

LiFitness

DOCUMENTO DE VISÃO

Equipe:

508161 – João Paulo Freitas Queiroz

511790 – Matheus Leandro de Melo Silva

473143 - João Lucas de Oliveira Lima

537777 - Eduardo Henrique Brito da Silva

DOCUMENTO DE VISÃO

1 INTRODUÇÃO

1.1 Objetivos

Este documento especifica oficialmente os requisitos funcionais, requisitos não funcionais e estabelece o escopo do **Sistema LiFitness**, bem como restrições e informações do domínio. Serve como base para a equipe de desenvolvimento, na produção de outros artefatos do sistema e como forma de demonstrar suas funcionalidades para o cliente e usuários finais, ao longo de todo o ciclo de vida do produto.

1.2 Público Alvo deste Documento

O time de desenvolvimento responsável por implementar o projeto, bem como quaisquer partes interessadas relevantes, como patrocinadores do projeto, gerentes de projeto e outros stakeholders.

1.3 Definição de abreviações

Esta seção fornece as definições de todos os termos, acrônimos e abreviações requeridas para interpretar este documento de requisitos. As abreviações usadas no documento são:

- RF00X – Requisito Funcional;
- USA00X – Requisito Não Funcional de Usabilidade;
- CON00X – Requisito Não Funcional de Confiabilidade;
- DES00X – Requisito Não Funcional de Desempenho;
- RN00X – Regra de Negócio;

2 POSICIONAMENTO

2.1 Descrição do Problema

- O Problema de: Gerenciar eficazmente tanto um programa alimentar bem elaborado quanto uma rotina de treinamento. Essa tarefa se torna especialmente difícil devido à necessidade de vasto conhecimento e, muitas vezes, à dependência de ferramentas analógicas, como planilhas impressas ou anotações, para acompanhar e administrar essas atividades ao longo do tempo.
- Afeta: Uma ampla gama de pessoas, desde praticantes recreativos até atletas profissionais, todos com pouco ou nenhum tempo disponível para se dedicar ao estudo da elaboração e manutenção de programas dietéticos e de treinamento físico eficazes. Além disso, também influencia profissionais de educação física e nutrição, que, devido ao grande número de clientes, frequentemente acabam gastando tempo excessivo em atividades repetitivas que poderiam ser realizadas de maneira mais eficiente.
- Cujo impacto é: Acontecimento de lesões, como distensões musculares, tendinite e lombalgia. Da mesma forma, a escassez de estudo em relação às dietas pode levar a resultados inesperados, afetando o bem-estar psicológico dos indivíduos. Esse

cenário pode ter um impacto negativo tanto na saúde física quanto na mental, eventualmente resultando em uma aversão a atividades físicas e planos alimentares.

- Uma boa solução seria: O desenvolvimento de um aplicativo dedicado a fornecer ferramentas abrangentes para auxiliar tanto os alunos que desejam treinar e gerenciar suas dietas quanto os profissionais que buscam ajudar seus clientes. Esse aplicativo poderia eliminar as barreiras que dificultam a iniciação dos alunos na área do exercício físico, permitindo que eles se concentrem em seus treinamentos sem se preocupar com a complexidade da elaboração.

2.2 Sentença de Posição do Produto

- Para: Iniciantes, Profissionais de Educação Física, Nutrição, Profissionais da área de esporte (Atletas).
- Que: Precisam de uma solução que os ajude na organização dos treinos e dieta na academia.
- O aplicativo "**LiFitness**" é uma plataforma online que oferece ferramentas de gerenciamento de treinos e dieta. Ao contrário de outras alternativas de fitness, o **LiFitness** foi criado especificamente para atender às necessidades dos profissionais e alunos que visam saúde, mudança física e outros. Por fim, nosso aplicativo se destaca por criar regimes de exercícios personalizados e roteiros dietéticos, meticulosamente projetados para se harmonizar com seus objetivos e necessidades distintas.

2.3 Requisitos de Negócio

- RN001 - A criação de listas de treinos e dietas estará sob a responsabilidade de profissionais devidamente certificados e confirmados em suas respectivas áreas de atuação.
- RN002 - Todos os vídeos disponíveis na plataforma deverão ser obtidos por meio de um serviço de hospedagem e streaming de vídeo externo, integrado à aplicação.
- RN003 - O tratamento dos dados dos usuários deverá ser conduzido em estrita conformidade com as diretrizes estabelecidas pela Lei Geral de Proteção de Dados (LGPD), garantindo a privacidade e a segurança das informações pessoais dos usuários.
- RN004 - É exigido que todos os instrutores e nutricionistas que ofereçam serviços na plataforma confirmem sua formação e qualificações profissionais de acordo com as regulamentações pertinentes em suas respectivas áreas de atuação.

