

# MENTE SANA

UX/UI EXPERIENCE





# Welcome To Our Application

---

Mente Sana es una aplicación móvil y tablet, complementada con una página web adaptable, diseñada para proporcionar apoyo en la salud mental. Está dirigida a personas que buscan mejorar su bienestar emocional a través de sesiones guiadas, recursos educativos y soporte de terapeutas certificados.

## Duración del proyecto

Este proyecto busca ofrecer un espacio accesible y seguro para que los usuarios puedan gestionar su salud mental, independientemente de su ubicación. A través de diseños intuitivos, se prioriza la experiencia del usuario y la accesibilidad para personas con diferentes niveles de habilidad tecnológica.

diciembre de 24 -Enero 25

# Proyecto

01

## El problema:

Muchas personas carecen de acceso a recursos confiables y fáciles de usar para gestionar su salud mental.

03

## Mi función:

Diseñador UX/UI

02

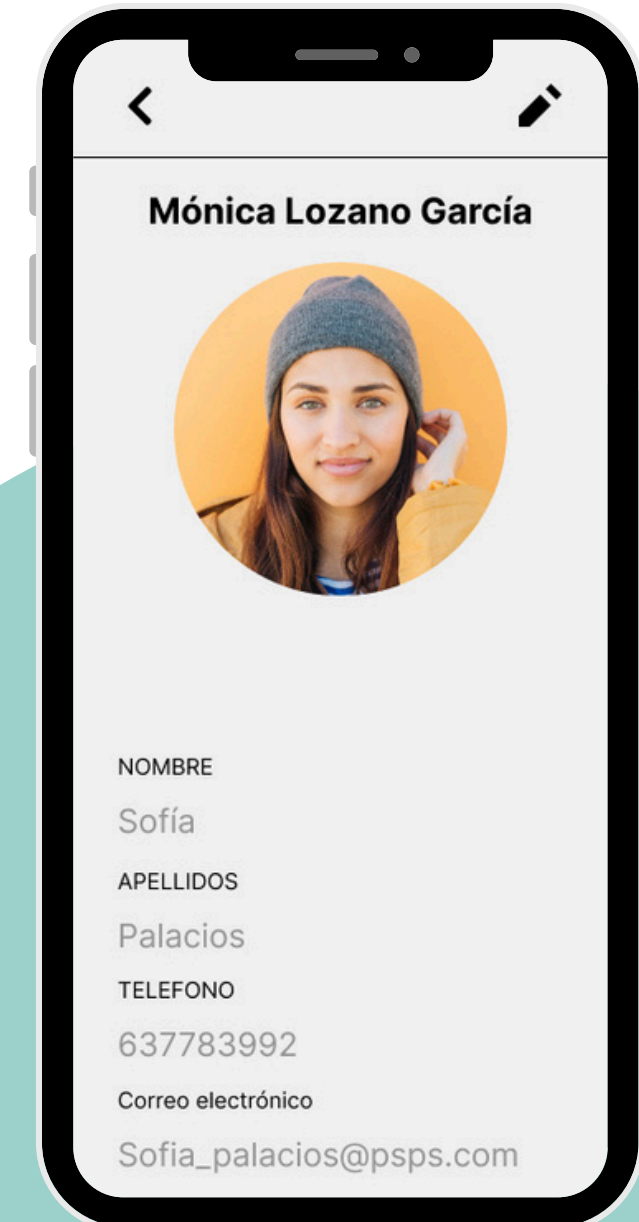
## El objetivo:

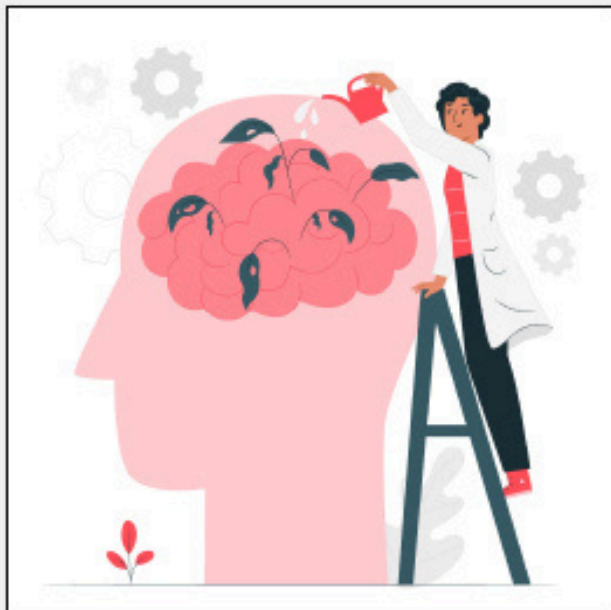
Crear una plataforma digital accesible y atractiva que proporcione herramientas para promover la salud mental y el bienestar emocional.

