

appmiga
Mídia Integrada de Gestão do Autocuidado

Aplicativo MIGA

Alice Pinho

/appmiga

A Pesquisadora do Norte que Transformou Escuta Acadêmica em Tecnologia de Cuidado

Alice Pinho é uma mulher nortista que aprendeu a ler as potências e as desigualdades de seu território com o olhar apurado de quem dedicou duas décadas à comunicação e à pesquisa. Jornalista, professora universitária e doutora, sua trajetória foi profundamente marcada pelo compromisso com a universidade pública e pela percepção sensível das vulnerabilidades sociais em Palmas, Tocantins. Após uma perda pessoal significativa em 2018, Alice canalizou sua dor para a investigação do sofrimento psíquico, especialmente entre mulheres. Ela viu de perto como a ausência de redes de apoio e as pressões acadêmicas e sociais adoeciam aquelas ao seu redor, e decidiu que a ciência precisava transbordar os muros da universidade.

A "virada de chave" para o empreendedorismo aconteceu através do Edital Centelha, onde sua proposta de tecnologia social conquistou o 1º lugar na categoria. Ali, Alice descobriu uma verdade pragmática: é impossível inovar e cuidar sem recursos. Em 2023, ao lado de sua sócia Hareli Cecchin, ela fundou a Serenus Tech, dando vida ao App MIGA. A solução nasceu como uma resposta concreta para democratizar o acesso ao autocuidado e à prevenção de violências, unindo o rigor científico da saúde mental à acessibilidade mHealth (saúde móvel).

O App MIGA resolve um problema silencioso e devastador no mundo corporativo: a invisibilidade do sofrimento psíquico. Enquanto muitas empresas só agem quando a crise já está instalada — gerando afastamentos e altos custos —, o MIGA oferece uma plataforma de monitoramento contínuo de riscos psicossociais. Através de relatórios minuciosos e supervisão humana, ele ajuda organizações (especialmente aquelas com equipes majoritariamente femininas) a identificar sinais de estresse e sobrecarga precocemente. Além de promover bem-estar, a ferramenta ajuda as empresas a cumprirem as novas exigências da NR-01, trazendo gestão de dados para um campo que antes era subjetivo.

A trajetória de Alice no Programa Empreendedoras Tech foi fundamental para consolidar sua transição de pesquisadora para co-fundadora estratégica. O programa contribuiu diretamente para que a Serenus Tech conquistasse o 1º lugar na aceleração FAPTO 2025. Entre os diversos prêmios acumulados, como o Prêmio Autocuidado Acessa e o Top 100 Startup Summit 2025, Alice destaca que o maior desafio foi gerir o tempo qualificado entre suas atribuições acadêmicas, pessoais e o novo papel de empreendedora.

Hoje, Alice orgulha-se de ter criado uma ferramenta pensada por mulheres e para mulheres. Ela provou que o cuidado pode ser escalável e que a tecnologia, quando guiada pela escuta, é capaz de salvar dias.

Os próximos passos focam na expansão nacional do MIGA, levando a estratégia de autocuidado para empresas de todas as regiões do Brasil. Para Alice, a missão é clara: tornar o cuidado acessível para que ninguém precise enfrentar o adoecimento sozinho. Sua trajetória ensina que o território onde nascemos não define apenas nossas dificuldades, mas também a força das soluções que podemos plantar nele.