

# Trabalho Final

## Fundamento de Banco de Dados

**Professora Livia Almada**

**Grupo:**



**Aplicação:** Aplicativo de bem-estar físico e mental focado em Alongamentos Musculares, Meditações Guiadas e Yoga.

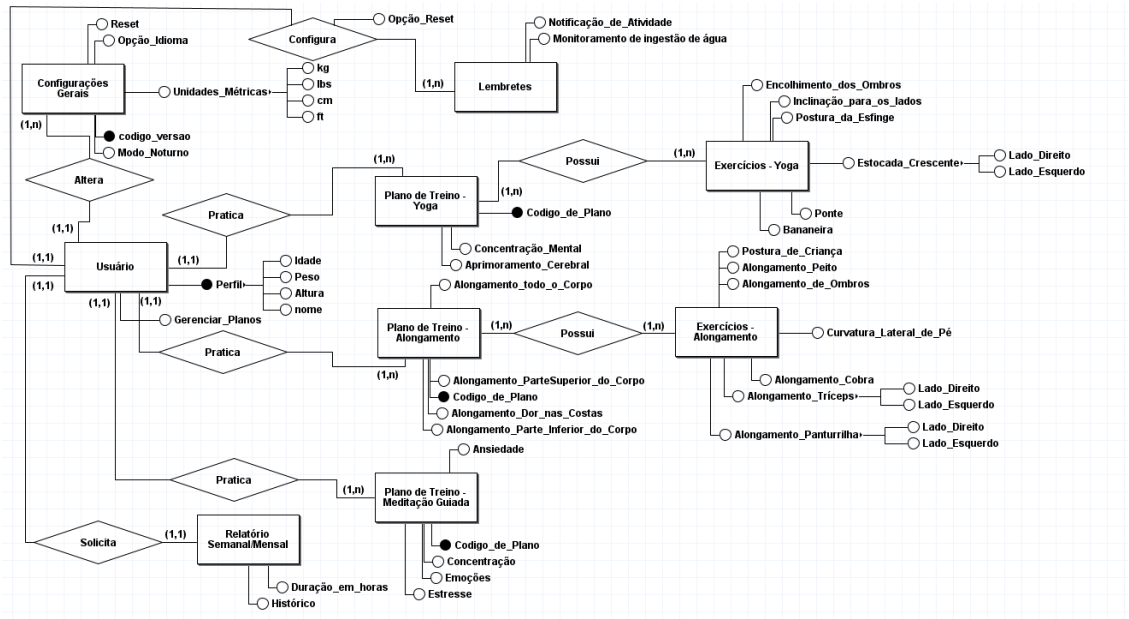
### **Descrição:**

O trabalho apresenta um banco de dados e uma breve aplicação de saúde e bem-estar mental, com exercícios de Yoga e Meditações Guiadas, além de exercícios de Alongamentos Musculares. O usuário tem liberdade para praticar qualquer um dos planos disponíveis na aplicação, podendo também gerenciar seu desempenho semanal, conferindo a quantidade de horas em que se exercitou naquela semana e as observações que foram lidas foram dadas através do histórico. Os dados foram armazenados em um banco no utilizando PostgreSQL através do PgAdmin4, e uma implementação em Java utilizando o padrão de projeto DAO.

### **Requisitos:**

- Gerar Relatório semanal/mensal de atividades feitas
- Monitorar ingestão de água do usuário
- Lista de Exercícios de Alongamentos Prontos
- Lista de Meditações Guiadas Prontas
- Lista de Exercícios de Yoga Prontos
- Definir lembretes para as atividades
- Definir configurações
- Gerenciar Planos de Treinos

## Modelo de Diagrama Utilizado:



O modelo do diagrama apresenta o usuário como principal objeto na aplicação, basicamente quase tudo está relacionado a ele, as configurações da aplicação, os planos de exercícios e meditações e relatórios semanais.