

FEEL FIT

Plano de Projeto

Equipe IARSites:

Ananda Almeida

Isadora Oliveira

Rayane Martins

Rebeka Vogeley

Rita Brito

Autores	Data	Descrição	Versão
Ananda, Isadora, Rayane, Rebeka	17/10/2014	Criação do Plano de Projeto	1.0
Ananda, Isadora, Rayane, Rebeka, Rita	23/10/2014	Revisão do Plano de Projeto	1.1
Ananda, Isadora, Rayane, Rebeka, Rita	02/11/2014	Revisão do Plano de Projeto	1.5
Ananda, Isadora, Rayane, Rebeka, Rita	17/11/2014	Revisão do Plano de Projeto	2.0

Sumário

1. Resumo do Projeto	4
2. Justificativa do Projeto	5
3. Objetivo e visão do Produto	6
4. Premissas e Restrições	7
5. Escopo	8
6. Escopo Negativo	8
7. Cronograma	9
8. Requisitos necessários	11
9. Riscos	11
13. Glossário	17

1. Resumo do Projeto

Nome do Projeto	Feel Fit
Gerente de Projeto	Rebeka Vogeley
Equipe de Planejamento	Ananda Almeida Isadora Oliveira Rayane Martins Rebeka Rayane Rita Brito
Principal Objetivo	Criação de um site que tenha como objetivo de forma dinâmica ajudar na melhoria da qualidade de vida, voltado para qualquer tipo de público que tenha interesse.
Benefícios Esperados	⇒ Aceitação dos Stakeholders ⇒ Seja realmente funcional ⇒ Melhoria na qualidade de vida

2. Justificativa do projeto

Devido à crescente busca da população em uma vida mais saudável e a falta de tempo no dia-a-dia, observamos a necessidade de uma ferramenta para administrar seus hábitos alimentares e a prática de exercícios físicos. Analisamos uma maneira de levar uma maior praticidade para a vida dessas pessoas, levando dicas sobre como manter a forma e alimentos que ajudam nesse processo.

O excesso de peso associado a uma má alimentação é um fator de risco para uma série de doenças e distúrbios:

Doenças	Distúrbios
Hipertensão arterial	Distúrbios lipídicos
Doenças cardiovasculares	Hipercolesterolemia
Doenças cérebro-vasculares	Diminuição do HDL (“colesterol bom”)
Diabetes Mellitus tipo II	Aumento da insulina
Câncer	Intolerância à glicose
Osteoartrite	Distúrbios menstruais/Infertilidade
Coledocolitíase	Apneia do Sono

O que faz com que se tenha uma diminuição muito importante da expectativa de vida, principalmente quando se é portador de obesidade mórbida.

O consumo sem controle de determinados alimentos e bebidas podem causar diversos problemas de saúde e até matar aos poucos. Refeições prontas e congeladas como, por exemplo, lasanha e pizza, são ricas em gordura saturada e fazem subir os níveis do colesterol ruim (LDL) além de aumentar o risco para doenças cardiovasculares e da pressão arterial, graças a quantidade exagerada de sódio encontrada nesses alimentos; os embutidos (salsicha, linguiça, presunto, salame) com sua grande concentração de conservantes podem causar alergias e problemas estomacais, além de possuírem algumas substâncias potencialmente cancerígenas. Os caldos e temperos industrializados e os salgadinhos de milho também possuem altos teores de sódio e glutamato monossódico. O sódio consumido além do limite recomendado é um sério risco para o ser humano, sendo um dos principais responsáveis pelo desenvolvimento da hipertensão. Já o glutamato, segundo estudos, pode acarretar em problemas como mal de alzheimer, parkinson e câncer.

As frituras também devem ser evitadas, devido às alterações químicas que ocorrem no óleo, principalmente quando utilizado várias vezes para fritar os alimentos, onde podem causar sério risco a saúde.

A *Feel Fit* foi pensada para ser um site que atinja e supra as necessidades de todos os públicos.

3. Objetivo e visão do produto

Devido a todos os problemas listados a cima, a empresa IARSites, responsável por criar sites para web, pensou na *Feel Fit*. A *Feel Fit* é inicialmente um sistema *web* voltado para área nutricional e de atividades físicas, que será disponibilizado gratuitamente, onde o usuário pode entrar através de um cadastro ou via facebook.

