

PROJETO DE APLICATIVO PARA AUXÍLIO A PESSOAS.

Gabriel Aires e Luiz Luz

Referencial (IMC)

- 1 - Ao ver a sua imagem/avatar projetada na plataforma, o que você gostaria que fosse diferente? Mais massa magra? Menos massa magra?
- 2 - Diante da autoavaliação, se fornecermos um acompanhamento pelo sistema com profissionais da saúde, acredita que seria possível usá-lo para atingir o objetivo desejado na avaliação?
- 3 - Ao seguir o passo a passo da plataforma, é possível identificar algum benefício?
- 4 - Com uma imagem/avatar dentro dos seus padrões de beleza, estabelecida na avaliação, ao atingir o peso ou “corpo” desejado, traria alguma satisfação?
- 5 - Quais especialistas na área da saúde poderiam contribuir para a conclusão do treinamento?
- 6 - Com o objetivo atingido, faria indicação para outras pessoas utilizarem a plataforma?

Após validação, verificamos que algumas pessoas trouxeram dúvidas sobre como seria a forma de interação com os profissionais do app, psicólogo, coach e os demais.

AUTOESTIMA

Inseguranças podem ser enaltecidas ao estabelecer comparações com fotos esteticamente perfeitas do Instagram, ou ao monitorar status de relacionamentos no Facebook;

CONEXÃO HUMANA

As redes sociais podem fazer com que as pessoas caiam na zona de conforto da comunicação, e passem a evitar contato cara-a-cara, entrando em uma área de isolamento, aumentando a ansiedade social;

MEMÓRIA

Apesar de parecer uma boa ideia recordar fotos e eventos através das redes sociais, essa atividade pode causar uma distorção nas lembranças e piorar nossa capacidade mental de recordar fatos por conta própria;

SONO

A luz dos aparelhos eletrônicos inibe a produção de melatonina, o hormônio do sono, piorando nossa capacidade de dormir;

FOCO

A mente humana não foi desenvolvida para ser bombardeada por tantas informações em tão pouco tempo, o que nos torna muito mais distraídos e procrastinadores;

SAÚDE MENTAL

Mais de um terço da Geração Z declarou que as redes sociais os fazem sentir mais ansiosos, tristes ou deprimidos.

Como tratar esse processo de avaliação?

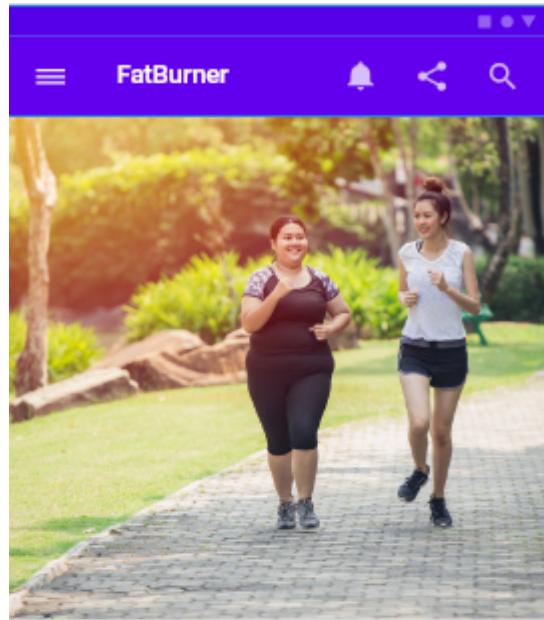
Objetivo avaliar o uso do aplicativo no tratamento de perda de peso, trazer uma forma atrativa de prover uma educação alimentar e a saída do sedentarismo.

Mancini ressalta que a obesidade é causada, muitas vezes, por falta de orientação e hábitos cultivados pela família. Por isso, o médico aconselha que a mudança para uma alimentação regrada e prática de exercícios físicos parta de todos os membros familiares.

Doutor Marcio Corrêa Mancini, chefe do grupo de Obesidade e Síndrome Metabólica do HC.

