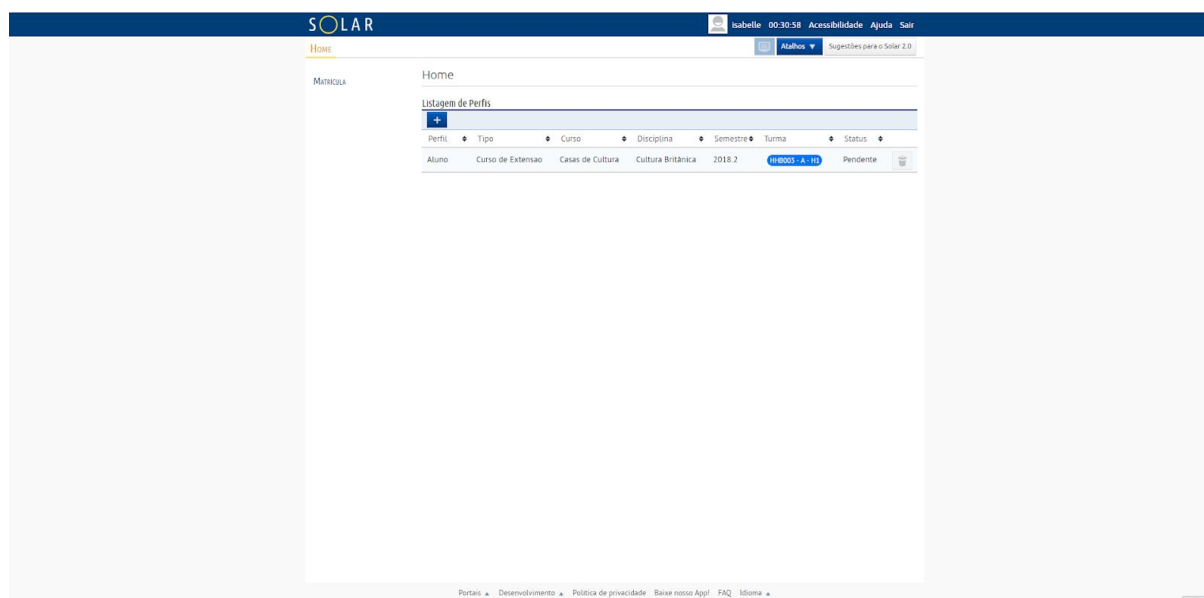
Fonte: Solar

Figura 43: Menu Plataforma Solar



Fonte: Solar

Figura 44: Listagem de perfis da Plataforma Solar



Fonte: Solar

Ao clicar em 'Matrícula', ao lado esquerdo do site, o aluno é levado para para as disciplinas disponíveis no sistema, onde ele poderá aplicar, cancelar, e verificar o status da sua matéria, além de obter mais informações sobre a mesma.

Figura 45: Página de matrícula da Plataforma Solar

Home > Matrícula

Matrícula

Buscar Semestre, disciplina, curso ou turma Por Tipo

Matriculado
Nenhum item encontrado

Agiudada
Nenhum item encontrado

Pendente
Nenhum item encontrado

Rejeitadas/Canceladas
Nenhum item encontrado

Disciplinas disponíveis

Tipo	Disciplina	Curso	Semestre	Turma	Período de matrícula	Matrícula
Curso de Graduação Presencial	Fundamentos de Cálculo para Engenharias EAD	Cursos das Engenharias	2019.1	Turma 01	05/09/2018 - 31/07/2019	Matrícula
Curso de Extensão	Didática no Ensino Superior	Cursos Comunidade de Cooperação e Aprendizagem Significativa	2018.2	Turma 01	01/08/2018 - 31/12/2018	Matrícula
Curso de Graduação Presencial	Ética e Política Autoral	Sistemas e Mídias Digitais	2018.2	EPA T3 Ter-qui	01/08/2018 - 31/12/2018	Matrícula
Curso de Extensão	Cultura Britânica	Casas de Cultura	2018.2	HHB003 - S - A - H1	01/08/2018 - 31/12/2018	Matrícula

Fonte: Solar

Figura 46: Informações sobre disciplina Plataforma Solar

Informações

Categoria Curso de Extensão

Curso CC - Casas de Cultura

Disciplina CB - Cultura Britânica

Semestre 2018.2

Turma HHB003 - A - H1

Responsáveis VERONICA DE MELO FERNANDES (Prof. Titular - UAB)

Ementa Casa de Cultura Britânica

Carga horária 60

Período de oferta 01/08/2018 - 31/12/2018

Período de matrícula 01/08/2018 - 31/12/2018

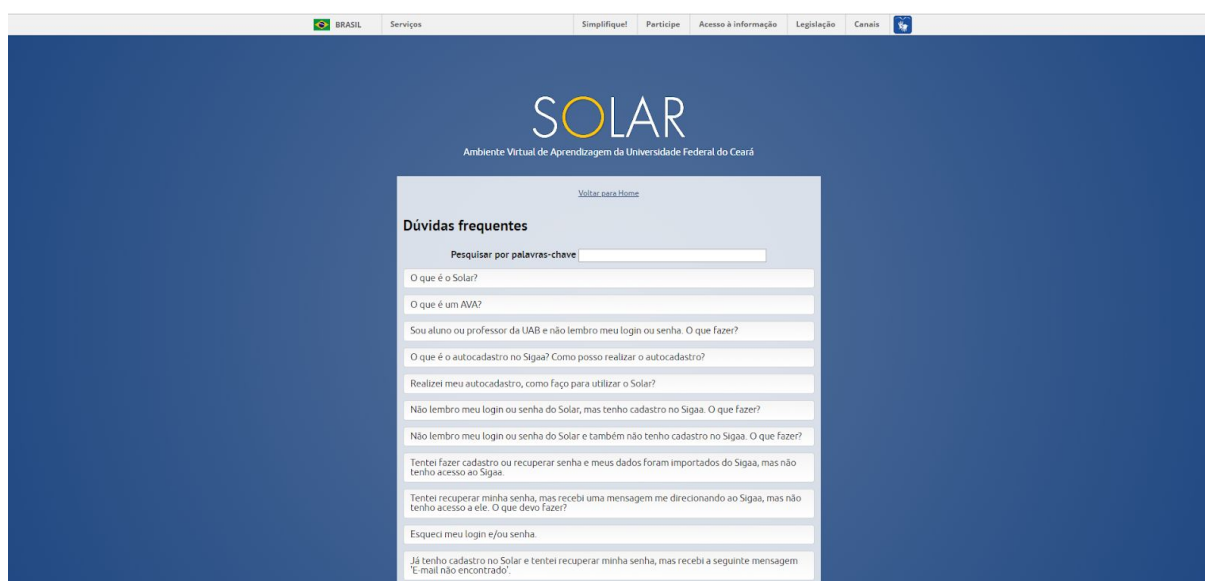
Fechar

Fonte: Solar

Após entender como funcionam as principais funções do programa, foram estudadas algumas aplicabilidades do programa que tiveram impacto em algumas decisões realizadas no desenvolvimento do projeto. Uma delas foi a seção de perguntas mais frequentes, onde se explica em grande detalhe as maiores dúvidas

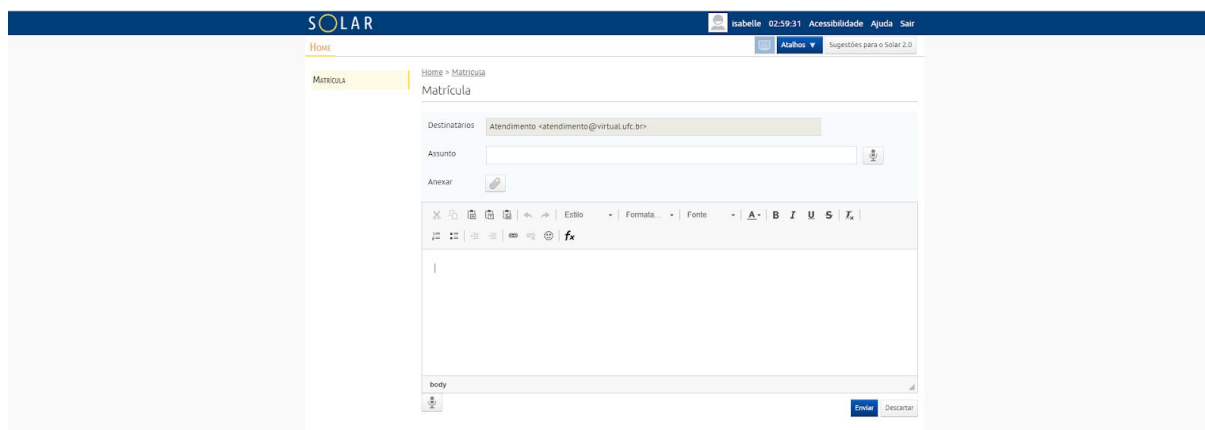
que se possa ter a respeito do site, tornando-se necessário para o projeto em desenvolvimento (Figura 47). Outra parte importante a ser levada em consideração ao desenvolver o site é a seção de ajuda, principalmente a parte para entrar em contato. Por ser um projeto que visa o apoio e que seja construído tanto pelos bolsistas e psicólogos como pelas alunas, é importante estabelecer uma forma de contato entre as duas partes, visando um feedback das ações e possibilitando a chance de melhorias (Figura 48).

Figura 47: Perguntas Frequentes da Plataforma Solar



Fonte: Solar

Figura 48: Feedback Plataforma Solar



Fonte: Solar

A plataforma deve possuir duas funções principais: ser um fórum para que mulheres possam ajudar entre si e ser uma rede de informações sobre depressão e bem-estar. A primeira função é simples: oferecer um compilado de informações acerca da depressão, os sintomas, os tipos, métodos que ajudam a lidar com a doença, etc. Também será um lugar onde será divulgado atividades dentro da UFC que colaboram para a saúde mental do aluno, como aulas de danças gratuitas, meditação, yoga, etc; visto que muitos alunos não têm conhecimento desses serviços. Além disso, dispor de contatos de psicólogos e psiquiatras fora da universidade, visto que nada substitui terapia e orientação profissional.

A segunda função, o fórum, como já abordado anteriormente, parte de uma vivência pessoal onde através do apoio de uma rede feminina, foi possível obter ajuda profissional a fim de evitar uma situação mais grave. Essa experiência não é somente de caráter individual, onde segundo a Psicóloga Ana Altina Teixeira Marciano, é muito comum em terapias de grupo pessoas encontrarem apoio uma nas outras. Essa construção afetiva e identificação no contexto depressivo faz com que essas mulheres consigam se enxergar umas nas outras, dando suporte para momentos difíceis e fazendo que elas se sintam acolhidas em um espaço seguro. Segundo a experiência de terapia em grupo feminina da psicóloga, percebeu-se que muitas mulheres passaram a perceber que a sua realidade e a sua vivência com a doença, que antes elas consideravam ser algo só delas, passam a ver em outras mulheres similaridades com suas próprias histórias, “Elas percebem que ‘ah, não estou só nisso, outras pessoas também passam por isso.’ Só de relatar, só delas falaram o que elas estavam passando, como eu via as diferença semanais, de uma (semana) pra outra”.

A rede social usada na época, o *Facebook*, uma plataforma que até hoje é muito utilizada para a criação de grupos exclusivos, oferece uma falha na sua segurança. Nos grupos criados em tal plataforma, é possível fazer publicações anônimas, o que pode causar o sentimento de insegurança e potencializar o vazamento de informações para pessoas externas, podendo ter consequências graves no âmbito pessoal da mulher que compartilhou seu relato. A facilidade de se criar perfis falsos também é um problema, visto que muitas mulheres não se sentem seguras nos espaços online com medo de haver homens infiltrados nesses grupos,

fazendo com que muitas mulheres acabam por não compartilhar nada online, por medo de justamente haver algum vazamento de informações.

Figura 49: Reportagem sobre mulheres serem vítimas de perfis falsos

Mulheres são maiores vítimas de perfis falsos em redes sociais; veja como se proteger

10:18 / 08 de Março de 2018 ATUALIZADO ÀS 10:42

De acordo com levantamento do Alerta na Rede, canal de denúncia de crimes digitais, do total de vítimas que denunciaram esse tipo de golpe entre outubro de 2016 e dezembro de 2017, 88% eram mulheres e 12% homens

Fonte: Diário do Nordeste⁴⁴

Figura 50: Reportagem sobre perfil falso e estupro

Suspeito de estupro atraía meninas usando perfis falsos em redes sociais, pedia 'nudes' e fazia ameaças no CE

Rapaz adicionou mais de mil garotas em apenas um de seus perfis no Facebook.

Fonte: G1⁴⁵

Figura 51: Reportagem sobre perfil falso que ameaçava mulheres

Destaque

Falso perfil no Facebook ameaça mulheres em São Raimundo Nonato

29 de outubro de 2015

Fonte: São Raimundo Nonato⁴⁶

⁴⁴ Disponível em:

<<http://diariodonordeste.verdesmares.com.br/editorias/negocios/online/mulheres-sao-maiores-vitimas-de-perfis-falsos-em-redes-sociais-veja-como-se-proteger-1.1905178>> Acesso em 05/11/2018

⁴⁵ Disponível em:

<<https://g1.globo.com/ce/ceara/noticia/suspeito-de-estupro-atraia-meninas-usando-perfis-falsos-em-redes-sociais-pedia-nudes-e-fazia-ameacas-no-ce.ghtml>> Acesso em: 05/11/2018

⁴⁶ Disponível em:

<<https://www.saoraimundo.com/index.php/falso-perfil-no-facebook-ameaca-mulheres-em-sao-raimundo-nonato/>> Acesso em 05/11/2018

Por isso, mesmo com o acesso de informações do *Sigaa*, as postagens realizadas no fórum serão anônimas, as usuárias não têm conhecimento de quem publicou a mensagem e de quem elas estão ajudando, deixando-as mais confortáveis para compartilhar suas aflições e pensamentos. Contudo, tem-se como preocupação manter a segurança dessas mulheres, e devido ao risco de suicídio, visto que não é incomum o anúncio dessa prática em redes sociais, é necessário criar um meio de que possa-se proteger essas mulheres.

Figura 52: Suicídio foi impedido através de postagem no Facebook

Família consegue impedir suicídio de jovem após postagem no Facebook

Jovens estão recorrendo às redes sociais para anunciarem o desencantamento com a vida, a tristeza, a melancolia e até mesmo a depressão

Fonte: Portal do Dia⁴⁷

Figura 53: Ferramenta do Facebook para prevenção de suicídio

Facebook lança ferramenta de prevenção do suicídio junto a CVV

Usuários poderão intervir ao identificar postagem com sinais alarmantes. Tanto quem postou quanto quem notificou receberá apoio e dicas.

Fonte: G1⁴⁸

Figura 54: Reportagem sobre anúncio de suicídio no Facebook

Jovem anuncia suicídio no Facebook

Estudante Gabriela Guerra, de 22 anos, anunciou seu próprio suicídio com fotos e texto no Facebook. Jovem se matou por conta de uma desilusão amorosa

Fonte: Pragmatismo Político⁴⁹

⁴⁷ Disponível em:

<<https://www.portalodia.com/noticias/saude/familia-consegue-impedir-suicidio-de-jovem-apos-postagem-no-facebook-294270.html>> Acesso em 06/11/2018

⁴⁸ Disponível em:

<<http://g1.globo.com/bemestar/noticia/2016/06/facebook-lanca-ferramenta-de-prevencao-ao-suicidio-junto-ao-cvv.html>> Acesso em 06/11/2018

⁴⁹ Disponível em:

<<https://www.pragmatismopolitico.com.br/2013/11/jovem-anuncia-suicidio-no-facebook.html>> Acesso em 6/11/2018

Um ponto que foi levado em consideração foi no caso da interação dos usuários, algo abordado pelo aplicativo Koko, na análise de similares. Diferente dos outros produtos analisados, Koko oferece uma integração entre seus usuários, construindo uma rede segura onde uma pessoa ajuda a outra anonimamente, sendo uma premissa similar ao que se é desejável a esse projeto: a proteção de identidade, a criação de uma rede de apoio e um espaço onde as pessoas podem falar sobre o que sentem. A diferença seria o público a quem seria destinado à essa plataforma e a garantia de uma monitoria por pessoas preparadas.

Por fim, pode-se considerar os pré-requisitos finais:

- Plataforma de acesso exclusivamente feminina assegurado pela inserção da matrícula
- Criação de um fórum para que mulheres possam ajudar entre si
- Criação de uma rede de informações sobre depressão e bem-estar
- Necessidade de ter moderadores
- Vai ser um projeto para a PRAE administrar

9. METODOLOGÍA CIENTÍFICA

Para a realização do objetivo apresentado na pesquisa, entendemos que ela será feita em dois momentos: um de base teórica, com enfoque bibliográfico e análise documental e outro de caráter prático, ao qual tomaremos como base uma metodologia híbrida entre a metodologia de Munari (2000) e o Método de Garrett (2011).

A pesquisa teórica aqui apresentada possui caráter qualitativo, a fim de gerar um produto de design que possa impactar positivamente a saúde mental das mulheres. Para isso, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, cujo o objetivo, segundo Lakatos e Marconi (2003) é de analisar sob nova ótica e enfoque o que já foi produzido e pesquisado anteriormente. Nossa pesquisa consiste em ser descritiva e exploratória, em que são analisados os dados que constituem a depressão e quantas mulheres são afetadas globalmente e, também, são estudados os motivadores desses dados e as consequências da doença nessas mulheres. Nesse momento, fizemos a conceituação do que é depressão, como o gênero influencia nas questões da saúde mental da mulher e o papel social do design.

Na segunda fase, tomamos a metodologia projetual de Bruno Munari (2000) e pela metodologia de Garrett (2011). Após a definição do problema, ele foi analisado para entender todos os componentes que englobam o assunto, para, assim, termos melhor noção sobre como o design pode atuar. A coleta de dados guiou o projeto para termos entendimento do que já foi feito na área, e como foi feito, para que, após análise, possamos aplicar no projeto de design.

