Central de Ajuda do Friend

Como o Friend funciona, o que ele faz com seus dados e como tirar o máximo dele.

Sem jargão, sem ticket de suporte.

Gerado da Central de Ajuda do Friend

Índice por assunto

Primeiros passos

1. O que é o Friend, afinal?
2. Por que o Friend pergunta meu nome?
3. O que o Friend lembra?

Conversa e presença

1. Posso falar em vez de digitar?
2. Posso enviar fotos?
3. O que são modos de presença?

Saúde e bem-estar

1. Como conectar o Google Fit ou a Apple Health?
2. Como funcionam missões, XP e badges?
3. Isso é aconselhamento médico?

Privacidade e seus dados

1. Quem decide o que o Friend pode acessar?
2. Posso desconectar ou apagar meus dados?

Planos e faturamento

1. Como assino?
2. Minha conta está suspensa. E agora?

Perguntas frequentes

1. Preciso pagar para usar o Friend?
2. Como cancelo?
3. O que acontece depois do teste?
4. Quais idiomas são suportados?
5. O Friend coleta dados de saúde sem perguntar?

Passo a passo por tarefa

Primeiros passos

1. O que é o Friend, afinal?

Friend é um companheiro de IA pessoal construído para te acompanhar por anos - não um chatbot de respostas rápidas. Ele lembra do que importa, observa o que você compartilha e tenta ser útil sem ser chato. Você decide o que compartilhar e quando.

2. Por que o Friend pergunta meu nome?

Amizades começam com apresentação e curiosidade - não com formulário. O Friend pergunta uma coisa por vez, quando faz sentido. Você pode pular qualquer coisa e dizer "agora não"; ele respeita e segue trabalhando com o que você já compartilhou.

3. O que o Friend lembra?

O Friend mantém uma memória fiel do que você compartilha: sua história, preferências, objetivos e contexto. Ele nunca finge esquecer e nunca finge saber mais do que sabe. Se não tem contexto para responder bem, ele diz isso com honestidade.

Conversa e presença

1. Posso falar em vez de digitar?

Sim. O dashboard aceita entrada por voz e respostas faladas no seu idioma. Use o orbe do microfone para falar e toque para parar. Se o navegador não suportar voz, o campo de texto está sempre disponível.

2. Posso enviar fotos?

Sim - anexe uma imagem à mensagem e o Friend a considera na resposta. Útil para compartilhar um documento, uma refeição, um lugar ou qualquer coisa visual sobre o que vocês estão conversando.

3. O que são modos de presença?

O Friend tem estados internos que moldam o tom: cotidiano (leve, raro), atento (algo mudou), empático (fase difícil), direto (preocupação persistente), celebrativo (conquistas reais) e reflexivo (marcos). Ele aparece quando vale - nunca por ruído.

Saúde e bem-estar

1. Como conectar o Google Fit ou a Apple Health?

Abra a aba Saúde no dashboard, escolha um provedor e conceda consentimento explícito antes de conectar. O Friend lê atividade, sono, batimentos e métricas corporais apenas para coaching - somente leitura, e você pode desconectar quando quiser.

2. Como funcionam missões, XP e badges?

Toda semana o Friend propõe missões personalizadas (passos, minutos ativos, consistência de sono) com base nos seus dados. Completar missões rende XP; a consistência desbloqueia ofensivas, proteção de ofensiva e badges como primeira ofensiva ou guardião da consistência.

3. Isso é aconselhamento médico?

Não. O Friend oferece orientação voltada ao bem-estar, explicável - nunca diagnóstico ou tratamento. Cada pontuação mostra sua fórmula, e as recomendações degradam com elegância quando as integrações estão desligadas.

Privacidade e seus dados

1. Quem decide o que o Friend pode acessar?

Você. Toda integração começa com uma caixa de consentimento explícita e revogável. O Friend nunca compartilha seus dados, nunca os vende e usa cada permissão apenas para o propósito que pediu.

2. Posso desconectar ou apagar meus dados?

Sim. Desconecte qualquer provedor na aba Saúde e a integração para imediatamente. Pedidos de remoção de conta seguem pelo Hub - seus dados nunca são retidos como refém.

Planos e faturamento

1. Como assino?

Assinaturas são centralizadas no Abkus Hub. Abra a landpage e escolha Assinar - faturamento, faturas e gestão do plano ficam na sua conta do Hub, não espalhados pelos apps.

2. Minha conta está suspensa. E agora?

A suspensão acontece quando um pagamento falha. Seus dados ficam seguros por 30 dias. Use o formulário de reativação na página de suspensão - o pedido vai direto para a área de superadmin e é resolvido rápido.

Perguntas frequentes

1. Preciso pagar para usar o Friend?

Sim. O Friend é uma assinatura paga. Cada plano começa com teste de 14 dias que exige meio de pagamento; cancele antes do fim e você não é cobrado.

2. Como cancelo?

Cancele quando quiser na sua conta do Abkus Hub (faturamento). O cancelamento interrompe renovações futuras; você mantém o acesso até o fim do período já pago.

3. O que acontece depois do teste?

A menos que você cancele antes do fim, o teste de 14 dias vira a assinatura mensal pelo preço do catálogo mostrado nas páginas de preço.

4. Quais idiomas são suportados?

Inglês (Estados Unidos e Guiana) e português (Brasil), com as datas, números e moeda do seu mercado.

5. O Friend coleta dados de saúde sem perguntar?

Não. Sinais de saúde são opcionais e só são coletados depois que você conecta um provedor e dá consentimento explícito; você pode desconectar a qualquer momento.