04

## Responsabilidades:

- Investigación de usuarios
- Creación de esquemas en papel y digitales
- Desarrollo de prototipos de alta y baja fidelidad
- Pruebas de usabilidad y refinamiento del diseño





## Psicólogos

Tendrás a la mano números telefónicos de especialistas en salud mental para que acudas a ellos cuando sea necesario.



Empezar



## Agenda

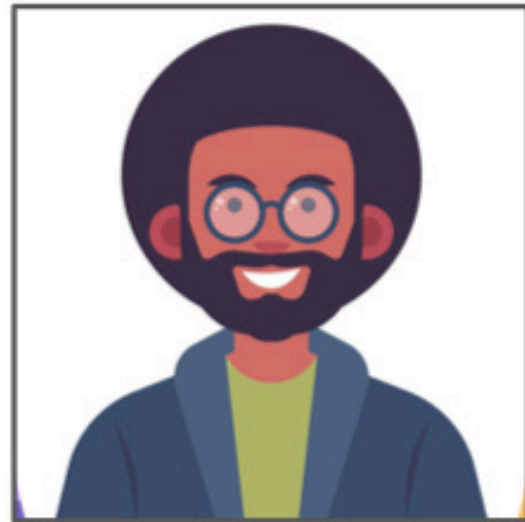
Organiza tus actividades y tareas para gestionar de una mejor forma tu tiempo.



# Investigación sobre los usuarios: resumen

Se llevaron a cabo entrevistas y encuestas para comprender las necesidades de los usuarios. Descubrimos que muchas personas prefieren plataformas simples, con recursos educativos accesibles y herramientas que las ayuden a manejar sus emociones en tiempo real.

# Personas



**Javier**

**Edad:** 35 años  
**Ocupación:** Ingeniero de software en una startup.  
**Ubicación:** Lanzarote-España.  
**Estado Civil:** Casado, padre de una niña de 3 años.

*"Quiero trabajar en mí misma, pero no siempre tengo el tiempo o el dinero para hacerlo."*

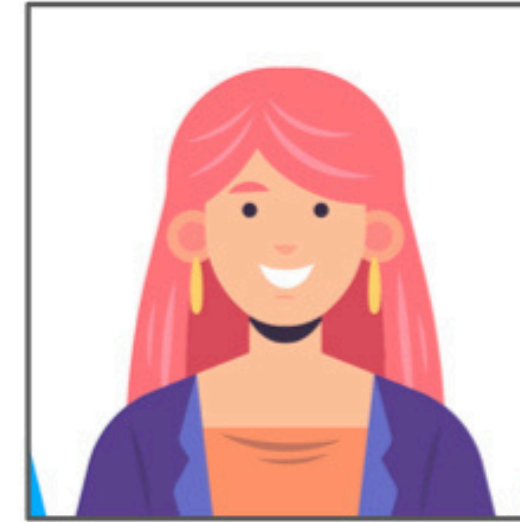
## Goals

Mejorar su balance entre trabajo y vida personal.  
Aprender estrategias prácticas para controlar la ansiedad.  
Garantizar estabilidad emocional para ser un mejor padre y esposo.

## Frustrations

Manejar el estrés crónico derivado de largas jornadas laborales.  
Acceder a terapia psicológica sin interrumpir su rutina diaria.  
Romper barreras personales para hablar abiertamente sobre su salud mental.

Javier, un ingeniero de software de 35 años, enfrenta estrés crónico debido a largas jornadas laborales en una startup. Busca una solución digital que le permita acceder a terapia psicológica sin alterar su rutina y aprender estrategias prácticas para controlar la ansiedad. Como padre de familia, aspira a mejorar su balance entre trabajo y vida personal, priorizando su estabilidad emocional. Prefiere plataformas confiables, rápidas y con contenido práctico, ideales para su estilo de vida ocupado.



**ALYSSA**

**Edad:** 29 años  
**Ocupación:** Diseñadora gráfica freelance  
**Ubicación:** BCN- España  
**Estado Civil:** Soltera  
**Nivel Educativo:** Licenciatura en Diseño Gráfico

*"Quiero trabajar en mí misma, pero no siempre tengo el tiempo o el dinero para hacerlo."*

## Goals

Reducir episodios de ansiedad y aprender estrategias para gestionar el estrés.  
Construir una rutina equilibrada entre trabajo y bienestar.  
Sentirse conectada con una comunidad de apoyo.

