



# CookingFit



# CookingFit

**Colaboradores:**

Vitor Andrade  
Emilia Raphael  
João Piazza  
Ariel Ortega  
Pedro Amorim  
Thiago Rodrigues



# Introdução

No contexto altamente competitivo do mercado atual, as pessoas estão cada vez mais imersas em **rotinas frenéticas**, deixando pouco espaço para se dedicarem à **alimentação**. Embora haja um interesse crescente em adotar hábitos saudáveis, a disponibilidade de tempo é escassa.



O **CookingFit** vem para ajudar nessa 'virada de chave'. Trata-se de um monitor de consumo de alimentos revolucionário, focado em registros **simples**, personalização poderosa e perspectivas avançadas. Coma, beba e se movimente com o seu novo companheiro.

# Qual problema?

Conforme exposto, o problema que se busca resolver com este projeto é melhorar a má alimentação das pessoas. Muitas vezes essa **má alimentação** vem pela falta de tempo para preparar algo mais saudável, a necessidade de alimentos fabricados rapidamente (alimentos ultra processados, alimentos de fácil acesso e mais em conta) e a grande variedade de produtos pouco saudáveis (encontrado em qualquer lugar: incluindo supermercados, shopping centers, terminais rodoviários e outros) podem custar caro para a saúde do individuo.





# Objetivos

- Oferecer um **controle** ao usuário quanto ao consumo e gasto calórico;
- Facilitar a **escolha** do usuário por opções mais saudáveis de alimentação;
- Permitir que o usuário alcance seus objetivos de **saúde** e fitness por meio de acompanhamento intuitivo, personalizado e avançado.



# Justificativa

A procura por **hábitos saudáveis** sejam eles através de exercícios ou alimentares, em um mundo pós pandêmico, vem crescendo cada vez mais. A Alimentação assume um papel fundamental que impacta diretamente em nossa **saúde** física, mental e emocional. A busca por uma alimentação saudável pode ser desafiadora em meio a uma rotina agitada e a oferta constante de alimentos industrializados e ultraprocessados. A falta de tempo, que pode dificultar o planejamento de refeições nutritivas e a falta de informação de como montar um **cardápio equilibrado** e verificar as opções de alimentos possíveis, podem gerar inseguranças.

# Público-Alvo

O projeto tem foco em pessoas de **todas as idades** sendo elas homens ou mulheres que queiram melhorar sua alimentação, de atletas profissionais que necessitam de um controle preciso sobre as suas **dietas** a pessoas comuns que gostariam de levar uma vida **mais saudável**, mas que nem sempre possuem tempo para montar uma dieta balanceada ou simplesmente não sabem como começar essa nova prática ou estão sempre em busca de mais praticidade para o dia a dia.





## TôFit

O grupo escolheu como identidade o assistente virtual da plataforma, **TôFit**. Ele foi elaborado para representar de forma lúdica uma humanização de um bowl de salada que auxilia a navegação na plataforma e elaboração do cardápio.

# Personas - Histórias de Usuários

Com base na analise das personas identificadas para o projeto, foram formuladas as seguintes histórias de usuários:



**Maria Alice**  
**QUERO/PRECISO ...**  
ver meu progresso  
**PARA...**  
saber onde tenho que melhorar  
**QUERO/PRECISO ...**  
visualizar quantas calorias já consumi  
**PARA...**  
para saber quantas ainda posso consumir

**Idade e Ocupação**

36 / Policial

**Motivações / Frustrações**

Gosta de se exercitar melhorar condicionamento / nunca teve tempo para se dedicar a isso



**Sandra**  
**QUERO/PRECISO ...**  
Encontrar receitas saudáveis  
**PARA...**  
combater a pré-diabetes

**Idade e Ocupação**

39 / Modelo Plus Size

**Motivações / Frustrações**

Fazer receitas para alimentação dos filhos./ rotina pesada para cuidar dos filhos sozinha e estar pré diabética



**Felipe Silva**  
**QUERO/PRECISO ...**  
Controlar os horários de suas refeições  
**PARA...**  
não perder nenhuma refeição importante

**Idade e Ocupação**

54 / Bancário

**Motivações / Frustrações**

Sair desse estilo de vida sedentário / Trabalha quase o dia todo sentado. Rotina e sobre peso



**Jennifer**  
**QUERO/PRECISO ...**  
Ter constância e ser organizada com os alimentos  
**PARA...**  
melhorar a organização na alimentação e emagrecer para se sentir bem.