Em seguida, de maneira, híbrida, propomos englobar a metodologia de Garrett (2011) no método de Munari, contemplando as fases: Problema, Definição do Problema, Coleta de Dados e Análise de Dados. Assim, o projeto segue a metodologia de Garrett (2011), explanada no seu livro *The Elements of User Experience: User-Centered Design for the Web and Beyond*, que enfoca o desenvolvimento de projetos interativos de design. Julgamos, assim, que as metodologias sozinhas não abarcariam a totalidade das etapas necessárias ao desenvolvimento projetual da plataforma.

Figura 55: Metodologia híbrida aplicada ao projeto

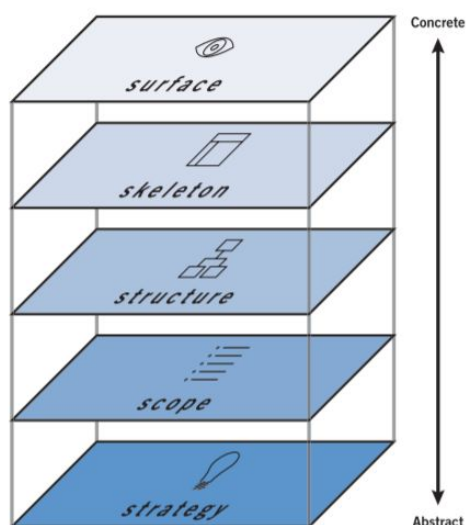


Fonte: Autoral

A metodologia de Garrett propõe que existem 5 planos que influenciam desde à aparência do site até o propósito em que o mesmo foi criado e é através delas que todas as decisões feitas acerca do site influenciarão a experiência do usuário. De acordo com o autor:

O processo de desenvolvimento da experiência do usuário é garantir que nenhum aspecto da experiência do usuário com seu site aconteça sem a sua intenção consciente e explícita. Isso significa levar em conta todas as possibilidades de cada ação que o usuário provavelmente terá e entender as expectativas do usuário em todas as etapas do processo (GARRETT, 2011, p. 21, tradução livre).

Figura 56: Planos de Garrett (2011)



Fonte: Garrett (2011)

Os 5 planos citados por Garrett são a Superfície, o Esqueleto, a Estrutura, o Escopo e a Estratégia, onde “em cada plano, as questões com as quais devemos lidar tornam-se um pouco menos abstratas e um pouco mais concretas” (Garrett 2011, p. 24, tradução livre). O plano na base da imagem - O plano de estratégia - não contém detalhes e ao subir mais especificidades vão surgindo e ficando mais evidentes, significando que cada plano depende do outro para atingir um nível de concretização e para que os elementos possam fluir mais naturalmente. Entretanto, segundo o autor, isso não significa que não se possa tomar decisões nos campos superiores antes de tomar a decisão no campo inferior, forçando assim a reavaliação nos campos inferiores para que se possa adequar ao que foi decidido no anterior.

Por exemplo, pode-se trabalhar na Estrutura antes de finalizar o plano do Escopo, contanto que os planos estejam de acordo entre si.

9.1 User Experience

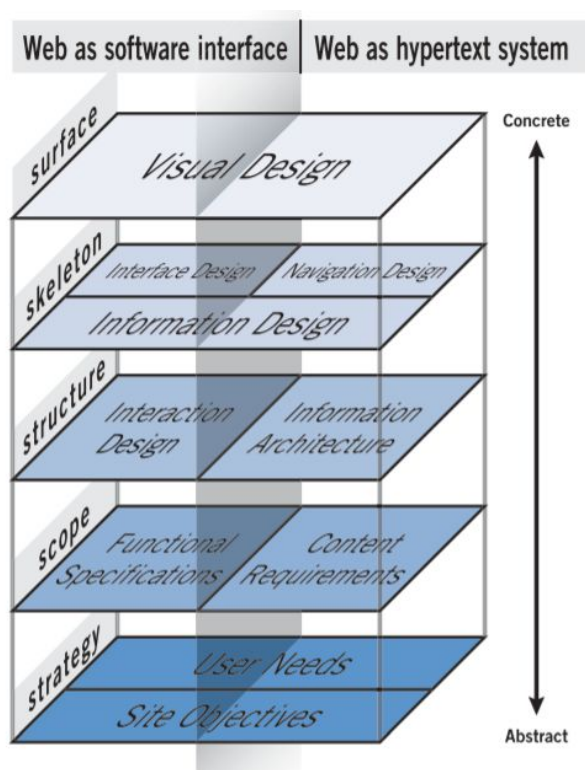
Para compreendermos os conceitos que a metodologia propõe, precisamos entender o que o autor usa para conceituar certas nomenclaturas, e para isso, faremos uma estudo de seu texto, para assim assimilarmos o contexto que Garrett utiliza ao nomear certas palavras e como as mesmas impactam o projeto.

Há uma confusão perante as terminologias usadas neste específico campo tecnológico, em que algumas pessoas utilizam termos como “arquitetura da informação” para descrever o que outras consideram “design de informação” (GARRETT, 2011, p.28). Segundo Garrett, isso se deu pela forma que a *web* se desenvolveu. Antes eram apenas hipertextos, ou seja, pessoas criavam documentos e os ligavam à outros documentos, entretanto, com o desenvolvimento da Web, o limite do que se podia criar em rede se estendeu, além de distribuir, passou-se a compartilhar e manipular informações. Assim, a web tornou-se muito mais interativa, podendo moldar-se aos *feedbacks* dos seus usuários (GARRETT , 2011, p.28).

Com o desenvolver da *web*, os seus usuários passaram a falar duas linguagens distintas, na qual um grupo via seus problemas como sendo problemas de design, onde “aplicavam soluções de problemas que se aproximavam do desktop tradicional e do mundo dos *mainframes* de *softwares*” (Garrett, 2011, Tradução Livre, p.29), e o outro grupo “viu a *web* em termos de distribuição de informações e recuperação, e aplicou abordagens de resolução de problemas a partir do mundos da publicação, mídia e ciência da informação” (idem, p. 29).

O autor, então, revela que devido à esse desentendimento e dualidade, as etapas do processo são divididas em dois setores, um voltado para a *web* como **interface do software** – em que preocupa-se primeiramente com as tarefas e com quais passos determinada pessoa deve tomar para completá-la - e a outra como **espaços de informação de hipertexto** — no qual o foco é no tipo de informação que o receptor estaria recebendo e como ele pode a entender (GARRETT, 2011, p.31, tradução livre). Com essas divisões, pode-se entender o gráfico de forma diferente.

Figura 57: Divisões do Plano de Garrett (2011)



Fonte: Garrett (2011)

O Plano da Estratégia: Este plano divide-se nas necessidades dos usuários e nos objetivos do site. É necessário entender quem é o público que utilizará o site e o que eles querem do mesmo, balanceando com o que nós, criadores da plataforma, almejamos com o mesmo (GARRETT, 2011, p. 28-29).

O Plano do Escopo: Esta etapa é dividida em duas seções, as Especificações Funcionais e os Requerimentos de Conteúdos. A primeira corresponde à área da interface de software e tem como objetivo detalhar quais serão os recursos oferecidos pelo site. Já a segunda encontra-se no lado do sistema de hipertexto e tem como objetivo descrever quais são os vários elementos ou conteúdos que serão necessários para o site (Idem, 2011, p.29).

O Plano da Estrutura: Encontra-se aqui o Design de Informação do lado esquerdo e a Arquitetura da Informação do direito. O Design da Interação corresponde à forma que o sistema interage com o usuário, enquanto a Arquitetura da Informação corresponde à forma que os elementos e os conteúdos são organizados (Idem, 2011, p. 30).

O Plano do Esqueleto: Este possui três áreas, sendo o Design de Informação o que tangia as duas áreas, servindo como base para as informações que serão apresentadas ao usuário de forma que facilite o entendimento do mesmo; O lado do software possui o Design de Interface, que é a organização da interface e o conjunto de elementos que o usuário poderá interagir com o sistema; e do lado do sistema tem o Design de Navegação, que “o conjunto de elementos de tela que permitem ao usuário mover através da arquitetura da informação” (Garrett, 2011, tradução livre, p. 34).

O Plano da Superfície: Este corresponde ao Design Visual do site, englobando as duas metades do gráfico e sendo o primeiro impacto que o usuário tem com nosso produto/serviço (Garrett, 2011, p. 30).

Após o desenvolvimento do Plano de Superfície, o projeto é finalizado, uma vez que ele é de caráter conceitual, tendo como principal objetivo oferecer uma possibilidade para que as mulheres dentro da universidade possam encontrar apoio, não sendo o objetivo da pesquisa colocar o site em funcionamento neste momento. O projeto, contudo, será apresentado para a PRAE para uma futura validação e aplicação com o público final.

10. MEMORIAL DESCRITIVO

Após entendermos o que cada seção da metodologia de Munari e de Garrett correspondem, é necessário agora entender como cada uma irá ser aplicada no nosso projeto e o que será feito em cada etapa do processo e o que se espera obter de resultado final em cada uma delas.

O site será projetado para ser uma plataforma interna à Universidade, com bolsistas responsáveis pela criação de eventos voltado ao tema de saúde mental, como a coleta de informações e a formação de novas parcerias, como também terá o professor orientador. Por ser atrelado ao sigaa, somente o professor orientador tem acesso às informações e à identidade das alunas, onde caso seja identificado algum risco à vida dessa pessoa, é através da matrícula do sigaa que se é possível saber quem é a aluna, qual o curso, qual semestre, email e telefone de contato.

10.1. Problema: Definição e Componentes

O primeiro passo é entender qual o nosso problema de projeto de design, que tem relação com nosso projeto de pesquisa. Assim, foi preciso definir qual é a situação que procuramos resolver através do design, que nesta pesquisa é a depressão de mulheres no contexto da universidade.

É preciso, portanto, definir o problema especificamente, qual área iremos abordar. No nosso caso, o problema encontrado corresponde a falta de um "espaço" seguro onde as mulheres possam receber apoio e informação.

Diante do estudo realizado, compreende-se que devido ao tabu, cria-se um medo de compartilhar seus pensamentos e dificuldades, deixando essas mulheres isoladas, acreditando que somente ela passa pelo que está sofrendo, conforme entrevista com a psicóloga Ana Altina Teixeira Marciano. A falta de informação também é um problema, visto que muitas pessoas tem conhecimento sobre o que é depressão de fato, e por causa disso não procuram ajuda até que a doença se agrave.

10.2. Coleta e Análise de Dados

Através dos estudos de similares, em que 3 dos projetos analisados foram inspirados pelas vivências pessoais dos designers, sendo eles o *Mindnosis*, *Tools for Therapy* e *Tear Gun*, evidenciou-se ser possível criar um projeto a partir de uma necessidade particular para somente depois ter a validação externa com o público-alvo. A partir dessa premissa, a de projetar através de uma experiência pessoal, para que pessoas que enfrentam algo similar possam se identificar com o problema, que foi decidido o problema a ser abordado e qual solução a ser aplicada.

Como abordado pela justificativa, foi através de uma rede de apoio feminina que obtive ajuda em uma situação de fragilidade emocional, tornando esse o fator principal a ser tratado pelo meu projeto. Contudo, a fim de entender se este era de fato um problema significativo, foi necessário entrevistar dois profissionais de saúde, um dentro da universidade e o outro que atenda de forma mais abrangente no mercado.

O primeiro entrevistado foi o psicólogo da PRAE, Lindemberg Saldanha. Nesse momento, foi discutido de forma geral sobre a depressão na Universidade,

seus índices, como a doença impacta na vida acadêmica, como ela progrediu ao longo dos anos dentro das salas de aula, a média entre mulheres e homens em atendimento, etc. Esta entrevista objetivou entender o local de estudo, o que é ofertado pela mesma e o que já é desenvolvido na Universidade para combater o problema. Esta etapa foi realizada de forma livre, sem roteiro, tendo como objetivo entender o contexto geral e a problemática que permeia a universidade num contexto geral.

A segunda entrevista foi feita com a psicóloga Ana Altina Teixeira Marciano, que trabalhou em grupos de mulheres que sofreram violência doméstica, tendo como objetivo entender o contexto em que o gênero influencia na doença, como grupos impactavam no tratamento, além de validar inicialmente a ideia no seu estágio inicial, a fim de dar início ao desenvolvimento tendo a confirmação de que o projeto de fato tem o potencial de influenciar mulheres positivamente. Já esta entrevista foi realizada com um roteiro, que tinha como principal objetivo validar a ideia inicial, onde entendia-se o contexto geral da depressão feminina para em seguida focar em aspectos importantes para o projeto, tais como a relação de um grupo no tratamento da depressão, como também as diferenças encontradas na relação da depressão feminina versus a masculina. Ao fim, foi gerado um arquivo de áudio como produto da entrevista.

Formulário criado para a Entrevista

1. Quais são os métodos de tratamento para pessoas com depressão?
2. Quanto tempo em média as pacientes ficam em tratamento?
3. Você como psicóloga encontra algum desafio em realizar o tratamento nessas pessoas?
4. Quantas dessas são mulheres?
5. Existe diferença entre as mulheres x os homens com relação a depressão?
Se sim, qual a diferença?
6. Como o tratamento influencia na vida dessas pessoas? Existe alguma resistência por parte dessas mulheres para aplicar o que se é indicado? Qual a maior dificuldade nesse aspecto que elas enfrentam, caso elas apresentem essa resistência?

7. Procurar por ajuda pode ser um passo muito difícil a ser dado, seja por medo/tabu, ou que não seja tão grave assim. Você concorda com essas dificuldades? Em qual momento você identifica que elas buscam ajuda? Existe algum padrão que se segue no início dessa busca?
8. Existe alguma forma de identificar que elas tem um problema mais rapidamente?
9. O que as pacientes em tratamento podem fazer além da terapia para ajudar na melhora do seu quadro psíquico?
10. Sabemos que as relações que fazemos entre si tem papel fundamental na vida de um ser humano. Como a socialização dessas pacientes é afetada com a depressão? E após o diagnóstico?
11. A socialização é um aspecto fundamental para o tratamento dessas pessoas? Ou foca-se no individual primeiramente?
12. Qual o poder da socialização no tratamento dessas pacientes?
13. Entre seus pacientes, quantas pessoas que você atende tem depressão e estão em período de formação no ensino superior?
14. Sabe-se que o início da vida acadêmica é cheia de mudanças e que pode ser um período de muita instabilidade e de demandas, trazendo assim sintomas de ansiedade e depressão. Existe diferença em como mulheres depressivas x homens depressivos enfrentam a vida acadêmica?
15. Você acredita que existam cobranças ou questões específicas que mulheres sofrem em ambiente acadêmico?
16. Você enquanto profissional de psicologia utiliza de alguma ferramentas de apoio e outras mídias secundárias para o auxílio do tratamento?

Após as entrevistas, foi validado a ideia de desenvolver uma ferramenta de apoio às mulheres. Entretanto, é importante colocar que tal ferramenta não substitui a ajuda profissional. Após esta etapa, foi possível iniciar o desenvolvimento da plataforma.

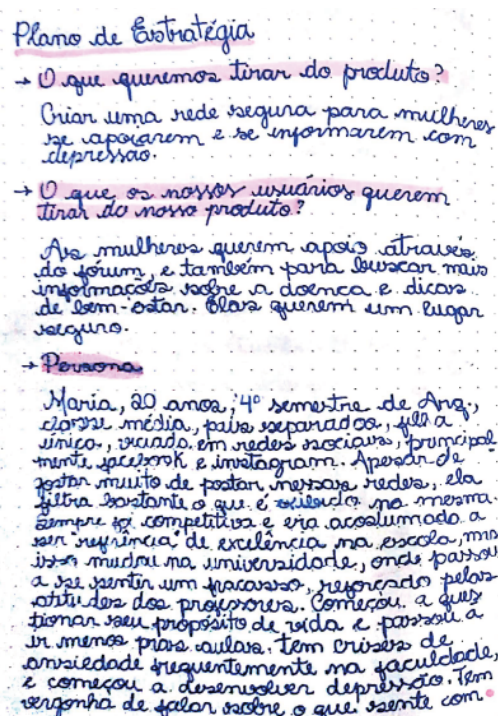
10.3. Plano de Estratégia

De acordo com o autor, é necessário responder a duas perguntas: “O que nós queremos tirar deste produto?” e “O que nossos usuários querem tirar do nosso produto?” (GARRETT, 2011, tradução livre, p. 36). Sobre a primeira pergunta, o nosso objetivo projetual pode ser definido como: Criar uma rede segura para mulheres se apoiarem e se informarem sobre a depressão.

Avaliando que a plataforma será um espaço que tratará de assuntos de intimidade, entende-se que as mulheres precisam um espaço de segurança. . Para esse objetivo, com base nos estudos realizados e nas entrevistas, estima-se que o projeto deve ter como foco duas sessões: o fórum, onde as mulheres poderão conversar entre si, e as informações acerca da doença, além de dicas sobre bem-estar e de atividades dentro da universidade. Foi criada uma persona⁵⁰ para estimar qual o público que iremos atingir e como este público utiliza a internet; o nível de conforto que as usuárias têm com a tecnologia; identificação suas necessidades; e qual linguagem mais eficiente para uma comunicação direta com as mesmas.

⁵⁰ De acordo com o autor, a definição de persona é “um personagem fictício construído para representar as necessidades de toda uma gama de usuários reais” (Garrett, 2011, Tradução Livre p.49)

Figura 58: Rascunho do Plano de Estratégia



Fonte: da autora

Para projetar um espaço seguro para essas mulheres foi preciso entender quem elas são, para quem estamos projetando. Para isso, foi criada uma persona, a qual foi chamada de Maria, baseada na minha experiência pessoal com a doença em seu estado inicial, quando não tinha muito conhecimento sobre a depressão e como ela afetava a minha vida. Este perfil foi criado de forma abstrata e hipotética, mesmo sendo baseado em minhas experiências de forma geral, aproximando-se assim do perfil da usuária.

