

# Manual de usuario – WellnesTrack

## 1. Instalación de la aplicación

La instalación de este proyecto esta completamente definida y explicada en el archivo README.md en el que se encuentra todo el contenido del proyecto.

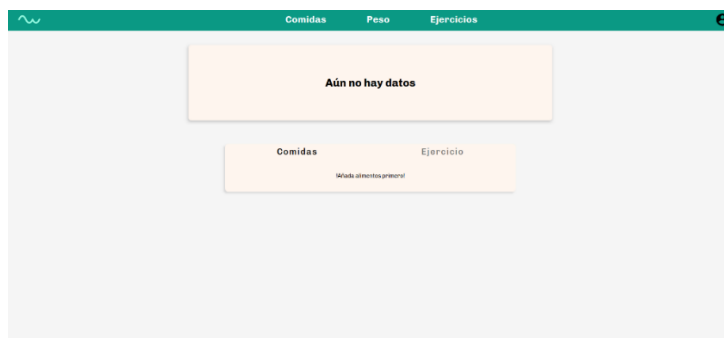
Enlace repositorio [WellnessTrack-completo](#).

## 2. Uso de la aplicación

Este manual esta hecho para poder proporcionar una guía al usuario final de la web creada y que este tenga una experiencia completa y de forma correcta.

Iniciaremos en la pantalla de inicio, con la zona de la grafica indicando que no tenemos datos guardados, por defecto nos saldrá el tabs seleccionado en Comidas y este nos dirá debemos añadir alimentos para que se muestren.

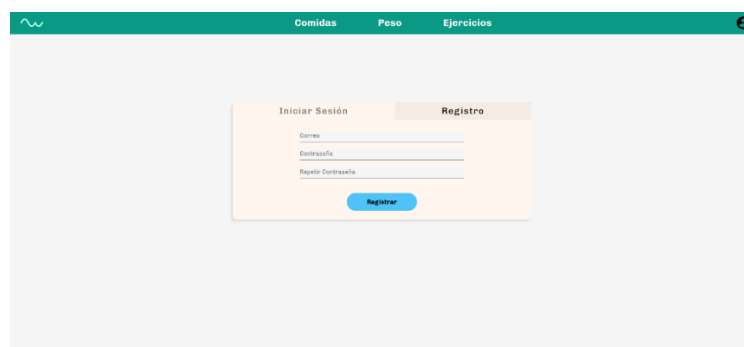
Si cambiásemos el tabs a Ejercicio, veremos un mensaje similar.



**Imagen 1: Página de inicio**

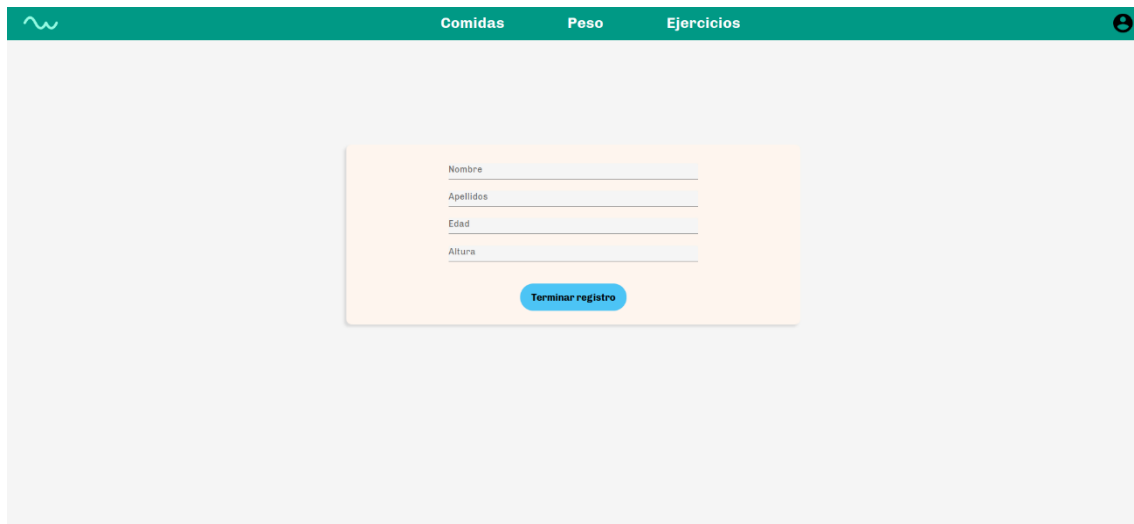
El siguiente paso sería irnos al login, que esta en el icono que se ve en la esquina superior derecha.

