

BANNER - EIXO 6 – TECNOLOGIAS, INFORMAÇÃO E COMUNICAÇÃO EM
SAÚDE

**IMPORTÂNCIA DO APLICATIVO “CONVERSA COMIGO” NO ÂMBITO DA
SAÚDE DIGITAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Rita De Cássia Dos Santos Vieira (rita.vieira@discente.ufma.br)

Rayane Emanuelle Da Penha Lindoso (rayane.penha@discente.ufma.br)

Lidia Oliveira Serra (lidia.oliveira@discente.ufma.br)

*Andreina Kariellen Silva Garcez & Lopes
(Andreina.kariellen@discente.ufma.br)*

Silvia Cristianne Nava Lopes (silvia.nava@ufma.br)

Contextualização: O aplicativo “Conversa Comigo” é uma ferramenta digital inovadora, com versão gratuita, direcionada para psicoeducação. Apresentando eixos temáticos no âmbito da saúde mental tais como: ansiedade, depressão, dentre outros. O aplicativo visa promover o bem estar físico, mental e emocional. Ademais, possibilita conversas com inteligência artificial, de modo que os usuários interpelem que estão realizando consultas com psicólogos especializados. É importante destacar que os idealizadores do aplicativo não recomendam a interrupção de consultas médicas especializadas na área da saúde mental. Metodologia: Trata-se de um estudo descritivo do tipo Relato de Experiência, acerca do processo de interação de usuários com a versão gratuita do aplicativo "Conversa Comigo", envolvendo conversas entre o elemento humano com inteligência artificial, abordando dois eixos temáticos, quais sejam, ansiedade e autoestima, por meio do autoconhecimento e

terapêutica imersiva. Período de realização: As etapas foram conduzidas de maneira personalizada, durante o mês de outubro de 2023. Objetivo Geral: Realizar uma análise do aplicativo por estudantes, buscando compreender como a interação do elemento humano com a inteligência artificial no âmbito da saúde mental pode gerar benefícios para população. Resultados: Utilizamos o aplicativo com o intuito de demonstrar sua utilidade na manutenção da saúde mental positiva de pessoas com problemas de ansiedade e transtornos mentais. Assim, foi possível observar que o aplicativo representa uma ferramenta eficaz na redução dos sintomas e na promoção da qualidade de vida dos usuários. Aprendizados e análise crítica: Mesmo utilizando a versão gratuita do aplicativo, foi possível observar a importância desta ferramenta digital no cotidiano, que promove alívio emocional, redução da ansiedade e melhora qualidade de vida dos usuários. Dessa forma, o aplicativo "Conversa Comigo" pode ser utilizado como ferramenta computacional no Sistema Único de Saúde em todo território brasileiro, podendo ser referência para outros países.

Palavras-chave: telemedicina; saúde mental; educação em saúde.