**DOMÍNIOS**

Domínio não disponível para registro.

* sofia.com.br
* sophia.com.br

Domínio disponível para registro.

* sofiayoga.com.br
* bemestaremequilibrio.com.br
* sofiabemestar.com.br

R$ 40,00 por 1 ano

DE R$ 80,00 por R$ 76,00 por 2 anos

DE R$ 200,00 por R$ 184,00 por 5 anos

DE R$ 200,00 por R$ 184,00 por 5 anos

**HOSPEDAGEM**

**HOSTINGER**

**SINGLE**

R$ 8,99/mês

Crie 1 site

10 GB de armazenamento para seus arquivos (SSD)

1 caixa de e-mail por site - grátis por 1 ano

O que oferece:

Mantenha todos os sites seguros com SSL grátis

Backups automáticos toda semana para recuperar seus dados com facilidade

Migre seu site gratuitamente e sem tempo de inatividade

Crie sites em minutos com o Criador de Sites com IA

**PREMIUM**

R$ 11,69/mês

+2 meses grátis

Crie até 25 sites

25 GB de armazenamento para seus arquivos (SSD)

2 caixas de e-mail por site - grátis por 1 ano

Tudo o que o plano Single oferece, e mais:

Domínio grátis por 1 ano

Deixe a manutenção do seu site WordPress por nossa conta

Gerencie sites mais facilmente com o WordPress Multisite

Use a linha de comando do WordPress para um gerenciamento eficaz do seu site

**LOCAWEB**

**HOSPEDAGEM GO**

R$ 24,90

76% OFF

R$ 5,90/mês

* 1 site
* 20.000 visitas mensais
* 1 conta de email grátis
* Domínio grátis
* Hospedagem Wordpress
* Criador de Sites grátis
* Armazenamento SSD ilimitado
* Migração de site grátis
* SSL ilimitado grátis
* Backup diário
* Largura de banda ilimitada
* Suporte 24/7

**HOSPEDAGEM I**

71% OFF

R$ 10,90/mês

Sites ilimitados

* 35.000 visitas mensais
* 15 contas de email grátis
* Domínio grátis
* Hospedagem Wordpress
* Criador de Sites grátis
* Armazenamento SSD ilimitado
* Migração de site grátis
* SSL ilimitado grátis
* Backup diário
* Largura de banda ilimitada
* Suporte 24/7

**DREAMHOST**

**SHARED STARTER**

Primeiros 3 anos

$2.59/mês

ECONOMIZE68%

Renova automaticamente a $5.99/mês após 3 anos

* 1 Site
* Domínio Gratuito Incluído
* Tráfego Ilimitado
* WordPress Installer
* Migrações Automatizadas de WordPress GRÁTIS
* AI Website Builder
* Business Advisor
* Análise de Tráfego Integrada
* Rápido Armazenamento SSD
* Certificado SSL Gratuito
* Adicione Email a partir de $1.67/mês
* Centros de Dados Globais
* 30 Dias Garantia de Devolução do Dinheiro

Shared Unlimited

Perfeito para suportar muitos sites do WordPress, sites

**SHARED UNLIMITED**

Primeiros 3 anos a

$3.95/mês

ECONOMIZE72%

Renova automaticamente a $10.99/mês após 3 anos

* Websites Ilimitados
* Domínio Gratuito Incluído
* Tráfego Ilimitado
* WordPress Installer
* Migrações Automatizadas de WordPress GRÁTIS
* AI Website Builder
* Business Advisor
* Análise de Tráfego Integrada
* Rápido Armazenamento SSD
* Certificado SSL Gratuito
* Email Ilimitado @ Seu Domínio
* Centros de Dados Globais
* 30 Dias Garantia de Devolução do Dinheiro

**O QUE SÃO METODOLOGIAS ÁGEIS?**

Diferentemente dos modelos mais tradicionais, compostos por processos longos e sem definição clara sobre como atingir seus objetivos, as metodologias ágeis buscam simplificar e encurtar as entregas de um determinado projeto.

Com isso, aceleram e tornam mais preciso o resultado final.

**COMO AS METODOLOGIAS ÁGEIS FUNCIONAM NA PRÁTICA?**

A ideia é fracionar um grande projeto em etapas mais curtas, com entregas em espaços de tempo menores, focando principalmente na melhoria e no alinhamento da equipe durante o processo.

