

[Introdução](#)

[Contexto](#)

[Concepção](#)

[Metodologia](#)

[Solução](#)

[FAQ](#)

[Referências](#)

Introdução

Informações básicas do projeto como nome e membros da equipe.

Informações Gerais

Projeto: Dificuldade em ter Hábitos Saudáveis (Mea Health)

Repositório GitHub: [Template Trabalho Interdisciplinar](#)

Membros da equipe:

- [Ana Sara Nunes Pereira](#)
- [Gabriela de Assis dos Reis](#)
- [Gabriel Chaves Mendes](#)
- [Henrique Augusto de Oliveira Marcelino](#)
- [Leonardo Passos Amaral Figueiredo](#)
- [Lucca Cenisio Martins](#)
- [Paulo Henrique Lopes de Paula](#)

Contexto

Problema

Info

Neste trabalho, o problema a ser abordado será, Dificuldades Para Ter Hábitos Saudáveis, em que o Grupo 8 analisará e identificar as principais causas, efeitos, o público-alvo e suas dificuldades e encontrar todas as possíveis soluções para o problema em questão. Este problema é uma pauta muito presente na atualidade, envolvendo um grande público-alvo que apresenta ter inúmeras dificuldades para adquirir hábitos saudáveis, a exemplo de uma rotina desregulada, a falta de uma alimentação saudável e a prática de exercícios físicos, a dificuldade de muitas vezes as personas serem impossibilitadas de manter uma vida saudável em questão da renda mensal, entre muitas outras causa, que por consequência implica diversas consequências negativas tanto para a saúde física quanto mental do público. Diante dessas dificuldades e após a análise e entrevista com diferentes personas, o grupo tende a desenvolver soluções para atender a diferentes realidades a fim de ajudar o cliente a superar essa dificuldade.

Objetivos

Info

Analisar, mapear e discutir, por meio de entrevistas qualitativas e a definição de um público-alvo, para criarmos meios de fornecer apoio e ajuda com geração de um site web que forneça meios funções que sejam adaptadas para a realidade do usuário e atenda seus desejos.

Justificativa

Info

Escolhemos esse objetivo e propósito de ajudar um público diverso que procura obter uma rotina com hábitos saudáveis, mas por motivos pessoais e rotineiros não conseguem se adaptar. Desse modo, foi pensado na criação de um site web para proporcionar diversas funcionalidades que atendam a essas diferentes realidades, a fim de que o usuário se sinta à vontade em adaptar sua rotina da forma que desejar mas alcançando seus objetivos.

Público-alvo

Info

O público-alvo definido pelo grupo abrange diversas personalidades, como jovens, adultos e idosos, pois acreditamos que pessoas todas as faixas etárias podem ter o sonho de ter uma rotina saudável. No entanto, o público-alvo que mais chamou atenção para o grupo foi a de jovens adultos.

Concepção (Design Thinking)

O processo de Discovery do Projeto foi dado por meio de reuniões tanto presenciais quanto online, por meio da plataforma Discord, em que o grupo discutiu personas que procurariam o serviço a ser desenvolvido durante o projeto e logo após a criação, documentação, administração e escolha de ideias a serem usadas, para atribuí-las ao desenvolvimento do site criado pelo grupo e que atenda a diversas realidades que foram apresentadas durante o processo de entrevista qualitativa, também usada para a definição de personas que podem se interessar pelo produto.

