



**Universidad Espíritu Santo**

**Modalidad en Línea**

**Ingeniería en Ciencias de la Computación**

## **DISEÑO DE SOFTWARE**

Docente : Mgtr. Vanessa Alexandra Jurado

Estudiantes : Ariel Alejandro García Coronado

Patricio David Fierro García

Richard Mathew Guach Aguilar

Ángeles Salome Zambrano

## **TEMA**

Descripción de la solución del proyecto: Sistema de seguimiento de hábitos saludables: App para registrar hábitos diarios como hidratación, actividad física, sueño, con reportes visuales y recordatorios.

---

## Índice

1.	Interfaz del Usuario.....	3
2.	Registro y Visualización .....	3
3.	Exportación de Datos .....	4
4.	Capturas de la Interfaz del Programa .....	4
5.	Descripción General del Sistema .....	10

---

---

## 1. Interfaz del Usuario

El sistema presenta una interfaz gráfica intuitiva y amigable que permite al usuario ingresar sus datos diarios relacionados con hábitos saludables. La interfaz contiene los siguientes campos y controles principales:

Edad: Campo para ingresar la edad del usuario, utilizado para contextualizar los datos.

Género: Selección binaria que por defecto muestra la opción “Masculino”.

Vasos de agua: Cantidad de vasos de agua consumidos durante el día.

Horas de sueño: Número total de horas dormidas la noche anterior.

Minutos de actividad física: Duración de la actividad física diaria en minutos.

Además, la interfaz dispone de los siguientes botones con funciones específicas:

Guardar: Permite almacenar el registro ingresado.

Ver progreso semanal: Muestra gráficas que evidencian el seguimiento semanal de cada hábito en comparación con metas recomendadas.

Exportar a PDF: Genera un reporte en formato PDF con los datos registrados y gráficos de progreso para análisis o impresión.

Limpiar historial: Elimina todos los registros almacenados localmente.

Eliminar un registro: Permite borrar una entrada específica mediante la apertura de un cuadro de diálogo para seleccionar el registro a eliminar.

## 2. Registro y Visualización

Los datos ingresados se almacenan localmente en el sistema y pueden consultarse mediante una sección denominada “Últimos registros”, que presenta un historial cronológico ordenado. La

---

---

visualización del progreso semanal utiliza gráficos de líneas para ilustrar el cumplimiento de las metas recomendadas:

Meta de 8 vasos de agua diarios.

Meta de 7 horas de sueño diarias.


Meta de 30 minutos de actividad física diaria.

Los gráficos reflejan las variaciones diarias en cada hábito, facilitando la interpretación rápida del avance y las áreas de mejora.


### **3. Exportación de Datos**

El sistema incluye una función para exportar toda la información acumulada en un documento PDF. Este reporte contiene tanto los datos numéricos ingresados como las gráficas de progreso, lo cual permite un análisis externo o la impresión para un seguimiento manual.


### **4. Capturas de la Interfaz del Programa**



Registro de Hábitos Saludables


Edad:



Género:


Masculino



Vasos de agua:



Horas de sueño:



Minutos de actividad física:



Guardar


Ver progreso semanal


Exportar a PDF



Limpiar historial


Eliminar un registro


Últimos registros:

No hay registros aún.

Figura 4.1.0 Interfaz Inicial


Registro de Hábitos Saludables

Edad:

19

Género:

Masculino

Vasos de agua:

8

Horas de sueño:

8

Minutos de actividad física:

120

Guardar

Ver progreso semanal

Exportar a PDF

Limpiar historial

Eliminar un registro

Últimos registros:

1.

2025-05-17 20:09 -
Femenino, 22 años

7 vasos,
6h sueño,
30 min

Duerme al menos 7h. Dormir bien mejora tu s  
alud mental y física.

2.

2025-05-17 20:08 -
Masculino, 19 años

5 vasos,
3h sueño,
0 min

Duerme al menos 7h. Dormir bien mejora tu s  
alud mental y física.


Bebe más agua. 6-8 vasos al día es lo ideal  
.

Haz más actividad física. Se recomiendan  
30+ min diarios.


3.

2025-05-17 20:08 -
Masculino, 19 años


Figura 4.1.1.1 Interfaz de usuario con el ingreso de información requerida



Registro de Hábitos Saludables


Edad:



Género:


Masculino



Vasos de agua:



Horas de sueño:



Minutos de actividad física:



Guardar


Ver progreso semanal




Exportar a PDF





Limpiar historial




Eliminar un registro




Últimos registros:



1.