**Idade e Ocupação**

24 / Fisioterapeuta

**Motivações / Frustrações**

Melhorar alimentação e emagrecer / péssima alimentação e está acima do peso.



**José Carlos**  
**QUERO/PRECISO ...**  
Dedicar mais tempo a preparar refeições saudáveis  
**PARA...**  
buscar qualidade de vida, prevenir futuros problemas de saúde

**Idade e Ocupação**

37 / Autônomo

**Motivações / Frustrações**

Melhor qualidade de vida / as demandas de trabalho estão cada vez maiores, sente-se preso a um looping.



**Rodrigo oliveira**  
**QUERO/PRECISO ...**  
Melhorar e controlar as refeições  
**PARA...**  
perder hábitos alimentares ruins que prejudicam a saúde

**Idade e Ocupação**

45 / Servente de pedreiro

**Motivações / Frustrações**

Vontade de controlar sua alimentação diária / possui problema de pressão alta e início de diabetes

# Requisitos

## Requisitos Funcionais:

ID	Descrição do Requisito	Prioridade
RF-001	<b>Permitir</b> que os usuários criem contas utilizando o endereço de e-mail, CPF, endereço residencial, considerando métodos definidos RBAC e utilizando funções CRUD	ALTA
RF-002	<b>Permitir</b> que o usuário gerencie os itens das refeições realizadas	ALTA
RF-003	<b>Exibir</b> o quantitativo calórico cadastrado diariamente	ALTA
RF-004	<b>Disponibilizar</b> aos usuários uma barra de pesquisa eficiente que permite aos usuários buscar receitas específicas por nome ou ingredientes.	ALTA
RF-005	<b>Consultar</b> dietas, permitir ao usuário visualizar informações interativas sobre tipos de dietas e receitas alimentares, como ex: dieta cetogênica, jejum intermitente.	MÉDIA
RF-006	<b>Salvar</b> as receitas pesquisadas e cardápios planejados, armazenando essas informações no armazenamento local do navegador.	MÉDIA
RF-007	<b>Apresentar</b> para cada usuário uma imagem de perfil correspondente ao usuário. (thumbnail).	MÉDIA
RF-008	<b>Comentar</b> e avaliar receitas.	MÉDIA
RF-009	<b>Surgerir</b> cardápio para o usuário, oferecendo uma alimentação controlada e saudável.	BAIXA
RF-010	<b>Personalizar</b> planos alimentares com base nas preferências dietéticas, restrições alimentares e metas de saúde individuais dos usuários.	BAIXA

# Requisitos

## Requisitos Não-Funcionais:

ID	Descrição do Requisito	Prioridade
RNF-001	O sistema deve ser responsivo para rodar em um <b>dispositivos móvel</b> .	MÉDIA
RNF-002	Deve processar requisições do usuário em no <b>máximo 3s</b> .	BAIXA
RNF-003	<b>Interface Amigável</b> e Intuitiva: Projetar uma interface de usuário intuitiva e amigável, com navegação fácil e instruções claras, para garantir que os usuários possam usar o aplicativo sem dificuldades.	MÉDIA
RNF-004	A plataforma deve ser compatível com os principais navegadores do mercado (Google Chrome, Firefox, Microsoft Edge).	ALTA
RNF-005	A plataforma deve funcionar <b>24 horas</b> por dia, <b>7 dias</b> por semana.	ALTA
RNF-006	A plataforma deve haver sistemas de backup robustos para garantir que os dados dos usuários estejam protegidos e que seja possível <b>restaurá-los</b> em caso de falha ou perda de dados e deve ser capaz de criar e <b>recuperar cadastros</b> .	ALTA
RNF-007	A plataforma deve ser capaz de lidar com um <b>grande número de usuários</b> simultâneos sem comprometer o desempenho ou a disponibilidade.	ALTA
RF-008	A plataforma deve possibilitar que os usuários tenha acesso à aplicação (receitas salvas) <b>offline</b> .	MÉDIA