## Frustrations

Dificultad para manejar episodios de ansiedad relacionados con la carga laboral y la inestabilidad financiera del freelanceo.  
Sentimiento de aislamiento social por trabajar desde casa.  
Barreras para buscar ayuda psicológica tradicional:

- Falta de tiempo para asistir a citas presenciales.
- Costos elevados de consultas privadas.
- Estigmas sociales alrededor de la terapia.

Alyssa es una profesional joven que busca herramientas accesibles y personalizadas para cuidar su salud mental, mientras maneja las complejidades de su vida como freelancer. Una app-web que combine flexibilidad, costo razonable y recursos de apoyo tendría un gran impacto en su bienestar y productividad.

## Planteamiento del problema:

Javier, un ingeniero de software de 35 años, enfrenta estrés crónico debido a largas jornadas laborales en una startup. Busca una solución digital que le permita acceder a terapia psicológica sin alterar su rutina y aprender estrategias prácticas para controlar la ansiedad. Como padre de familia, aspira a mejorar su balance entre trabajo y vida personal, priorizando su estabilidad emocional. Prefiere plataformas confiables, rápidas » con contenido práctico, ideales para su estilo de vida ocupado

## Planteamiento del problema:

Alyssa es una profesional joven que busca herramientas accesibles y personalizadas para cuidar su salud mental, mientras maneja las complejidades de su vida como freelancer. Una app-web que combine flexibilidad, costo razonable y recursos de apoyo tendría un gran impacto en su bienestar y productividad.

# Auditoría competitiva



01

Objetivo de la Auditoría:  
Identificar fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas de Mente Sana en comparación con otras plataformas de salud mental.

02

Criterios de Evaluación:

- Experiencia del Usuario (UX)
- Funcionalidad
- Accesibilidad
- Diseño Visual (UI)
- Contenido y Recursos Disponibles
- Precios y Modelos de Suscripción

03

Fuentes de Datos:

- Análisis de plataformas y sus sitios web/app.
- Opiniones de usuarios (reseñas en App Store, Play Store y foros).
- Estudios de caso y publicaciones de mercado

Competidor	Descripción	Público Objetivo	Modelo de Negocio
<b>BetterHelp</b>	Plataforma de terapia en línea que conecta usuarios con terapeutas certificados.	Adultos que buscan terapia profesional.	Suscripción mensual.
<b>Talkspace</b>	Terapia accesible a través de chat y video.	Personas que prefieren terapia digital.	Pago por consulta o suscripción.
<b>Calm</b>	Aplicación para meditación y manejo del estrés.	Usuarios interesados en mindfulness.	Suscripción anual.
<b>Headspace</b>	Guías de meditación y técnicas de relajación.	Personas buscando bienestar general.	Suscripción mensual o anual.

# Auditoría competitiva



## **Fortalezas de Mente Sana**

- Interfaz accesible y amigable para usuarios con diferentes niveles tecnológicos.
- Ofrecimiento de recursos educativos junto con la posibilidad de contacto con terapeutas certificados.
- Diseño adaptable a dispositivos móviles, tabletas y escritorio.

## **Debilidades Identificadas**

- Menor reconocimiento de marca frente a competidores establecidos como Calm y BetterHelp.
- Necesidad de ampliar el alcance de las pruebas de usabilidad.

