

Estudiantes de PrepaTec CCM crean app para apoyo emocional



Cuatro estudiantes de [Prepa Tec Ciudad de México](#) desarrollaron una aplicación **enfocada al cuidado de la salud mental**, específicamente depresión y ansiedad.

VS beat your thoughts, es el nombre de la app desarrollada por Daniela Sandoval, Camila Hernández, Andrea Medrano y Brenda Zúñiga.

*“Esta app **ayuda a las personas con ansiedad y depresión**, se les ofrece con una guía que está avalada por profesionales de la salud mental.*

*“Se ofrecen distintas **maneras de llevarte a la calma**, puede ser con ejercicios de respiración, con dibujos y también tiene una parte de contacto para localizar a un especialista en caso de crisis”, dijo Andrea Medrano.*



width="900" loading="lazy">

Al ser un tema que algunas de las integrantes del equipo han vivido en carne propia, decidieron **aportar a la sociedad** a través de dicha aplicación.

*“Concordamos que teníamos algo en común, por experiencias que hemos pasado desde temprana edad, una de nosotras pasó por **depresión y anorexia**.*

*“En la actualidad se sigue estigmatizando a las enfermedades mentales y nosotras **buscamos que el usuario se sienta seguro**”, comentó Brenda.*

“Buscamos que el usuario se sienta seguro”.- Brenda Zúñiga

¡Descárgala en Play Store!

Aunque está en etapa de prueba, las personas que deseen, ya pueden **descargar la aplicación** en play store.

*“Cualquiera con un dispositivo puede descargar la aplicación, esperamos sus comentarios y opiniones **para poder mejorarla**.*

*“Llevamos más de un año trabajando en esta aplicación y esperamos **que sea de beneficio** para los usuarios”, dijo Daniela.*



width="900" loading="lazy">

Los mayores retos

Para las estudiantes de PrepaTec, el desarrollo de una aplicación tuvo sus retos, pero gracias a sus **profesores y a los expertos en salud mental**, pudieron concretar su proyecto.

*“Tuvimos mucho apoyo de los **psicólogos y profesionales de la salud**, nosotras llegamos con la idea y ellos nos fueron encaminando.*

“Uno de los mayores retos fue subirla a play store para que fuera funcional y los usuarios puedan acceder”, expresó Camila.



width="900" loading="lazy">

Obtienen primer lugar en PrepApps

PrepaTec organiza cada año un concurso para estudiantes de bachillerato y en esta ocasión, VS beat your thoughts resultó **ganadora a nivel nacional**.

*“Es la sexta edición donde participan todas las prepas del Tec de Monterrey donde se busca mostrar de una manera vivencial y profesional, los **proyectos que desarrollan estudiantes** de cuarto semestre.*

*“Se hizo una edición regional y después se hizo el nacional y las estudiantes de VS **obtuvieron el primer lugar**”,* explicó la profesora de PrepaTec Ciudad de México, Mónica Jiménez.

SEGURO QUERRÁS LEER TAMBIÉN: