

# Proyecto ExtreFit: ADRs

07/12/2025

---

Sergio Ramírez Pla  
Jose Luís Moreno Tores

IES Albarregas  
2º DAM B

## Tabla de contenido

.....	0
ADR-001: Acceso a calendario de ejercicios con video explicativo.....	2
Contexto .....	2
Decisión .....	2
Alternativas consideradas.....	2
Consecuencias .....	3
Flujo Correcto.....	3
Flujo Incorrecto .....	5
ADR-002: Navegación a pantalla de Nutrición y Cálculo de IMC .....	6
Contexto .....	6
Decisión .....	7
Alternativas descartadas.....	12
1. Calcular el IMC en una app externa.....	12
2. Automatizar el cálculo sin solicitar datos.....	12
3. Colocar el cálculo del IMC como una opción suelta en el menú principal .....	12
Consecuencias .....	13
Técnicas .....	13

## ADR-001: Acceso a calendario de ejercicios con video explicativo

Fecha: 07/12/2025

Estado: Aprobado

### Contexto

En nuestra aplicación los usuarios necesitan consultar el calendario de ejercicios programados y ver videos explicativos de cada ejercicio. Es importante garantizar **una experiencia intuitiva y rápida**, evitando errores de navegación o fallos al cargar los videos.

### Decisión

Hay que crear un flujo un flujo donde el usuario:

1. Se tiene que autentificar en la app.
2. Accede al apartado “Calendario de Ejercicios” desde el menú principal.
3. Selecciona un ejercicio → se abre la pantalla del ejercicio con un video explicativo incrustado.

### Alternativas consideradas

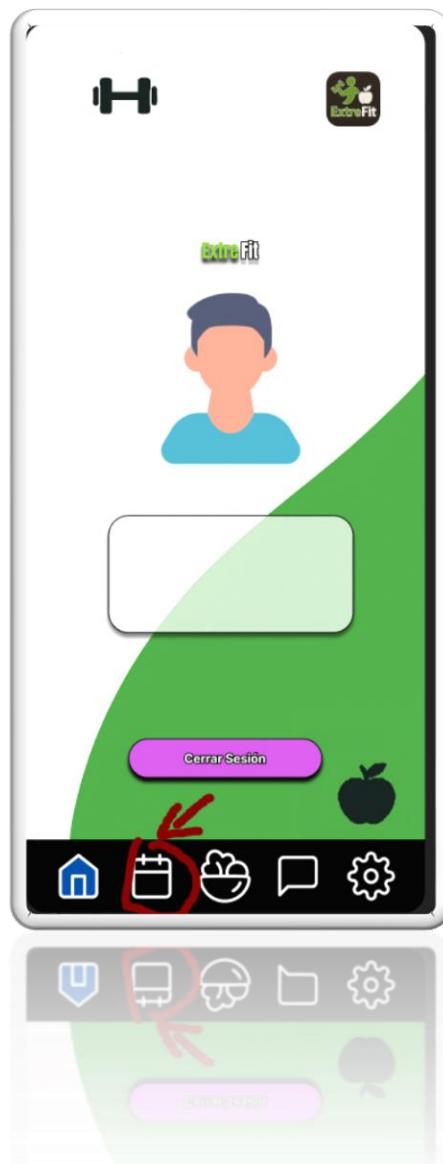
1. **Video en ventana emergente (modal) (*opción elegida por el equipo*)**
  - Pros: Mantiene la pantalla de calendario visible.
  - Contras: Posibles problemas de compatibilidad en móviles, menos espacio para controles del video.
2. **Redireccionar a una pantalla nueva con el video**
  - Pros: Mayor espacio para el video y controles, más intuitivo para el usuario.
  - Contras: Pierde temporalmente la vista del calendario, requiere navegación adicional.
3. **Abrir el video en un navegador externo**
  - Pros: Reduce carga de la app.
  - Contras: Pierde integración con la app, experiencia fragmentada.

## Consecuencias

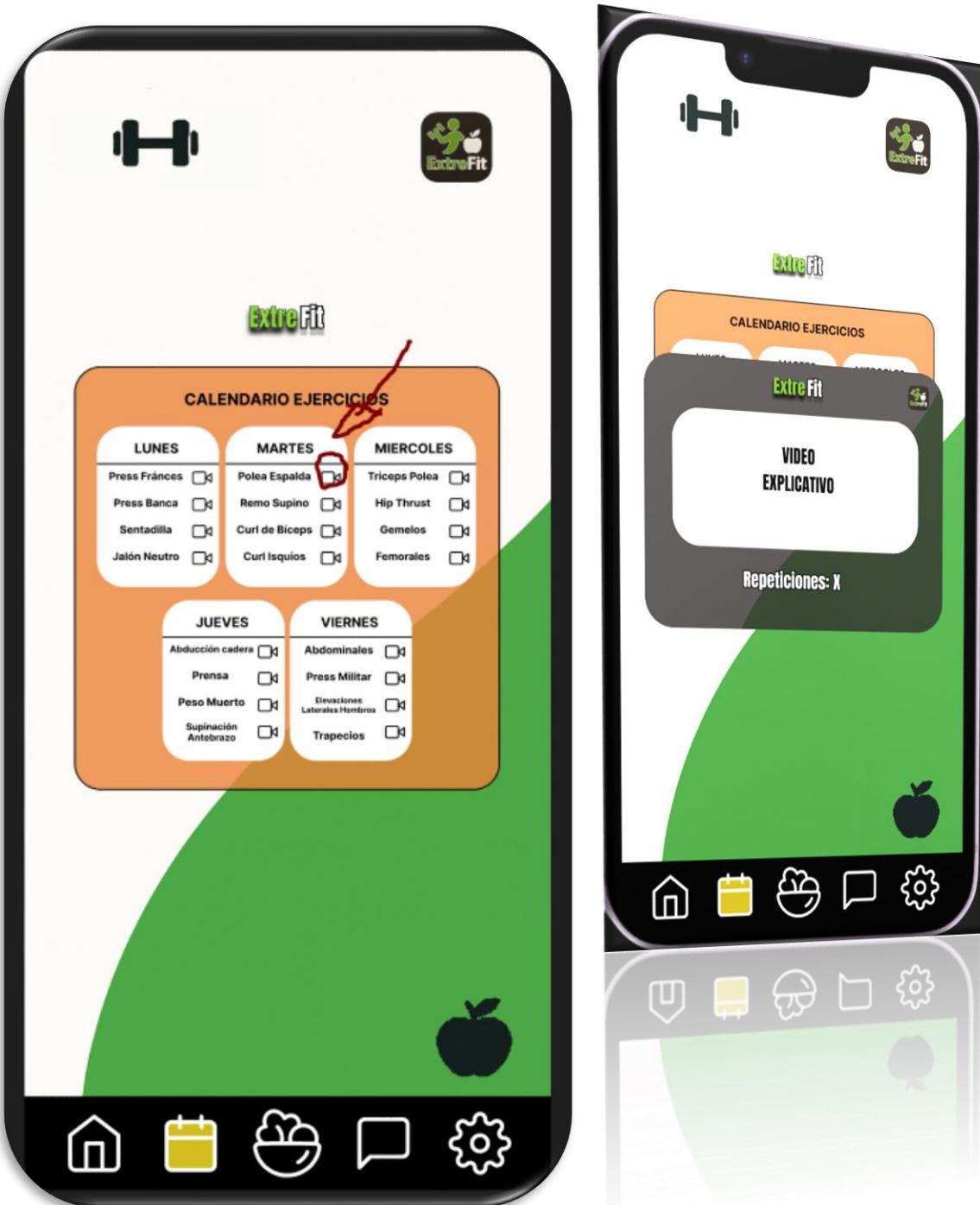
- La navegación al video será clara y consistente con el resto de la app.
- Se debe asegurar que el video se cargue rápido y sin errores.
- Se requiere manejo de errores si el video no está disponible.
- Se mantiene la trazabilidad del flujo dentro de la app para futuras pruebas y mejoras.