3 DESCRIÇÃO DOS ENVOLVIDOS E DOS USUÁRIOS

3.1 Resumo dos Envolvidos

Nome	Descrição	Responsabilidades
<i>Equipe de desenvolvimento</i>	Equipe de desenvolvimento.	Desenvolver e manter a aplicação, atualizando os

		conteúdos de notícias e cursos.
<i>Público iniciante na academia</i>	São pessoas que buscam saúde, força ou fins estéticos.	Sua responsabilidade é promover o sistema entre seus amigos e fornecer feedback sobre o aplicativo.
<i>Nutricionistas</i>	São pessoas encarregadas de confirmar a viabilidade das listas alimentares e dietas disponíveis na aplicação.	São responsáveis pela observação e geração e atualização das devidas listas alimentares e dietas que atendem um determinado público-alvo..
<i>Treinador/Professor</i>	São pessoas encarregadas de verificar o progresso e viabilidade dos exercícios fornecidos.	São responsáveis por passarem os treinos para os usuários, assim como, a melhor lista de exercícios.
<i>Atleta</i>	São pessoas que buscam a alta performance da musculação.	Sua responsabilidade é promover o sistema em competições que participa e fornecer feedback sobre o aplicativo.

3.2 Resumo dos Usuários

Nome	Descrição	Responsabilidades	Envolvido
<i>Leonardo</i> (Persona)	Leonardo é um iniciante no meio fitness, tanto no quesito exercício físico quanto alimentação saudável e dieta.	<ul style="list-style-type: none"> - Cuidar da saúde e aparência - Assistir aulas da execução dos exercícios. 	O Leonardo será representado por uma pessoa que acabou de começar a frequentar a academia por influência de amigos.
Pedro Marcelo (Persona)	Pedro Marcelo é um assalariado de 54 anos que ao começar a sofrer com problemas de saúde busca uma forma melhor de se manter saudável.	- Uma forma rápida, simples e barata de se manter saudável.	O Pedro Marcelo será representado por uma pessoa que acabou de começar a frequentar academia sem nenhum guia.

Maria Clara (Persona)	<i>Maria Clara é uma estudante de Design Digital que já frequentava academia há um bom tempo.</i>	- Ter acesso fácil às melhores formas de alimentação.	A Maria Clara será representada por uma estudante universitária.
--------------------------	---	---	--

3.3 Ambiente do Usuário

1. Quantas pessoas estão envolvidas na execução da tarefa?
 - a. Três pessoas: a nutricionista, o treinador e o usuário final.
2. Que plataformas de sistema são utilizadas hoje?
 - a. FitOn
 - b. MyFitnessPal
 - c. Adidas Training: HIIT Workout
 - d. Burn.Fit - Workout Plan & Log
 - e. Leap Fitness Grupo Aplicativos
3. Que outros aplicativos estão em uso? É necessário que o seu aplicativo interaja com eles?
 - a. A aplicação funciona de maneira independente de outros serviços.

3.4 Principais Requisitos dos Usuários ou dos Stakeholders

Necessidade	Prioridade	Preocupações	Solução Atual	Soluções Propostas
Ter acesso às listas de exercícios.	Alta	O usuário não ser capaz de seguir os treinos.	Deixar disponível diferentes formas de guias sobre como realizar determinado exercício.	Fornecer um vídeo explicando como realizar o exercício.
Ter acesso às listas de dietas	Alta	O usuário não ter acesso a todos os alimentos requisitados na dieta.	Fornecer uma lista de dietas com alimentos comuns no cotidiano brasileiro.	Fornecer listas de dietas simples, para que seja fácil o usuário se manter na dieta sem after seu cotidiano.

3.5 Alternativas e Concorrência

- [MyFitnessPal](#)
- [Nextfit](#)
- [Macros](#)
- [Adidas Training](#)

4 VISÃO GERAL DO PRODUTO

O **LiFitness** é uma aplicação mobile disponível em todo o território nacional que tem como principal objetivo, auxiliar os brasileiros que visam cuidar de sua própria saúde, mas que possuem uma dificuldade sobre por onde começar ou como continuar durante o percurso de seu objetivo.