O site oferecerá ao usuário as opções de escolher os objetivos físicos buscados, encontrando neles tipos de atividade e de dicas nutricionais envolvendo aquele objetivo inicialmente escolhido pelo usuário do produto, assim depois ou enquanto se seguem as dicas e as dietas sugeridas, o site também disponibilizará a possibilidade do usuário poder enviar seu feedback como uma ferramenta de motivação para ele mesmo e para outros usuários. Também será oferecida a alternativa de desafiar até dois amigos através do facebook durante o processo tornando-o mais interativo e motivacional, uma vez que nos dias atuais com toda a praticidade que o mercado de alimentício oferece é cada vez mais difícil manter uma dieta saudável.

O produto pretende alcançar todos os públicos de usuários, mesclando necessidades e interesses individuais, mudando a vida e a realidade das pessoas que buscam o site por seu reconhecimento de qualidade, excelência e confiabilidade.

Os usuários terão total segurança e controle de seus dados, que serão devidamente armazenados garantindo sua privacidade.

4. Premissas e Restrições

Premissas

- Todos os membros da equipe contribuirão de acordo com sua função;
- Responsabilidade de cada membro estará definida;
- Comparecer em reuniões presenciais e virtuais;
- Cliente irá fornecer todas as informações necessárias para o desenvolvimento do projeto;
- Documentação dos processos;
- Monitorar as horas de trabalho dos membros da equipe.

Restrições

- Somente serão utilizados softwares livres para o desenvolvimento da aplicação exceto Windows;
- Os dados fornecidos não serão de nossa autoria;
- Disponibilidade de horário dos stakeholders;
- Evitar que a entrega do projeto ultrapasse a data marcada para a apresentação final.

5. Escopo

O projeto *Feel Fit* será um sistema *web* voltado para área nutricional. Será constituído, inicialmente, por um *site* no qual serão disponibilizadas dicas de dietas e exercícios físicos para diversos tipos de pessoas e objetivos finais. Através do *site* será possível realizar consultas de dietas, filtrar informações relevantes, acompanhar histórico de evolução e disponibilizar *feedbacks* para motivação própria e de outros usuários.

As dietas e exercícios físicos serão geradas pelo próprio sistema de acordo com o perfil e objetivos informados pelo usuário.

Utilizaremos as ferramentas do *Windows* e o desenvolvimento do *site*, *-layout*, estrutura e conteúdo-, será feito via *javascript*, *django* e *html5*.

Para obter tais funcionalidades o cadastro no sistema deverá ser efetuado, onde este pode ser obtido através do próprio *site* ou pelo *facebook*.

Pelo *facebook*, além de realizar o cadastro, será possível que seus amigos acompanhem seu desempenho -se você permitir- para que surja incentivo de todas as partes, e também será possível desafiar até dois amigos para uma “competição” de quem perde mais peso de forma mais saudável.

Os resultados esperados para os usuários do sistema é que ao fim do processo as pessoas estejam mais saudáveis, com alimentação balanceada e realizando a prática de exercícios físicos.

6. Escopo Negativo

Existe, naturalmente, um limite de escopo ou não-escopo referente a “atuação” do projeto proposto. Dessa forma, já poderemos delimitar nosso projeto para que o mesmo não se torne extenso ou acabe implementando requisitos desnecessários e/ou desagradáveis ao cliente e usuários. Segue abaixo alguns pontos iniciais que não serão abordados como requisitos:

- O usuário não terá acesso a exames ou resultados clínico;
- Não será possível fazer visitar ou marcações de avaliação
- Não haverá indicação de produtos contra indicados pela ANVISA

7. Cronograma

Integrante	Objetivos Primários	Início ou marco
<p>Iteração 0</p> <p>Project Charter (v1.0)</p> <p>Correção do Project Charter (v1.5)</p>	<p>Explicar a proposta da fábrica (justificativa do projeto , proposta, escopo).</p>	<p>22/09 -06/10</p> <p>06/10 - 13/10</p>
<p>Iteração 1</p> <p>Lista de Riscos (v1.0)</p> <p>Plano de Projeto Inicial (v1.0)</p>	<p>Esclarecer a visão do projeto e o plano de projeto as partes interessadas.</p>	<p>13/10 - 03/11</p> <p>13/10 - 03/11</p>
<p>Iteração 2</p> <p>Documentos da iteração anterior revisados (versões 2.0)</p> <p>Documento de Visão (v1.0)</p> <p>Levantamento dos requisitos iniciais (v1.0)</p> <p>Levantamento dos casos de uso (v1.0)</p>	<p>Revisar documentos anteriores e definir/priorizar os requisitos e casos de uso</p>	<p>04/11 - 18/011</p>

