



## KEEP CHAT - PROJETO

INTEGRAÇÃO DE IA E AUTOMAÇÃO EM UM CHATBOT INTELIGENTE

# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

JOÃO PESSOA  
2025.2

## SUMÁRIO

<b>SUMÁRIO</b>	<b>2</b>
<b>1. IDENTIFICAÇÃO</b>	<b>3</b>
<b>2. CONTEXTO DO PROJETO</b>	<b>4</b>
<b>3. PROJETO</b>	<b>5</b>
<b>4. REQUISITOS</b>	<b>6</b>
<b>ANEXO A</b>	<b>8</b>
<b>ANEXO B</b>	<b>9</b>

# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

## 1. IDENTIFICAÇÃO

IDENTIFICAÇÃO DO PROJETO	
Nome do projeto	Título: MeuRitmo A função principal do chatbot é auxiliar o usuário na rotina e no desenvolvimento de hábitos, atuando como um suporte proativo e inteligente. A ferramenta não substitui uma opinião médica.
Membros da equipe	Edylane Augusto e Carla Eluize
Plataformas utilizadas	n8n (Orquestração de Fluxo), Telegram (Interface), Google Sheets (Persistência de Dados), Ngrok (Conexão Webhook), Groq/Llama 3 (Agente de IA e NLP)
Público-alvo	Público Geral

# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

## 2. CONTEXTO DO PROJETO

### SUGESTÃO DE TEMAS

(Temas indicados de acordo com a Agenda Nacional de Educação, Ciência e Tecnologia)

- Educação e Inovação
- Saúde e Bem-Estar
- Sustentabilidade Ambiental
- Bem-Estar Animal
- Trabalho e Serviços Locais
- Cidadania e Consumo Consciente
- Inclusão e Acessibilidade Digital
- Educação Cidadã e Ética Digital
- Transformação Digital e IA

### DESCRIÇÃO DO PROBLEMA

Problema	Os usuários buscam ferramentas de monitoramento que, muitas vezes, são pagas e de difícil acesso.
Pessoas atingidas	Pessoas que não têm condições financeiras para pagar assinaturas ou aplicativos especializados.
Cujo impacto é	O impacto é a burocracia no acompanhamento da saúde, o prejuízo pela falta de dados para autoavaliação e o custo desnecessário com soluções ineficazes.
Uma solução bem sucedida traria	Uma solução bem-sucedida traria fácil acesso ao monitoramento pessoal e visaria a redução de custos e a democratização do autocuidado.

**CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL**

### 3. PROJETO

#### ESTRUTURA DO PROJETO

Visão geral (Informações detalhadas descrevendo solução proposta, o que o projeto pretende atingir)

O MeuRitmo é um chatbot funcional implementado com o objetivo de democratizar o autocuidado e ajudar as pessoas a manterem hábitos saudáveis de forma leve e acessível. O projeto utiliza uma arquitetura baseada em automação e Inteligência Artificial para orquestrar fluxos de trabalho que enviam lembretes e mensagens de incentivo para ações simples do dia a dia, como beber água, se alongar, fazer pausas e cuidar do bem-estar. A ferramenta foi pensada para ser gratuita e acessível, visando o público que não tem acesso a aplicativos pagos de saúde e bem-estar.

Objetivo (Declaração resumida do propósito do chatbot e dos resultados esperados com sua utilização)

O objetivo do MeuRitmo é incentivar o autocuidado e ajudar o usuário a criar pequenos hábitos saudáveis que façam diferença no dia a dia.

Com o uso do chatbot, espera-se:

Estimular o consumo de água regularmente;

Incentivar alongamentos e pausas durante o dia;

Promover o cuidado com o corpo e a mente;

Ajudar na criação de uma rotina mais equilibrada;

Tornar o cuidado pessoal algo simples e acessível para todos.

#### DESENHO DO PROCESSO

O usuário envia uma mensagem de texto livre para o MeuRitmo, pedindo ajuda para melhorar seus hábitos ou receber lembretes de bem-estar.

O Agente de IA (NLP) identifica a intenção do pedido (por exemplo: registrar o consumo de água, solicitar alongamento ou pedir uma pausa).

O sistema (n8n) executa a lógica e registra o dado na planilha (Google Sheets) ou responde com uma mensagem de incentivo ou uma dica simples.

Para lembretes automáticos, o chatbot salva o horário na persistência de dados e envia as mensagens proativamente no momento certo (via Schedule Trigger).

O usuário recebe as respostas e lembretes diretamente no aplicativo, de forma rápida e fácil de entender.

#### CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

ID	Descrição da Atividade	Prazo
1	Criação do fluxo no n8n, integração com Telegram, nó IF, Agente IA (Groq) e testes de prompt iniciais.	Semana 22/11
2	Refinamento do Prompt de IA para Reconhecimento de Intenção (NLP), e Configuração da Conexão com Google Sheets para Persistência de Dados (RF01).	Semana 29/11
3	Finalização dos ajustes finos na escrita e linguagem do Agente de IA, e desenvolvimento do Módulo de Relatórios Semanal (RF08) e testes de regressão.	Semana 06/12



# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

## 4. REQUISITOS

### REQUISITOS TÉCNICOS

(Itens mínimos que o chatbot deve conter, conforme as práticas desenvolvidos ao longo do curso)

- Chatbot desenvolvido no n8n.
- Fluxo básico funcional de entrada e saída de mensagens.
- Implementação de Reconhecimento de Intenção por Linguagem Natural (NLP) via Agente de IA.
- Integração com Agente de IA usando memória e chat model.
- Bot configurado e ativo no Telegram (via BotFather e Telegram Trigger).
- Automação conectada a alguma ferramenta do Google Cloud (Google Sheets e/ou Gmail).
- Conexão com Google Sheets para salvar dados como nome, peso, altura e registros diários.
- Integração com agente de IA para gerar mensagens personalizadas e dicas diárias.
- Envio de mensagens automáticas e lembretes.
- Envio de relatórios semanais com base nas informações armazenadas.
- Capacidade de enviar mensagens em texto e link.
- Organização do fluxo em sub-fluxos por Intenção (ex.: Alimentação, Água, Sono).

### REQUISITOS FUNCIONAIS

ID	Descrição	Comentários
RF01	O chatbot deve coletar e registrar informações básicas do usuário (nome, peso e altura) e persistir os dados.	Dados salvos automaticamente no Google Sheets.
RF02	O chatbot deve permitir o registro de atividades diárias (alimentação, água, sono) via texto livre (NLP).	Pode ser feito por mensagens simples no Telegram.
RF03	O sistema deve calcular automaticamente o total de litros de água e número de refeições registradas.	Usar fórmulas nativas no Google Sheets para os cálculos.
RF04	chatbot deve enviar lembretes diários para beber água, se alongar e fazer pausas.	Horários podem ser definidos pelos usuários (Necessita do nó Schedule Trigger).
RF05	O agente de IA deve enviar dicas	As mensagens variam conforme as



	personalizadas (receitas, exercícios físicos ou mentais).	informações e contexto do usuário.
RF06	O chatbot deve incentivar o usuário com mensagens positivas e motivacionais.	Ex.: “Parabéns! Você está cuidando bem de si.”
RF07	O chatbot deve permitir visualizar o histórico no Google Sheets.	Por questões de segurança e confidencialidade, será enviado via relatório semanal.
RF08	O chatbot deve se adaptar à rotina e preferências do usuário.	Moldável conforme os dados registrados

# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL



## ANEXOS

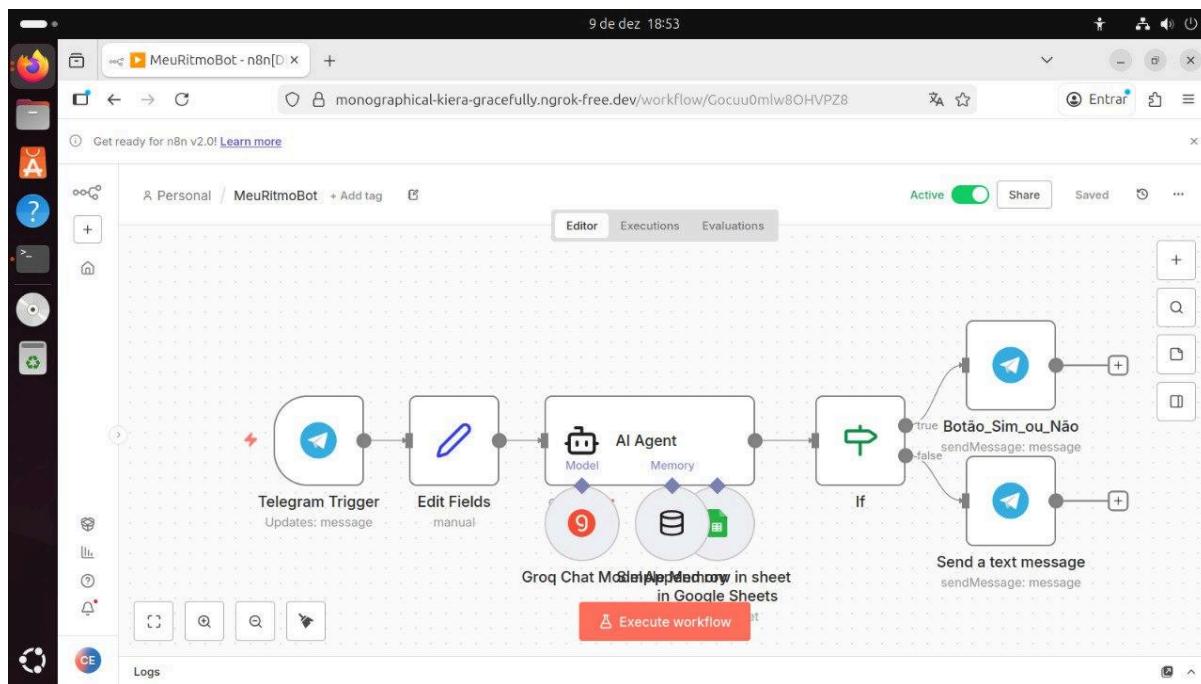
# KeepChat\_

CAPACITAÇÃO EM INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL

## **ANEXO A**

## ANEXO B

### Fluxo do Bot



### Fluxo dos Lembretes