## Flujo Correcto

1. Una vez dentro de tu perfil pulsaremos el botón del calendario de ejercicios.

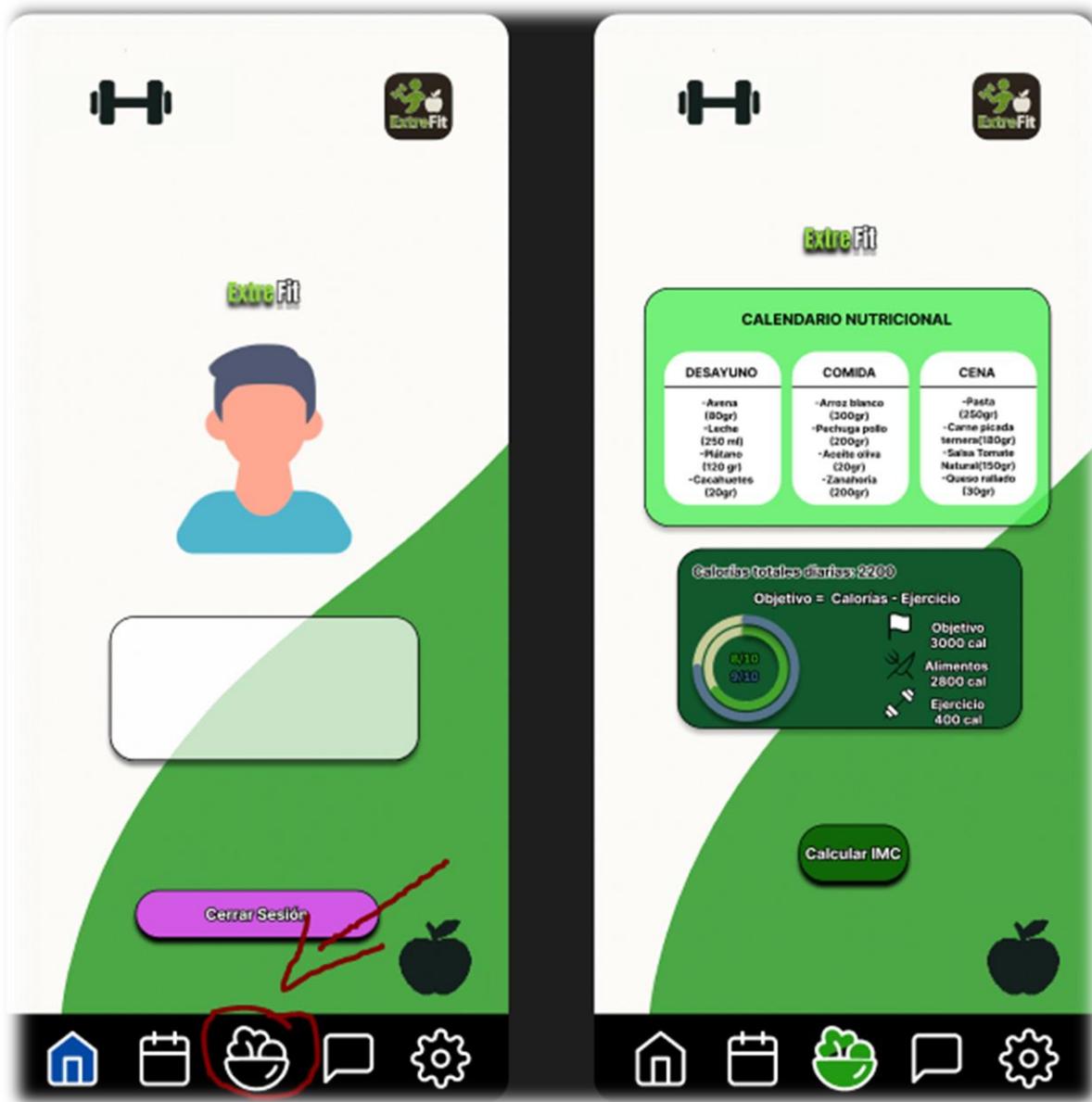


2. Luego consultaremos la tabla y pulsaremos el botón del ejercicio que queremos visualizar



## Flujo Incorrecto

1. El usuario pulsa el botón del Calendario Nutricional en vez del Calendario de Ejercicios



## ADR-002: Navegación a pantalla de Nutrición y Cálculo de IMC

### Contexto

Durante el desarrollo del módulo de **Nutrición** de Extrefit, se identificó la necesidad de integrar un flujo coherente que permitiera al usuario **consultar sus estadísticas nutricionales** y, además, **calcular su IMC** sin abandonar la aplicación.

El objetivo principal era mantener una experiencia fluida, centralizada y alineada con la arquitectura ya implementada en el resto del proyecto (pantallas accesibles mediante menús claros y navegación unidireccional).