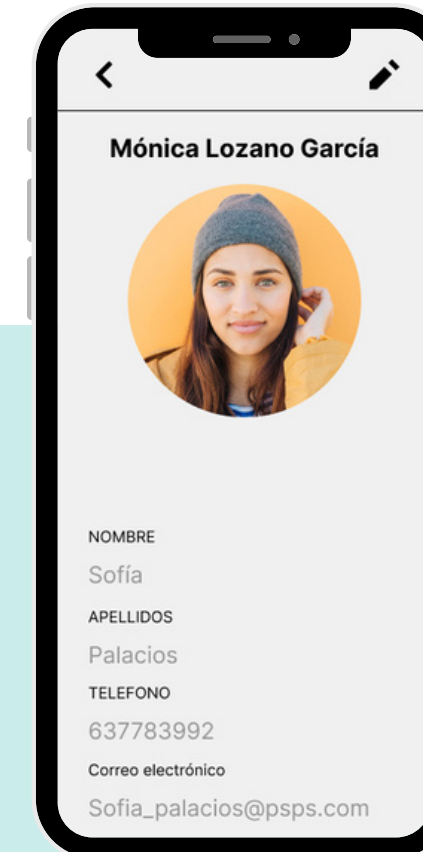
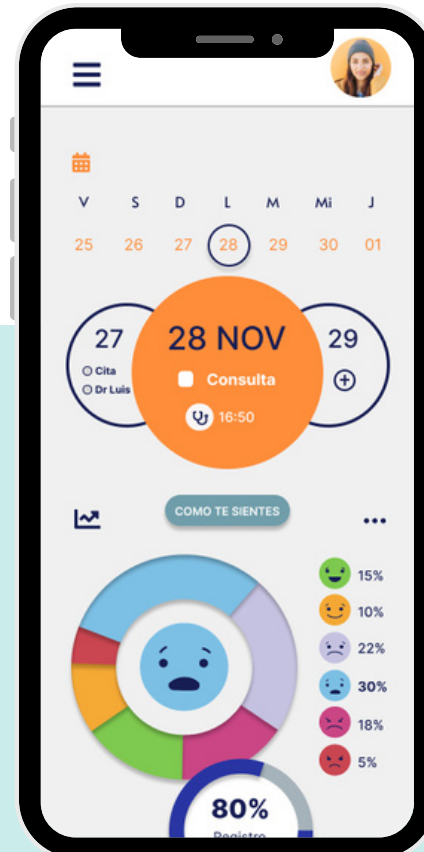
## **Oportunidades de Crecimiento**

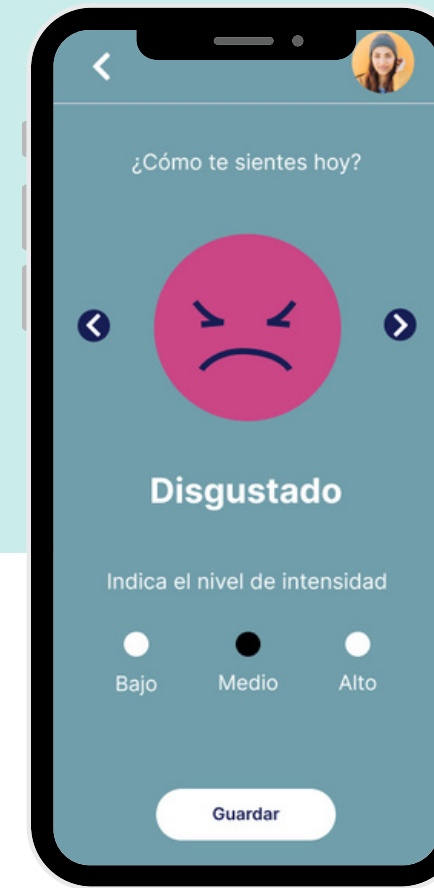
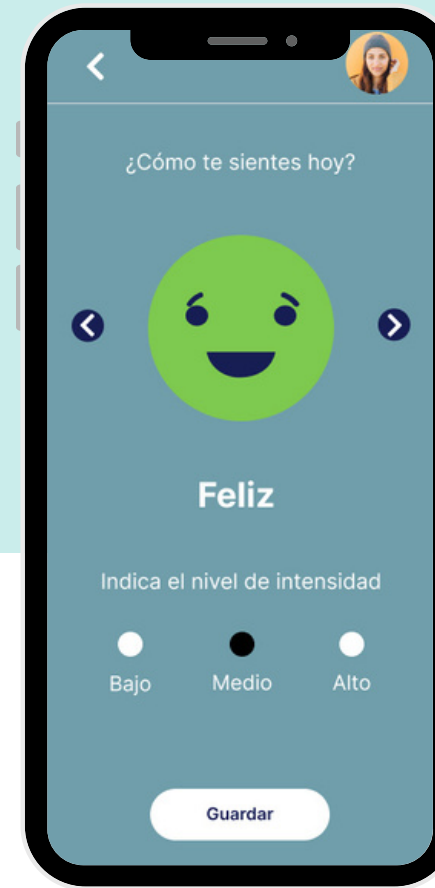