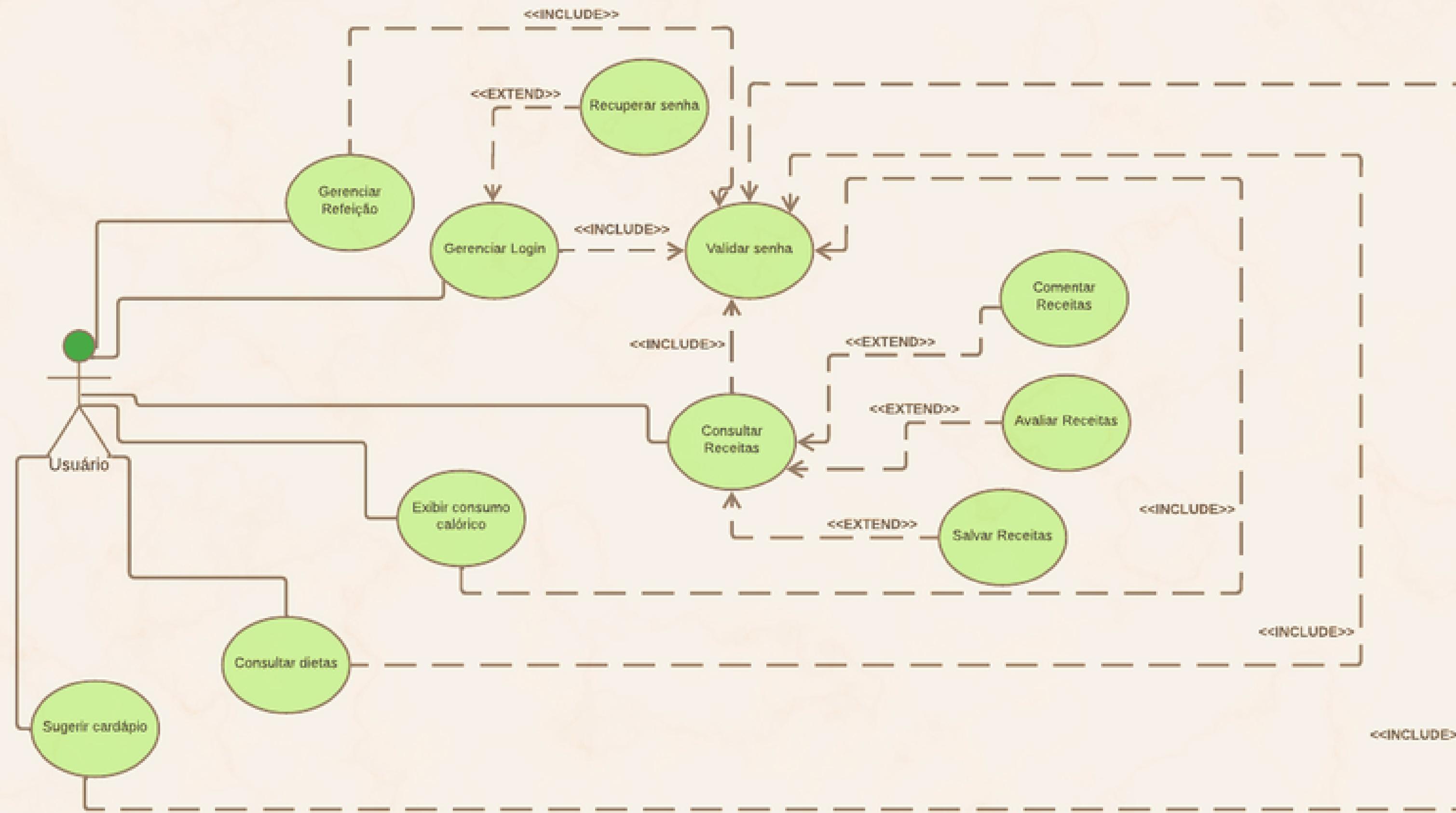
# Especificação do Projeto

## Restrições:

ID	Restrição
01	O projeto deverá ser entregue <b>até</b> o final do semestre 06/2024.
02	A equipe <b>não</b> pode subcontratar / tercerizar o desenvolvimento do trabalho.
03	O aplicativo deve se <b>restringir</b> às tecnologias básicas da Web no Frontend.
04	A esquipe <b>não</b> deverá aceitar parcerias de qualquer área de negócios, focando em parceria na área de saúde e educação.
05	As receitas <b>não</b> pode violar os Normas de Segurança Alimentar.
06	A equipe deve <b>restringir</b> a publicidade de alimentos não saudáveis ou a promoção de determinados ingredientes considerados prejudiciais à saúde.

# Especificação do Projeto

Diagrama de casos de uso:



# Metodologia

A ferramenta principal será Github, gestão e manutenção do código. O gerenciamento de backlog do produto, e das sprints individualizadas será por meio do trello.

Marcado com estrela

Templates

Criar

## Divisão dos papéis:

A equipe utiliza metodologias ágeis, tendo escolhido o Scrum como base para definição do processo de desenvolvimento. A equipe está organizada da seguinte maneira:

- Scrum Master: Emilia Raphael dos Santos
- Product Owner: João Victor Diniz Piazza
- Equipe de Desenvolvimento
  - Pedro Henrique Ferreira Amorim
  - Ariel Ortega Acerbi
  - Thiago Rodrigues Silva de Oliveira
  - Vitor de Paula Andrade
  - Emilia Raphael dos Santos
  - João Victor Diniz Piazza



## Ferramentas:

- WhatsApp
- Canva
- Microsoft Teams
- Lucidchart
- Visual Studio Code
- Figma

## Trello:

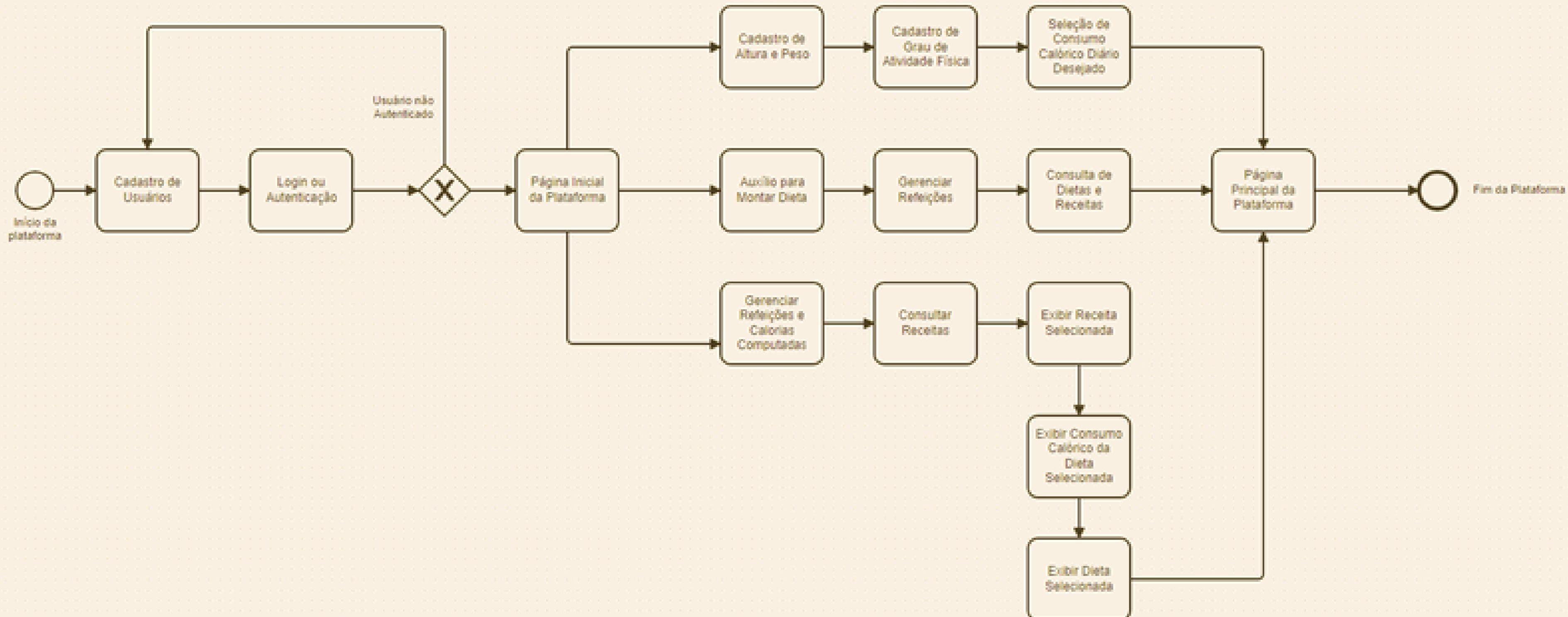
Para organização e distribuição das tarefas do projeto, a equipe está utilizando Trello, estruturado com as seguintes listas:

- Backlog: Recebe as tarefas a serem trabalhadas e representa o Product Backlog. Todas as atividades identificadas no decorrer do projeto também devem ser incorporadas a esta lista.
- To Do: Esta lista representa o Sprint Backlog.
- Doing: Quando uma tarefa tiver sido iniciada, ela é movida para cá.
- Done: Nesta lista são colocadas as tarefas que passaram pelos testes e controle de qualidade e estão prontos para ser entregues ao usuário. Não há mais edições ou revisões necessárias, ele está agendado e pronto para a ação.