Aquí nos saldrá por defecto el formulario de "Iniciar sesión", deberemos cambiarnos a "Registro", después deberemos rellenar el formulario que vemos y pulsar en el botón azul de "Registrar".



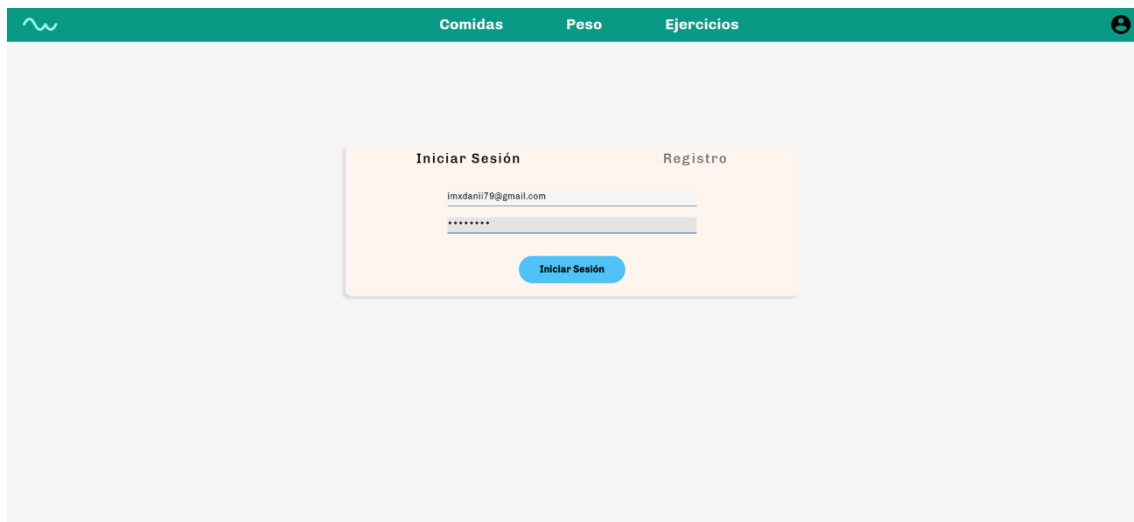
**Imagen 2: Pagina de login/registro, opción de "Registro"**

Este formulario nos llevara al siguiente paso, que consiste en otro formulario para rellenar datos personales, rellenamos los campos con nuestros datos y pulsamos en el botón "Terminar registro".

A screenshot of a web application interface. At the top, there is a dark green header bar with a white wavy logo on the left, and three white navigation links: "Comidas", "Peso", and "Ejercicios". On the far right of the header is a small circular icon with a white plus sign. The main content area has a light gray background. In the center, there is a white rectangular form with a light orange border. Inside the form, there are four input fields stacked vertically, labeled "Nombre", "Apellidos", "Edad", and "Altura". Below these fields is a blue button with white text that says "Terminar registro".

**Imagen 3: Formulario registro datos personales.**

Al terminar, nos llevara de vuelta al inicio mostrándonos un mensaje que nos indica que ya podemos iniciar sesión, al igual que antes nos vamos formulario e iniciamos sesión con el correo y contraseña puestos anteriormente. Esto nos llevara ahora a nuestro perfil.

A screenshot of a web application interface, similar to the previous one. It has the same dark green header with the wavy logo, navigation links "Comidas", "Peso", and "Ejercicios", and a circular icon. The main content area is light gray. In the center, there is a white rectangular form with a light orange border. At the top of the form, there are two tabs: "Iniciar Sesión" (which is active) and "Registro". Below the tabs, there are two input fields: the first one contains the email address "lmsdani7@gmail.com" and the second one contains a masked password "\*\*\*\*\*". Below these fields is a blue button with white text that says "Iniciar Sesión".