PERSONA

Maria, 21 anos, 4º Design, classe média, pais divorciados, filha única. Viciada em redes sociais, especialmente no *Facebook* e no *Instagram*. Apesar de gostar muito de postar nas redes, ela filtra bastante o que é exibido, mostrando-se sempre uma pessoa ativa e feliz. Sempre foi competitiva e é acostumada a ser referência de excelência na escola, mas isso mudou muito na faculdade, onde passou a se sentir um fracasso, reforçado pelas atitudes dos professores.

Começou a questionar seu propósito de vida e objetivos, não estando mais certa se o curso é o que deseja fazer, mas sem ter nenhuma outra perspectiva. Passou a faltar mais aulas, tem crises de ansiedade frequentemente no ambiente acadêmico e começou a desenvolver depressão. Tem vergonha de falar o que sente com seus amigos e familiares pelo medo do julgamento e por acharem que ela ficou fraca, por não ter do que reclamar. Acha que está ficando louca e se sente muito sozinha. Maria sabe o que é depressão de uma forma geral, mas desconhece os sintomas.

10.4. Plano de Escopo

Introduzindo a nova pergunta dessa fase da metodologia projetual, Garrett propõe o questionamento: “O que vamos fazer?” (GARRETT, 2011, p. 61), tendo como resposta “Uma plataforma exclusiva onde terá um fórum, informações sobre depressão e uma área de informações contendo atividades de bem-estar ofertadas pela universidade”. Esta fase ajuda a delimitar o que é possível fazer no tempo que lhe é ofertado, quais são as prioridades, etc.

Aqui foram definidos quais os requisitos para o sistema, o que deveria constar no site, como suprir as necessidades dos usuários encontradas na fase anterior. Foi criada uma lista detalhando tudo o que terá no site.

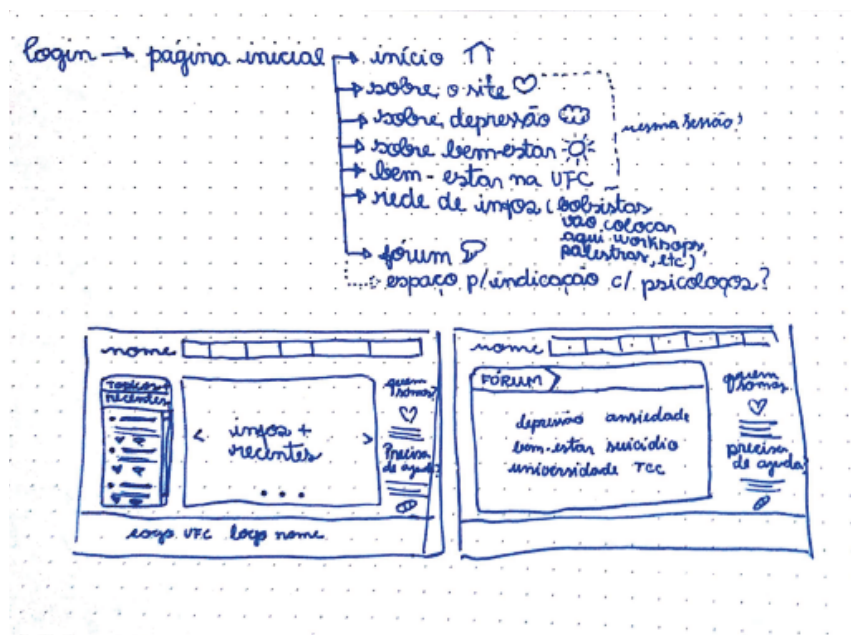
- Assim que acessado o site, a usuária irá visualizar a área de login, para colocar o usuário (o mesmo do SIGAA), e a senha. Deverá conter links de redirecionamento para o SIGAA caso a estudante esqueça algumas dessas informações, resolvendo essa questão no devido site.
- Deverá conter um sistema de navegação global, contendo todas as páginas principais no todo, em todas as páginas.
- Ainda no menu, caso tenha mais de uma seção por página, o menu deverá ser em cascata.
- Ferramenta de busca para tópicos específicos
- Criação de tags específicas para o fórum e as matérias, para que as pessoas achem os assuntos que querem mais facilmente
- Criação de ícones

- Mesmo sem a identificação, é necessário ter uma aba para as notificações para acompanhar as interações com o fórum etc
- Ter sempre à vista as informações cruciais, elas sendo um resumo do projeto - contendo um atalho para mais informações do mesmo - e informações para casos emergenciais
- É necessário ter um esquema de diferenciação de usuárias anônimas para facilitar a interação entre as mesmas
- Uma aba de sugestões para que as mulheres possam interagir com aqueles que lidam com o programa, pedindo assim melhorias ou alterações tanto no site como em seu funcionamento
- Todos os elementos da interface devem se organizar nas dimensões de uma página, sem haver a rolagem, para que todas as informações estejam acessíveis ao primeiro contato
- Ter uma linguagem simples e acolhedora
- Criar uma rede para estudantes e uma para os responsáveis pelo projeto, estes sendo os bolsistas e os psicólogos da universidade
- Possibilitar aos responsáveis a edição da plataforma e à criação de novas matérias
- Os Responsáveis terão acesso ao perfil das anônimas, a fim de, caso haja uma emergência, seja mais fácil de identificá-la.

10.5. Plano de Estrutura

Após as etapas anteriores, faz-se necessário o momento de montar a estrutura do site, criando através da arquitetura da informação um esquema hierárquico de como o conteúdo será organizado e manuseado pelo usuário no site. Dizer como o site irá funcionar.

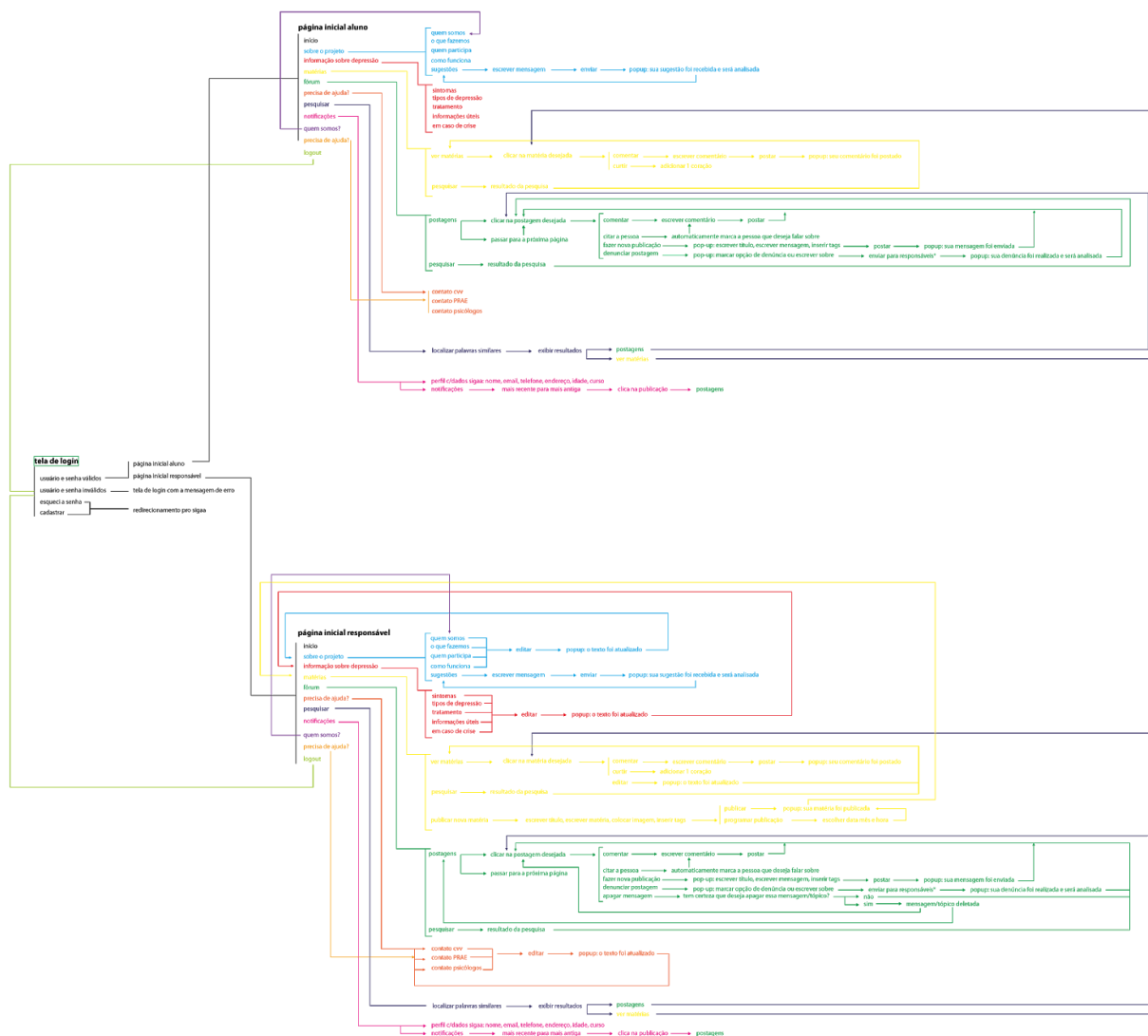
Figura 59: Rascunho do Plano de Estrutura



Fonte: Autoral

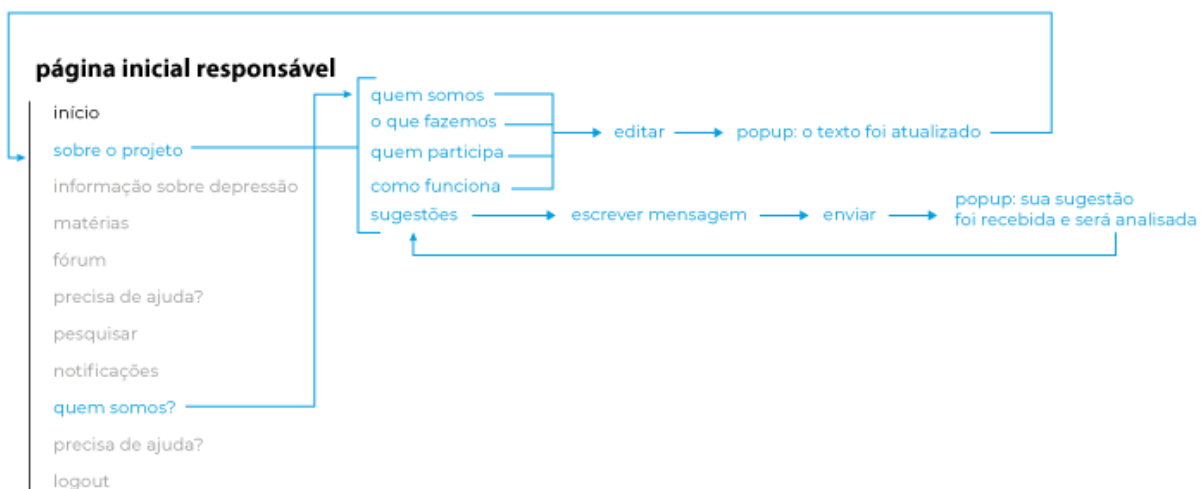
Foi realizado o primeiro estudo organizando as informações consideradas essenciais do Plano de Escopo, a análise da hierarquia entre dados e interação entre os elementos. Após definidos, foi criado um organograma contendo tanto as páginas da plataforma como também a ação e conexão que a mesma desencadearia ou se conectaria. A figura 60 representa essas relações de forma geral, desde o login até as duas diferentes formas de interagir entre a página do aluno e a página do responsável.

Figura 60: Visão Geral da organização e interação da plataforma



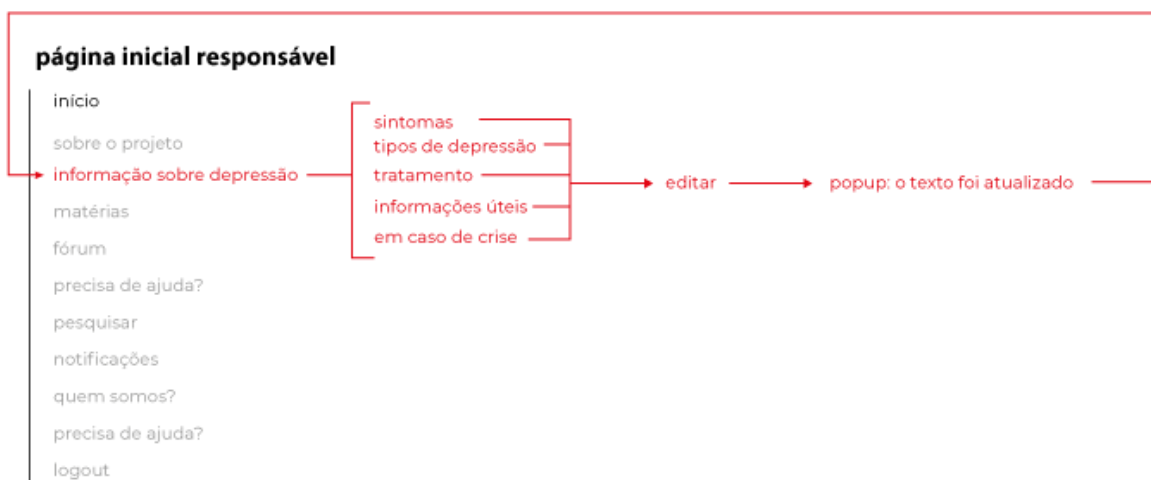
Fonte: Autoral

Figura 61: Telas de navegação dos Responsáveis - Sobre o Projeto.



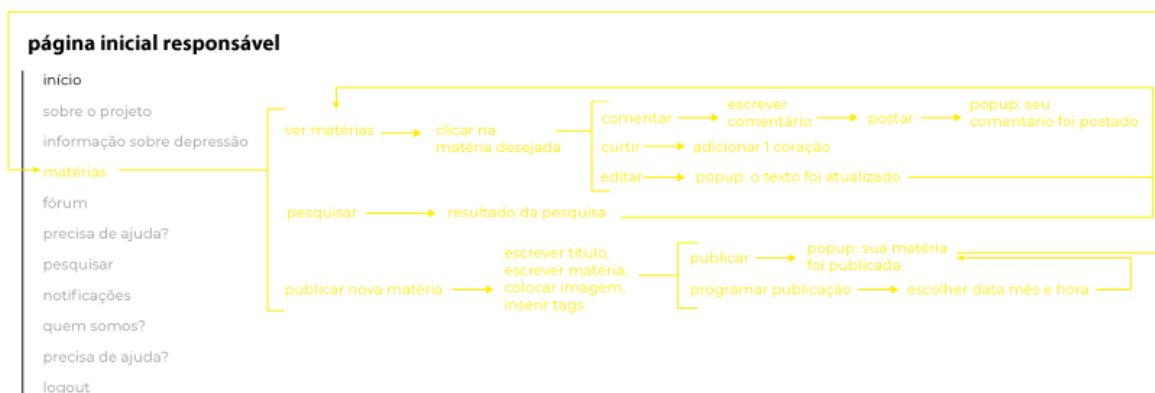
Fonte: Autoral

Figura 62: Telas de navegação dos Responsáveis - Informação da depressão



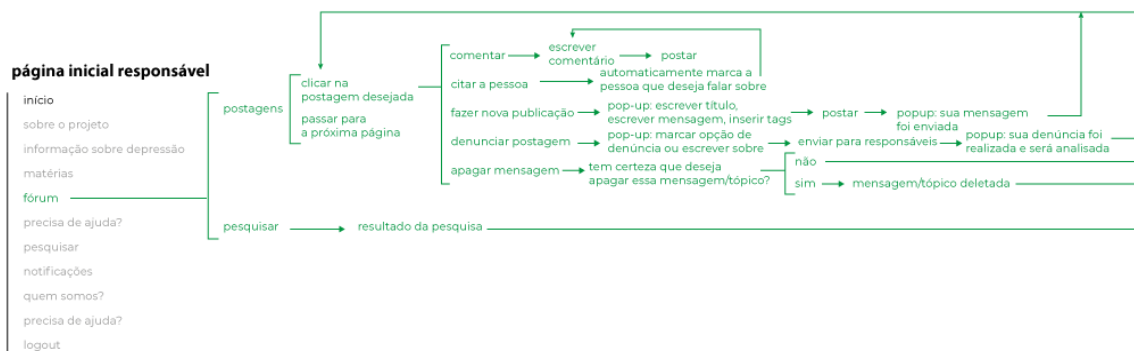
Fonte: Autoral

Figura 63: Telas de navegação dos Responsáveis - Matérias



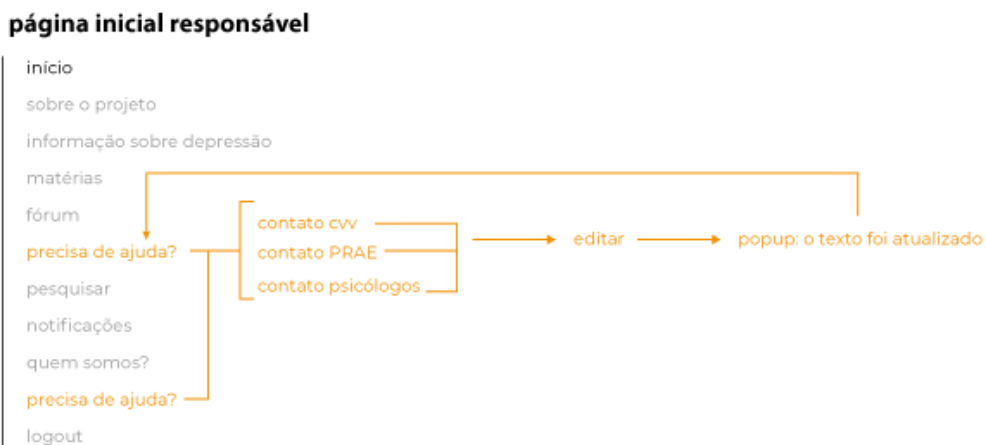
Fonte: Autoral

Figura 64: Telas de navegação dos Responsáveis - Fórum



Fonte: Autoral

Figura 65: Telas de navegação dos Responsáveis - Precisa de ajuda?