PROTOTIPO

LINK: <https://xd.adobe.com/view/a77c766f-a731-49fb-85f3-98b6ca48a950-f22f/>

The image shows the calculation screen for the IMC (Body Mass Index) within the app. The header bar at the top is purple with the text "Cálculo IMC". Below the header, there are several input fields and buttons:

- Sexo:** Buttons for "MULHER" and "HOMEM".
- Idade:** An input field containing the number "29" followed by "anos".
- Altura:** An input field containing "1,70" followed by "m".
- Peso:** An input field containing "62,5" followed by "Kg".
- Atividade Física:** Buttons for "SEDENTÁRIA", "MODERADA", and "INTENSA".
- CALCULAR:** A large purple button at the bottom right.

Resultados

A sua ingestão Diária Recomendada
2600 Calorias por Dia

Com base o seu sexo, idade, altura peso, nível de atividade, calculamos uma Ingestão Diária Recomendada (IDR) de 2600 calorias.

Sobre mim

Samuel tenho 12 anos, sou uma pessoa legal tenho problemas com autoestima por ser gordo e procuro ajuda no app.

Minha Foto



FatBurner

Calendário da Dieta

Exercícios

Histórico de Peso

Profissionais para Ajuda



Segunda:

café da manhã: lalalau

almoço: brócolis e tals

café da tarde: biscoito Mabel.

jantar: bife ao rolê

Terça:

Café da manha: chama.

Almoço: macarrão de abobrinha.

Café da tarde: creamcracker

Jantar: franguinho na panela.



HISTÓRICO DE PESO

MEU HISTÓRICO DE PESO

INICIO

PROGRESSO

BARRA DE META

Data	Peso	Quilo engomado	Acrescentar	Peso Inicial: 120 kg	Peso Alvo: 80 kg
09 mar 21	120 kg	Verde	Não Aplicável		

Ajuda

Psicólogo

Coach

Médico

Preparador Físico

Icons and photos are used to represent different professionals available for support.



1. Tela Inicial – Apresentação do App

Função:

- Receber o usuário
- Explicar rapidamente o propósito
- Gerar confiança

Conteúdo:

- Mensagem de boas-vindas
- Promessa do produto
- Botão **INICIAR**

Aqui o app já se posiciona como um **companheiro de saúde**, não só um contador de calorias.

2. Tela de Cálculo do IMC

Função:

- Coletar dados físicos
- Personalizar a experiência

Campos:

- Sexo
- Idade
- Altura
- Peso
- Nível de atividade física

Botão:

- **CALCULAR**

Essa tela alimenta o motor de recomendação do sistema.

3. Tela de Resultados

Aqui o sistema entrega valor real:

- Ingestão diária recomendada (ex: 2600 kcal/dia)
- Perfil pessoal
- Campo de relato emocional
- Avatar do usuário

Essa combinação cria:

Dados + Emoção + Identidade

O usuário não vê só números — ele vê a própria história.

4. Tela Principal (Dashboard)

Funciona como o **hub central do app**:

Botões:

- Calendário da Dieta
- Exercícios
- Histórico de Peso
- Profissionais para Ajuda

Essa tela transforma o app em um **ecossistema de cuidado**.

5. Calendário da Dieta

Função:

- Organizar refeições por dia
- Criar rotina alimentar

O usuário registra:

- Café da manhã
- Almoço
- Lanches
- Jantar

Visual em calendário → gera senso de continuidade.

6. Tela de Exercícios

Função:

- Registrar atividade física

Campos:

- Tipo de exercício
- Tempo
- Calorias

O botão **Adicionar Exercício** incentiva a ação imediata.

7. Histórico de Peso

Funcionalidades:

- Gráfico de evolução
- Barra de meta
- Comparação início × atual

Essa tela é o **combustível emocional** do usuário.

8. Tela de Profissionais

O app conecta o usuário a:

- Psicólogo
- Coach
- Médico
- Preparador físico

Isso transforma o FatBurner de um simples app em uma **plataforma de saúde integrada**.



Diferencial do Projeto

O FatBurner não é só um app fitness.

Ele combina:

- UX emocional
- Avatar
- Dados de saúde
- Psicologia
- Profissionais reais

Isso o posiciona como:

HealthTech de bem-estar completo



Possibilidades Futuras

Esse projeto pode evoluir para:

- Marketplace de profissionais
- Planos premium
- Inteligência artificial para recomendações
- Telemedicina
- Wearables (smartwatch)

Base conceitual para um **startup real**.