2025-05-17 20:08 -

Masculino, 19 años




5 vasos,

3h sueño,

0 min



Duerme al menos 7h. Dormir bien mejora tu salud mental y física.



Bebe más agua. 6-8 vasos al día es lo ideal.



Haz más actividad física. Se recomiendan 30+ min diarios.

2.


2025-05-17 20:08 -

Masculino, 19 años





8 vasos,

8h sueño,

30 min

Figura 4.1.2 Ultimos Registros

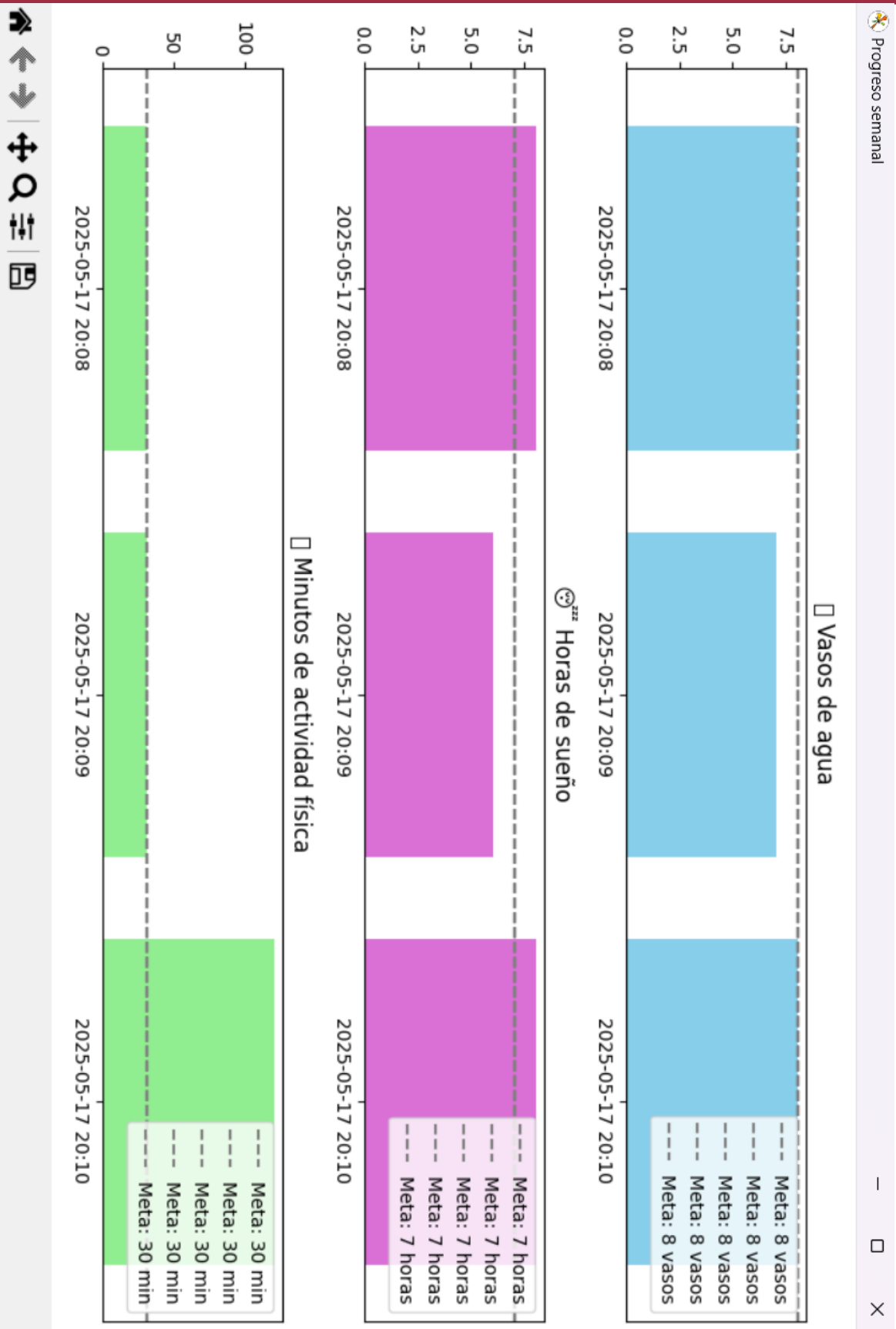


Figura 4.1.3 Interfaz de Ver progreso Semanal



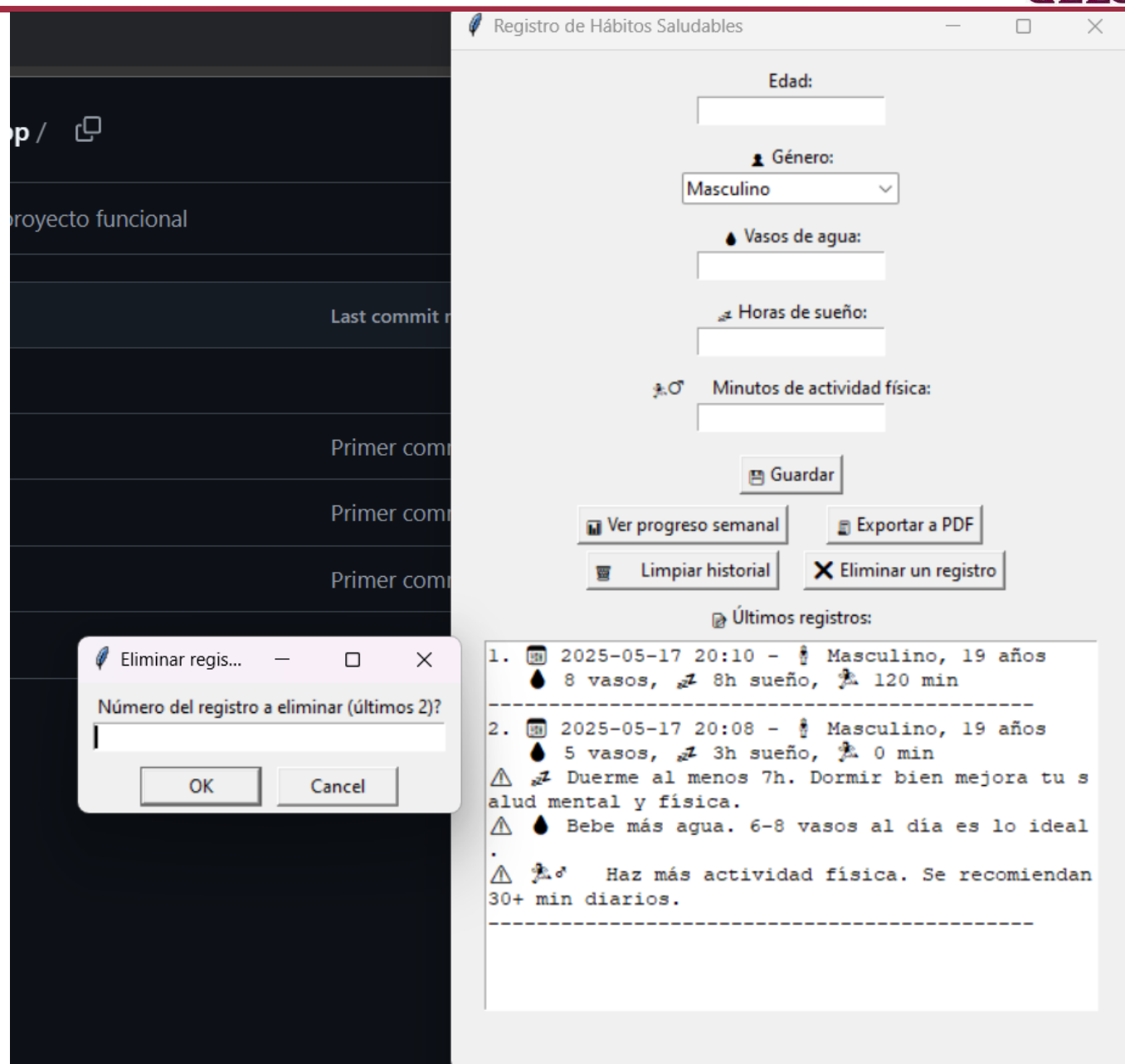


Figura 4.1.4 I Cuadro de diálogo para la selección del registro a eliminar

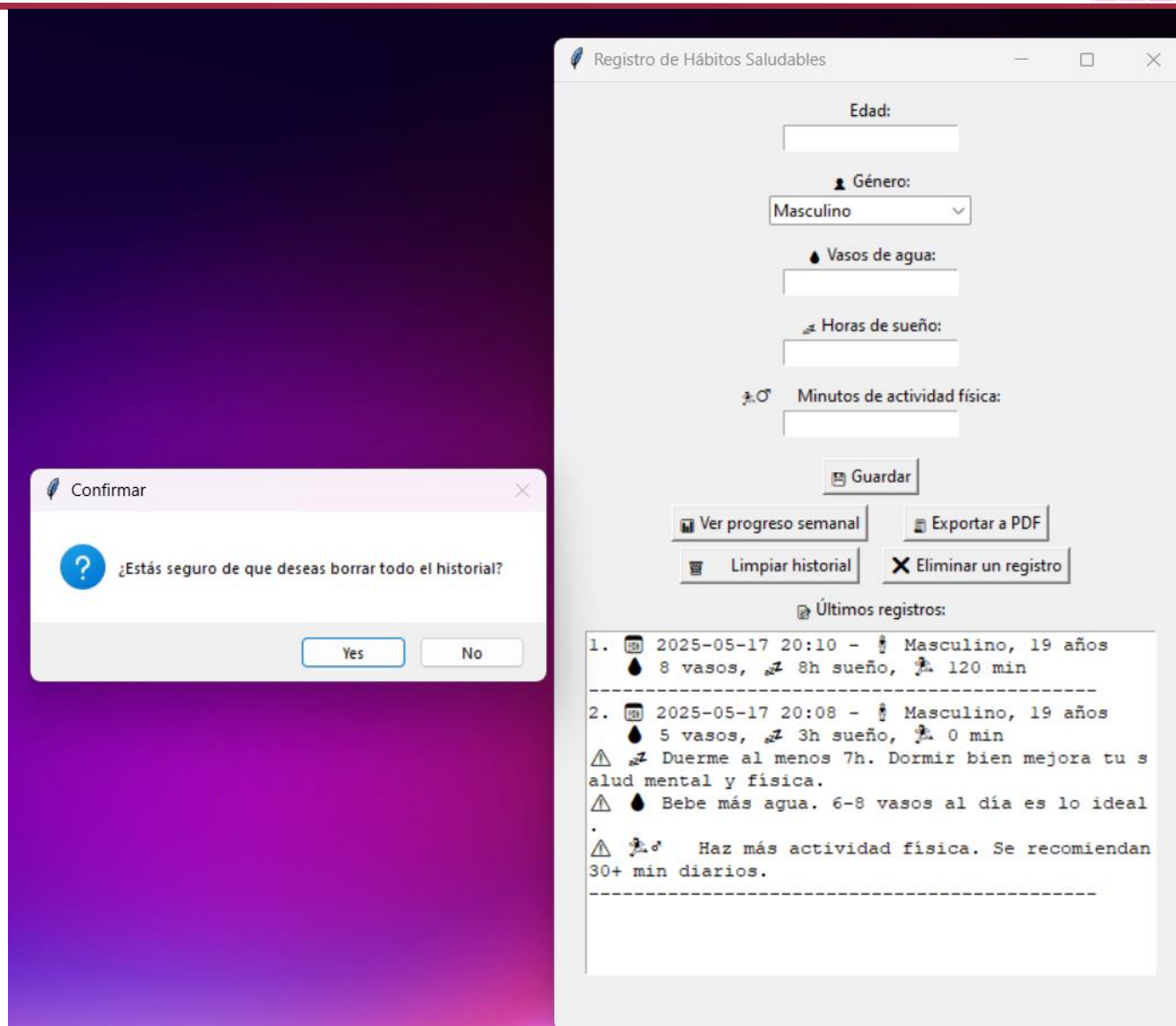


Figura 4.1.5 Cuadro de diálogo para la selección del historial a eliminar

