Glossario

|  |  |
| --- | --- |
| Termine | Significato e caratteristiche |
| Versione standard Versione gratuita | Versione del programma che impone le seguenti limitazioni:   * Gestire al massimo un profilo utente * Non è possibile modificare i campi obiettivo, formula del peso forma e preferenze alimentari del profilo * Non è possibile scegliere la tipologia di dieta * Non è possibile scegliere piatti alternativi |
| Versione premium  Versione a pagamento | Versione del programma senza le limitazioni della versione standard. |
| Utente Utilizzatore | Persona che utilizza l’applicativo e che, dopo essersi autenticato, può interagire con esso.  Può fare le seguenti azioni:   * Visualizzare, modificare, aggiungere e cancellare un profilo utente * Estendere la versione del prodotto |
| Profilo utente | Una descrizione completa delle caratteristiche rilevanti di un utilizzatore composta da scheda anagrafica e fisiologica, obiettivo, formula da utilizzare per il calcolo del peso forma e preferenze alimentari. |
| Scheda anagrafica e fisiologica | Contenitore delle informazioni necessarie per il calcolo della dieta inserite dall’utente all’atto della creazione di un nuovo profilo. Comprende:   * Nome * Cognome * Data di nascita * Peso (espresso in Kg) * Altezza (espresso in cm) * Sesso * Ore di lavoro settimanale * Carico lavorativo * Ore di attività sportiva settimanale * Carico sportivo |
| Obiettivi | Ciò che l’utente desidera ottenere tramite la dieta. Per ogni obiettivo è prevista una dieta di default indicata tra parentesi. Sono previsti gli obiettivi di:   * Mantenimento peso (dieta a kcal) * Dimagrimento (dieta a kcal) * Aumento massa muscolare (dieta a kcal) * Definizione muscolare (dieta a kcal) |
| Preferenze Alimentari | Ingredienti da escludere dal calcolo della dieta |
| Carico sportivo | Carico dell’attività sportiva indicato su una scala di valori da 1 a 5 dove 1 indica attività a bassa intensità e 5 indica l’estremo opposto.  (esempio: Yoga – 1, Calcio – 3, Triathlon – 5) |
| Carico lavorativo | Carico lavorativo indicato su una scala di valori da 1 a 5 dove 1 indica lavoro di scrivania e 5 indica lavoro manuale intenso.  (esempio: Impiegato – 1, Commesso – 3, Muratore - 5) |
| Gestione profilo utente | Operazione generica di accesso a un profilo utente al fine di visualizzarlo, modificarlo, cancellarlo oppure crearne uno nuovo. |
| Compilazione profilo utente | Operazione di riempimento di tutti i campi di un profilo utente. |
| Visualizzazione profilo utente | Operazione di visualizzazione di un profilo utente. Contestualmente viene visualizzato il peso forma calcolato utilizzando la formula indicata nel profilo utente. |
| Modifica profilo utente | Operazione di modifica dei dati del profilo utente. |
| Creazione profilo utente | Operazione di creazione di un nuovo profilo utente. Durante la creazione è necessario effettuare la compilazione del nuovo profilo. |
| Cancellazione profilo utente | Operazione di rimozione di un profilo utente dal sistema. |
| Estensione della versione Upgrade | Operazione di upgrade della versione del software. Prevede l’inserimento di un codice di attivazione da parte dell’utente in seguito alla validazione del quale vengono sbloccati i servizi aggiuntivi. Il codice viene comunicato all’utente esternamente al sistema. Le licenze sono permanenti. |
| Dieta Menù settimanale | Programma settimanale dei pasti. Ogni giorno prevede una serie di pasti diversi a diversi orari. |
| Visualizzazione della dieta corrente | Stampa a video del menù settimanale. |
| Scelta di una tipologia di dieta | Scelta dell’algoritmo di calcolo di una dieta. |
| Calcolo di una dieta | Operazione di formulazione di un menù settimanale per un utilizzatore in base ai dati inseriti in un profilo utente tramite un algoritmo di calcolo della dieta |
| Algoritmo di calcolo di una dieta Tipologia di dieta | Strumento proprietario fornito dall’azienda atto al calcolo di un menù settimanale sulla base di un profilo utente dato. Fornisce inoltre la possibilità di trovare un piatto equivalente ad uno dato in base alla logica specifica del tipo di dieta. |
| Algoritmo del peso forma | Strumento di calcolo del peso forma di un utente a partire dal suo profilo. |
| Visualizzazione del pasto successivo | Servizio di visualizzazione del pasto successivo previsto dal menù settimanale. |
| Scelta di un piatto alternativo | Operazione di sostituzione di un piatto all’interno di un pasto con uno ad esso equivalente. L’equivalenza dipende dal tipo di dieta. |
| Ingrediente | Elemento costitutivo base di un piatto. |
| Piatto | Composto da un elenco di ingredienti e associato ad un apporto nutrizionale basato su 100gr di prodotto alimentare. |
| Valori Nutrizionali | Quantità di Calorie, proteine, carboidrati, grassi su cui basarsi per il calcolo della dieta |
| Pasto | Insieme di uno o più piatti, ognuno con un quantitativo in grammi e da consumare all’orario specificato. |