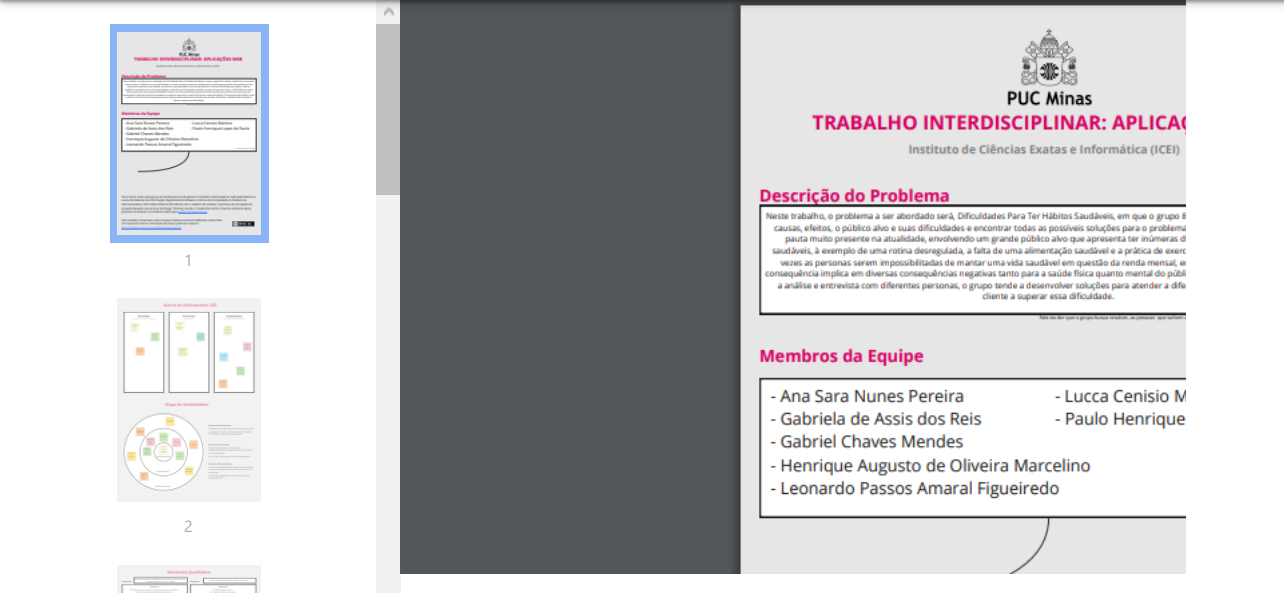
Info

Processo de Design Thinking

Resultado do Processo:

Info

- Introdução
- Contexto
- Concepção
- Metodologia
- Solução
- FAQ
- Referências



Especificações do Projeto

História 1: Joao com uma rotina pesada com pouco tempo livre que busca uma melhora na qualidade de vida, estética e atividades que se ajustam com sua rotina, para isso ele pede um aplicativo que possa ajuda-lo otimizando sua rotina principalmente com opções de refeições rapidas e variadas.

História 2: Maria uma estudande dedicada com dificuldade de relacionar sua vida acadêmica e social. Sempre em busca de explorar coisas novas. Porém se sente diariamente desestimulada, portando busca encontrar maneiras de organizar sua rotina para atender seu foco nos estudos e sua busca por manter uma vida saudável e feliz. para isso devemos tratá-la como uma estudante com rotina apertada e que busca manter uma vida leve e estável entre os estudos e ter uma vida saudável para isso ela precisa de dicas para otimizar seu tempo com atividades praticas e saudaveis como alimentação e atividades fisicas simples e rapidas para praticar em qualquer lugar.

Requisito Funcional 1 - Sistema de Registro: O sistema deve permitir que os usuários registrem diariamente suas atividades relacionadas a hábitos saudáveis, incluindo alimentação, exercícios, sono e gestão de estresse.

Requisito Funcional 2 - Notificações Personalizadas: O sistema deve permitir que os usuários personalizem as notificações e lembretes como beber agua, hora de fazer refeições, hora de se exercitar, lista de objetivos diarios,etc.

Requisito Funcional 3 - Acompanhamento de Metas: O sistema deve possibilitar que os usuários estabeleçam suas metas e acompanhar seu progresso para incentival-lo como evolução fotografica e grafica dos seus numeros. alem de questionarios semanais para acompanhar sua dedicação.

Requisito Funcional 4 - Base de Conhecimento: O sistema deve conter uma base de conhecimento com informações precisas e úteis sobre nutrição, exercícios, sono, e otmização com flexibilização para rotinas diferentes.

Requisito Funcional 5 - Avisos para ajuda nas metas: O aplicativo deve ter um sistema de a popups de aviso para lembrar o usuário de beber água para ajudar a bater suas metas diárias.

Requisito Funcional 6 - Localização de Academias e Restaurantes: O sistema deve entregar ao usuário academias e restaurantes, próximo a Localização desejada, para facilitar ao usuário problemas como falta de tempo, entregando a eles uma maneira mais fácil para se exercitar e de alimentar saudável.

Requisito Funcional 7 - Feed interativo para incentivo do usuário: o sistema deve ter um feed interativo que os usuários possam postar seu progresso e suas melhoras, dessa maneira incentivando os outros usuários a mudarem seus hábitos.

Requisito Funcional 8 - Dicas para os usuários: o sistema deve possuir uma aba de dicas para que os usuários que não possuem conhecimento sobre determinados assuntos como alimentação, atividades fisicas possam ter por onde começar.

Requisito Funcional 9 - Criação de receitas e substituição de alimentos: O sistema deve ter uma área onde o usuário possa saber quais alimentos da sua alimentação podem ser substituidos por outros mais saudáveis e produzir receitas saudáveis com ingredientes que a pessoa tem em casa.

Requisito Não Funcional 1 - Usabilidade: A interface do sistema deve ser intuitiva, fácil de usar e acessível para usuários de diferentes faixas etárias e níveis de habilidade.