Fonte: Autoral

Figura 66: Telas de navegação dos Responsáveis - Pesquisar

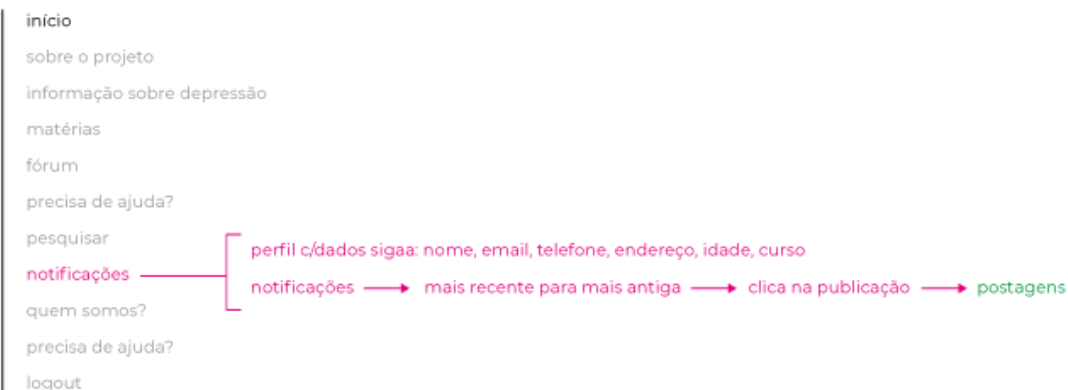
página inicial responsável



Fonte: Autoral

Figura 67: Telas de navegação dos Responsáveis - Notificações

página inicial responsável



Fonte: Autoral

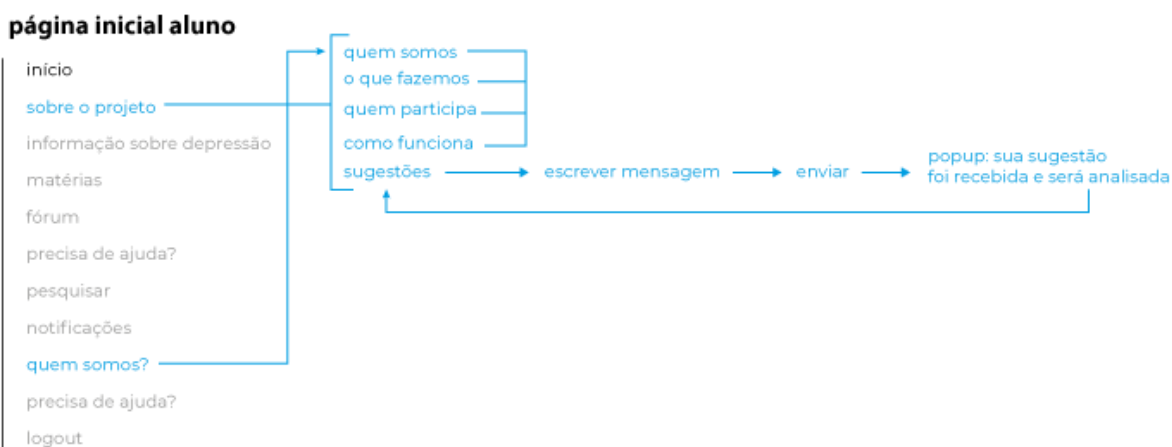
Figura 68: Telas de navegação dos Responsáveis - Logout

página inicial responsável



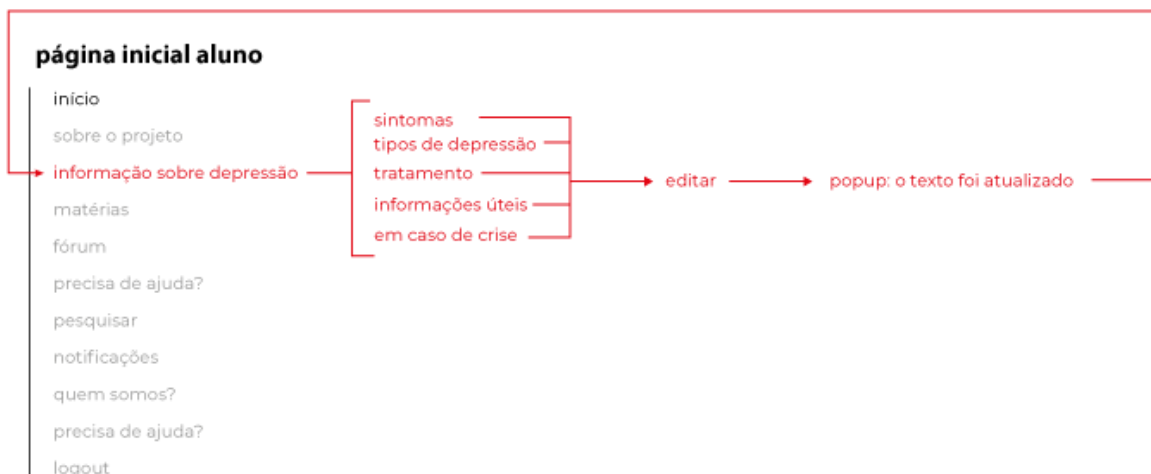
Fonte: Autoral

Figura 69: Telas de navegação dos Alunos - Sobre o Projeto



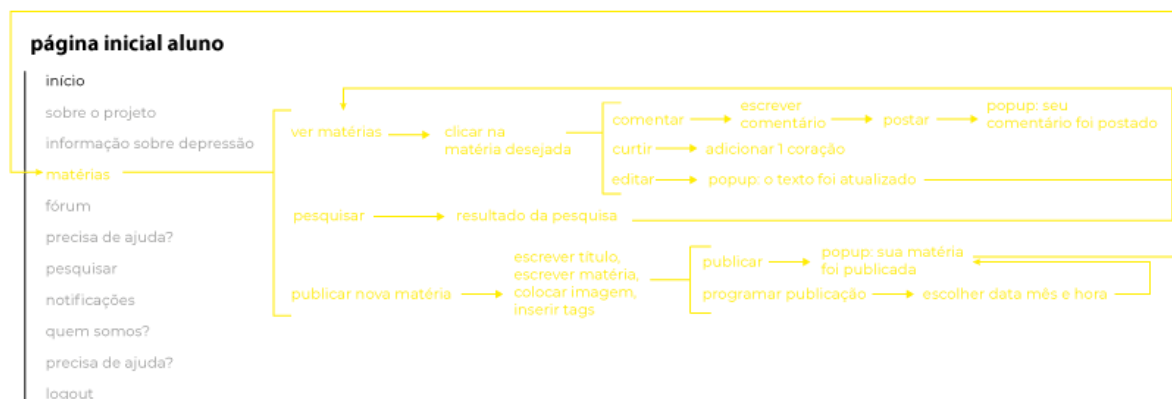
Fonte: Autoral

Figura 70: Telas de navegação dos Alunos - Informação sobre depressão



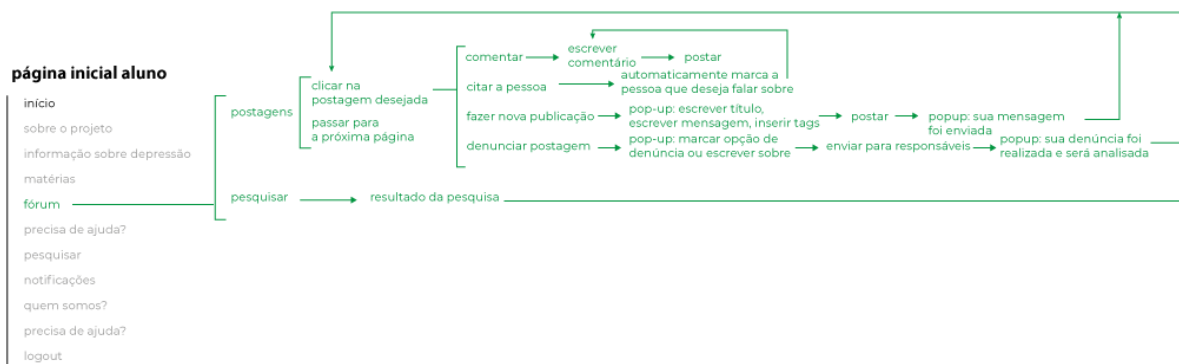
Fonte: Autoral

Figura 71: Telas de navegação dos Alunos - Matérias



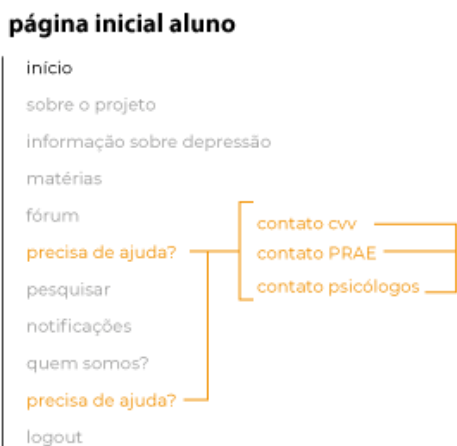
Fonte: Autoral

Figura 72: Telas de navegação dos Alunos - Fórum



Fonte: Autoral

Figura 73: Telas de navegação dos Alunos - Precisa de ajuda?



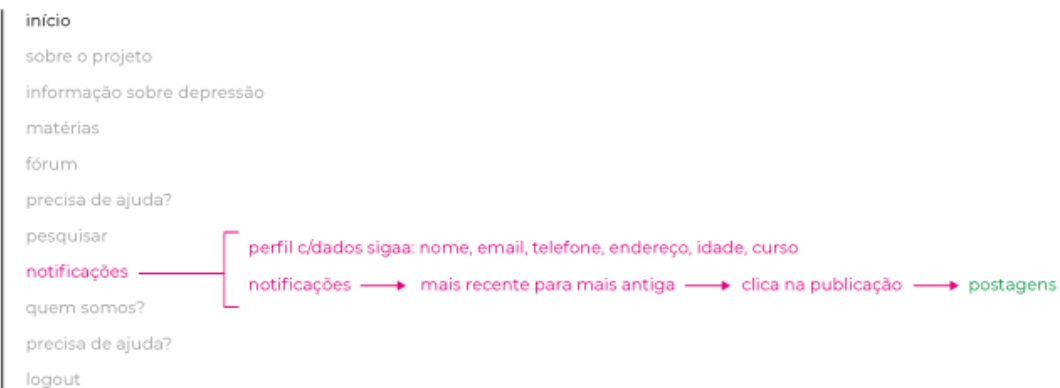
Fonte: Autoral

Figura 74: Telas de navegação dos Alunos - Pesquisar



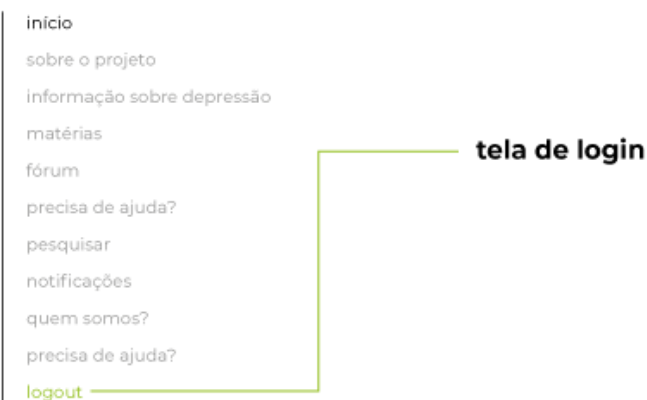
Fonte: Autoral

Figura 75: Telas de navegação dos Alunos - Notificações

página inicial aluno

Fonte: Autoral

Figura 76: Telas de navegação dos Alunos - Logout

página inicial aluno

Fonte: Autoral

10.6. Plano de Esqueleto

Essa etapa é focada no caráter formal do site. Foi pontuado aspectos organizacionais e de navegação. Segundo o autor, “o plano do esqueleto, nossas preocupações existem quase exclusivamente no escala menor de componentes individuais e seus relacionamentos (GARRETT, 2011, Tradução Livre, p. 108). Ainda segundo o mesmo:

(...)nós definimos o esqueleto através do design de interface - o reino familiar de botões, campos e outros componentes de interfaces. Mas os produtos de informação têm um conjunto único de problemas todos seus. O design de navegação é a forma especializada de design de interface adaptado para apresentar espaços de informação. Finalmente, cruzando ambos os lados, temos design de informação, a apresentação de

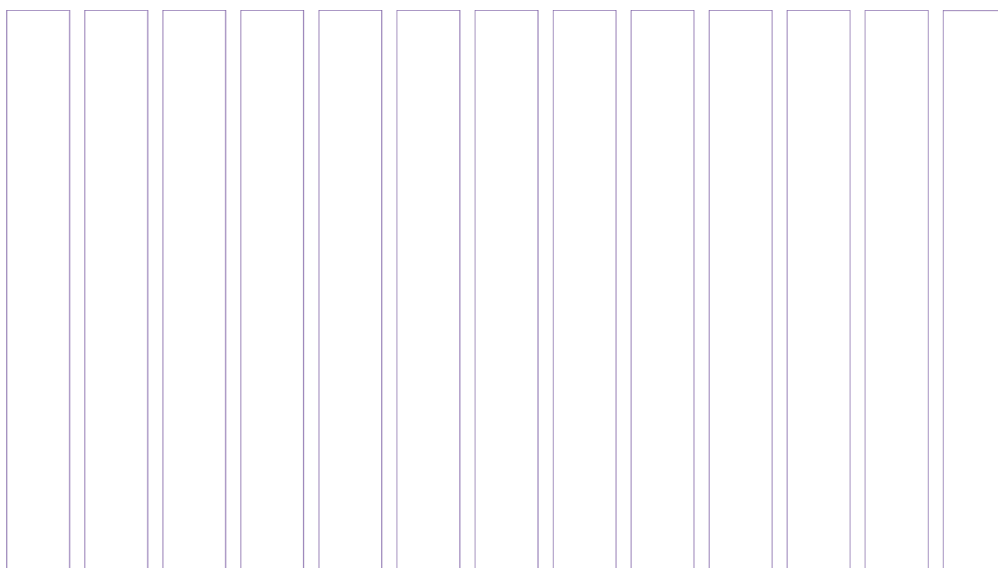
informação para uma comunicação eficaz (GARRETT, 2011, Tradução Livre, p. 108).

Ao fim, temos elementos de interação (botões, formulários, tabelas, etc.), temos também definida a hierarquia em que os elementos se encontram, como será feita a navegação de uma página para a outra e definir qual a relação entre elas, o *wireframe* (layout estrutural da página contendo todas as direções onde os elementos irão ficar, como um esqueleto do site), além de informações necessárias para ajudar o usuário a compreender a plataforma, sejam elas visuais ou organizacionais (GARRETT, 2011).

Primeiramente foi decidido quais os principais elementos que a plataforma deveria realçar, estes sendo no caso as informações sobre o projeto e dados emergenciais, como o telefone do CVV ou da PRAE. Decidiu-se então manter estas duas informações fixas na lateral direita, garantindo o fácil acesso às mesmas.

As wireframes foram trabalhadas com um grid de colunas de 121px e com um respiro de 28px por toda a página igualmente. Os esboços foram feitos em um nível maior de detalhamento, visto que por não se tratar de um redesign, não existe uma base de elementos para se trabalhar, sendo necessário assim descobrir problemas de fluxo e faltas de elementos, ou partes desnecessárias no projeto, oferecendo assim uma tatilidade maior.