**Imagen 4: Pagina de login/registro, opción de "Iniciar Sesión"**

Aquí vemos los datos que rellenamos antes y dos nuevos, los cuales consisten en el objetivo que tendremos, subir peso, perder peso o lo que queramos, y otro nuevo que consiste en el peso objetivo.

Nombre	Altura
Daniel	175
Apellidos	Objetivo
Martin	null
Correo	Peso objetivo
mxddani79@gmail.com	-1

Cerrar Sesión

**Imagen 4: Perfil**

Si hacemos clic en el lápiz que vemos a la derecha de cada dato podremos editarlo, viendo el siguiente formulario que debemos rellenar con el nuevo valor que queramos darle.

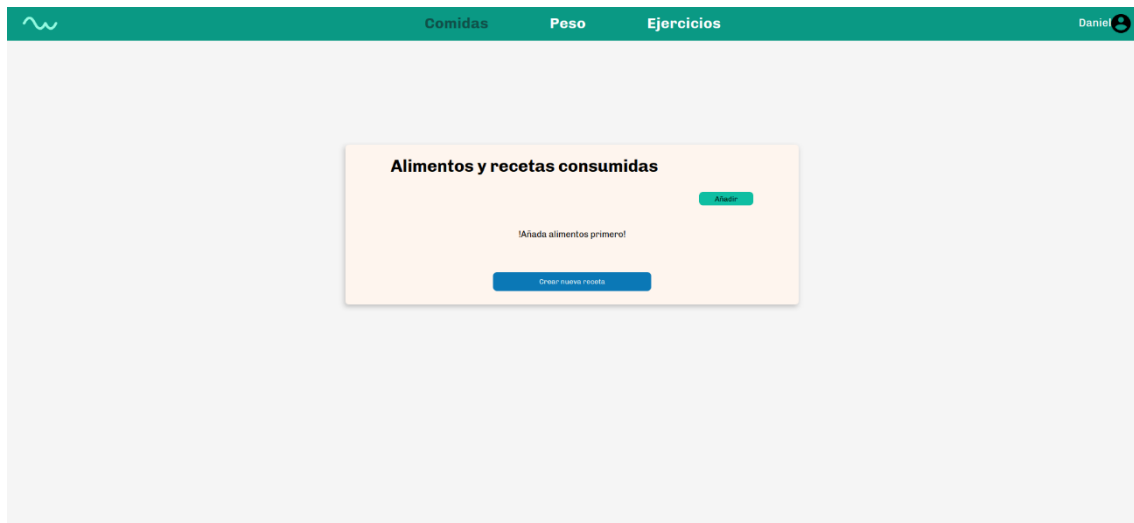
Valor actual  
null

Introduce el nuevo valor  
Perder peso

Cancelar Guardar

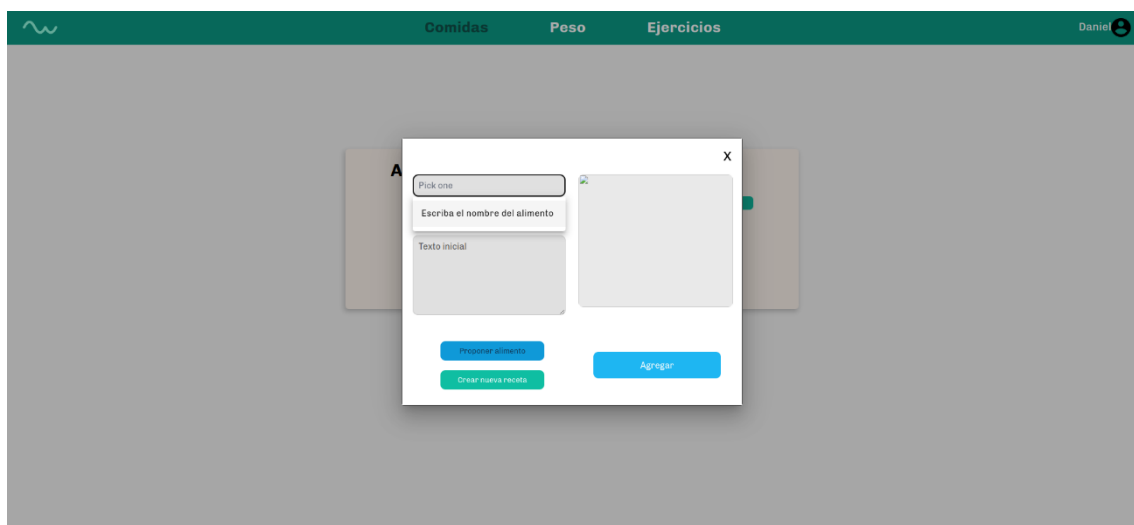
**Imagen 5: Popup editar dato personal**