Ou seja, é possível identificar as falhas muito mais rápido e corrigi-las imediatamente.

Apesar de terem iniciado e serem muito comuns em equipes de desenvolvimento, as metodologias ágeis podem ser utilizadas em qualquer tipo de projeto, empresa ou produto.

O importante é que o foco de qualquer projeto seja o cliente final e a entrega de valor, estimulando, assim, uma gestão de processos que garanta o controle e a revisão frequentes, mas principalmente o alinhamento constante e a colaboração entre as equipes envolvidas.

**QUAIS SÃO OS TIPOS DE METODOLOGIAS ÁGEIS?**

**1. Scrum**

O Scrum é uma das metodologias ágeis mais famosas, sendo inclusive confundida com o conceito em si.

O principal diferencial dela é ajudar a gerenciar e desenvolver com eficiência projetos complexos que têm um curto prazo de entrega.

**Como funciona o Scrum**

* Deve haver um Dono do Projeto, que tem o papel de representar o usuário/cliente final e a responsabilidade de determinar as funcionalidades do produto final.
* A partir disso, ele cria uma lista de tarefas por ordem de prioridade, conhecida como Backlog, e as distribui entre a equipe.
* Após, se iniciam os Sprints, que são ciclos curtos de desenvolvimento para cada etapa do projeto, geralmente de duas a quatro semanas.
* Ao final de cada Sprint, a equipe para e faz uma revisão da evolução das tarefas, para validar se tudo foi feito e ajustar o que for preciso.
* Ao final da última Sprint, o Backlog é concluído e o projeto/produto pode ser entregue.

**2. LEAN**

O Lean é anterior ao manifesto ágil, tendo surgido no Japão, em indústrias automobilísticas. Mas esse método ágil se tornou conhecido no universo das Startups.

Em uma tradução literal, o termo “lean” significa “enxuto”, porque é indicado para projetos menores.

Seu principal diferencial é possibilitar a identificação e eliminação com eficiência de desperdícios (de tempo e dinheiro) durante a realização do projeto.

**3. Kanban**

O Kanban é uma das metodologias ágeis mais simples, mais adaptáveis a qualquer negócio e também mais utilizadas atualmente.

Consiste em checklists e fornece uma ampla visão do projeto em desenvolvimento.

O principal objetivo desse método é buscar a evolução, e não a revolução, permitindo que a organização dos processos seja feita de uma forma visual.

**Como funciona o Kanban**

É preciso criar um quadro (que pode ser físico, como um quadro branco, ou virtual, como o Trello) e dividi-lo em três colunas da seguinte forma:

* TO DO: coloca-se todas as tarefas a serem feitas durante um determinado projeto
* DOING: aqui são colocadas as tarefas que estão sendo executadas no momento e com o nome de cada responsável
* DONE: por fim, coloca-se as tarefas que já foram finalizadas, entregues e validadas.

**4. SMART**

A metodologia Smart é reconhecida por desenvolver projetos mais realistas, ou seja, possíveis de serem atingidos.

Smart se baseia em cinco princípios, um para cada letra do seu nome:

* **Specific**: sua meta deve ser bem específica e atingir um ponto de cada vez
* **Measurable:** a meta deve ser mensurável, para provar a eficiência do processo
* **Attainable**: a meta deve desafiar o time, sem deixar de ser alcançável
* **Relevant**: a meta deve ser relevante para o resultado final
* **Time-related**: a meta precisa ter um prazo de entrega.

**FERRAMENTAS DE GESTÃO DE PROJETOS**

**ClickUp:** Gestão avançada com IA e automações poderosas

**Asana:** Interface intuitiva para equipes ágeis

**Trello:** Visualização estilo Kanban, ideal para fluxos simples

**Monday.com:** Escalabilidade e personalização para empresas

**Wrike:** Colaboração em tempo real e gestão de participantes

**Jira:** Foco em desenvolvimento ágil e projetos de TI

**Microsoft Project:** Gestão robusta de recursos e cronogramas

**Smartsheet:** Interface semelhante ao Excel, com recursos avançados

**Basecamp:** Simplicidade para equipes pequenas e remotas

**Teamwork:** Acompanhamento de desempenho e produtividade