# Projeto de Interface

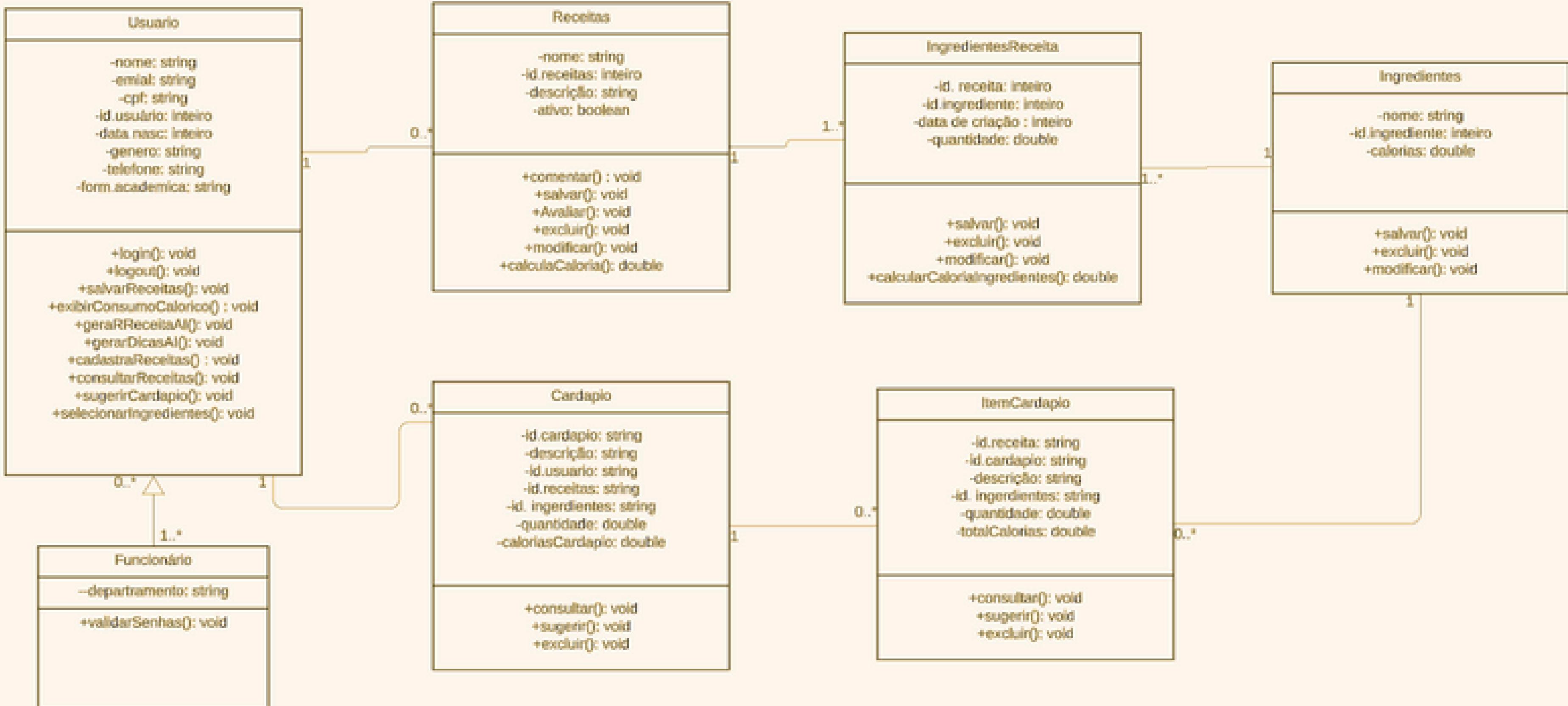
A elaboração da interface do aplicativo foi desenvolvida a fim de proporcionar praticidade ao usuário, assim estabelecemos o foco em simplicidade e agilidade, todo o desenvolvimento das páginas projetadas foi direcionado aos dispositivos móveis. O projeto também uma identidade visual padronizada em todas as telas.