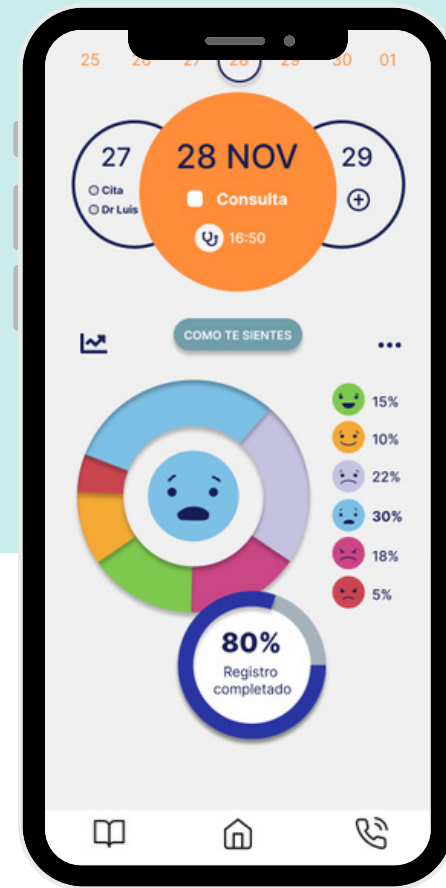
- Ampliar funciones con seguimiento de bienestar diario y monitoreo de humor.
- Aumentar el alcance global mediante promociones dirigidas en mercados emergentes.