Figura 77: Grid



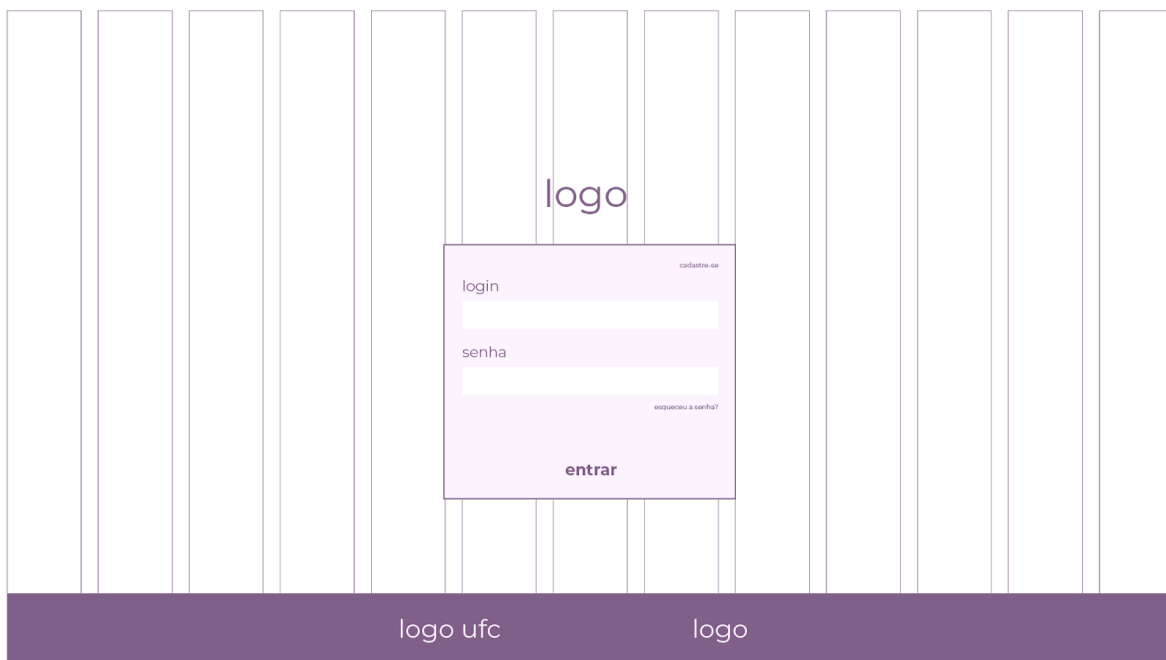
Fonte: Autoral

Figura 78: Wireframes Geral



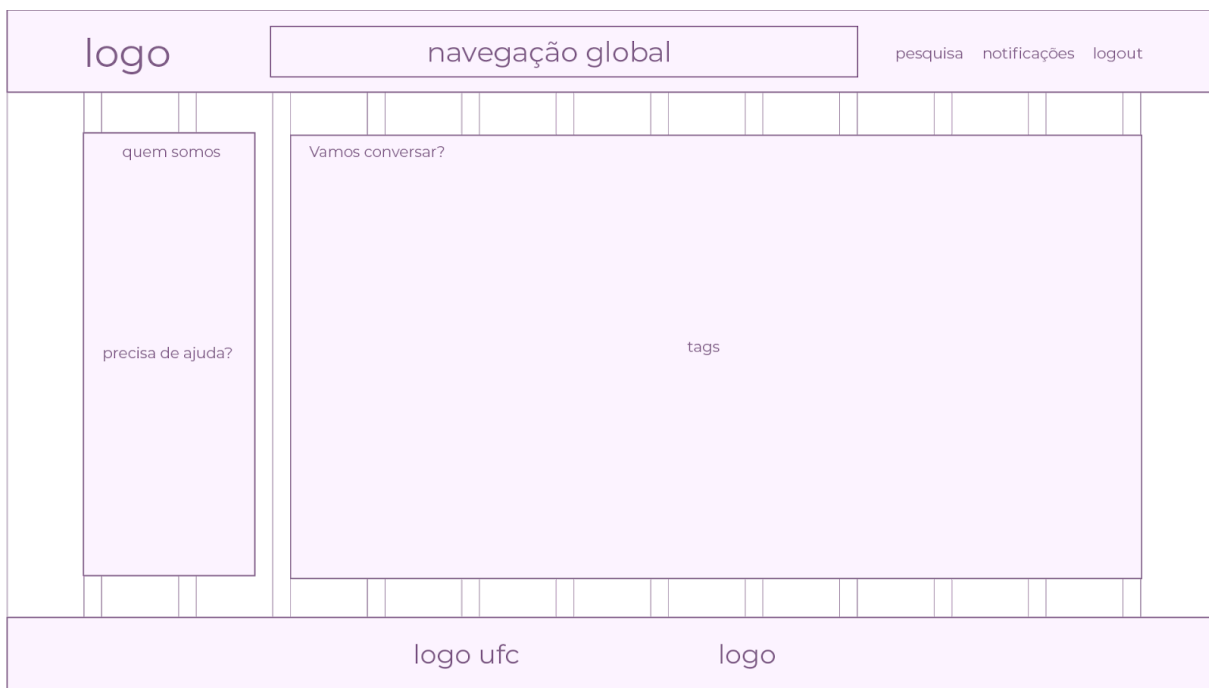
Fonte: Autoral

Figura 79: Wireframe Login



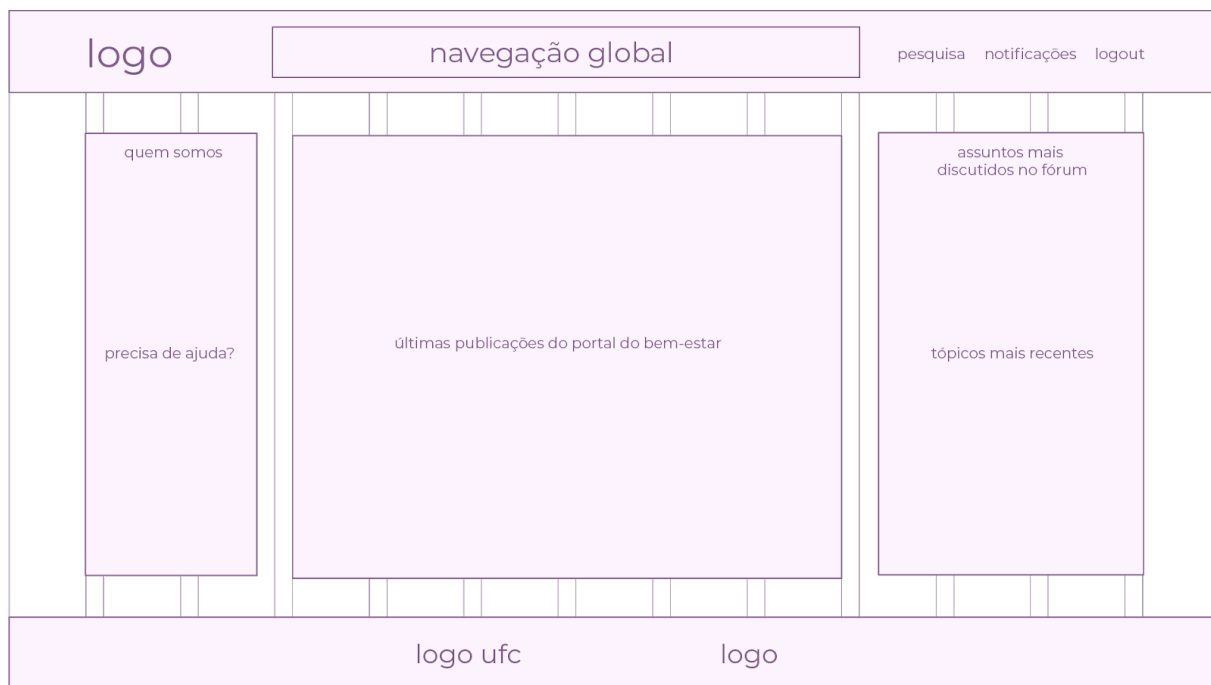
Fonte: Autoral

Figura 80: Wireframe estrutural geral



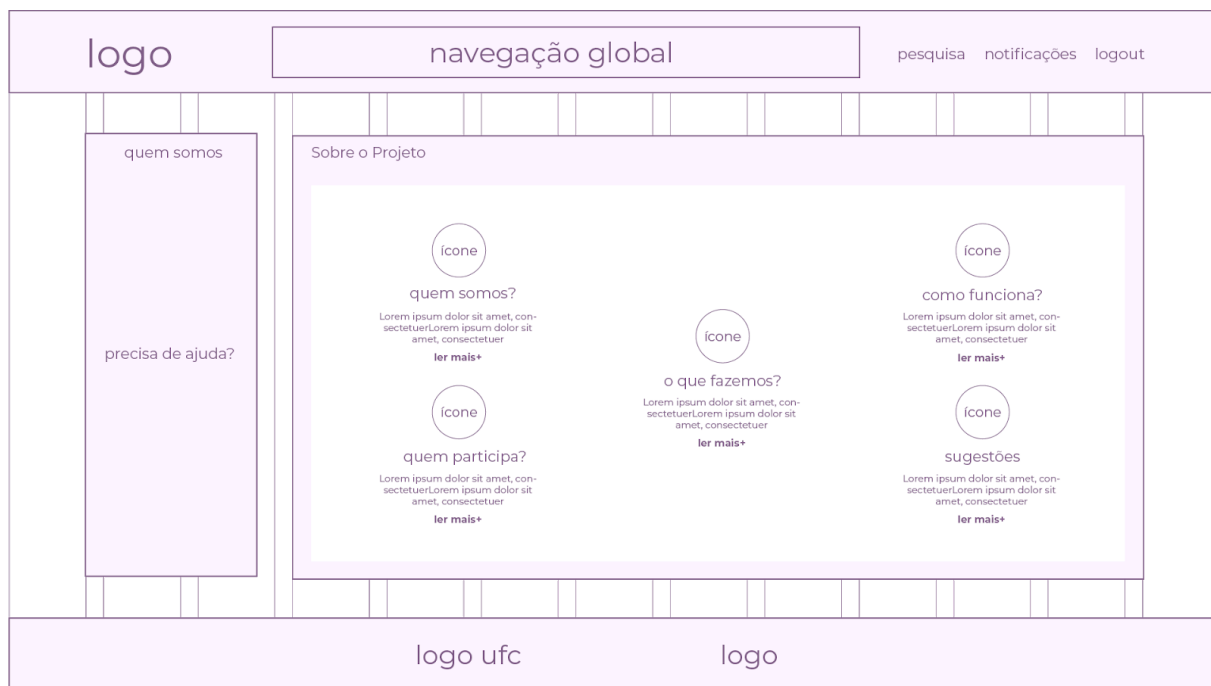
Fonte: Autoral

Figura 81: Wireframe página inicial



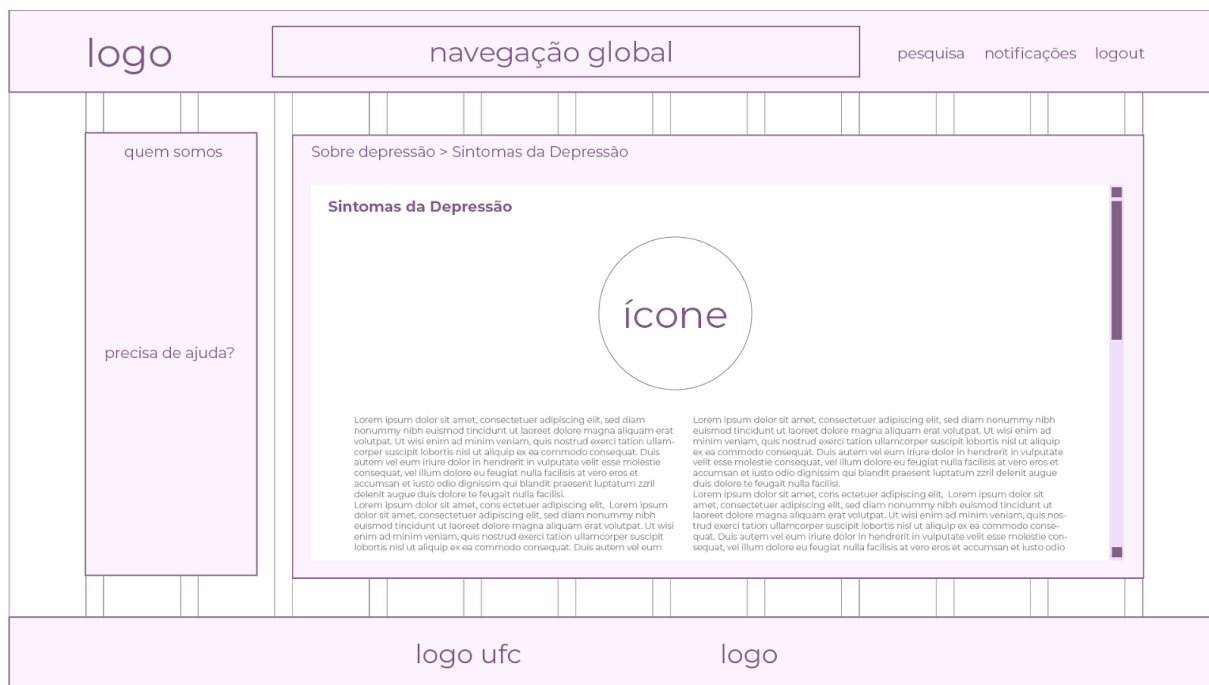
Fonte: Autoral

Figura 82: Wireframe página Sobre o Projeto



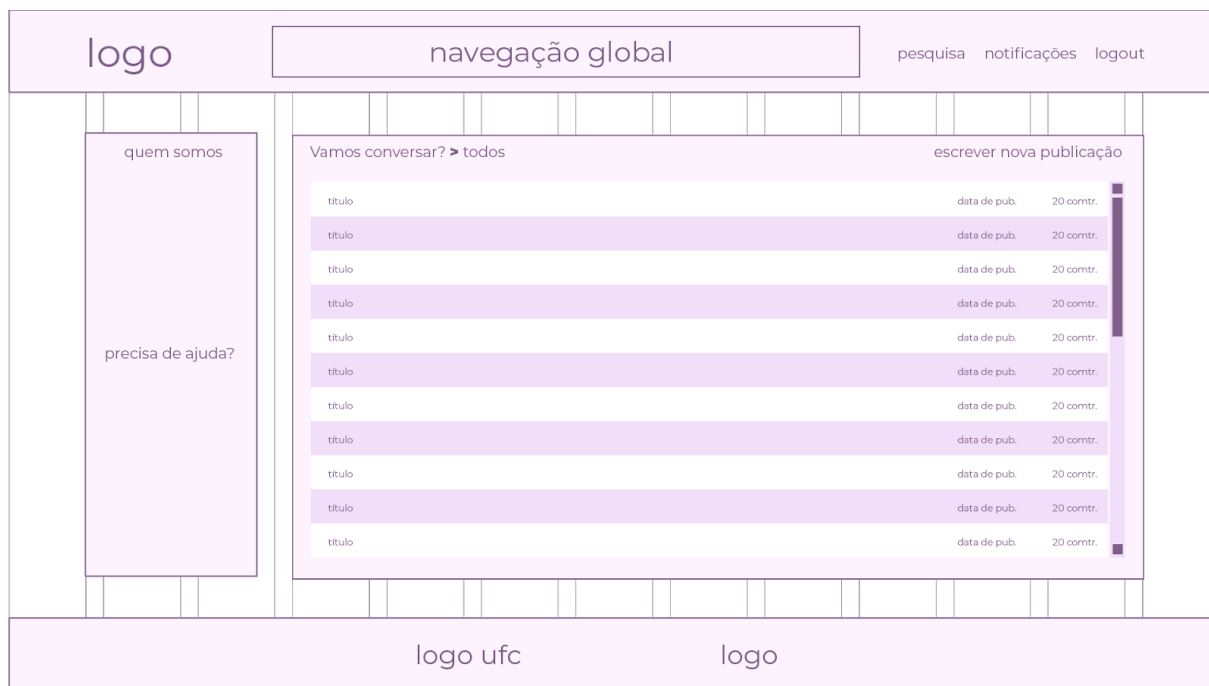
Fonte: Autoral

Figura 83: Wireframe página Sobre Sintomas da Depressão



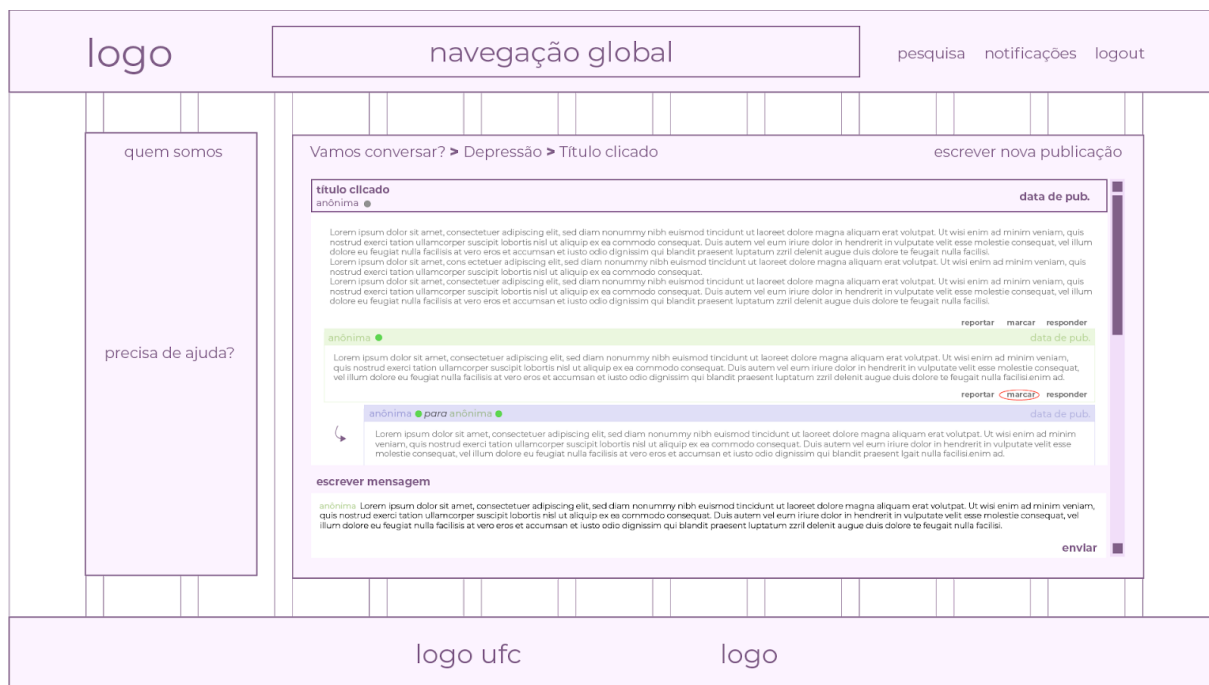
Fonte: Autoral

Figura 84: Wireframe página Vamos Conversar



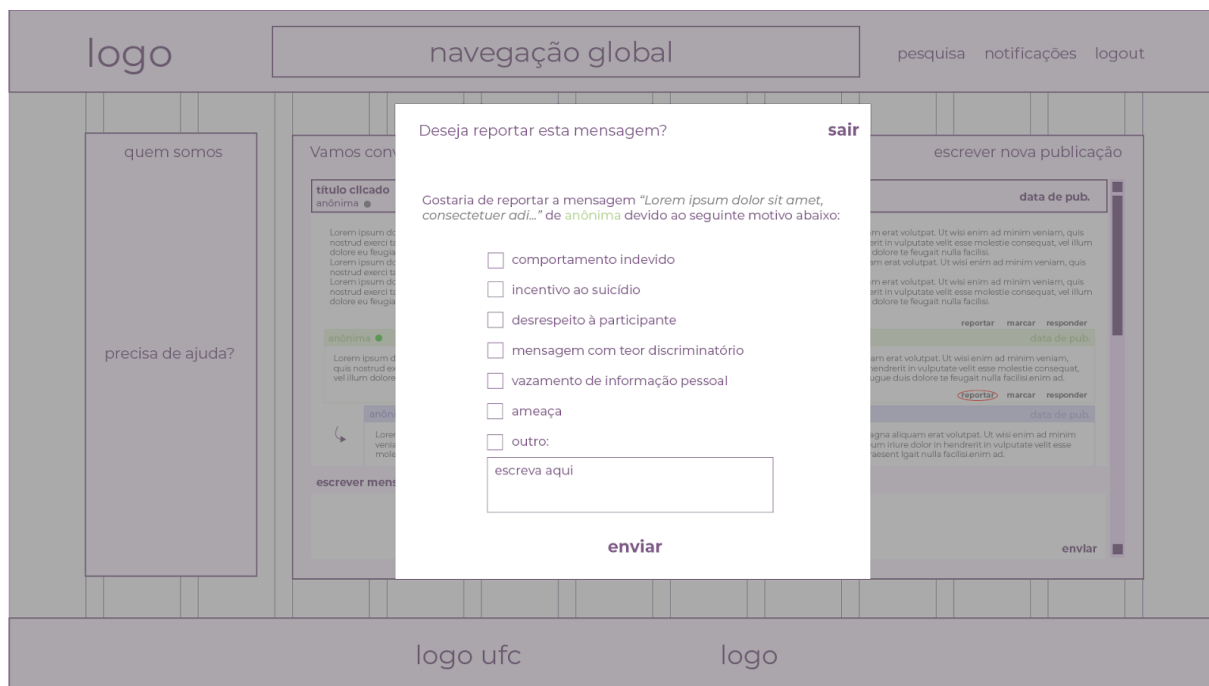
Fonte: Autoral

Figura 85: Wireframe página Vamos Conversar- Título Clicado



Fonte: Autoral

Figura 86: Wireframe página Reportar Mensagem



Fonte: Autoral

Figura 87: Wireframe página Escrever Nova Publicação



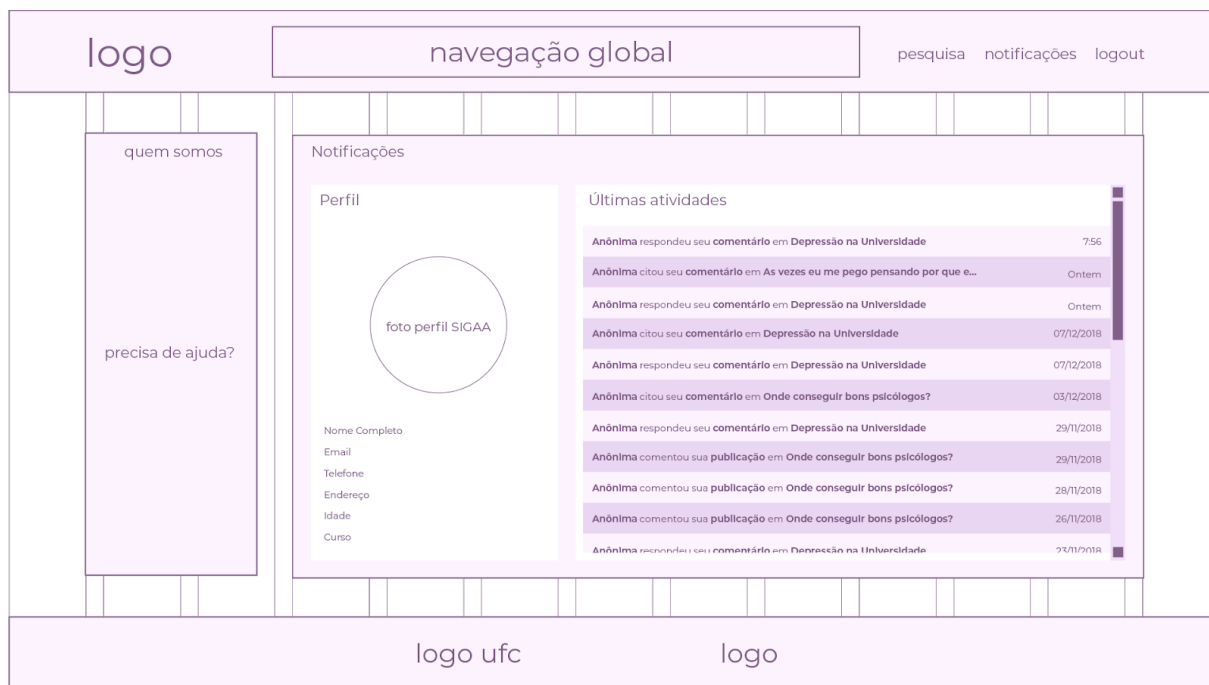
Fonte: Autoral

Figura 88: Wireframe página Mensagem Enviada



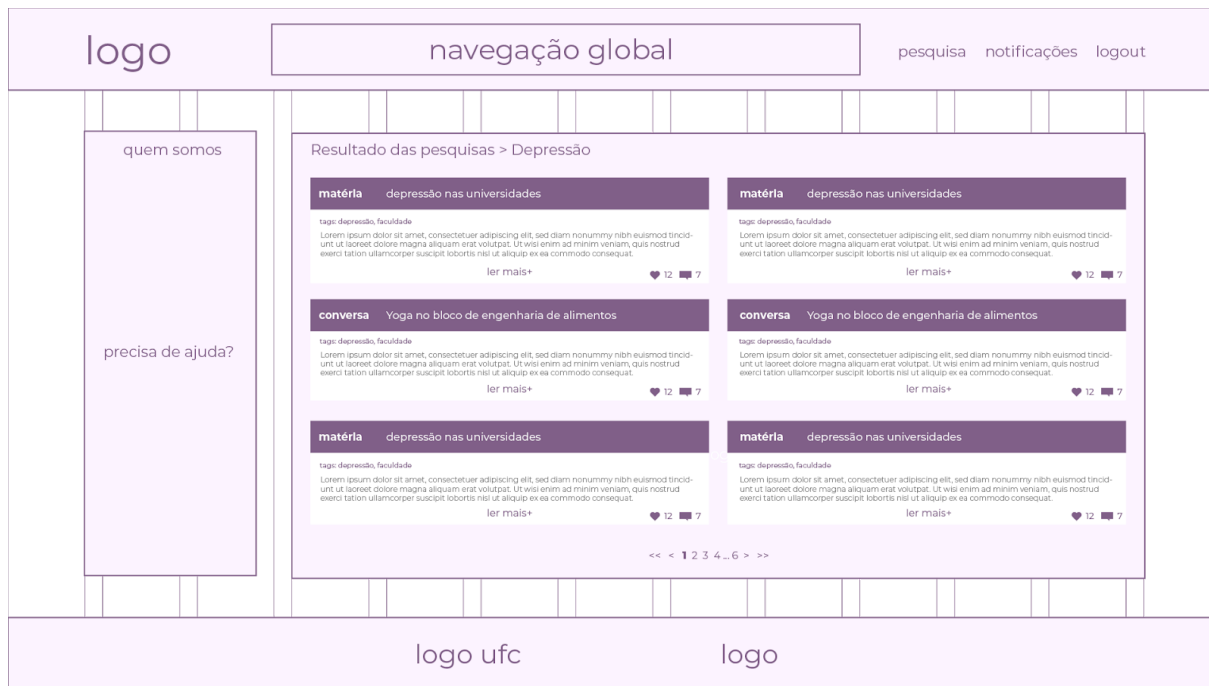
Fonte: Autoral

Figura 89: Wireframe página Notificações



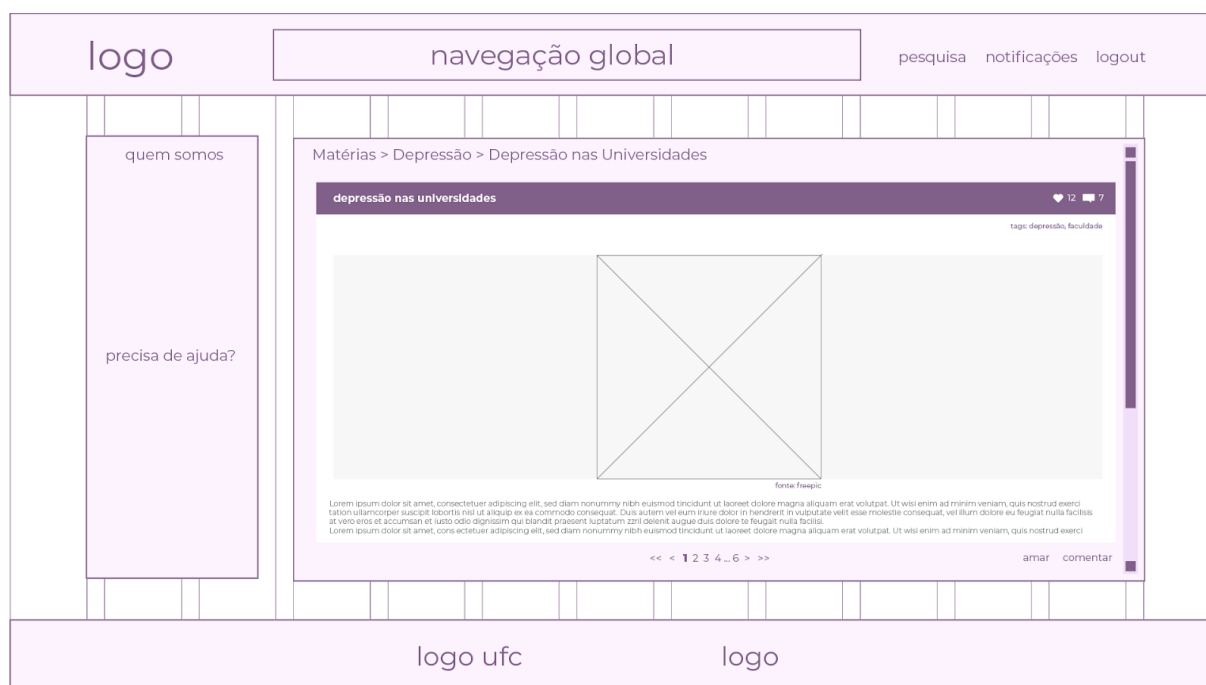
Fonte: Autoral

Figura 90: Wireframe página Resultado da Pesquisa



Fonte: Autoral

Figura 91: Wireframe página Matéria acessada



Fonte: Autoral

10.7. Plano de Superfície

São todos os elementos de organização no sistema, onde foi aplicado todas as decisões das etapas anteriores. É nesta fase onde foi desenvolvido o esquema final do projeto, tendo como objetos finais:

- Criação do grid do site
- Criação da paleta de cores
- Criação da Tipografia
- Criação da Identidade Visual do Site
- Aplicação do Conteúdo

10.7.1. Naming

Foi definido que o nome do projeto deveria relacionar-se de alguma forma com bem-estar, cura ou saúde mental de alguma maneira, justamente por ser uma rede que visa o cuidado de alguma forma. A solução escolhida, foi procurar em figuras históricas femininas que tivessem alguma relação com a psicologia ou fosse referência de força e superação. A escolha final foi pelo nome de Nise, homenagem