## 5. Evidencia del Proyecto

A continuación, se presentan las evidencias que respaldan el desarrollo y funcionamiento del sistema:

Evidencia	Descripción	Enlace o Ruta
Archivo ejecutable (.exe)	Programa listo para su ejecución local.	<p><b>Opción 1:</b> Desde el ejecutable: - Ve a la carpeta dist/ - Abre el archivo interfaz.exe - ¡Y comienza a registrar tus hábitos!</p> <p><b>Opción 2:</b> Desde el código fuente: - Asegúrate de tener Python instalado - Ejecuta: pip install -r requirements.txt python app/main.py</p>
Video demostrativo	Demostración funcional del sistema.	docs/Soluciones y Evidencias
Capturas de pantalla	Imágenes de las interfaces y funcionalidades.	docs/Soluciones y Evidencias
Código fuente	Repositorio con el código fuente completo.	<a href="https://github.com/Arsiel15/seguimiento-habitos-equipo4/tree/main/app">https://github.com/Arsiel15/seguimiento-habitos-equipo4/tree/main/app</a>

### 5.1 Tabla de referencias y ubicaciones de las evidencias del proyecto

## 6. Conclusiones

El sistema desarrollado cumple con los objetivos planteados, ofreciendo una herramienta sencilla y efectiva para el registro y seguimiento de hábitos saludables. La interfaz amigable, junto con las funcionalidades de visualización y exportación, permiten al usuario tener un control adecuado sobre sus progresos diarios y semanales.