|  |  |
| --- | --- |
|  | NOME DA EMPRESA  FABIAN E RODRIGO  NUTRIÇAO ALÉM DA PANDEMIA  **Data: 13/10/2021** |

**​**

**VISÃO GERAL**

* **Descrição do Projeto**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Este projeto tem o objetivo de orientar o cliente no intuito ganho de peso, perca de peso ou até manter o peso de formula saudável, iremos calcular o seu gasto metabólico e apresentar uma lista de alimentos onde o usurário poderá criar suas refeições.* |
|  |  |

* **Escopo do projeto**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Neste projeto somente o admin poderá criar novos cadastros.*  *Na tela login usuário ter acesso ao programa á qualquer momento.*  *O Usuário já cadastrado terá uma tela com introdução do tema alimentar,*  *Onde ele poderá escolher com relação ao seu objetivo (cutting, bulking ou manter peso).*  *Com os dados informados poderá criar suas refeições diárias dentro dos macros, em relação ao seu objetivo.* |

* **​Requisitos de alto nível**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *Tela de login o usuário poderá acessar com o seu login/senha que foram cadastrados pelo adimin.*  *Na tela do admin o admistrador podera criar novos usuários e ver todos já cadastrados, podendo deletar a qualquer momento selecionando o usuário pelo nome.*  *Na tela conexões o cliente tera que atualizar seus dados, após isto poderá escolher entre 'escolher diéta' ou 'rever dieta', caso ja tenha criado antes.*  *Na tela atualizar dados (tela cliente) o usuário informará seu nome, email, cpf, telefone e irá criar um novo usuário e senha, inserindo seus dados ou caso queira, poderá atualizar o mesmo.*  *Na tela introdução serão mostrados três objetivos onde o cliente poderá escolher entre Bulking, Cutting ou Manter Peso.*  *Na tela Cutting terá informações sobre a escolha da diéta, com os dados coletados em cinco campos (peso, altura, idade, gênero, nível de atividade), será calculados seus macros diários, em relação a perca de gordura. tambem terá a opção de atualizar seus dados caso ja tenha gerado sua diéta.*  *Na tela Bulking terá informações sobre a escolha da diéta, com os dados coletados em cinco campos (peso, altura, idade, gênero, nível de atividade), será calculados seus macros diários, em relação a ganho de massa muscular. tambem terá a opção de atualizar seus dados caso ja tenha gerado sua diéta.*  *Na tela Manter Peso terá informações sobre a escolha da diéta, com os dados coletados em cinco campos (peso, altura, idade, gênero, nível de atividade), será calculados seus macros diários, com o objetivo de manter seu peso. tambem terá a opção de atualizar seus dados caso ja tenha gerado sua diéta.*  *Na tela macro, o cliente irá escolher quantas refeições ele irá realizar no dia. terá uma tabela com todas as informações nutricionais dos alimentos onde ele(a) poderá adicionar à suas refeições diárias com base nas suas métas diárias. O programa irá auxiliar o cliente mostrando todas as informações necessárias como, quantidade de de calorias diárias, quantidade de caloria, proteína, gorduras e carboidratos por refeição. Após criar sua diéta o cliente poderá exclui-la ou imprimi-la, vendo todas as informações necessária para chegar ao seu objetivo.* |
|  |  |

* **​Resultados finais**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *O programa irá ajudar os usuários a realizar uma reeducação alimentar afetando as áreas de serviço de saúde, academia, esporte e lazer. Com uma alimentação adequada o desempenho físico e mental do usuário irá interferir positivamente nas áreas já*  *Liste as agências, os participantes ou as divisões, que serão afetados por esse projeto e descreva como eles serão afetados.* |

**Partes Afetadas**

|  |  |
| --- | --- |
|  | *O projeto irá ter um primerio impacto nas pessoas com o objetivo de melhorar o seu condicionamento físico. Com uma diéta equilibrada pessoas irão previnir diabetes, hipertenção, colesterol alto e todas as outras doenças geradas pela alimentação inadequada, refletindo nas academias, e nas áreas de saúde em um modo geral.* |
|  |  |

**Plano de Implementação**

|  |  |
| --- | --- |
|  | A solução proposta resumesse na escolha do objetivo, propondo uma diéta equilibrada e previnindo doenças futuras e tendo uma melhoras do bem estar pessoal. |

**Diagrama do Projeto**

|  |  |
| --- | --- |
|  | <https://lucid.app/lucidchart/6d40bd79-b44a-4ecd-83e5-0b1d20cc60d5/edit?invitationId=inv_d504f84c-138b-486a-9e34-dd120ca6a031>  <https://lucid.app/lucidchart/ed935141-18ec-425b-addf-129ed2d0f67e/edit?invitationId=inv_4decc4ad-a01d-4fa5-b504-7be3b50a4200> |