## **Amenazas**

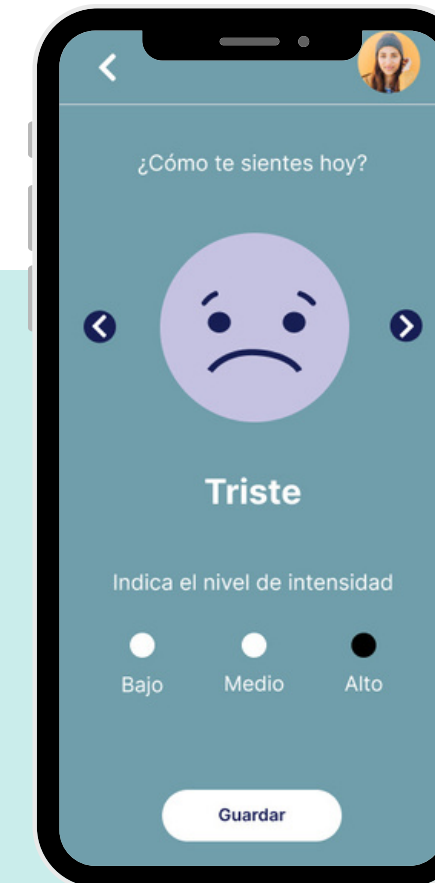
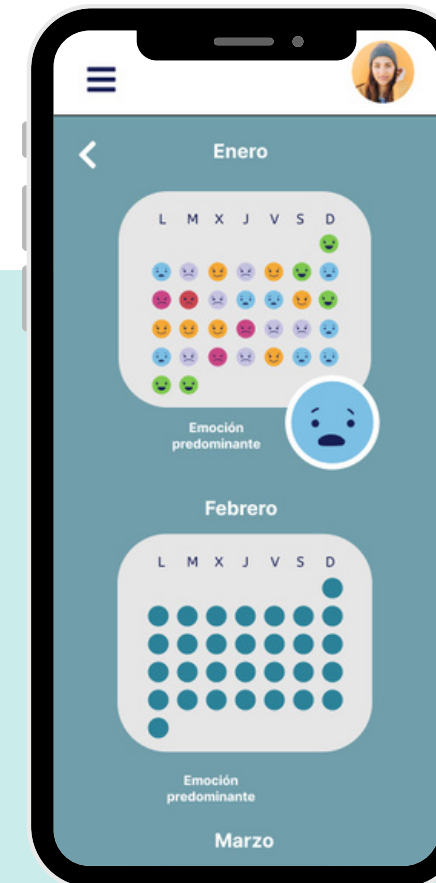
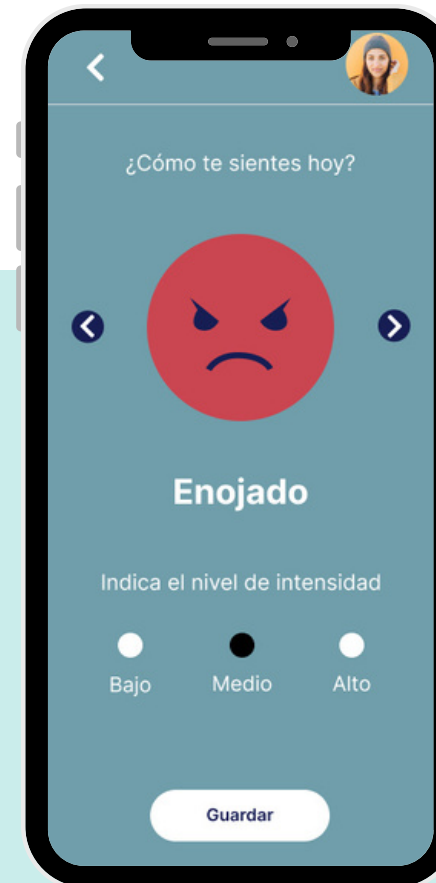
- Competencia con plataformas ya consolidadas en términos de suscriptores y presupuesto de marketing.
- Preferencia de algunos usuarios por terapias presenciales.