## Diagrama de Fluxo:



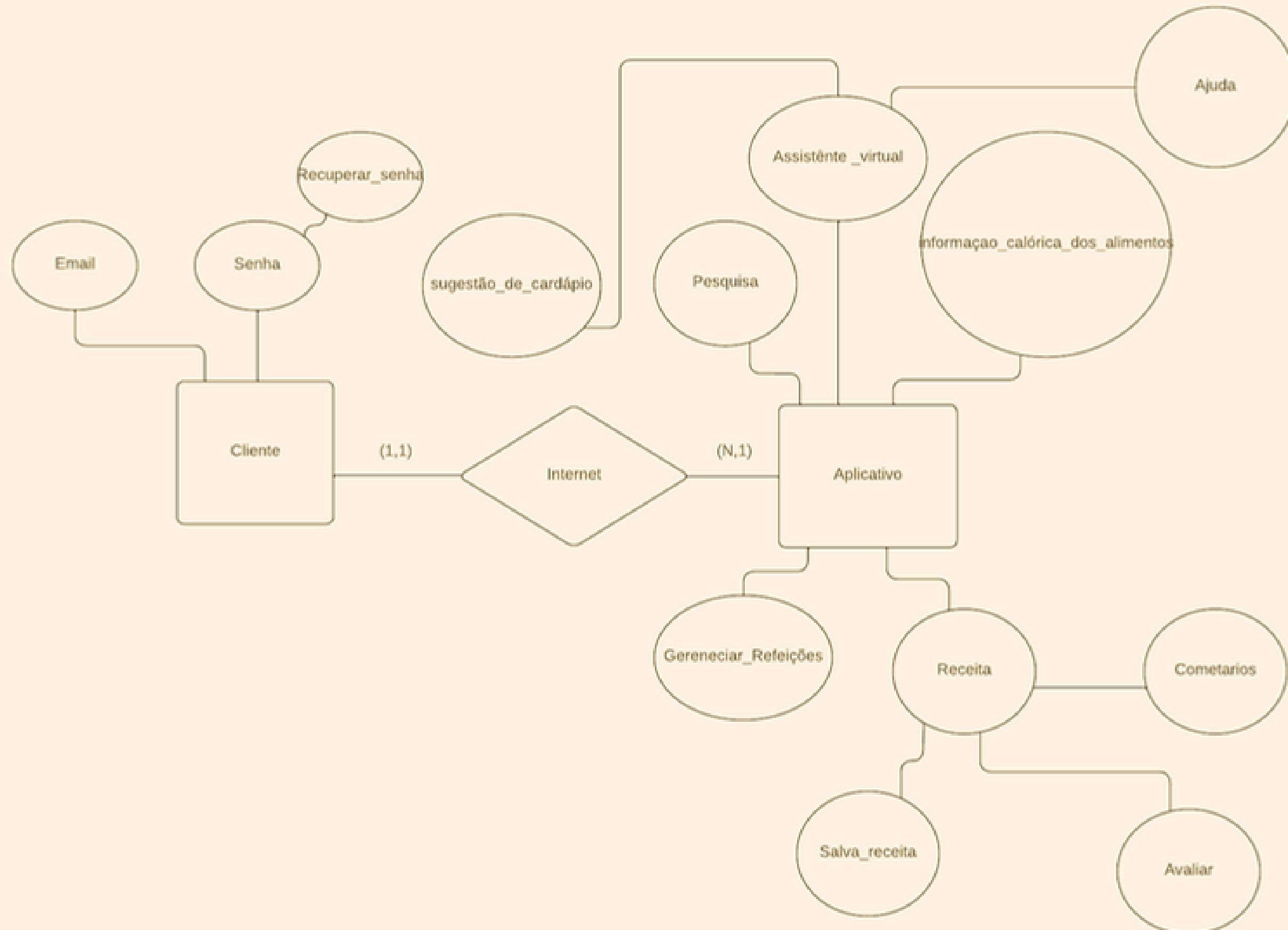
# Arquitetura da Solução

## Diagrama de Classes:



# Arquitetura da Solução

Modelo ER:



# Arquitetura da Solução

## As tecnologias utilizadas

As tecnologias que serão utilizadas são HTML5, CSS3 e JavaScript para o front-end, e C# e SQL server para back-end e banco de dados. As tecnologias foram escolhidas devido sua popularidade e sua versatilidade que permitem interações de usuário e de APIs externas.