4.1 Perspectiva do Produto

O aplicativo "**LiFitness**" é um produto único e independente, que tem como objetivo fornecer uma solução abrangente para ajudar novatos e veteranos do meio fitness a gerenciar seus treinos e dietas. Embora existam outros aplicativos e sites de gerenciamento de treinos e dietas disponíveis, nenhum deles é projetado especificamente para atender ambos treinos e dietas em um único aplicativo.

A aplicação oferece recursos de gerenciamento de treinos e dietas para ajudar do mais baixo ao mais alto nível de conhecimento sobre o meio fitness. Além disso, o aplicativo conta com o conhecimento de profissionais responsáveis por montar treinos e dietas.

A ferramenta pode ser usada independentemente de outros sistemas ou aplicativos. Os usuários podem acessar o aplicativo através de qualquer dispositivo com conexão à internet.

4.2 Requisitos da Solução

4.2.1 Requisitos funcionais

- RF001 – O sistema deve permitir o cadastro de usuários.
- RF002 – O sistema deve permitir o cadastro de nutricionista e professor
- RF003 – O sistema deve vincular os usuários a um nutricionista e a um professor.
- RF004 – O sistema deve permitir o login de usuários.
- RF005 – O sistema deve apresentar a dieta do usuário.
- RF006 – O sistema deve apresentar os treinos do usuário.
- RF007 – O sistema deve permitir que o professor adicione o treino para determinado aluno.
- RF008 – O sistema deve permitir que o nutricionista adicione a dieta de determinado aluno.
- RF009 – O sistema deve permitir que o professor edite as informações dos treinos.
- RF010 – O sistema deve permitir que o nutricionista edite as informações das dietas.
- RF011 – O sistema deve permitir que o usuário salve o seu peso.
- RF012 – O sistema deve permitir que o usuário acompanhe seu progresso de mudança de composição/manutenção corporal.
- RF013 – O usuário terá acesso a vídeos da execução de determinados exercícios.
- RF014 – O usuário poderá acessar seus treinos.
- RF015 – O usuário poderá acessar suas dietas.
- RF016 – O usuário poderá editar seu objetivo.
- RF017 – O usuário poderá selecionar e editar seu nível de atividade física.
- RF018 – O usuário poderá selecionar os fatores que o impedem de treinar.
- RF019 – O usuário poderá pagar por um plano onde ele teria acompanhamento do professor e/ou nutricionista.

- RF020 – O usuário, nutricionista e professores poderão editar os dados do seu perfil.
- RF021 – O nutricionista poderá acessar os objetivos de cada usuário.
- RF022 – O nutricionista poderá acessar uma área onde mostra todos seus clientes.
- RF023 – O professor poderá acessar os objetivos de cada usuário.
- RF024 – O professor poderá acessar uma área onde mostra todos seus alunos.

5 OUTROS REQUISITOS DO PRODUTO

Usabilidade

- USA001 - Um usuário experiente deve ser capaz de adicionar dietas ou editá-las em uma média de 1 minuto 99% das vezes.
 - USA002 - Um usuário novato deve ser capaz de adicionar treinos ou editá-los em até 5 minutos 95% das vezes.
- Confiabilidade
 - CON001 - Não mais que 1 de cada 1000 dietas criadas devem possuir falhas durante o armazenamento no servidor.
 - CON002 - Não mais que 1 de cada 1000 treinos criados devem possuir falhas durante o armazenamento no servidor.
- Desempenho
 - DES001 - O tempo para gerar a dieta na tela deve ser de no máximo 2 segundos 90% das vezes.
 - DES002. Os vídeos dos exercícios devem ser baixados completamente em uma média de 5 segundos ou menos considerando uma conexão de internet de 30 megabits/segundo.

6 ESCOPO NEGATIVO

Escopo negativo diz respeito a tudo que **NÃO** faz parte do escopo do projeto, mesmo que sejam assuntos relacionados fora do contexto da aplicação. Os seguintes assuntos não fazem parte do escopo do projeto.

- Exercícios aeróbicos voltados para o sistema cardiovascular mais conhecido como “Cardio”.
- Calistenia, ou seja, a prática de exercícios físicos dentro da própria casa.
- Indicação de receitas
- Não inclui a funcionalidade de compra de suplementos ou produtos relacionados à saúde.
- Não inclui recursos para compartilhamento em redes sociais.
- Não inclui uma loja online para a venda de produtos fitness ou alimentos.