à médica brasileira Nise da Silveira, responsável por humanizar o tratamento psiquiátrico nos pacientes e pela sua luta antimanicomial.

10.7.2 Logo

Optou-se criação de uma logo tipográfica, sem elementos visuais. Desejava-se aplicar os atributos desejáveis no site em sua marca, ou seja, que fosse uma solução feminina, leve, com traços humanos, mas sem sacrificar a seriedade da plataforma e a legibilidade da mesma. Após alguns estudos de tipografia, optou-se pela fonte Sail Regular, que por possui serifas, apresenta-se como uma fonte mais delicada, além da diferença de peso que ela sofre ao longo de suas letras e de seus traços um pouco mais fluidos, reforçando a ideia de humanidade e leveza. Contudo, ela foi utilizada com algumas alterações, estas sendo a modificação da proporção da letra 'l', da reforma da letra 'N', da remodelagem da letra 'S' e por fim aproximando o espaço entre as mesmas, reforçando a sensação de aconchego e proximidade.

Figura 92: Estudo de tipografia para a logo



Fonte: Autoral

Figura 93: Logo final e alterações de cor



Fonte: Autoral

10.7.3. Guia de Estilo

PALETA DE COR

A escolha da paleta de cores se deu pelo objetivo de ser um ambiente virtual que transmita tranquilidade e acolhimento, e para isso, um breve estudo sobre teoria das cores foi realizado a fim de escolher uma paleta que caracterize esses sentimentos e contribua para o sentimento desejado.

As cores escolhidas foram o Rosa, o Roxo, o Azul e o Amarelo como cores principais. Segundo Farina, Perez e Bastos (2006), as cores apresentam significados culturais e psicológicos, e de acordo com os autores, o rosa representa a feminilidade (p. 105), o azul remete ao afeto, à confiança, à paz e a serenidade, o azul-marinho dá ideia de liberdade e acolhimento (p.102), o roxo remete à calma e à delicadeza (p.103), e o amarelo refere ao conforto e esperança.

Também foi desenvolvida uma paleta de cor secundária, esta sendo a variação da primária com cores mais ou menos saturadas, possibilitando uma maior versatilidade ao usar cores e garantindo um bom contraste ao desenvolver a plataforma.

