

# **TrackUp**

## **LOGO APLICACIÓN**

Trabajo realizado por:  
Álvaro Muñoz Panadero, alumno de 2º DAM

## ÍNDICE

1. Introducción.....	3
1.1 Presentación del proyecto.....	3
1.2 Objetivos del proyecto.....	4
2. Análisis de requerimientos.....	5
2.1 Identificación de necesidades y requerimientos.....	5
2.2 Identificación de público.....	7
2.3 Estudio de mercado y competencia.....	8
3. Diseño y planificación.....	10
3.1 Definición de la arquitectura del proyecto.....	10
3.2 Diseño de la interfaz de usuario.....	10
3.3 Planificación de tareas y los recursos necesarios.....	10
4. Implementación y pruebas.....	10
4.1 Desarrollo de las funcionalidades del proyecto.....	10
4.2 Pruebas unitarias y de integración.....	10
4.3 Corrección de errores y optimización del rendimiento.....	10
5. Documentación.....	10
5.1 Documentación técnica.....	10
5.2 Documentación de usuario final.....	10
5.3 Manual de instalación y configuración.....	10
6. Mantenimiento y evolución.....	10
6.1 Identificación de posibles mejoras y evolución del proyecto.....	10
6.2 Actualizaciones y mejoras futuras.....	10
7. Conclusiones.....	10
7.1 Evaluación del proyecto.....	10
7.2 Cumplimiento de objetivos y requisitos.....	10
7.3 Lecciones aprendidas y recomendaciones para futuros proyectos.....	10
8. Bibliografía/Webgrafía y referencias.....	11
8.1 Fuentes utilizadas para el proyecto.....	11

## **1. Introducción**

### **1.1 Presentación del proyecto**

En el mundo actual, cada vez más personas buscan maneras efectivas de mejorar su salud y bienestar a través de la adopción de hábitos saludables. Sin embargo, muchas veces el desafío radica en la constancia y el seguimiento de estos hábitos a lo largo del tiempo.

Este proyecto tiene como objetivo el desarrollo de TrackUp, una aplicación web diseñada para ayudar a los usuarios a establecer, monitorizar y mantener hábitos saludables de forma efectiva.

TrackUp proporciona a los usuarios una plataforma intuitiva que les permite registrar sus hábitos diarios, realizar un seguimiento de sus progresos y obtener estadísticas detalladas sobre su rendimiento a lo largo del tiempo. La aplicación está orientada a personas que buscan mejorar su calidad de vida mediante la implementación de prácticas saludables, como ejercicio físico, alimentación balanceada o descanso adecuado.

La funcionalidad de TrackUp incluye:

- Registro de hábitos: Los usuarios podrán añadir y seguir múltiples hábitos saludables, con la opción de personalizar cada uno según sus necesidades.
- Seguimiento diario: La aplicación permitirá a los usuarios registrar sus actividades diarias, garantizando de esta manera un seguimiento continuo.
- Estadísticas y gráficos: Los usuarios podrán visualizar su progreso mediante estadísticas y gráficos detallados, lo que les permitirá evaluar su evolución con dichos hábitos a lo largo del tiempo.

A través de la aplicación se pretende ofrecer a los usuarios las herramientas necesarias para fomentar la disciplina, motivación y compromiso con su salud. Al hacer el progreso de seguimiento más accesible e interactivo, se intenta facilitar el cambio de hábitos y la adopción de una vida más saludable.

Este proyecto busca no solo mejorar la adopción de hábitos saludables, sino también proporcionar un espacio de reflexión y análisis para que sean los propios usuarios los que puedan evaluar su propio progreso y ajustar sus objetivos dependiendo de sus necesidades y de cómo vayan progresando con los mismos.

## **1.2 Objetivos del proyecto**

El objetivo principal que se busca con el desarrollo de esta aplicación es ayudar a los usuarios a adoptar y mantener hábitos saludables a lo largo del tiempo. A través de TrackUp, lo que se busca es ofrecer una herramienta sencilla e intuitiva que permita a los usuarios registrar, seguir y mejorar sus hábitos diarios. Los objetivos de este proyecto son los siguientes:

- **Desarrollar una plataforma intuitiva:** Se creará una interfaz fácil e intuitiva que permita a los usuarios registrar los hábitos de una manera rápida, accesible e intuitiva. La aplicación debe ser amigable para todo tipo de público, independientemente de su nivel de familiaridad con la tecnología.
- **Implementar un sistema de seguimiento diario:** Se permitirá a los usuarios que registren su progreso de una manera eficiente, facilitando la constancia de los hábitos y ofreciendo una forma simple de ver cómo avanzar en su camino hacia una vida más saludable y con unos buenos hábitos establecidos.
- **Generar estadísticas y análisis:** Desarrollar una funcionalidad que permita a los usuarios poder visualizar estadísticas detalladas y gráficos acerca de su rendimiento y constancia en el desarrollo de sus hábitos. Esto ayudará a los usuarios a identificar patrones, evaluar su propio progreso y poder ver cómo pueden mejorar.
- **Fomentar la motivación y el compromiso:** Crear una aplicación que inspire a los usuarios a ser constantes y comprometidos con sus objetivos de salud. La aplicación pretende promover y proyectar una actitud de disciplina hacia el usuario de la misma.
- **Adaptabilidad a diferentes tipos de hábitos:** Ofrecer la posibilidad de personalizar los hábitos que el usuario desea seguir, abarcando una amplia variedad de áreas como ejercicio físico, alimentación, descanso, meditación...
- **Desarrollar una experiencia de usuario atractiva:** Asegurar que la aplicación no sea solamente funcional, sino también atractiva visualmente (e intuitiva, claro), creando así al usuario una experiencia que los motive a interactuar con ella de forma diaria y así logren mantener constancia a la hora de llevar a cabo sus hábitos saludables.
- **Recoger feedback de los usuarios:** Implementar una forma sencilla para que los usuarios puedan proporcionar retroalimentación acerca de la aplicación, lo cuál nos podrá permitir saber en qué cosas podemos mejorar y qué necesidades reales tienen nuestros usuarios.

El cumplimiento de estos objetivos permitirá no solo crear una herramienta útil y efectiva, sino también generar un impacto positivo en la vida diaria de los usuarios de la aplicación, ayudándoles a alcanzar sus metas de salud y bienestar.

## **2. Análisis de requerimientos**

### **2.1 Identificación de necesidades y requerimientos**

Para llevar a cabo el desarrollo de TrackUp, es fundamental identificar tanto las necesidades del público objetivo como los requerimientos funcionales que permitirán cumplir con los objetivos del proyecto. Esta sección de la documentación recoge dichas necesidades y las traduce en características concretas que la aplicación implementará.

Necesidades detectadas:

- Seguimiento personalizado de hábitos personales: Los usuarios necesitan una forma sencilla y flexible de registrar sus propios hábitos, ajustados a sus metas personales.
- Motivación y constancia: Es normal que las personas abandonen sus hábitos saludables por falta de seguimiento o por pérdida de motivación. Es por ello que se necesita una herramienta que les permita ser constantes en el desarrollo de los mismos,
- Visualización del progreso: A los usuarios les motiva ver cómo están evolucionando con el tiempo, lo cuál les ayudará a ser más constantes y a estar más motivados por mantener sus hábitos en el tiempo.
- Simplicidad y facilidad de uso: La aplicación debe ser intuitiva y accesible para todo el mundo sin importar su experiencia tecnológica.
- Privacidad y seguridad: Es necesario asegurar la confidencialidad de los datos personales de los usuarios que hacen uso de nuestra aplicación.

Requerimientos funcionales:

- Registro e inicio de sesión para los usuarios
- Registro y edición de hábitos personalizados
- Edición o eliminación de hábitos existentes
- Seguimiento diario con casillas o marcadores de cumplimiento
- Sistema de estadísticas y gráficos (por semana, mes, etc.)
- Posibilidad de marcar hábitos como completados o fallidos (o en proceso)
- Interfaz atractiva
- Perfil para guardar el progreso individual de cada usuario

Requerimientos no funcionales:

- Rendimiento: La aplicación debe ser rápida y responder sin muchas demoras
- Seguridad: Se deben proteger los datos personales del usuario, ya que se almacenarán todos sus registros de hábitos y demás.

- Escalabilidad: El diseño debe permitir agregar nuevas funcionalidades a futuro (como retos, sistema de puntos, etc.)
- Accesibilidad: La aplicación deberá poder ser usada por personas con distintas capacidades y niveles de experiencia con la tecnología

## **2.2 Identificación de público**

Para asegurar el éxito de TrackUp, es fundamental definir claramente a qué tipo de usuario va destinada dicha aplicación. Conocer las características, necesidades y hábitos del público objetivo permitirá adaptar el diseño, funcionalidad y experiencia del usuario de una forma óptima.

La aplicación está pensada para un público general, con especial enfoque en aquellas personas que:

- Desean mejorar su estilo de vida: Usuarios interesados en llevar una vida más saludable a través de la organización y el seguimiento de sus hábitos de forma diaria.
- Tienen metas personales específicas: Personas que quieren adquirir o mantener hábitos como hacer ejercicio, beber más agua, dormir mejor, leer, meditar, reducir el tiempo de uso de las pantallas...
- Buscan herramientas de organización personal: Usuarios aficionado a la productividad personal y al desarrollo personal.
- Valoran la visualización del progreso: Personas que se sienten más gratificadas y motivadas al ver los datos, estadísticas o gráficos acerca de su progresión.
- Tienen entre 14 y 45 años, siendo este el rango más común en el uso de aplicaciones web y móviles de estilo de vida y salud (buscar información que corrobore este dato).
- Poseen conocimientos básicos de tecnología y están algo familiarizados con el uso de smartphones o similares.