# APP

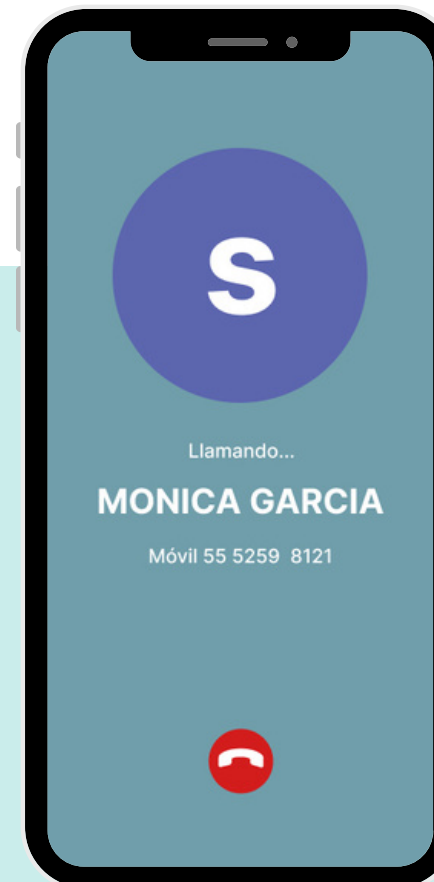
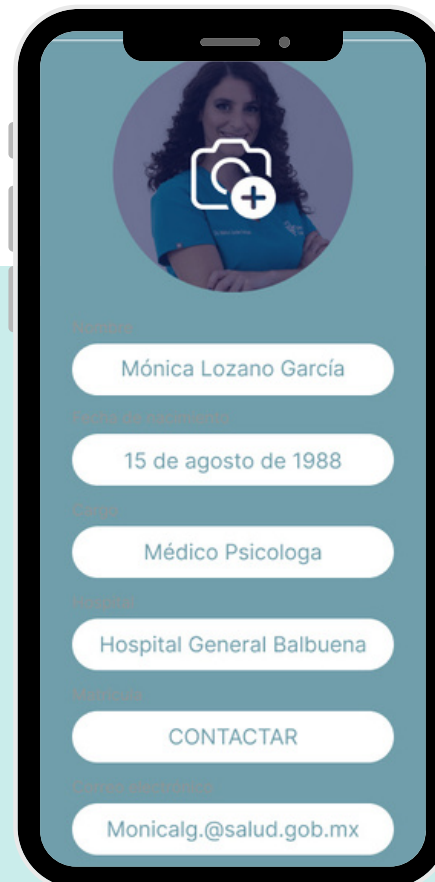
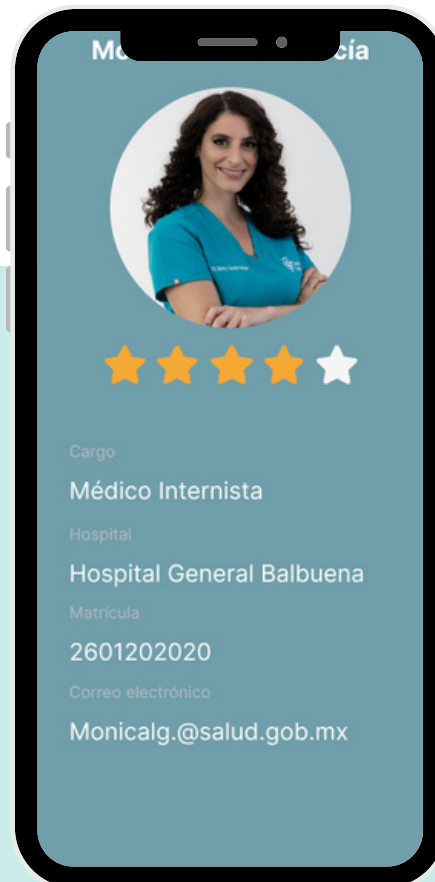
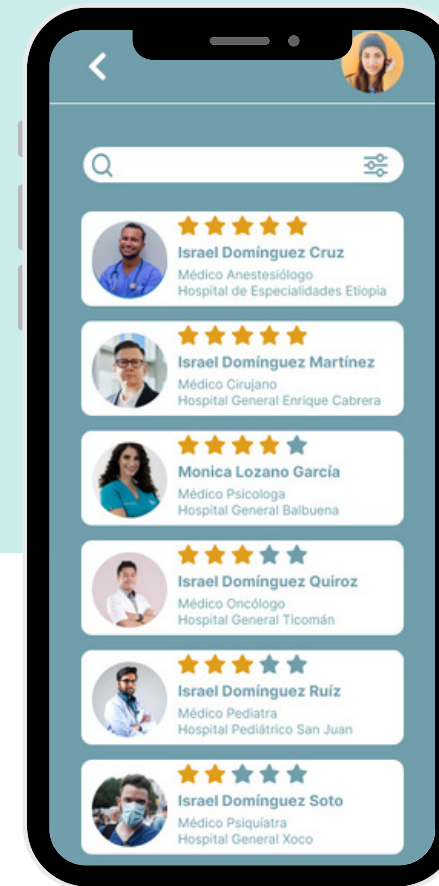
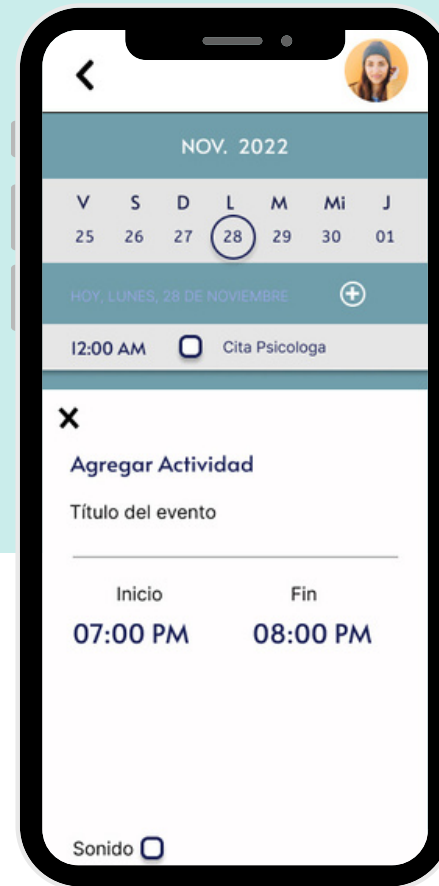




