

README - Projeto FitCheck (Programação Web 2025)

Sobre o Projeto

FitCheck é uma aplicação web desenvolvida como parte da UC de Programação Web no Instituto Politécnico de Setúbal.

O objetivo é permitir que utilizadores registados calculem seu IMC (Índice de Massa Corporal) e mantenham um histórico pessoal.

Funcionalidades Implementadas

- Registo de utilizadores
- Login com gestão de sessão
- Cálculo automático de IMC e classificação
- Armazenamento dos cálculos por utilizador
- Visualização do histórico em tabela
- Logout e proteção de rotas
- Navegação entre páginas com links funcionais

Tecnologias Utilizadas

- Frontend: HTML5, CSS3 e JavaScript (DOM e fetch)
- Backend: Node.js + Express.js
- Base de dados: MySQL (com ligação via mysql2)
- Sessões: express-session

Estrutura do Projeto

- views/: páginas HTML principais (login, registo, IMC, histórico)
- public/: scripts JS e estilos CSS
- routes/: lógica backend separada em módulos (auth, imc)
- db.js: conexão com MySQL
- server.js: configuração e rotas do servidor

Como Executar

1. Clonar ou copiar os arquivos para uma pasta local
2. Executar `npm install` para instalar as dependências
3. Certificar-se que o MySQL está ativo e que o banco 'fitcheck' foi criado com as tabelas:
 - users

- imc_records

4. Iniciar o servidor com: ``node server.js``

5. Aceder a ``http://localhost:3000`` no navegador

Notas para Apresentação

- Todos os dados só aparecem após login (protegido por sessão)
- O histórico só exibe os dados do utilizador autenticado
- O projeto está simples e direto, focado em funcionalidade clara
- CSS e layout foram mantidos intencionalmente discretos para coerência académica