Figura 94: Paleta de cores primárias



Fonte: Autoral

Figura 95: Paleta de cores secundárias



Fonte: Autoral

ÍCONES

Figura 96: Ícones desenvolvidos para a plataforma



Fonte: Autoral

TIPOGRAFIA

Figura 97: Tipografias da plataforma

logo

sail

Títulos

butler

Menu e botões

montserrat alternates

Texto

montserrat

Fonte: Autoral

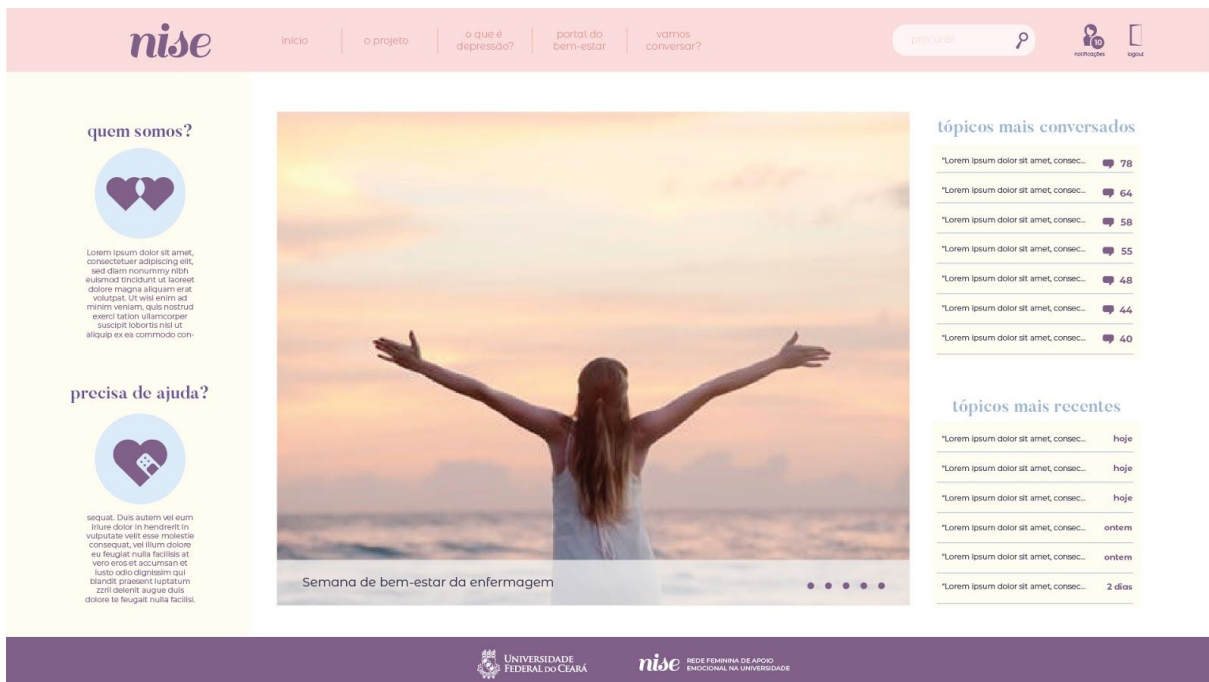
10.7.4. Interface

Figura 98: Plataforma Nise - Tela de Login



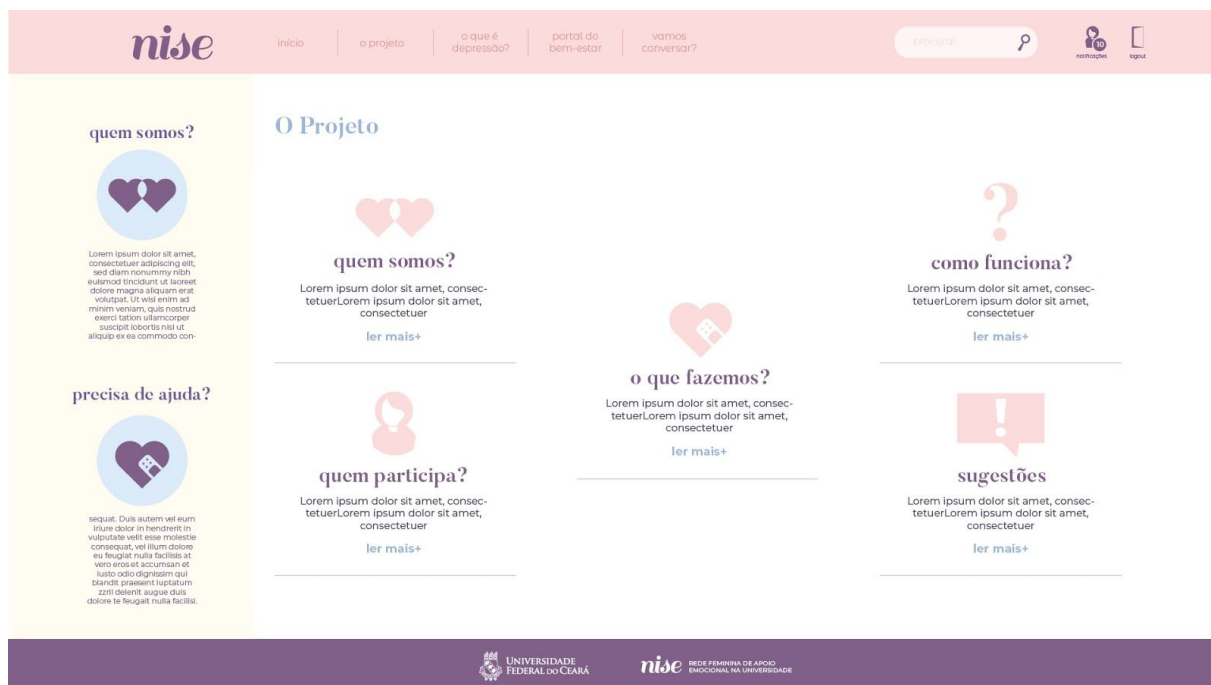
Fonte: Autoral

Figura 99: Plataforma Nise - Página de Início



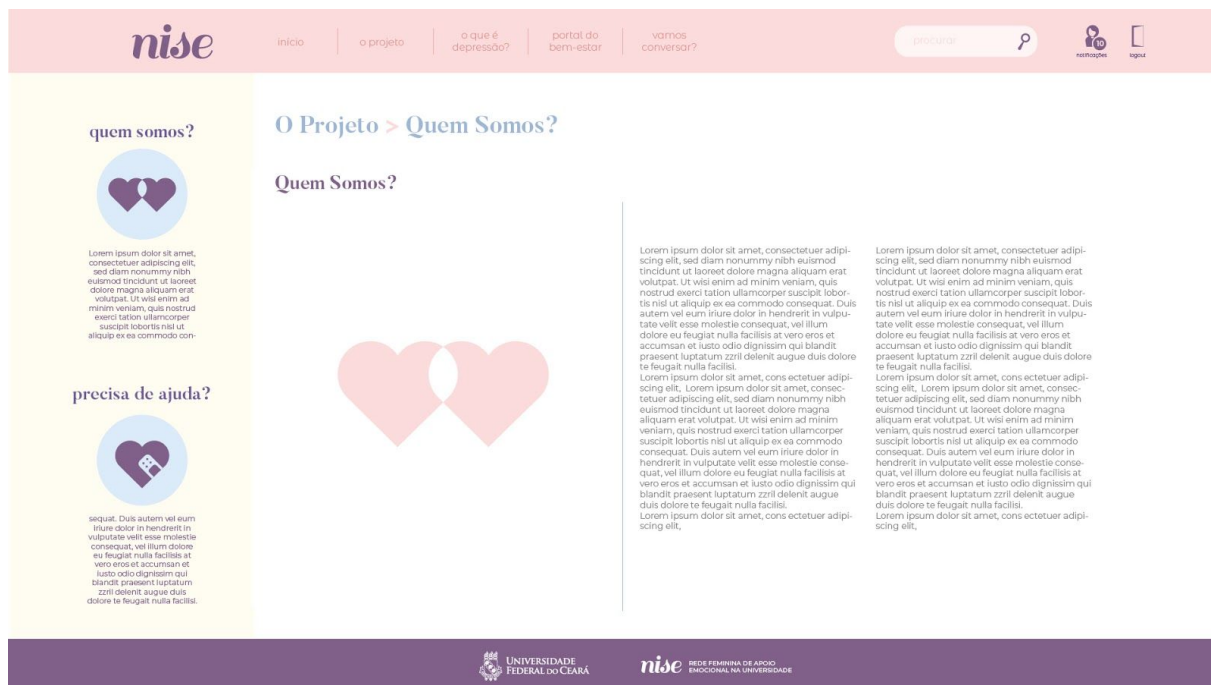
Fonte: Autoral

Figura 100: Plataforma Nise - Página O Projeto



Fonte: Autoral

Figura 101: Plataforma Nise - Página Quem Somos?



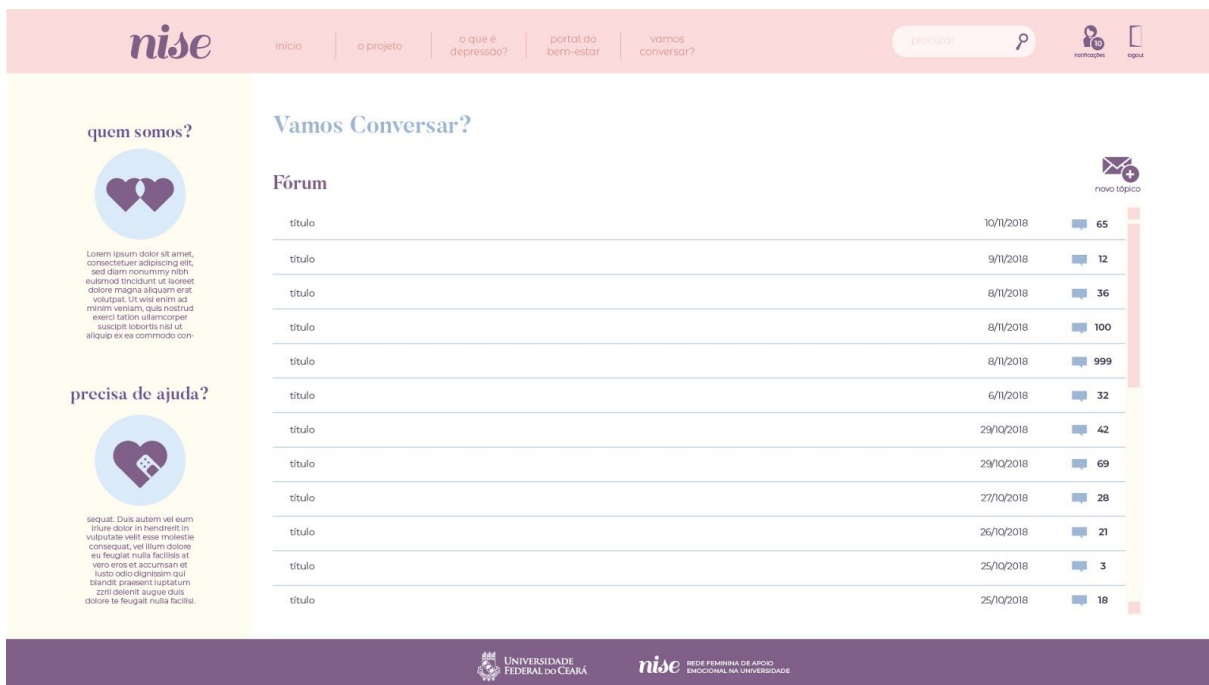
Fonte: Autoral

Figura 102: Plataforma Nise - Página O que é Depressão?



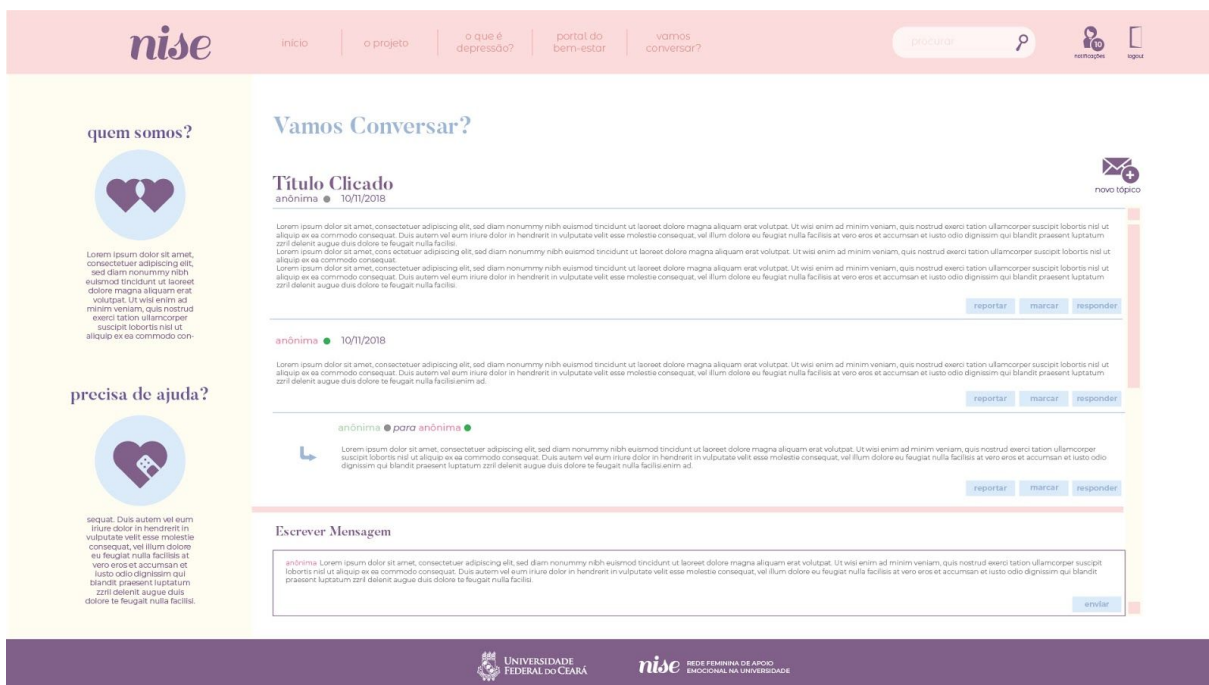
Fonte: Autoral

Figura 103: Plataforma Nise - Página Vamos Conversar?



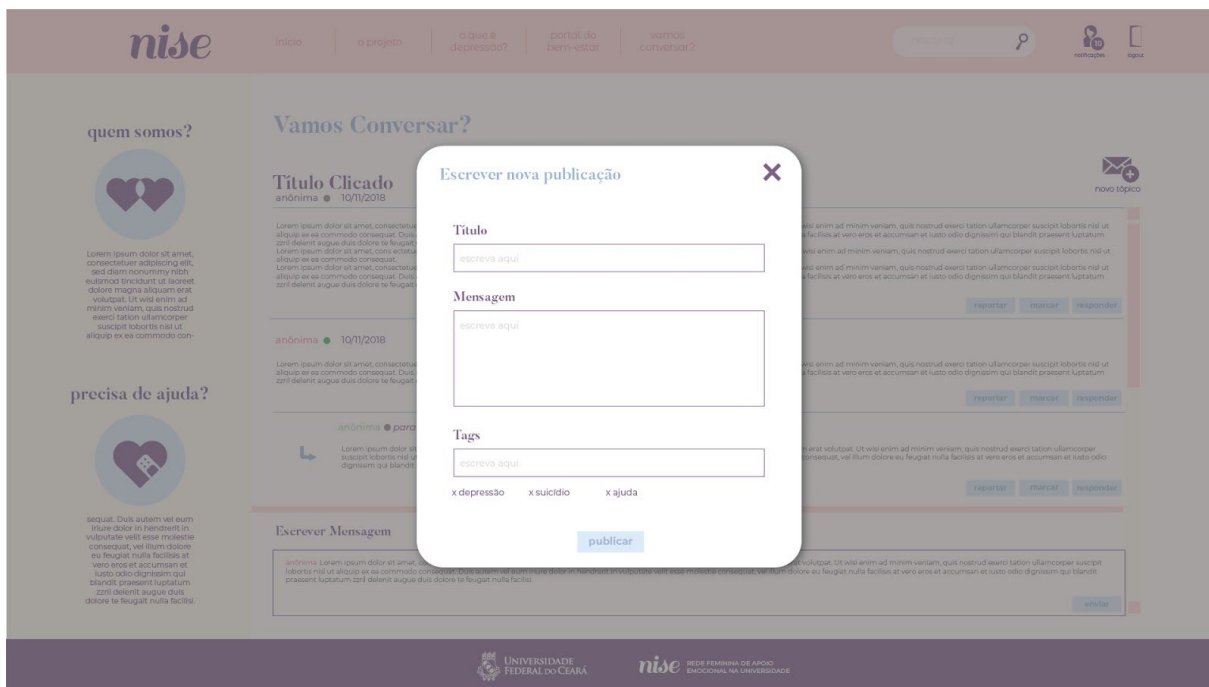
Fonte: Autoral

Figura 104: Plataforma Nise - Página Título Clicado



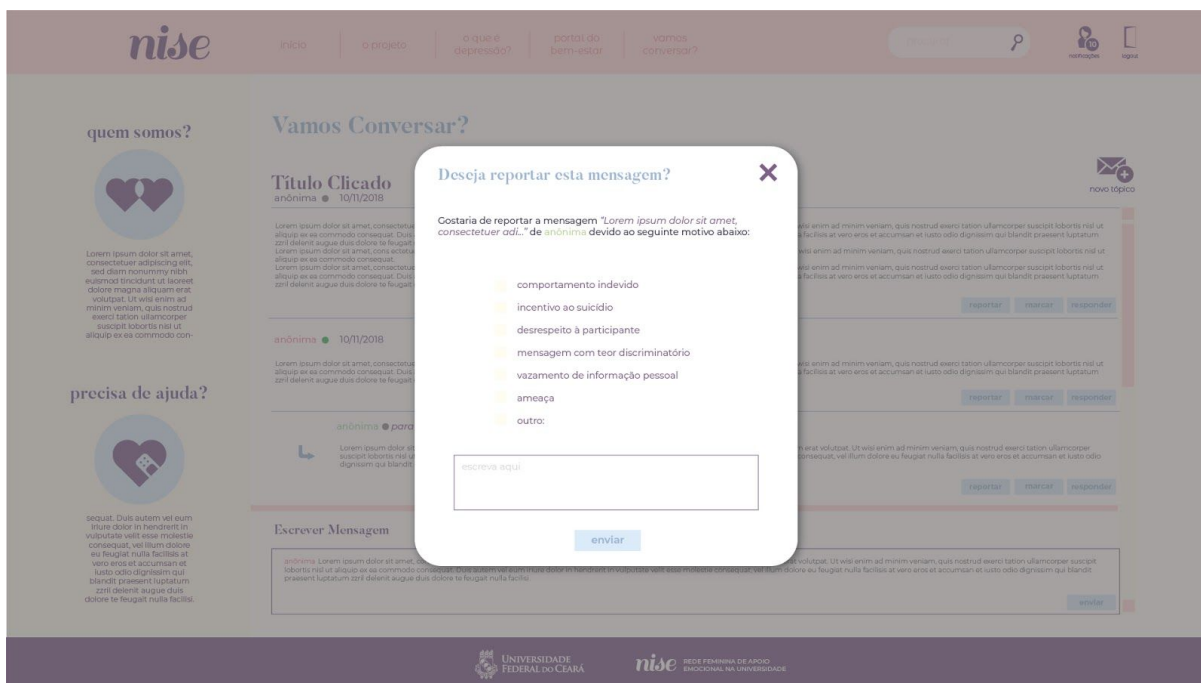
Fonte: Autoral

Figura 105: Plataforma Nise - Página Escrever Nova Publicação



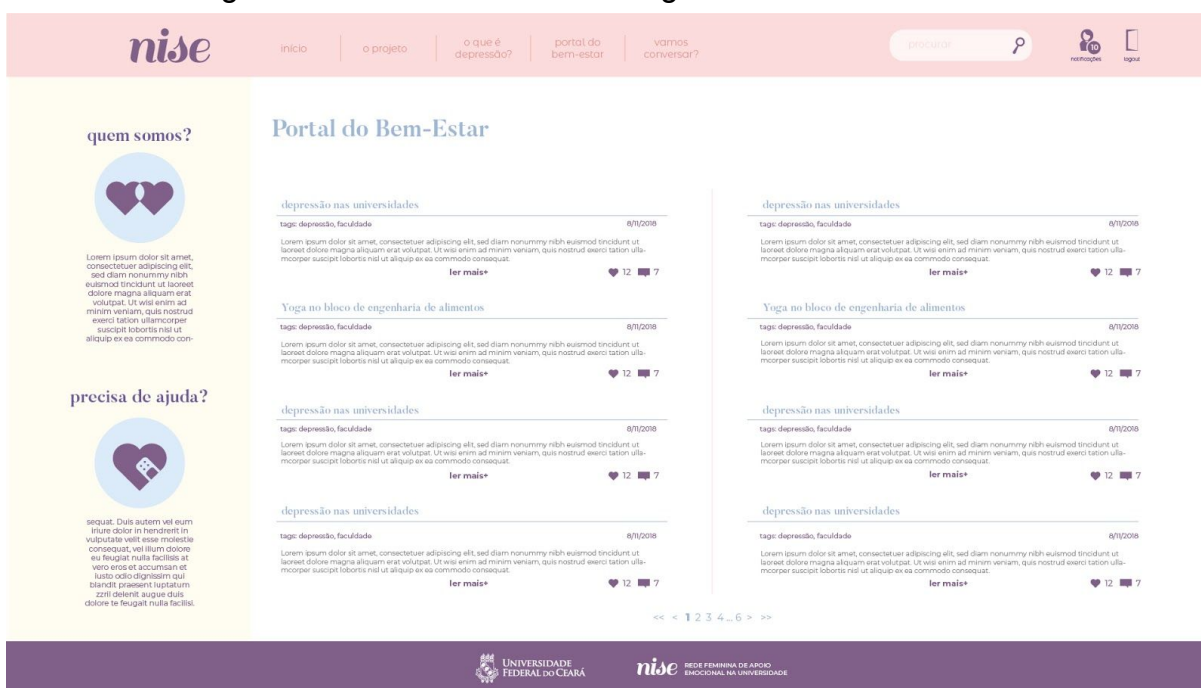
Fonte: Autoral

Figura 106: Plataforma Nise - Página Deseja Reportar Esta Mensagem?



Fonte: Autoral

Figura 107: Plataforma Nise - Página Portal do Bem-Estar



Fonte: Autoral

Figura 108: Plataforma Nise - Página Matéria

The screenshot shows the Nise platform interface. At the top, there's a navigation bar with 'nise' logo and menu items: 'início', 'o projeto', 'o que é depressão?', 'portal do bem-estar', 'vamos conversar?', 'pesquisar', and 'login'. The main content area is titled 'Portal do Bem-Estar > Depressão > Depressão nas Universidades'. Below the title, there's a sub-header 'Depressão nas Universidades' with a tag 'tags: depressão, faculdade' and a heart icon with '12' and a comment icon with '7'. A central image shows a person with arms raised against a sunset. To the left, there are two sections: 'quem somos?' with a heart icon and 'precisa de ajuda?' with a heart and pill icon. The right side contains placeholder text for the article content. At the bottom, there are 'amar' and 'comentar' buttons. The footer includes logos for 'UNIVERSIDADE FEDERAL DO CEARÁ' and 'nise REDE FEMINA DE APOIO EMOCIONAL NA UNIVERSIDADE'.