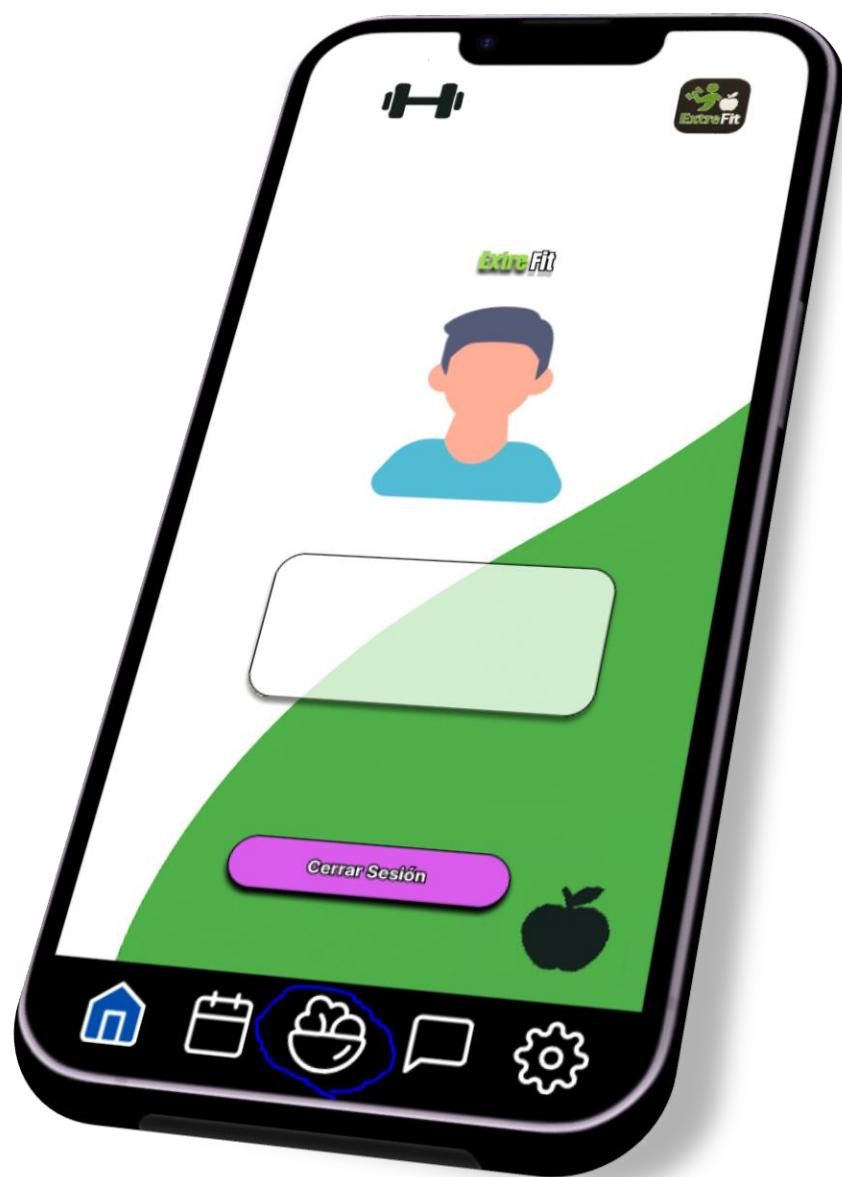
Extrefit se basa en una estructura de pantallas donde el usuario accede a cada herramienta desde una opción del menú principal. Para mantener la coherencia, el cálculo del IMC debía integrarse dentro del mismo módulo de nutrición, aprovechando bindings, validaciones y la estética establecida en el diseño UI/UX.