Requisito Não Funcional 2 - Segurança e Privacidade: O sistema deve garantir a segurança e a privacidade dos dados dos usuários, adotando práticas de segurança da informação adequadas.

Requisito Não Funcional 3 - acessibilidade: O sistema deve ser leve e tambem deve ter a opção mobile

Info

Histórias de Usuários

Com base na análise das personas foram identificadas as seguintes histórias de usuários:

Info

PERSONA	FUNCIONALIDADE	MOTIVO/VALOR
Usuário do sistema(João)	busco uma melhora na qualidade de vida com uma rotina cheia.	Otimização da rotina e Localização de locais para exercitar e alimentar de maneira saudável.
Usuário do sistema(Maria)	busco incentivo para ter hábitos saudáveis em meio aos estudos.	Incentivo do usuário para prática de hábitos saudáveis e rotinas personalizadas

Requisitos

As tabelas que se seguem apresentam os requisitos funcionais e não funcionais que detalham o escopo do projeto.

Info

Requisitos Funcionais

ID	Descrição do Requisito	Prioridade
RF-001	Sistema de Registro, alimentação, exercícios, sono, gestão de estresse.	ALTA
RF-002	Notificações Personalizadas, lembretes de acordo com sua rotina, objetivos diários, etc.	Alta

- [Introdução](#)
- [Contexto](#)
- [Concepção](#)
- [Metodologia](#)
- [Solução](#)
- [FAQ](#)
- [Referências](#)

ID	Descrição do Requisito	Prioridade
RF-003	Acompanhamento de Metas, o usuário deve poder estabelecer metas e através delas acompanhar seu progresso, como graficos ou evolução fotográfica.	Média/Alta
RF-004	Base de conhecimentos, o sistema deve conter informa;oes sobre nutrição, exercícios, sono e otmização com flexibilização para as rotinas.	Média
RF-005	Avisios de beber água para ajudar a bater meta de água engerida no dia.	Baixa
RF-006	Localização de Restaurante ou Academias proximas a locais recorrentes, para ajudar com a questão da falta de tempo	Alta
RF-007	Feed para incentivo do usuário, que através dele possam ver pessoas atingindo ou avançando com seus objetivos e dessa maneira se sintirem confiantes e determinados a mudarem seus hábitos.	Média/Alta
RF-008	Aba de dicas para usuários iniciantes.	Média/Baixa
RF-009	Criação de receitas saudáveis e alimentos que podem ser substituidos no dia a dia.	Alta

Requisitos Não-Funcionais

ID	Descrição do Requisito	Prioridade
RNF-001	Usabilidade, A interface do sistema deve ser intuitiva e fácil, para melhor navegabilidade do usuário no site	Alta
RNF-002	Segurança e Privacidade, o sistema deve garantir a segurança e a privacidade dos dados do usuário.	Alta
RNF-003	Acessibilidade, o sistema deve ter opção mobile	Alta
RNF-004	O sistema deve processar as informações do usuário em um período curto de tempo	Média

Projeto de Interface

Artefatos relacionados com a interface e a interação do usuário na proposta de solução.