Ahora nos iremos por ejemplo al apartado "Comidas" que tenemos en la barra superior, aquí veremos un mensaje que nos indica que añadamos un alimento consumido, vamos a hacerlo.



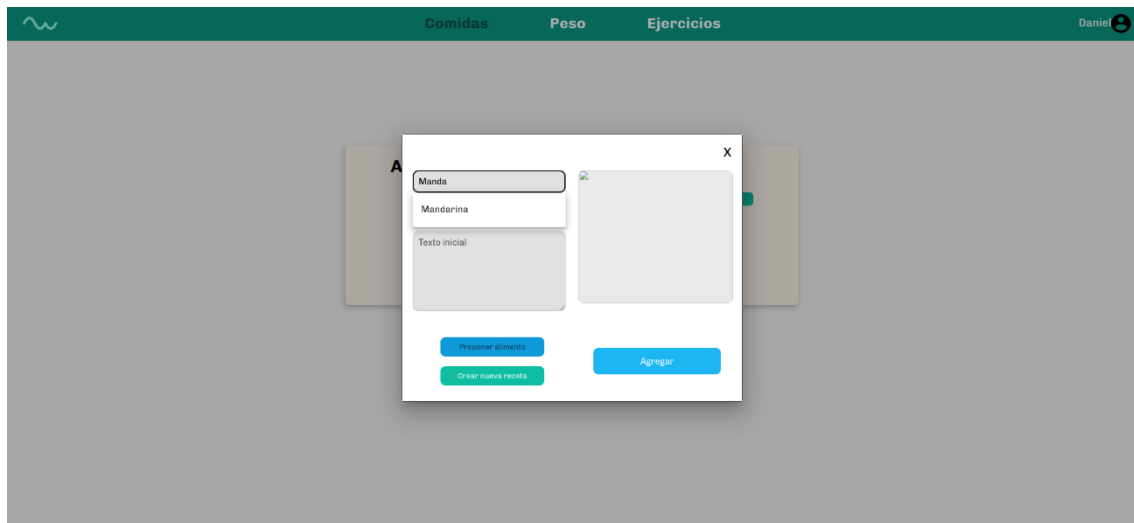
**Imagen 6: Pagina home de Comidas**

Nos saldrá el siguiente formulario donde deberemos escribir en el campo en el que estamos al entrar el nombre del alimento.