Fonte: Autoral

11. CRONOGRAMA

Quadro 2: Cronograma de pesquisa

	mês 1	mês 2	mês 3	mês 4	mês 5	mês 6	mês 7	mês 8	mês 9	mês 10	mês 11	mês 12
Definição do tema												
Justificativa												
Pesquisa Bibliográfica												
Contextualização												
Fundamentação												
Análise de Similares												
Qualificação												
Correção												
Entrevista Lindenberg												
Análise da entrevista												
Definição do problema												
Analisar o problema												
Coleta de dados												
Análise de dados												
Projeto												

Fonte: Criação da autora

12. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa tem como objetivo auxiliar mulheres universitárias na luta contra a depressão, para isso fez uma contextualização do que é a depressão na contemporaneidade, assim como também contextualizou o papel social da

mulher e qual o seu impacto no psicológico delas. Também foi estudado o papel social do Design, do seu contexto histórico e como o design gráfico pode atuar de forma cidadã e trazer melhorias para a população, ao invés de somente servir o mercado capitalista.

A análise de similares trouxe pontos interessantes, como uma reincidência da Terapia Cognitivo-Comportamental, que visa mudar a cognição de uma pessoa para que traga melhorias para a mesma, onde de seis projetos, três apresentaram essa abordagem. Outro tema recorrente nas análises foi a da produção de projetos que de alguma forma se relacionavam com as experiências pessoais dos designers, tendo como produto uma relação com sua história com a doença. Dois de seis projetos eram produtos de design, sendo 1 - *Tear Gun* - deles um produto conceitual, que não é voltado para o mercado necessariamente. A abordagem mais recorrente foi a do design de interação, através de um aplicativo voltado ao usuário (*Koko*), o outro era um projeto de um infográfico interativo (*Mindbrowser*) e outro é uma mescla entre gráfico e produto (*Mindnosis*), que também utilizava da tecnologia para atuar. Interessante avaliar também que, com exceção de *Tear Gun*, os demais são projetos de design voltados à um público em específico, como depressivos ou pessoas que não conhecem a doença. Podem inclusive serem potencialmente comercializados, como é a intenção de *Mindnosis*, que contrasta com o que foi abordado pelo design gráfico social pelo *Atelier Populaire*, onde a disseminação de sua mensagem não seria reservada ao comercial e sim às ruas, com acesso à toda a população, o que atinge os mais diversos tipos de públicos, não necessariamente sendo destinado à um receptor de interessado, como foi feito com o Projeto Não É Normal.

Nesta primeira etapa de projeto, foi necessário entender o que é depressão, discutir como as mulheres são vistas na sociedade contemporânea e tentar compreender quais as causas podem fazer com que as mulheres sejam 2x mais doentes psicologicamente do que os homens, em escala global. Além de entender como o design pode atuar na questão da saúde mental e também ser socialmente responsável.

No segundo momento, foi dado o início ao desenvolvimento do projeto em si, onde foi necessário definir o público-alvo do produto, este sendo então as

universidades, para em seguida contextualizar e entender como a depressão impacta nesse meio e se seria de fato relevante trabalhar nesse contexto. Descobriu-se então através de pesquisas bibliográficas que tratar da saúde mental em espaços universitários era de extrema importância, sendo assim necessário conversar com o órgão especializado ao atendimento aos estudantes da Universidade Federal do Ceará para entender se há algum projeto sendo desenvolvido em volta deste tema, quais ações a UFC já promove para o cuidado com a saúde psicológica e quais problemas são enfrentados pela universidade. Após a entrevista com o psicólogo da PRAE Lindemberg Saldanha, foi possível perceber a tamanha problemática que a instituição enfrenta com seus alunos, com filas de espera de 2 anos para atendimento psicológico.

A partir desta entrevista, foi possível avaliar onde o design poderia atuar, e relacionando com as análises de similares e com a minha experiência pessoal, optou-se pelo desenvolvimento de uma plataforma voltada somente aos cuidados mentais e para também ofertar apoio e segurança em momentos conturbados, além de informar alunas sobre a doença e promover ações de bem-estar. Contudo, foi necessário validar a ideia com a psicóloga Ana Teixeira, onde ao ser entrevistada, a mesma relatou sobre as diferenças e particularidades de gênero quanto ao tratamento da depressão e da importância da socialização ao tratar a doença, tornando assim uma ideia viável.

Foi aplicada a metodologia híbrida de Munari e Garrett, onde a primeira possibilita a etapa de problematização, coleta e análise de dados, a fim de delimitar onde o design pode atuar e qual problema em específico ele irá resolver, para em seguida iniciar a fase de projetar o sistema em si. Ao delimitar qual problema seria abordado pelo projeto, foi focado na falta de um espaço restrito e seguro onde mulheres podem encontrar apoio e informações, tendo como produto final uma plataforma interligada com o SIGAA da Universidade Federal do Ceará. Sua identidade é preservada através do anonimato, mas devido à ligação com a plataforma, caso algo ocorra, os responsáveis podem identificar a pessoa. Por ser um serviço para além da plataforma, a atuação de bolsistas ou voluntários para o abastecimento das informações, divulgação de eventos promovidos ao bem-estar, e até mesmo a criação destes tais eventos, fazem com que a plataforma torne-se

atrativa aos olhos das mulheres que buscam por tais informações, por haver uma movimentação na plataforma constantemente.

Por fim, conclui-se que o design tem a capacidade de auxiliar mulheres universitárias que sofrem com depressão. Os próximos passos incluem o desenvolvimento de um protótipo de média fidelidade, que tem como objetivo a validação do projeto com o público-alvo, fazendo o teste de usabilidade e obtendo feedback para possíveis melhorias, para que enfim a plataforma possa ser implementada.

RECOMENDAÇÕES PARA PESQUISAS FUTURAS

A partir deste projeto, recomenda-se o estudo focado da depressão ao gênero masculino e o seu impacto na vida acadêmica, a fim de criar uma plataforma que acomode suas necessidades específicas para integrar com Nise, possibilitando assim que todos os estudantes da universidade possam ter acesso à uma plataforma específica para saúde mental.

REFERÊNCIAS

ARAGÃO, I. CARVALHO, J.; **Infografia: Conceito e Prática**; InfoDesign | Revista Brasileira de Design da Informação; São Paulo; v. 9; n. 3; 2012; p. 160 – 177

BORIS, G.D.J.B., CESÍDIO, M. H. **Mulher, corpo e subjetividade: uma análise desde o patriarcado à contemporaneidade**; REVISTA MAL-ESTAR E SUBJETIVIDADE – FORTALEZA – VOL. VII – Nº 2 – P. 453 – SET/2007

BROWNLEE, J. **How a UI can help treat anxiety and depression**; Co.Design; 16/12/2015; Disponível em: <<https://www.fastcodesign.com/3054697/how-a-ui-can-help-treat-anxiety-and-depression>> Acesso em 6 Junho 2018

BUTLER, J. **Regulações de gênero**; cadernos pagu; p. 249-274; 2014

CATRACA LIVRE, **Após 4 casos de suicídio, USP cria escritório de saúde mental**; 01/08/2018; Acesso em 23/09/2018; Disponível em: <<https://catracalivre.com.br/cidadania/apos-4-casos-de-suicidio-usp-cria-escritorio-de-saude-mental/>>

CULBERTSON F. M. **Depression and Gender - An International Review**. American Psychologist, January 1997.

DAMASCENO, V. **Casos de suicídio e depressão deixam universidades em alerta**; Carta Capital; 23/09/2017; Acesso em 12/09/2018; Disponível em: <<https://www.cartacapital.com.br/sociedade/casos-de-suicidio-e-depressao-deixam-universidades-em-alerta>>

DUNNE, C. **Infographic: What Depression Actually Looks Like**; Co.Design; 11/11/2013; Disponível em: <<https://www.fastcodesign.com/3021077/infographic-what-depression-actually-looks-like>> Acesso em 6 Junho 2018

Dutch Design Week; (n.d.); World Design Weeks; Disponível em: <<https://www.worlddesignweeks.org/design-weeks/dutch-design-week-2018>> Acesso em 11 Junho 2018

ESTEVES, F. C. e GALVAN, A. L.; **Depressão numa contextualização contemporânea**; Aletheia, n.24, p.127-135, jul./dez. 2006 P.128-129

FARINA M., PEREZ, C., BASTOS D.; **A Psicodinâmica Das Cores Em Comunicação**; 5ª Edição, 2006 Editora Edgard Blücher Ltda.

FRAMINGHAM, J.; **Rorschach Inkblot Test**; Psychic Central; n.d.; Disponível em: <<https://psychcentral.com/lib/roorschach-inkblot-test/>> Acesso em 14 Junho 2018

FRANZATO, C. **O Processo de criação no design conceitual. Explorando o potencial reflexivo e dialético do projeto**; Tessituras & Criação; 2011

FRANCES, A. J. **World's best and worst places to be mentally ill**; Psychology Today; 2015; Disponível em: <<https://www.psychologytoday.com/us/blog/saving-normal/201512/worlds-best-and-worst-places-be-mentally-ill>> Acesso em 18 Junho 2018

GARRETT, J. **The Elements of User Experience: User-Centered Design for the Web and Beyond**; Segunda Edição, 2011

GOOD, M.D - **WOMAN AND MENTAL HEALTH**; Nações Unidas. Disponível em: <<http://www.un.org/womenwatch/daw/csw/mental.htm>> Acesso em 10 de Maio de 2018

HITTI, N. **Eight thought-provoking design responses to mental health**; Dezeen; 10/10/2017; Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2017/10/10/eight-of-the-most-thought-provoking-design-responses-to-mental-health-world-mental-health-day/>> Acesso em 6 Junho 2018

JUSTO, L.P.; CALIL, H.M. **Depressão – o mesmo acometimento para homens e mulheres?** Rev. Psiq. Clín. 33 (2); 74-79, 2006

LIMA, E.C. e MARTINS, B. **Design social, o herói de mil faces, como condição para atuação contemporânea;** O papel social do design gráfico: história, conceitos e atuação profissional; São Paulo; Editora Senac São Paulo; 2011; p.115-136.

MANZINI, E. Design : quando todos fazem design : uma introdução ao design para a inovação social / Ezio Manzini ; tradução Luzia Araújo. -São Leopoldo, RS : Ed. UNISINOS, 2017

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria; **Fundamentos de Metodologia científica;** - 5. ed. - São Paulo : Atlas 2003.

MARGOLIN, V., MARGOLIN, S. **Um Modelo Social de Design: questões de prática e pesquisa;** Revista Design em Foco, vol. I, núm. 1, julho-dezembro, 2004, pp. 43-48, Universidade do Estado da Bahia Brasil

MCLEOD, S; **Carl Jung;** Simply Psychology; 2014; Disponível em: <<https://www.simplypsychology.org/carl-jung.html#arc>> Acesso em 11 Junho 2018

MICHELIN, C., FRANZATO C., DEL GAUDIO, C.. **Sementes de inovação social como alternativas à hegemonia ;** Design e inovação social [livro eletrônico] / organização de Amilton J. V. Arruda. – São Paulo : Blucher, 2017. P.35-50

MIYASHIRO, R. T.; **Com design, além do design: os dois lados de um design gráfico com preocupações sociais;** O papel social do design gráfico: história, conceitos e atuação profissional; São Paulo; Editora Senac São Paulo; 2011; p.65-86

MORBY, A.a **Mindnosis kit is designed to help people overcome their mental health issues**. Dezeen; 4/7/2017; Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2017/07/04/mindnosis-kit-helps-people-overcome-mental-health-issues-graduate-designers-2017/>> Acesso em 6 Junho 2018

_____, A.b **10 designers to watch from the Design Academy Eindhoven class of 2017**; 30/10/2017; Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2017/10/30/10-best-graduates-design-academy-eindhoven-class-2017-dutch-design-week/>> (tirar marcação do link) Acesso 11 Junho 2018

_____, A.c **Eindhoven graduate designs a gun for firing her tears**; Dezeen; 2/11/2016; Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2016/11/02/tear-gun-yi-fei-chen-design-academy-eindhoven-dutch-design-week-2016/>> Acesso 6 Junho 2018

_____, A.d **Tools for Therapy encourage people to open up about their emotions**; Dezeen, 4/11/2016; Disponível em: <<https://www.dezeen.com/2016/11/04/tools-for-therapy-nicolette-bodewes-tactile-object-psychotherapy-dutch-design-week-2016/>> Acesso em 6 Junho 2018

MUNARI, Bruno. **Das coisas nascem coisas**. São Paulo: Martins Fontes, 2000.

NEVES, F. B.; **Contestação gráfica: engajamento político-social por meio do design gráfico**; O papel social do design gráfico: história, conceitos e atuação profissional; São Paulo; Editora Senac São Paulo; 2011; p.45-63

NIEMEYER, L. Design da esperança: design para inovação social, caminhos a seguir; Design e inovação social [livro eletrônico] / organização de Amilton J. V. Arruda. – São Paulo : Blucher, 2017. P.73-85

OLIVEIRA, T; **Depressão, a doença do século XXI**; Carta Educação; 2014; Disponível em: <<http://www.cartaeducacao.com.br/entrevistas/a-doenca-do%E2%80%A8-seculo-xxi/>> Acesso em 01 junho 2018

Organização Mundial da Saúde. **Depression**. Março 2018. Disponível em: <<http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/depression>>. Acesso em: 8 maio. 2018.

Organização Mundial da Saúde; **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates**. Geneva: ; 2017

PAPANÉK, V., **Design for the Real World: Human Ecology and Social Change**; New York, Pantheon Books; 1971.

PAVAN, M. **DESIGN E TECNOLOGIA: CRIAÇÃO DE FERRAMENTA DE CONSCIENTIZAÇÃO SOBRE DEPRESSÃO**; UNIVATES; 2017; p. 130

POWELL, A.; **Koko - Expert Review**; (n.d.); Disponível em: <https://psyberguide.org/expert_review/koko-expert-review/> Acesso em 14 Junho 2018)

PRADO, R. **As universidades estão deprimindo os estudantes?**; Gazeta do Povo; 12/04/2018; Acesso em 12/09/2018; Disponível em: <<https://www.gazetadopovo.com.br/educacao/as-universidades-estao-deprimindo-os-estudantes-3wv3zcbxvb6ds2tjze3brm9qg/>>

Psychotherapy: Understanding group therapy; (n.d.); APA; Disponível em: <<http://www.apa.org/helpcenter/group-therapy.aspx>> Acesso em 11 Junho 2018

REDIG, J. **Responsabilidade social no horário do expediente**; O papel social do design gráfico: história, conceitos e atuação profissional; São Paulo; Editora Senac São Paulo; 2011; p.87-113.

RODRIGUEZ-CAYRO, K. **What Does Mental Health Care Look Like Abroad? This Is How 9 Countries Treat Mental Illness**; Bustle; 2017; Disponível em:

<<https://bustle.com/p/what-does-mental-health-care-look-like-abroad-this-is-how-9-countries-treat-mental-illness-2885010>> Acesso em 16 Junho 2018

SAMORANO, C.; **Um terço dos alunos de pós-graduação têm depressão ou ansiedade**; Metropoles; 09/04/2018; Acesso em 12/09/2018; Disponível em: <<https://www.metropoles.com/saude/um-terco-dos-alunos-de-pos-graduacao-tem-depressao-ou-ansiedade>>

SANTOS HGB, MARCON SR, ESPINOSA MM, BAPTISTA MN, PAULO PMC. **Factors associated with suicidal ideation among university students**. Rev. Latino-Am. Enfermagem. 2017;25:e2878. Acesso em 14/09/2018/; Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692017000100332&lng=en&nrm=iso&tlng=pt>. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1518-8345.1592.2878>.

SCOTT, E. **Meet the designer creating an alternative way to discuss mental health**; 2017; Disponível em: <<https://metro.co.uk/2017/08/05/meet-the-designer-creating-an-alternative-way-to-discuss-mental-health-6830623/>> Acesso em 15 Junho 2018

SERRA, A.M.M. **Sobre A TC - Terapia Cognitiva Ou TCC - Terapia Cognitivo-Comportamental**; ITC - Instituto de Terapia Cognitiva. Disponível em: <<http://www.itcbr.com/oque.shtml>> Acesso em 6 Junho 2018

SILVA, D.E.N. Novas e antigas visões para uma inovação social; Design e inovação social [livro eletrônico] / organização de Amilton J. V. Arruda. – São Paulo : Blucher, p. 11-32, 2017

Sobre a Psicanálise; (n.d.); Ordem Nacional dos Psicanalistas. Disponível em: <<http://www.onp.org.br/index.php/sobre-a-psicanalise>> Acesso em 11 Junho 2018

TALAMONE, R. **Brasil lidera ranking de cirurgia plástica entre jovens**. Jornal da USP. 27/02/2018. Disponível em: <<https://jornal.usp.br/radio-usp/radioagencia-usp/>>

brasil-lidera-ranking-de-cirurgia-plastica-entre-jovens/>. Acesso em: 23 maio. 2018.

TELEGRAPH, Mind Journal: how a Kickstarter could help men open up, 14 de Março de 2016, Disponível em: <<https://www.telegraph.co.uk/men/thinking-man/mind-journal-how-a-kickstarter-could-help-men-open-up/>> Acesso em: 05/11/2018

UFERSA, **Psicologia promove campanha por saúde mental na universidade #NãoÉBesteiraÉCoisaSéria**; 25 de setembro de 2016; Acesso em 21/09/2018; Disponível em: <<https://assecom.ufersa.edu.br/2016/09/25/psicologia-promove-campanha-por-saude-mental-na-universidade-naoebesteiraecoisaseria/>>

UYS, E. **Turning sadness into power with the Tear Gun**; Design Indaba; 21/07/2017; Disponível em: <<http://www.designindaba.com/articles/creative-work/turning-sadness-power-tear-gun>> Acesso em 11 Junho 2018

VASCONCELOS, C. **Distúrbio de autoimagem cresce entre os adolescentes**. 11/11/2012. Disponível em: <<https://www.correio24horas.com.br/noticia/nid/Disturbio-da-autoimagem-cresce-entre-os-adolescentes/>>. Acesso em 23 maio. 2018.