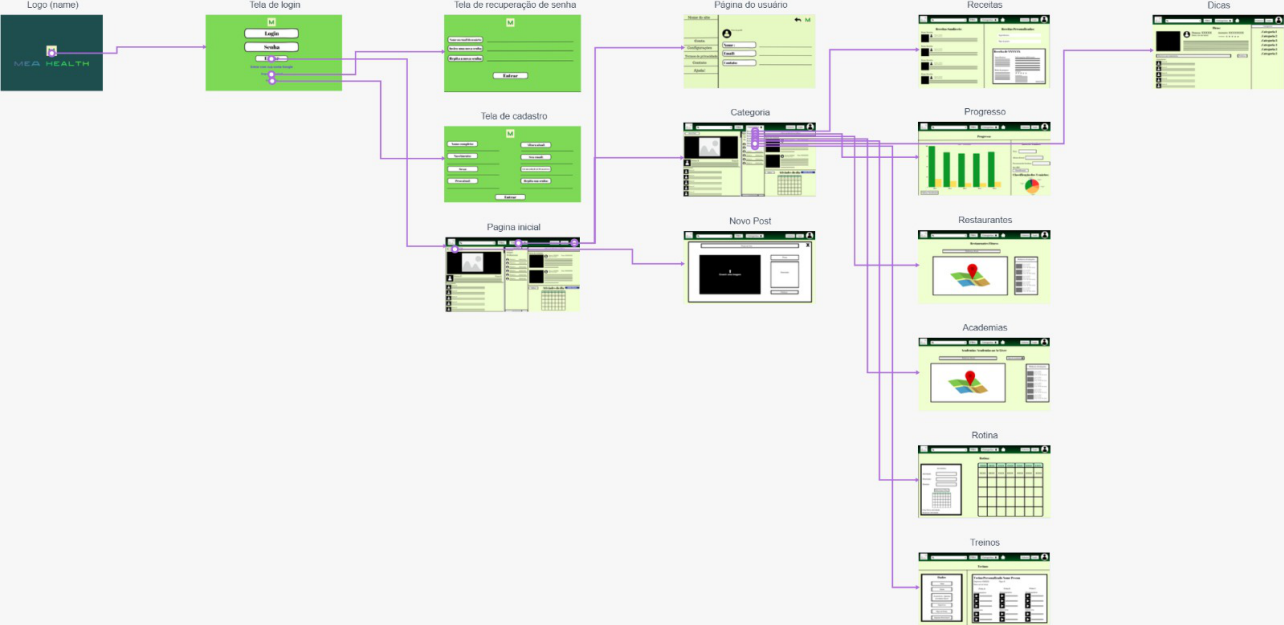
Info

User/Screen Flow e Protótipo interativo

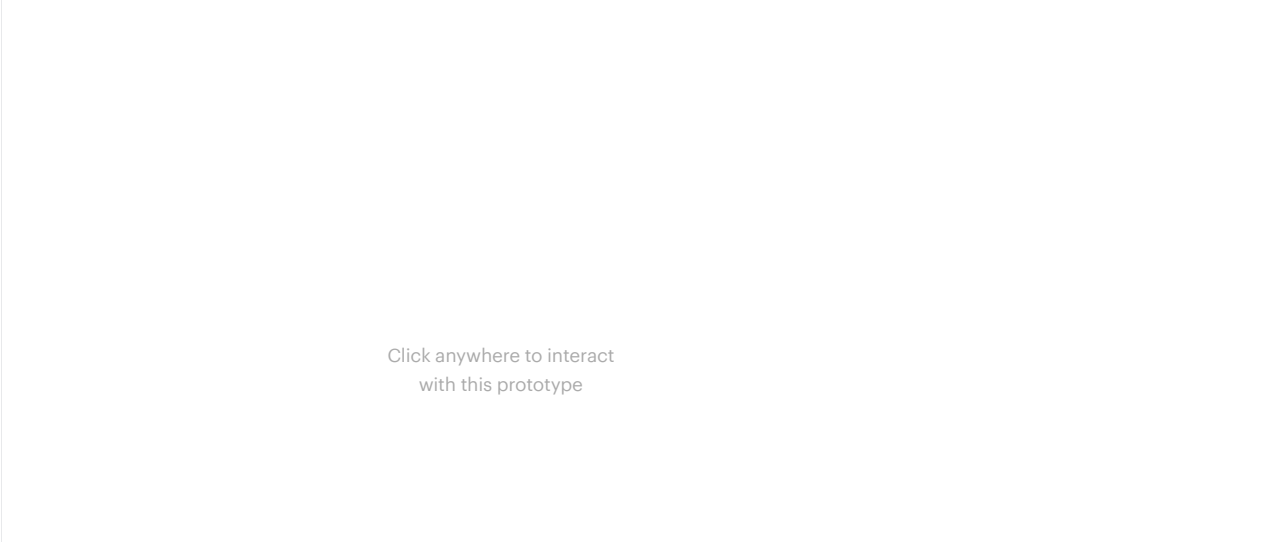
Artefatos relacionados com a interface e a interação do usuário na solução proposta.

Info

Userflow:



Protótipo Interativo:



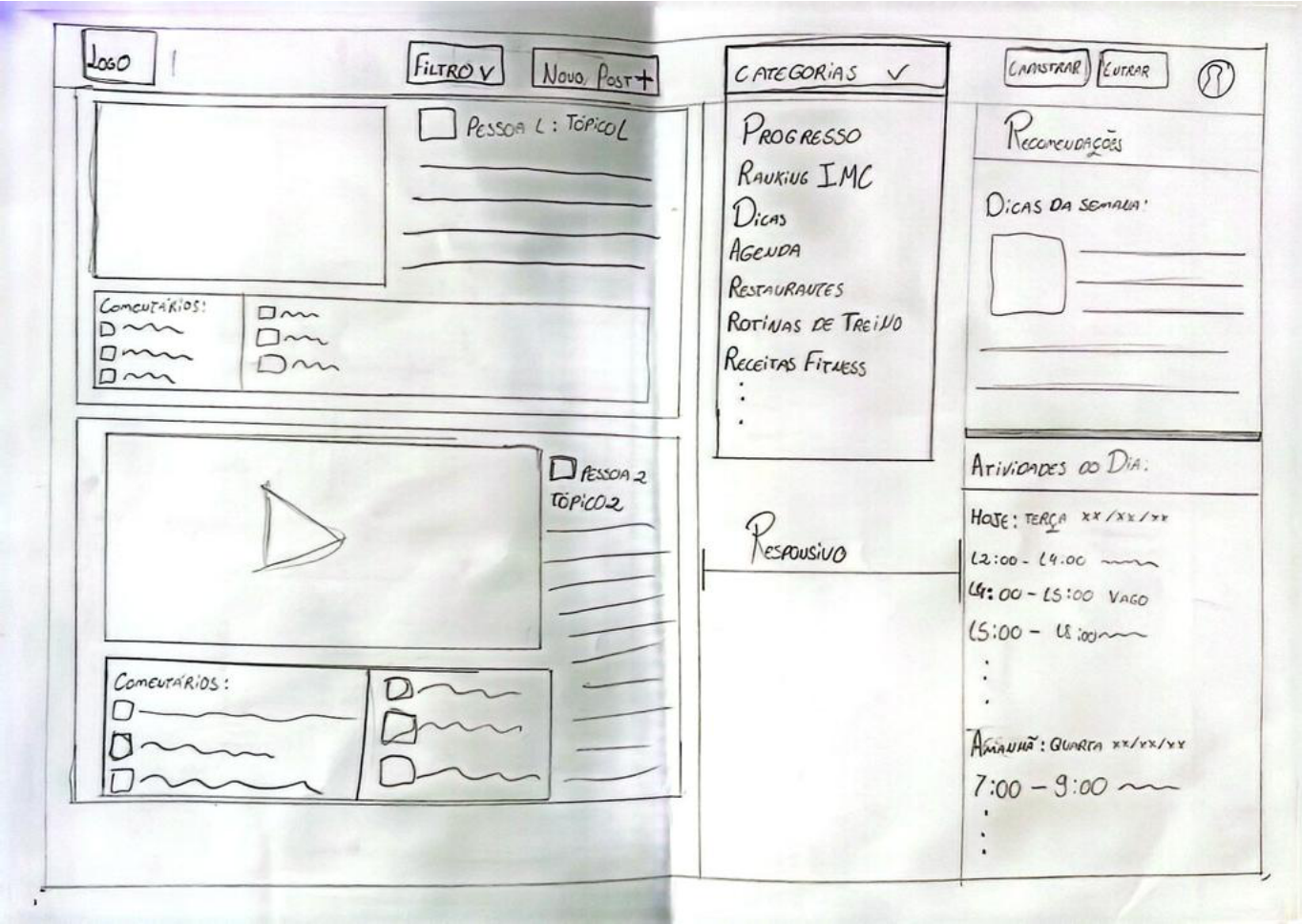
Wireframes

Protótipo de telas do sistema em baixa fidelidade (rascunhos).