**Imagen 7: Popup agregar alimento consumido**

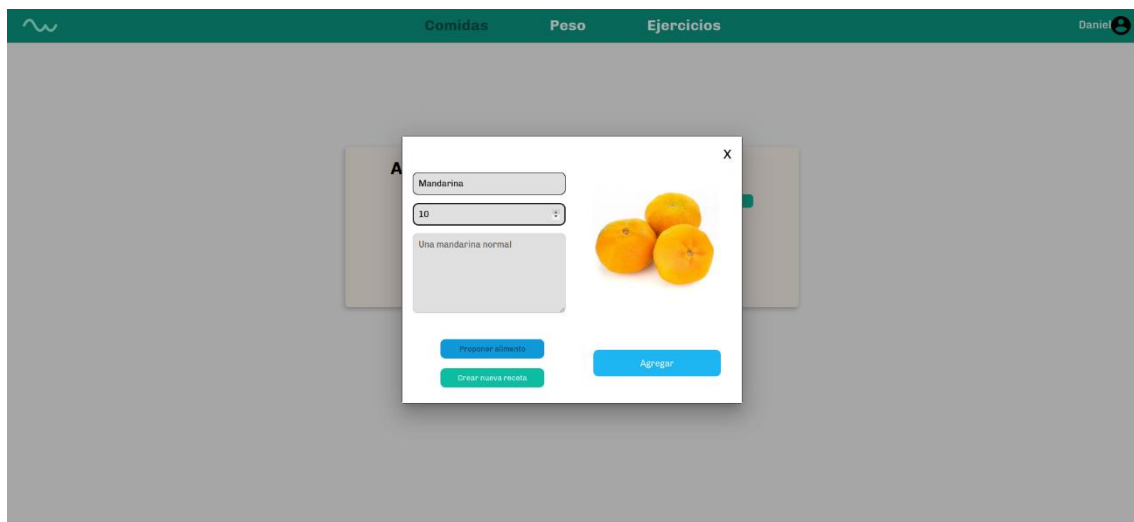
Como muestro aquí, conforme escribamos se irán mostrando las diferentes opciones que tenemos.



**Imagen 8: Popup agregar alimento consumido, con alimento escrito**

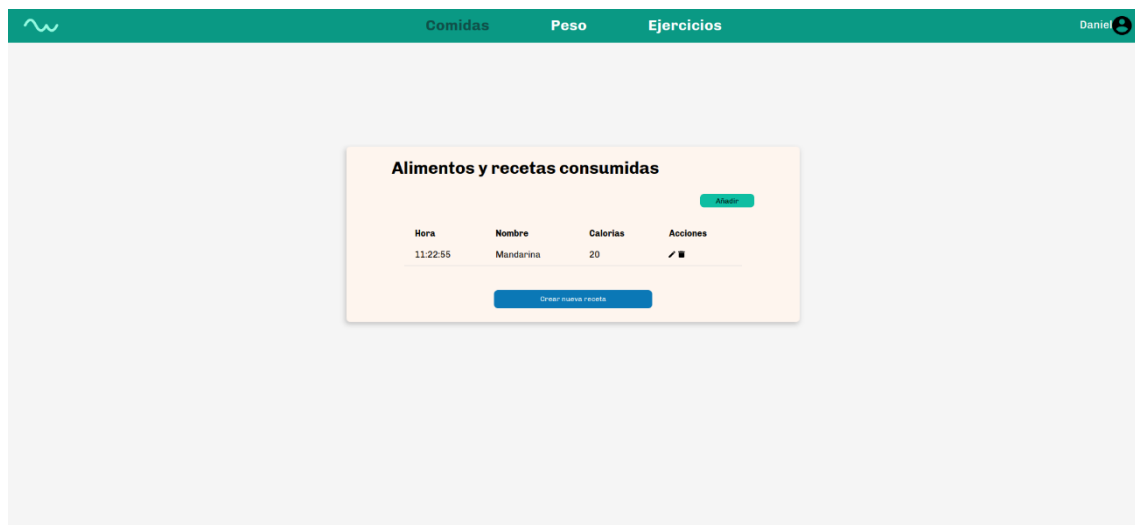
Al seleccionar una opción, se nos mostrará la fotografía del alimento a la derecha y se nos escribirá la descripción del alimento a la izquierda.

Una vez rellenamos la cantidad en gramos que hemos consumido, podremos darle a "agregar" para guardar esta consumición.