- Linguagens e frameworks utilizadas para desenvolver o projeto: HTML5, CSS3, JavaScript, C#, Bootstrap, Media Queries, .NET
- IDEs de desenvolvimento: Visual Studio Code e Visual Studio
- Plataforma para hospedagem do site: Heroku e GitPages
- Plataforma para hospedagem dos arquivos: GitHub e Google Drive
- Ferramenta de versionamento: Git e GitHub Desktop
- Ferramenta para a criação de logo e imagens: Figma, Photoshop
- Ferramenta para criação do template / wireframing: Figma
- Ferramenta para criação de diagramas e fluxos: Lucidchart e Visio
- Banco de Dados: SQL Server

# Plano de Testes de Software

**CT - 01**

Gerenciar Login

**RF - 01**

**Objetivo do Teste:** Verificar se o usuário consegue se cadastrar na aplicação.

**Critério de Êxito:** O cadastro foi realizado com sucesso.

**CT - 02**

Gerenciar Refeições

**RF - 02**

**Objetivo do Teste:** Verificar se o usuário consegue realizar o gerenciamento de seus refeições.

**Critério de Êxito:** Abrir a página de refeições.

**CT - 03**

Exibir consumo calórico

**RF - 03**

**Objetivo do Teste:** Verificar se o usuário consegue ter acesso a quantidade de calórias consumidas.

**Critério de Êxito:** Abrir a página consumo calórico.

**CT - 04**

Consultar receitas

**RF - 04**

**Objetivo do Teste:** Verificar se o usuário consegue consultar receitas.

**Critério de Êxito:** Abrir a página da receita pesquisada.

**CT - 05**

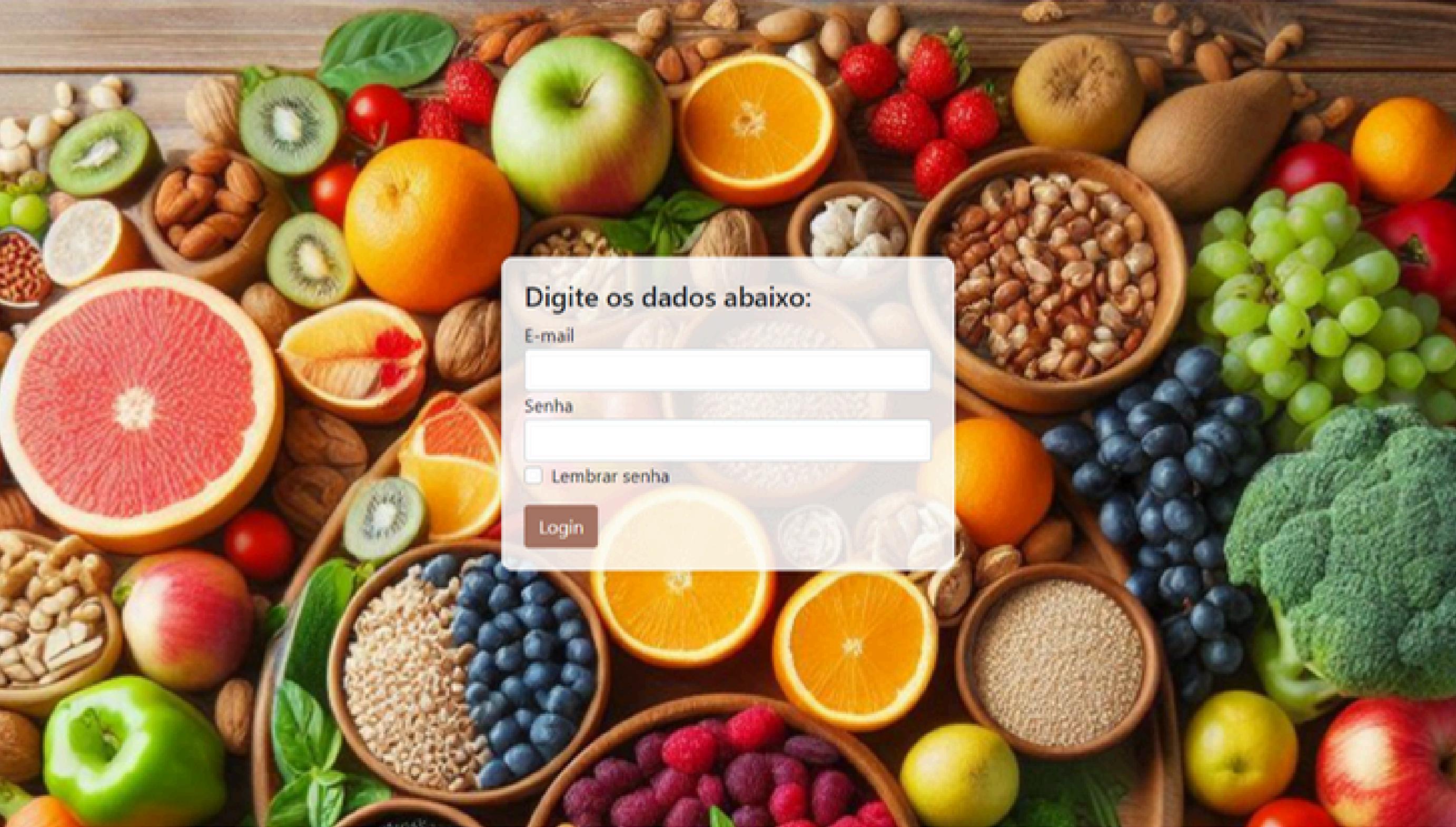
Consultar receitas

**RF - 05**

**Objetivo do Teste:** Verificar se o usuário consegue consultar dietas.

**Critério de Êxito:** Abrir a página da dieta pesquisada.

# Tela de login



CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se

ToFit

Login

Digite os dados abaixo:

E-mail

Senha

Lembrar senha

Login

© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)

# Tela de cadastro

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se  Login

ToFit



**Cadastre-se**

Usuario

Name

Email

Senha

Perfil  
Selecione um perfil

**Adicionar**

**Voltar**

© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)

# Tela de home

CookingFit\_backend   Home   Grupo Alimentar   Cardápio   Informação do Usuário   Receitas   Cadastre-se    TóFita   OM.   Sair



Cooking Fit

© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)

# Tela de grupo alimentar

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se

## Adicionar Ingrediente

Ingrediente

Nome

Tipo de Ingrediente  
-- Selecione um Tipo de Ingrediente --

Calorias

Unidade

Peso

[Adicionar](#) [Voltar](#)

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se

TóFit

## Ingredientes cadastrados

Nome	Tipo	Actions
Arroz Integral Cozido	Carboidratos	<a href="#">Visualizar</a> <a href="#">Apagar</a>