Perfil de usuario ideal: cualquier persona que busque mejorar en algún aspecto de su vida y quiera llevar un registro de su progreso.

Ejemplo de usuarios potenciales:

- Estudiantes que quieren organizarse mejor y mantener una rutina saludable durante el curso
- Trabajadores que buscan equilibrar su vida profesional y personal con hábitos saludables
- Personas que inician un cambio de estilo de vida (dieta, deporte, descanso, etc.)
- Usuarios con metas concretas como leer más, dejar de fumar, meditar todos los días...

## **2.3 Estudio de mercado y competencia**

Antes de empezar a desarrollar una aplicación es importante analizar el mercado actual y conocer las alternativas ya existentes. Este estudio permite identificar oportunidades de mejora, detectar necesidades no cubiertas y definir un enfoque único que diferencie TrackUp de la competencia.

En los últimos años, ha habido un aumento significativo en el uso de aplicaciones móviles relacionadas con la salud, el bienestar y la productividad personal. Este crecimiento se debe a:

- Mayor concienciación de la población acerca de la importancia de los hábitos personales.
- Popularización de los retos de 21/30 días y autoayuda.
- Interés en mejorar la organización personal y reducir el estrés diario.
- Uso creciente de herramientas digitales para el desarrollo personal.

Este contexto crea un entorno favorable para lanzar una aplicación enfocada en el seguimiento de hábitos, especialmente si dicha aplicación es intuitiva, atractiva y ofrece un valor real al usuario.

A continuación, se presentan algunas de las alternativas de las aplicaciones más populares actualmente en el mercado:

<b>Nombre</b>	<b>Características destacadas</b>	<b>Puntos fuertes</b>	<b>Puntos débiles</b>
<b>Habitica</b>	Seguimiento de hábitos gamificado, estilo RPG	Muy motivadora y con una comunidad activa	Puede resultar un poco compleja para algunos usuarios
<b>Habit</b>	Aplicación minimalista y sencilla	Interfaz clara y sin distracciones	Opciones limitadas de personalización
<b>Fabulous</b>	Enfoque científico y rutinas guiadas	Diseño atractivo y consejos diarios	Muchas opciones vienen solamente en la opción de pago
<b>Loop Habit Tracker</b>	Aplicación gratuita y Open Source	Muy personalizable y sin anuncios	Diseño simple, sin sincronización online
<b>Done</b>	Seguimiento positivo de los hábitos	Ideal para objetivos diarios	Limitada solamente a usuarios de iOS



Oportunidades detectadas:

- Diseño intermedio entre lo visualmente atractivo y lo minimalista para no abrumar al usuario.
- Mayor personalización de los hábitos y rutinas que otras aplicaciones que son más rígidas.
- Aplicación gratuita, evitando así barreras de entrada y haciendo que más usuarios se quieran decantar por nuestra aplicación.
- Estadísticas motivadoras y claras, sin necesidad de una excesiva complejidad.
- Enfoque en hábitos saludables variados (no solamente en dieta o ejercicio).

Por lo tanto, TrackUp busca combinar lo mejor de ambos mundos; una interfaz limpia y funcional con suficientes opciones para adaptarse a diferentes tipos de usuarios, sin caer en la sobrecarga de funciones ni depender de pagos para lo esencial. La clave está en ofrecer simplicidad, motivación y personalización.

### **3. Diseño y planificación**

#### **3.1 Definición de la arquitectura del proyecto**

#### **3.2 Diseño de la interfaz de usuario**

#### **3.3 Planificación de tareas y los recursos necesarios**

### **4. Implementación y pruebas**

#### **4.1 Desarrollo de las funcionalidades del proyecto**

#### **4.2 Pruebas unitarias y de integración**

#### **4.3 Corrección de errores y optimización del rendimiento**

### **5. Documentación**

#### **5.1 Documentación técnica**

#### **5.2 Documentación de usuario final**

#### **5.3 Manual de instalación y configuración**

### **6. Mantenimiento y evolución**

#### **6.1 Identificación de posibles mejoras y evolución del proyecto**

#### **6.2 Actualizaciones y mejoras futuras**

### **7. Conclusiones**

#### **7.1 Evaluación del proyecto**

#### **7.2 Cumplimiento de objetivos y requisitos**

#### **7.3 Lecciones aprendidas y recomendaciones para futuros proyectos**

## **8. Bibliografía/Webgrafía y referencias**

### **8.1 Fuentes utilizadas para el proyecto**

<https://www.choosingtherapy.com/best-online-therapy-platforms-that-take-insurance/>

<https://www.choosingtherapy.com/joon-app-review/>

<https://www.choosingtherapy.com/best-mindfulness-apps/>

<https://www.choosingtherapy.com/best-adhd-apps/>

<https://crm.org/news/habitify-review>

<https://www.xataka.com/basics/14-mejores-aplicaciones-monitorizar-tus-nuevos-habitos-android-iphone>