Info

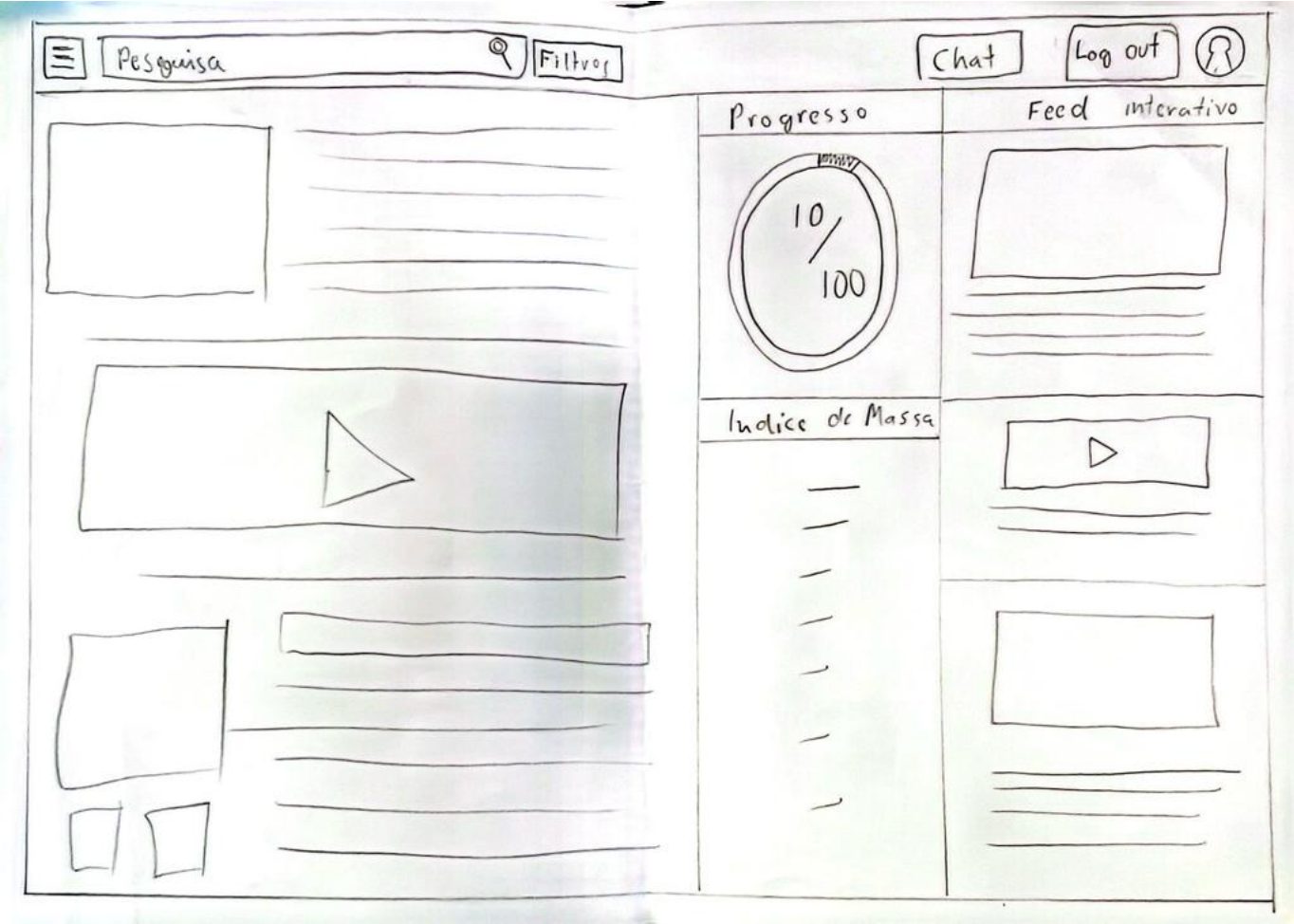
- [Introdução](#)
- [Contexto](#)
- [Concepção](#)
- [Metodologia](#)
- [Solução](#)
- [FAQ](#)
- [Referências](#)

Protótipo 1:



Descrição: Página Home do site, com menu categorias, que apresenta opções de navegação ao usuário, como Localização de Academia, Localização de Restaurantes, Dicas, entre outros, para ter uma melhor experiencia trazendo ao usuário uma melhor visualização do site, na parte esquerda temos um feed interativo, que proporcionará ao usuário uma visibilidade na comunidade do site e também servirá de incentivo, uma vez que ao ver as pessoas mudando seus hábitos e obtendo resultados e atingindo seus objetivos servirá de incentivo para que o usuário também siga esse caminho, a direita temos um espaço dedicado as melhores dicas da semana que serão selecionadas pelos usuários pela avaliação e logo abaixo temos a rotina do usuário, para que ele possa ter o controle de todas as suas atividades durante o dia, mantendo uma organização da sua rotina.

Protótipo 2:



Descrição: Protótipo de site apresentando um menu "hamburger" ao lado de uma barra de pesquisa e um botão para filtra-las. Abaixo na coluna à direita, é encontrado um Feed Interativo para os usuários postarem e interagirem. Na coluna do meio é apresentado o progresso do usuário e seus dados relacionados ao IMC (Índice de Massa Corporal). Na coluna à esquerda é apresentado logo abaixo da barra de pesquisa postagens de informações diárias e por fim no canto superior direito se encontra os botões de "Cadastro" e "Login" e o de "Perfil do Usuário".

Metodologia

Detalhes sobre a organização do grupo e o ferramental empregado.

[Info](#)

Ferramentas

Relação de ferramentas empregadas pelo grupo durante o projeto.

[Info](#)

[Introdução](#)

[Contexto](#)

[Concepção](#)

[Metodologia](#)

[Solução](#)

[FAQ](#)

[Referências](#)

Ambiente	Plataforma	Link de Acesso
Processo de Design Thinking	Miro	https://miro.com/app/board/uXjVMoGB_q4=
Repositório de código	GitHub	https://github.com/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI/ti-1-pmg-cc-m-20232-g8-habitos-saudaveis-2
Hospedagem do site	Vercel	https://ti-1-pmg-cc-m-20232-g8-habitos-saudaveis-2-gamma.vercel.app/
Protótipo Interativo	MavelApp	https://marvelapp.com/prototype/100g704a/screen/92750293

Gestão do Projeto

Divisão de papéis no grupo e apresentação da estrutura da ferramenta de controle de tarefas (Kanban).

Info

A divisão do nosso grupo é:

- Henrique: Especificações do Projeto.
- Gabriela: Metodologia.
- Ana Sara e Leonardo: Contexto do Projeto.
- Paulo e Gabriel: Projeto de Interfaces.

