Tabela Original

IDENTIFICADOR	NOME	TELEFONE	ENDEREÇO	EMAIL
1	Reinaldo	68 0945-8723	Rua 10,34. São Paulo, SP, 12345-000, Brasil	reinaldo000@gmail.com
		68 8734-2343		
		682143-5469		reinaldo@outlook.com
2	Nestor	92 5400-0043	Avenida Bela, 45, Paulo Afonso, BA, 00034-000, Brasil	nestor123@gmail.com
3	Raquel	87 4300-0000	Rua Cardoso, 100. Salvador, BA, 22222000, Brasil	raquel@outlook.com
4	Tati	41 5400-1232	Bairro Canoa. 002, Rio de Janeiro, RJ, 34.251-324, Brasil	tati@outlook.com
		41 4345-5555		tati000@gmail.com
5	Lia	98 1234-5678	Rua 50,41. Maceió, AL. 32450-435, Brasil	lia@outlook.com
6	paty	71 2123-2425	Rua 01,500, Pinheiros, SP, 90000-000. Brasil	paty@outlook.com

Tabela na 1ª forma normal (1FN):

IDENTIFICADOR	NOME	TELEFONE	ENDEREÇO	EMAIL
1	Reinaldo	68 0945-8723	Rua 10,34. São Paulo, SP, 12345-000, Brasil	reinaldo000@gmail.com
1	Reinaldo	68 8734-2343	Rua 10,34. São Paulo, SP, 12345-000, Brasil	reinaldo000@gmail.com
1	Reinaldo	682143-5469	Rua 10,34. São Paulo, SP, 12345-000, Brasil	reinaldo@outlook.com
2	Nestor	92 5400-0043	Avenida Bela, 45, Paulo Afonso, BA, 00034-000, Brasil	nestor123@gmail.com
3	Raquel	87 4300-0000	Rua Cardoso, 100. Salvador, BA, 22222000, Brasil	raquel@outlook.com
4	Tati	41 5400-1232	Bairro Canoa. 002, Rio de Janeiro, RJ, 34.251-324, Brasil	tati@outlook.com
4	Tati	41 4345-5555	Bairro Canoa. 002, Rio de Janeiro, RJ, 34.251-324, Brasil	tati@outlook.com
5	Lia	98 1234-5678	Rua 50,41. Maceió, AL. 32450-435, Brasil	lia@outlook.com
6	paty	71 2123-2425	Rua 01,500, Pinheiros, SP, 90000-000. Brasil	paty@outlook.com

Na 1FN, todos os valores devem ser atômicos, ou seja, indivisíveis. Aqui, cada linha possui uma identificação única e as informações são repetidas para as diferentes formas de contato de uma pessoa. Isso nos permite evitar a duplicação de dados.