<p>Interação 3</p> <p>Documentos da interação anterior revisados(v1.0)</p> <p>Entrega do documento com a especificação de casos de uso e diagramas de sequência (v1.0)</p> <p>Plano e projeto de testes de sistemas/aceitação (v1.0)</p> <p>Plano da Iteração que se inicia (v1.0)</p>	<p>Revisar documentos anteriores, entrega de documentos específicos e fase de testes.</p>	<p>18/11 - 24/11</p>
<p>Interação 4</p> <p>Documentos da interação anterior revisados;(v1.0)</p> <p>Plano da interação que se inicia (v1.0)</p> <p>Entrega do produto com os 50% dos requisitos que foram priorizados (v1.0)</p> <p>Diagramas de Classe e pacote/componentes(v1.0)</p>	<p>Revisar documentos anteriores, iniciar plano de interação, entregar parte do produto e realizar o diagrama de classes e pacotes.</p>	<p>15/12 - 26/01</p>

8. Requisitos necessários

8.1 Requisitos Funcionais

- Dicas de fácil realização
- Monitoramento de desafios
- Conexão do site com o facebook
- O sistema deve possibilitar o cadastramento dos dados pessoais dos clientes
- Permitir a autenticação por meio de *login*
- Atualização do conteúdo do site

8.2 Requisitos não Funcionais

- O site suportará usuários de mobile de alguma forma
- O site deve ser compatível com as versão mais recentes dos principais *browsers*

9. Riscos

As informações aqui descritas formalizam o gerenciamento de riscos e estabelecem uma referência comum a todos aqueles que participam do desenvolvimento do sistema.

Nº	Riscos	Categoria	Prioridade	Probabilidade	Impacto	Responsáveis	Resolução	Estratégia
1	Dificuldade no aprendizado da linguagem de programação escolhida	Técnico	Muito Alta	Moderada	Dificuldade no andamento do projeto	Rebeka	Todos deverão estudar a linguagem e fornecer ajuda aos demais integrantes da equipe que estão com mais dificuldade no aprendizado	Compartilhar (pedir ajuda a terceiros para não influenciar no andamento do projeto)

2	Não aceitação do web site por parte dos usuários	Externo	Alta	Moderada	Desanimo da equipe e perda no foco	Rayane	Disponibilizar tutoriais para fácil navegação no site	Melhorar (melhor a interação do site com o usuário)
3	Dificuldade de comunicação com os stakeholders	Externo	Alta	Moderada	Dificuldade no andamento do projeto	Rita	Se comunicar através de canais que facilite, por exemplo e-mail e celular.	Evitar (Evitar ao máximo a falta de comunicação ao longo do projeto)
4	Problema na implementação do banco de dados.	Técnico	Muito Alta	Baixa	Dificuldade no andamento do projeto	Isadora	Encontrar um banco que melhor se adeque aos membros da equipe	Compartilhar (pedir ajuda a terceiros para não influenciar no andamento do projeto)
5	Impossibilidade de membros da equipe comparecerem as reuniões	Gestão de pessoas	Média	Baixa	Dificuldade no andamento do projeto	Rebeka	Realizar reuniões através de Skype, hangout ou outro canal de vídeo/áudio conferência.	Evitar (reuniões são imprescindíveis no sucesso do projeto)
6	Cronograma mal elaborado	Técnico	Alta	Baixa	Atraso dos resultados	Rebeka	Estar sempre revisando o cronograma do projeto a fim de identificar problemas o quanto antes	Melhorar (O cronograma pode ser modificado com o passar do projeto)
7	Conflito de ideias entre os membros da equipe	Gestão de pessoas	Média	Moderada	Perca no foco do projeto	Rebeka	Em caso de conflito, a decisão final prevalecerá a do Gerente de Projetos.	Mitigar (reduzir essa probabilidade de problemas)
8	Desistência de membros da equipe em continuar o projeto	Gestão de pessoas	Média	Baixa	Dificuldade no andamento do projeto	Rebeka, Ananda	Manter a equipe motivada, com conhecimento em toda área do projeto, além de recompensá-los a cada iteração entregue com sucesso	Transferir (passar para terceiros e pedir ajuda)