Não há um Scrum Master, pois a equipe trabalha sem uma liderança e de forma homogênea.Os Desenvolvedores são todos os participantes do grupo. Os Product Owner são os professores da disciplina:


- Ilo Amy Saldanha Rivero.
- João Carlos Oliveira Caetano.
- Luciana Mara Freitas Diniz.
- Rommel Vieira Carneiro.

O Kanban foi feito no GitHub o link é <https://github.com/orgs/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI/projects/10/views/1>.

Controle de Versão

Estrutura do fluxo de trabalho no ambiente do GitHub.

Info



```
PS C:\Users\arthu\Downloads\Paulo Henrique\Git\Ti-1-pmg-cc-m-20232-g8-habitos-saudaveis-2> git log --graph --pretty='format:%C(auto)%h %d %s %C(green)(%ad) %C(cyan)%an' --abbrev-commit --
* 15efb1c (HEAD -> master, origin/master, origin/HEAD) Alteração Imagens (13 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 2c4037f Teste Imagem (14 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* b315873 Alteração Imagens 2 (14 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* eb846df Teste imagem Hospedagem (14 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 498a052 Nome dos arquivos (14 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* c1c6fb2 Adição Hospedagem e Link site Metodologia (15 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 6c6ece7 Processo Discovery e Metodologia Completa (15 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 1a78ed2 Edição na Pagina Principal (15 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 54ce340 Introdução,Contexto,DesignThinking,AlteraçãoEpec (15 hours ago) <PauloHenriqueLopes>
* 8e5a73b Implementação Especificação Completa (17 hours ago) <Paulo Henrique Lopes>
* ddd7083 Alteração nome do Projeto (17 hours ago) <Paulo Henrique Lopes>
* b1d130f Alteração Descrição 3 (17 hours ago) <Paulo Henrique Lopes>
* eb1ae42 Merge branch 'master' of https://github.com/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI/ti-1-pmg-cc-m-20232-g8-habitos-saudaveis-2 (18 hours ago) <Paulo Henrique Lopes>
|
| * b220955 Update README.md (18 hours ago) <lcmartinss>
| | 0a18e5e Implementação Parcial da Espec. e Alter.Descrição (18 hours ago) <Paulo Henrique Lopes>
|/
* aa79609 Descrição do Projeto, Alteração 2 (2 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 332ab69 Descrição do Projeto, Alteração 1 (2 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 0ad3ad6 Descrição do Projeto (2 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 3482382 Implementação da Interface do site. (2 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 99be86e Alteração Nome do Site (3 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 11c3577 removendo (7 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 3792df1 Segunda atualizacao (7 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 3bb9dc5 Primeiro commit (7 days ago) <Paulo Henrique Lopes>
* 1904829 Update README.md (8 days ago) <leozin-amaral18>
* 6a90aba Add online IDE url (12 days ago) <github-classroom[bot]>
* b563706 Initial commit (12 days ago) <github-classroom[bot]>
```

Nós separamos os issues com o Kanban e delegamos as funções de cada um. As partes da equipe foram direcionadas a um membro da equipe que ficou responsável em commitar tudo.

Solução

Esta seção apresenta todos os detalhes da solução criada no projeto.

Info

Video do Projeto

O vídeo a seguir traz uma apresentação do problema que a equipe está tratando e a proposta de solução.

Info

..... COLOQUE AQUI O SEU VIDEO

Funcionalidades

Esta seção apresenta as funcionalidades da solução.