---

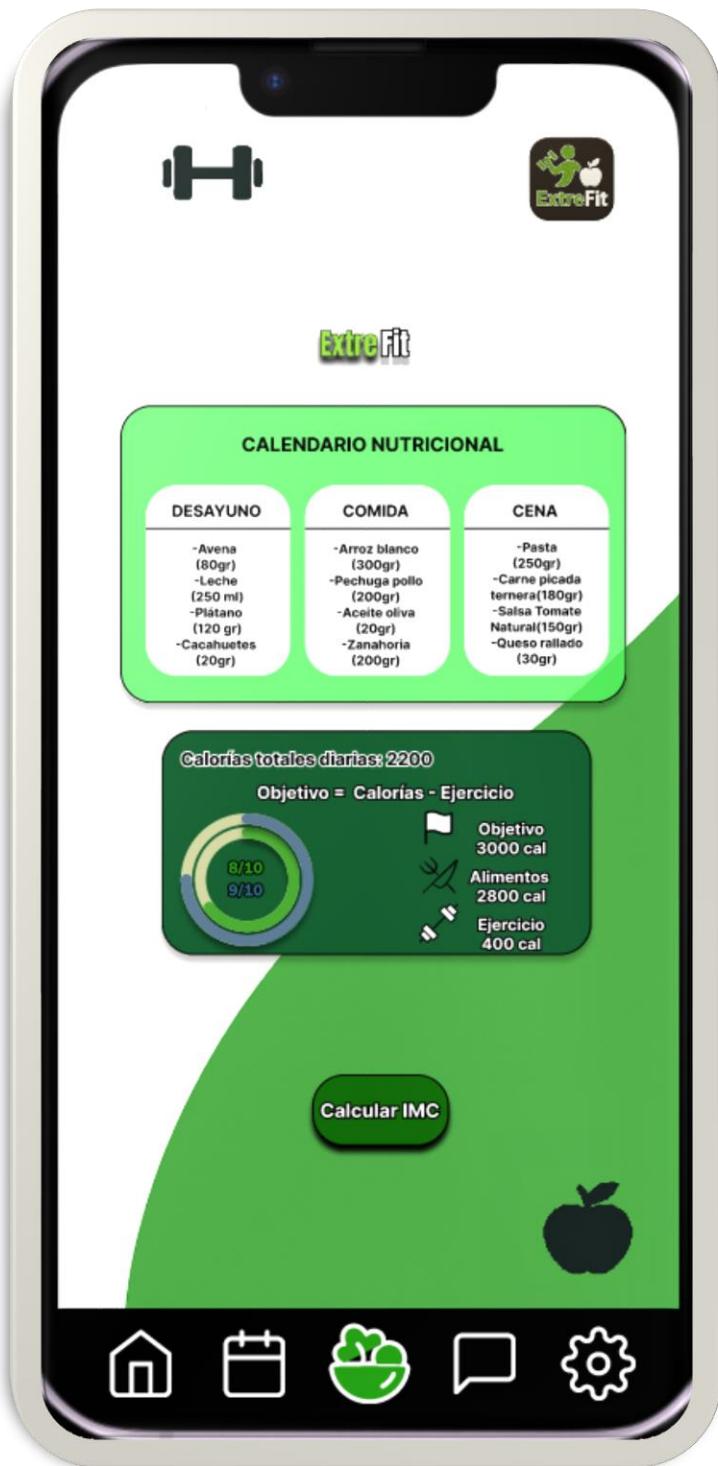
## Decisión

Se decidió implementar un flujo de navegación en el módulo de Nutrición que consta de las siguientes etapas:

1. El usuario accede al menú “Calendario Nutricional” desde la pantalla principal.



2. Una vez dentro, selecciona la opción “Calcular IMC” para ingresar los datos.



3. Pulsa el botón “Calcular IMC” para abrir la pantalla específica del cálculo.



4. El usuario introduce su peso y altura, valida los campos y pulsa el botón de "Enviar".



5. La aplicación muestra el resultado del IMC.



6. Este flujo mantiene la coherencia de navegación, evita pantallas aisladas y respeta la organización funcional definida en el proyecto.

---

## Alternativas descartadas

### 1. Calcular el IMC en una app externa

- **Ventajas:** Reducción de complejidad interna.
- **Desventajas:**
  - Fragmenta la experiencia del usuario.
  - Requiere abrir otra herramienta, saliendo de Extrefit.
  - No permite almacenar resultados ni integrarlos con las estadísticas.

### 2. Automatizar el cálculo sin solicitar datos

- **Ventajas:** Conseguiremos un flujo más rápido.
- **Desventajas:**
  - No es preciso, al depender de valores preestablecidos.
  - No sería tan personalizable.
  - No permitiría futuras mejoras como historial, recomendaciones o análisis progresivos.

### 3. Colocar el cálculo del IMC como una opción suelta en el menú principal

- **Desventajas:**
    - Rompe la jerarquía de navegación.
    - Estaría separado el IMC del módulo nutricional al que pertenece.
-

## Consecuencias

### Positivas

- La navegación es **clara, guiada y coherente** con el resto de la app.
- El usuario puede **consultar sus estadísticas y calcular su IMC sin errores**.
- Permite almacenar y reutilizar los datos del IMC para futuras funciones:
  - recomendaciones personalizadas,
  - evolución del IMC,
  - integración con rutinas de entrenamiento.

### Técnicas

- El flujo se integra correctamente con ViewBinding, nombres de clases en español y la estructura modular.
- La pantalla de cálculo del IMC queda lista para mejoras futuras como validaciones más estrictas y gráficos.
- Se mantiene la cohesión entre pantallas sin necesidad de reestructurar la navegación.

---

### Fecha / Estado

07/12/2025 – Aprobado y en uso en Entrega E1