	Algum membro ficar doente.	Gestão de Pessoas	Média	Baixa	Dificuldade no andamento do projeto	Rebeka, Ananda	Ir regularmente ao médico e evitar doenças contagiosas se prevenindo.	Mitigar
9	Dificuldade de interagir o sistema com facebook	Técnico	Alta	Grande	Mudança de requisito do projeto	Ananda	Trocar os desafios por facebook para um ranking dentro do próprio site	Compartilhar (pedir ajuda a terceiros para não influenciar no andamento do projeto)
10	Não compreensão das correções que devem ser feitas nos documentos	Técnico	Alta	Moderado	Perca no foco	Rita	Procura de monitores e de pessoas experientes na área	Compartilhar (pedir ajuda a terceiros para não influenciar no andamento do projeto)
11	Perda de alguns documentos do projeto	Técnico	Alta	Baixa	Perda de dados	Rayane	Colocar todos os documentos na nuvem	Evitar (Prejudicaria muito na fluência do projeto)
12	Falta de infraestrutura para realizar o projeto	Técnico	Alta	Baixa	Grande	Rita	Usar aparelhos do Cin ou realizar atividades em conjunto	Mitigar (influenciaria na evolução do projeto)
13	Requisitos insatisfatórios	Técnico	Alta	Baixa	Não possuir requisitos suficientes para a construção do projeto	Rebeka	Averiguar o máximo de informações possíveis dos stakeholders para a composição do plano de projeto	Melhorar (Os requisitos devem estar satisfatório para todos os stakeholders)
14	Requisitos ambíguos ou confusos	Técnico	Muito Alta	Baixa	Confundir os stakeholders e conflitos entre os requisitos do projeto	Rebeka	Especificar ao máximo os requisitos para os stakeholders.	Melhorar (Deixar os requisitos mais específicos)

13. Glossário

Alzheimer: é uma doença neuro-degenerativa que provoca o declínio das funções intelectuais, reduzindo as capacidades de trabalho e relação social e interferindo no comportamento e na personalidade;

ANVISA: Agência Nacional de Vigilância Sanitária;

Apnéia do sono: é um distúrbio do sono potencialmente grave em que a respiração para e começa repetidamente. Pessoas com apneia obstrutiva do sono podem, inclusive, não estar cientes de que têm o problema;

Browsers: também conhecidos como “navegadores”, são programas de computador que permitem aos usuários a interagirem com a internet;

Colesterol: é uma substância gordurosa encontrada naturalmente no corpo. Tem o papel vital de manter cada célula do corpo funcionando adequadamente;

Distúrbios: anomalia funcional de um órgão ou de um sistema;

Django: é um framework web de alto nível escrito em python que estimula o desenvolvimento rápido e limpo;

Facebook: site de relacionamento web;

Feedback: significa realimentar ou dar resposta a um determinado pedido ou acontecimento;

Framework: é uma abstração que une códigos comuns entre vários projetos de software provendo uma funcionalidade genérica;

Glicose: é um monossacarídeo (açúcar simples) usado pelo organismo como principal fonte de energia para o corpo;

Glutamato monossódio: é o sal presente em todas as proteínas animais e vegetais;

Hábitos: comportamento que determinada pessoa aprende e repete frequentemente, sem pensar como deve executá-lo;

Hipercolesterolemia: se refere a um nível elevado de [LDL](#) (lipoproteína de baixa densidade) no sangue;

HTML5: é uma linguagem para estruturação e apresentação de conteúdo para a World Wide Web (www);

Insulina: é a hormona responsável pela redução da glicemia (taxa de glicose no sangue). É também essencial no consumo de carboidratos, na síntese de proteínas e no armazenamento de lipídios (gorduras);

Iterações: é o processo chamado na programação de repetição de uma ou mais ações;

JavaScript: é uma linguagem de programação baseada em scripts e padronizada pela ECMA International (associação especializada na padronização de sistemas de informação);

Layout: palavra inglesa que significa plano, arranjo, esquema, design, projeto;

Lipídios: também chamados de gorduras, são biomoléculas orgânicas compostas, principalmente, por moléculas de hidrogênio, oxigênio, carbono;

Login: autenticação interna em um sistema, o que permite o acesso do usuário no mesmo;

Mobile: palavra inglesa que significa móvel, e é utilizado, normalmente, para denominar telefone celular;

Parkinson: doença neurológica, crônica e progressiva que atinge o sistema nervoso central e compromete os movimentos;

Project Charter: é o termo de abertura do projeto, documento que autoriza formalmente o projeto. Concede ao gerente a autoridade para utilizar recursos da organização na execução das atividades do projeto;

Python: é uma linguagem de programação;

Requisitos: definição documentada de uma propriedade ou comportamento que um produto ou serviço particular deve atender;

Script: um texto com uma série de instruções escritas para serem seguidas, ou por pessoas em peças teatrais ou programas televisivos, ou executadas por um programa de computador;

Softwares: é uma sequência de instruções escritas, para serem interpretadas por um computador com o objetivo de executar tarefas específicas;

Stakeholders: qualquer pessoa ou organização que possui participações, ações ou investimentos e que possui interesse no projeto;

Web: palavra inglesa que significa teia ou rede. Com o aparecimento da internet passou a designar a rede que conecta computadores por todo mundo;

Windows: sistema operacional para computadores;