

1. Introducció explicativa de l'objectiu de l'aplicació

FitLife Tracker és una aplicació dissenyada per ajudar els usuaris a mantenir i millorar el seu estil de vida mitjançant el control d'hàbits saludables diaris. Permet registrar la ingestió d'aigua, fer un seguiment dels àpats i de les hores de son, facilitant l'adquisició de routines saludables d'una manera senzilla i motivadora.

Usuaris objectiu:

Persones joves o adultes interessades a millorar la seva salut i benestar, sense necessitat de disposar de dispositius addicionals (*wearables*), que prefereixen aplicacions intuïtives i fàcils d'utilitzar.

“Venda” de l'aplicació:

FitLife Tracker destaca pel seu enfocament minimalist, objectius diaris clars i la seva facilitat d'ús, fent que cuidar la salut sigui accessible per a qualsevol persona sense complicacions tècniques.

2. Aplicacions similars i diferenciació

Hi ha aplicacions al mercat com MyFitnessPal, Habitica o Google Fit, que ofereixen seguiment d'hàbits i salut.

Diferenciació de FitLife Tracker:

- Interfície minimalist i fàcil d'utilitzar, sense saturar l'usuari amb informació innecessària.
- No requereix *wearables* ni dispositius externs.
- Objectius diaris simples i mesurables.
- Personalització de preferències (tema clar/fosc, unitats mètriques).
- Centrada en hàbits clau: aigua, menjar, exercici i son.

Atractiu per als usuaris:

La simplicitat i la claredat fan que els usuaris puguin adoptar hàbits saludables sense sentir-se aclaparats, motivant-los a seguir el seu progrés diari de manera visual i senzilla.

3. Llista de principals tasques dels usuaris (Casos d'ús)

- Registrar un nou hàbit o activitat (aigua, menjar, exercici, son).
- Visualitzar la llista d'hàbits amb el seu progrés (usant *RecyclerView*).
- Filtrar hàbits per tipus (salut, descans, exercici).
- Editar o eliminar un hàbit existent.
- Accedir a ajuda inicial amb consells sobre hàbits saludables.
- Desar i modificar les preferències de l'usuari (tema clar/fosc, unitats mètriques).

FitLife Tracker – App d'hàbits saludables

Objectiu: Ajudar els usuaris a controlar la seva rutina diària de salut (aigua, passos, menjar, hores de son).

Usuaris: Persones joves o adultes que volen millorar el seu estil de vida.

Què la diferencia: Minimalista, amb objectius diaris simples i sense necessitat de connectar *wearables*.

Casos d'ús:

- Registrar un nou hàbit o activitat (aigua, menjar, exercici).
- Veure la llista d'hàbits amb el progrés (*RecyclerView*).
- Filtrar hàbits per tipus (salut, descans, exercici).
- Editar/eliminar un hàbit.
- Veure ajuda inicial amb consells.
- Desar les preferències de l'usuari (tema clar/fosc o unitats mètriques).

Pantalles principals:

- Pantalla de benvinguda + ajuda inicial
- *Login / Registre*

- Menú principal (amb navegació inferior)
- Llista d'hàbits (RecyclerView)
- Pantalla d'edició/afegir hàbit
- Configuració de preferències

Punt 4 -