Info

Funcionalidade 1 - Cadastro de Contatos

EXEMPLO

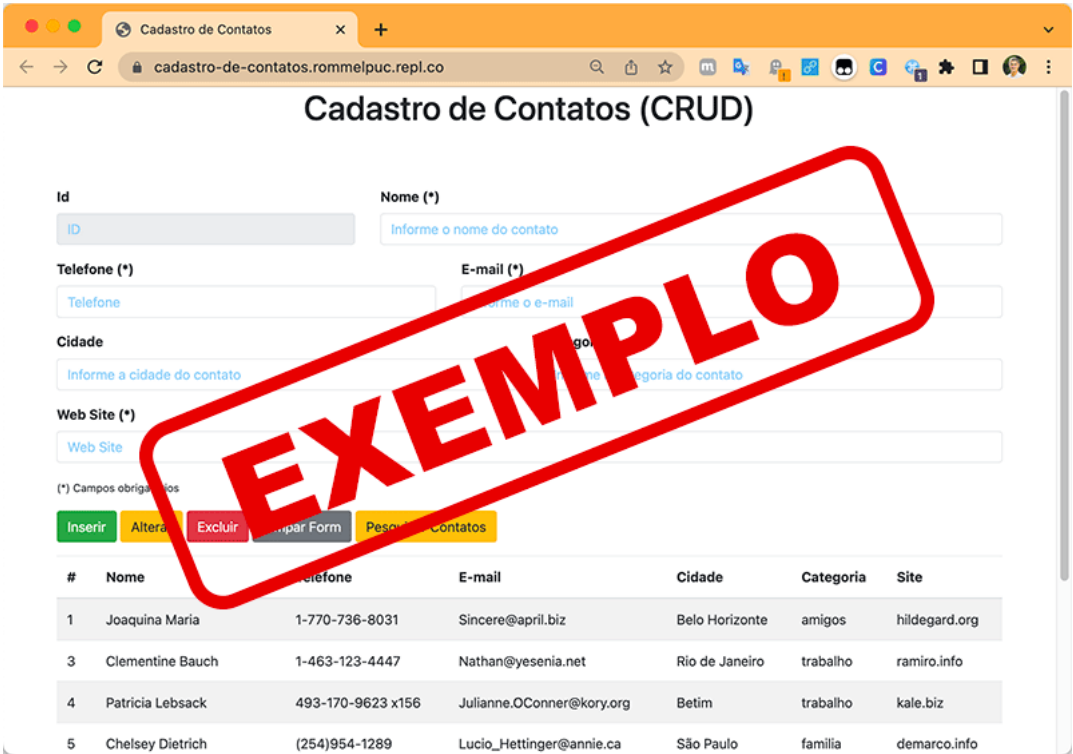
Permite a inclusão, leitura, alteração e exclusão de contatos para o sistema

Estrutura de dados: [Contatos](#)

Instruções de acesso:

- Abra o site e efetue o login
- Acesse o menu principal e escolha a opção Cadastros

- Em seguida, escolha a opção Contatos



Estruturas de Dados

Descrição das estruturas de dados utilizadas na solução com exemplos no formato JSON.

Info

Estrutura de Dados - Contatos **EXEMPLO**

Contatos da aplicação

```
{
  "id": 1,
  "nome": "Leanne Graham",
  "cidade": "Belo Horizonte",
  "categoria": "amigos",
  "email": "Sincere@april.biz",
  "telefone": "1-770-736-8031",
  "website": "hildegard.org"
}
```

Estrutura de Dados - Usuários **EXEMPLO**

Registro dos usuários do sistema utilizados para login e para o perfil do sistema

```
{
  id: "eed55b91-45be-4f2c-81bc-7686135503f9"
  email: "admin@abc.com"
  id: "eed55b91-45be-4f2c-81bc-7686135503f9"
  login: "admin"
  nome: "Administrador do Sistema"
  senha: "123"
}
```

Módulos e APIs

Esta seção apresenta os módulos e APIs utilizados na solução.

Info

Images:

- Unsplash - <https://unsplash.com/> **EXEMPLO**

Fonts:

- Icons Font Face - <https://fontawesome.com/> **EXEMPLO**

Scripts:

- jQuery - <http://www.jquery.com/> **EXEMPLO**
- Bootstrap 4 - <http://getbootstrap.com/> **EXEMPLO**

FAQ

Perguntas e respostas comuns associadas ao projeto.

Info

EXEMPLO

What does royalty free mean?

▼

What is a single application?

▼

[What are some examples of permitted end products?](#)



[Introdução](#)

[Contexto](#)

[Concepção](#)

[Metodologia](#)

[Solução](#)

[FAQ](#)

[Referências](#)

Referências Bibliográficas

Esta seção apresenta as referências bibliográficas utilizadas no projeto.

Info

Desenvolvimento do projeto:

- <https://www.canva.com>
- <https://marvelapp.com/project/6834513>
- <https://github.com/ICEI-PUC-Minas-PMGCC-TI>
- https://miro.com/app/board/uXjVMoGB_q4=?share_link_id=134505016636

Tutoriais Git, Github, VsCode:

- Aulas disponibilizadas pelo professores no Canvas
- https://youtu.be/Nq1wgStqSGY?si=s9H_BP7h92fjw-T
- <https://youtu.be/3slwHzXjgxo?si=jU9QvVs56smuSO9p>
- https://youtu.be/Quxes_AzIEU?si=w2D3JdMqaL5CKZ88
- <https://youtu.be/UbJLOn1PAKw?si=mztEj18D-K255OSB>

Tutorial MarvelApp:

- https://youtu.be/_z6SNtJVBF0?si=-1zjXbumf46hY6_t
- https://youtu.be/a6mFL_z_N3Q?si=XGqilw_OF5Sfs9me

Trabalho Interdisciplinar - ICEI PUC Minas

Modelo adaptado de [iDocs](#) - Design & Develop by [HarnishDesign](#)