Batata Doce Cozida	Carboidratos	<a href="#">Visualizar</a> <a href="#">Apagar</a>
Pão de Centeio	Carboidratos	<a href="#">Visualizar</a> <a href="#">Apagar</a>
batata	Carboidratos	<a href="#">Visualizar</a> <a href="#">Apagar</a>
Pão de forma tradicional	Carboidratos	<a href="#">Visualizar</a> <a href="#">Apagar</a>

[Voltar](#)

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se

TóFit

## Selecionar o grupo

Carboidratos [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Carnes e ovos [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Frutas [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Laticínios [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Legumes e Verduras [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Leguminosas [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)

Óleos e Gorduras [Adicionar novo ingrediente](#) [Visualizar](#) [Apagar](#)



© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)

# Tela de cardápio

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuario Receitas Cadastre-se

TóFit

Visualizar Café da manhã | Visualizar Lanche da manhã | Visualizar Almoço | Visualizar Lanche da tarde | Visualizar Jantar

Selecionar os itens para elaborar o cardápio

Tipo de Ingrediente  
-- Selecione um Tipo de Ingrediente --

Tipo de cardápio  
-- Selecione uma refeição --

Ingrediente  
-- Selecione um ingrediente --

Calorias

Quantidade

Adicionar

Voltar

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuario Receitas Cadastre-se

TóFit

**Lista de Itens do Cardápio**

Ingrediente	Tipo de Ingrediente	Quantidade	Total Calórico
Maçã	Frutas	1	70
Péito de frango assado	Carnes e ovos	1	190
Beterraba cozida	Legumes e Verduras	1	15
Arroz Integral Cozido	Carboidratos	1	150

Voltar

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuario Receitas Cadastre-se

TóFit

Olá,

Selecione um tipo de refeição para a elaboração do cardápio:

Café da manhã Selecionar ingredientes

Lanche da manhã Selecionar ingredientes

Almoço Selecionar ingredientes

Lanche da tarde Selecionar ingredientes

Jantar Selecionar ingredientes

Voltar



# Tela de cardápio

CookingFit\_backend Home Grupo Alimentar Cardápio Informação do Usuário Receitas Cadastre-se  Olá, Sair

## Informação

[Adicionar informação](#)

Nome	Data de Nascimento	Genero	Telefone	Formação Acadêmica	Hobby	Aonde me achar!
Ana	5/1/2002 8:31:00 PM	feminino	99999999	psicologa		@ana

[Editar](#) | [Visualizar](#) | [Deletar](#)

© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)

# Tela de cardápio

CookingFit\_backend   [Home](#) [Grupo Alimentar](#) [Cardápio](#) [Informação do Usuário](#) [Receitas](#) [Cadastre-se](#)  Olá, Sair

## Receitas

[Adicionar Receita](#)

Nome	Ingrediente
------	-------------

© 2024 - CookingFit\_backend - [Privacy](#)