

HRV4Life

Monica Valente

/hrv4life

A Neuropsicóloga que Transformou o Smartphone em um "Sentinela" da Saúde Preventiva

Monica Valente passou mais de duas décadas ouvindo o que o corpo e a mente humana têm a dizer. Como psicóloga e neuropsicóloga, ela liderou por dez anos uma clínica em São Paulo, mas uma inquietação a perseguia: a maioria dos pacientes chegava "tarde demais", quando os sintomas já haviam se tornado doenças crônicas ou crises instaladas. Monica sabia que a tecnologia poderia ser a ponte para o cuidado que ela, no consultório, não conseguia oferecer em tempo integral.

A virada de chave veio com um susto pessoal em 2023. Através do monitoramento que ela mesma estava desenvolvendo, Monica percebeu alterações sutis em seus padrões fisiológicos e descobriu um problema renal silencioso. Se não fosse a detecção precoce, ela teria se tornado uma paciente crônica. Foi a prova final de que seu propósito era vital. Em 2020, ela fundou a HRV4Life Saúde e Performance, uma healthtech que democratiza a prevenção usando o que todo brasileiro já tem no bolso: um celular.

O diferencial da HRV4Life é a simplicidade radical. Sem a necessidade de relógios caros ou dispositivos vestíveis (wearables), o usuário coloca o dedo sobre a câmera do smartphone e, através da captação de sinais psicofisiológicos, a inteligência da plataforma monitora indicadores de saúde. Essa tecnologia permite que empresas, operadoras e o setor público acompanhem populações de forma contínua, identificando riscos antes que eles virem internações. Hoje, o aplicativo já conta com quase duas mil pessoas utilizando a versão gratuita, provando que o monitoramento de elite pode ser acessível a todos.

A transição de psicóloga clínica para CEO de uma startup exigiu que Monica "quebrasse padrões" consolidados por anos. A participação na 3ª edição do Programa Empreendedoras Tech foi o suporte necessário para essa metamorfose. Com o apoio financeiro e estratégico do programa, Monica contratou especialistas para refinar sua tecnologia e amadureceu sua narrativa comercial. O resultado? A HRV4Life está prestes a fechar seu primeiro grande contrato com uma prestadora de serviços para municípios, um marco que consolida a empresa como um player estratégico na saúde pública e corporativa.

Hoje, enquanto equilibra a gestão do negócio com a maternidade de três filhos — o caçula pequeno e o mais velho formando-se em Medicina —, Monica lidera a HRV4Life com a convicção de quem salvou a própria saúde. Ela não está apenas construindo um aplicativo; está construindo um futuro onde os dados do corpo são traduzidos em vida longa.

Os próximos passos focam em consolidar a startup como referência nacional em monitoramento preventivo, levando a tecnologia para o ambiente de saúde e segurança do trabalho. Como ela mesma ensina: "Protagonismo não é apenas ocupar espaço, é saber sustentá-lo com verdade e propósito".