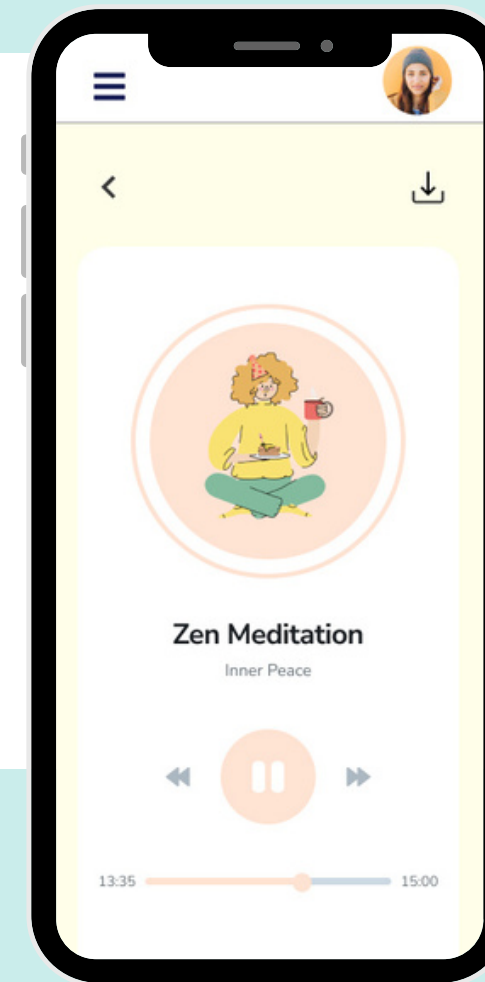
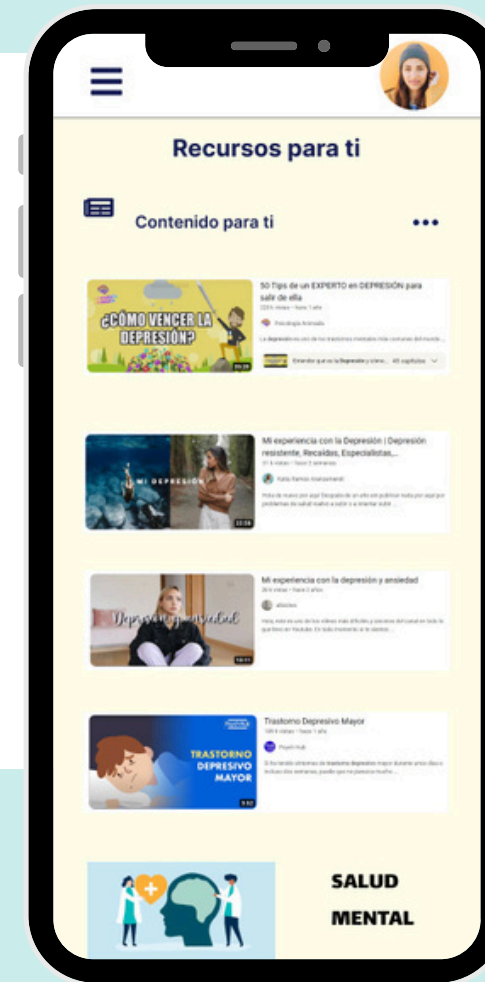
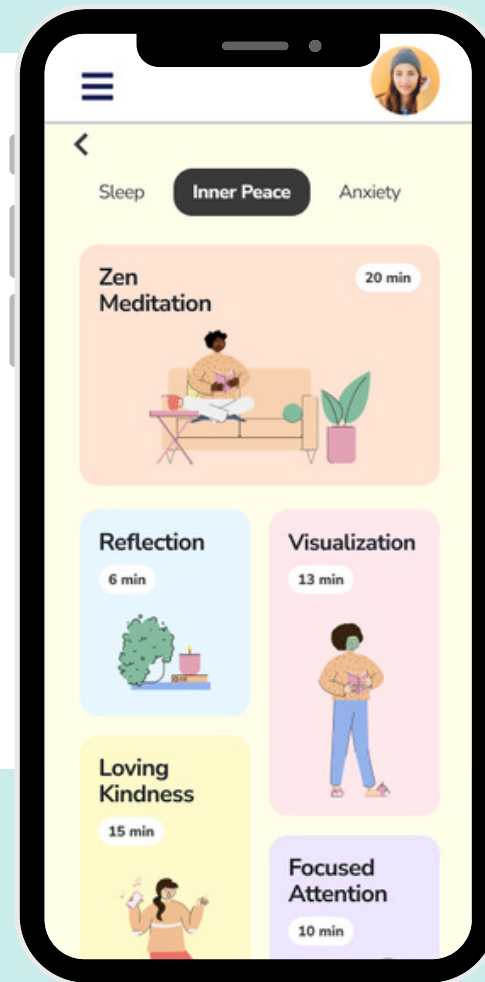
# APP



# APP



# APP



# Conclusiones

La aplicación Mente Sana ha demostrado ser un recurso transformador en el ámbito de la salud mental, proporcionando a los usuarios una plataforma accesible, segura y efectiva para gestionar su bienestar emocional. Con su diseño intuitivo y adaptable, ha logrado reducir barreras de acceso a herramientas de apoyo, empoderando a las personas para priorizar su salud mental en su vida diaria.

## El impacto

El impacto de Mente Sana se refleja en la confianza y satisfacción de sus usuarios, quienes destacan la combinación de recursos educativos, terapias guiadas y la posibilidad de conectar con profesionales de manera remota. Esto no solo mejora la experiencia del usuario, sino que también fomenta un enfoque proactivo hacia el cuidado personal, contribuyendo a una sociedad más saludable y emocionalmente resiliente.

En un mundo donde la salud mental es cada vez más prioritaria, Mente Sana se posiciona como un aliado indispensable, ofreciendo un espacio donde el bienestar y el apoyo emocional están siempre al alcance de la mano.

## Qué aprendí:

La iteración basada en feedback fue clave para desarrollar una plataforma que priorizara la accesibilidad. Este proyecto subrayó la importancia de entender las necesidades emocionales y tecnológicas de los usuarios.



# Gracias