**Imagen 9: Popup agregar alimento consumido, información rellenada**

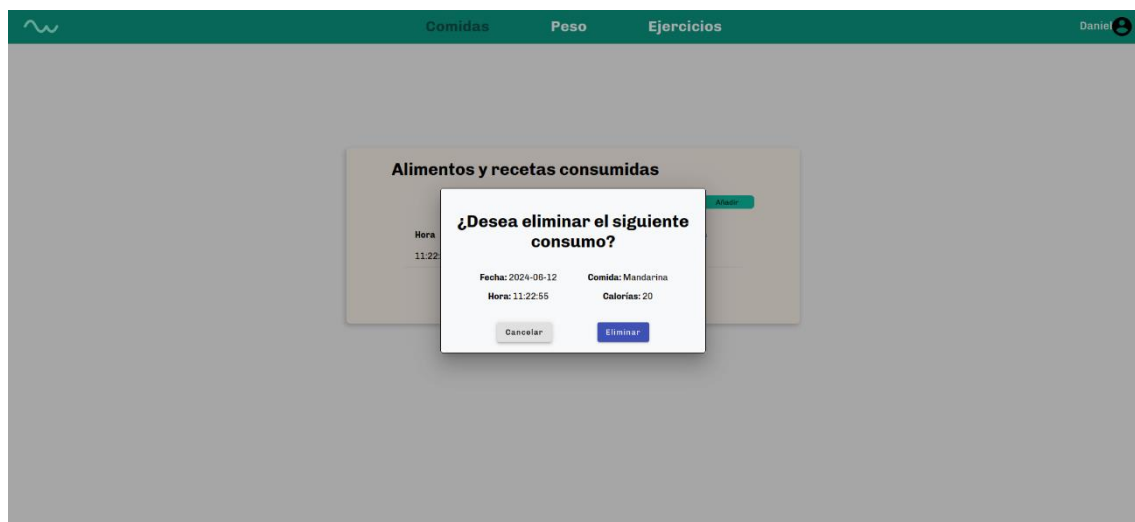
Esto hará que donde antes veíamos un mensaje que nos indicaba que añadiéramos alguna consumición ahora veamos una tabla donde se nos muestra la información de los alimentos consumidos hoy.



**Imagen 10: Comidas home con datos mostrados**

En esta tabla tenemos dos opciones, desafortunadamente la opción de editar no está disponible por lo que la única opción funcional que podremos hacer sobre un alimento que hemos agregado es eliminarlo, esto lo haremos con el icono de papelera que tenemos en la columna de acciones.

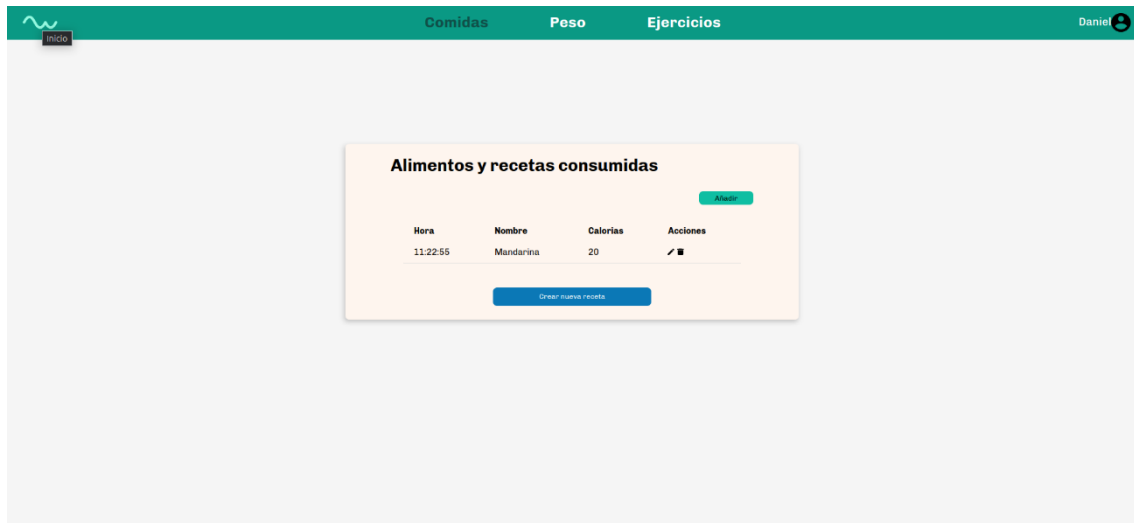
Lo que hará que nos salga el siguiente formulario con los datos que queremos borrar, si hacemos clic en "Eliminar" borraremos la entrada.



**Imagen 11: Popup eliminar alimento consumido**

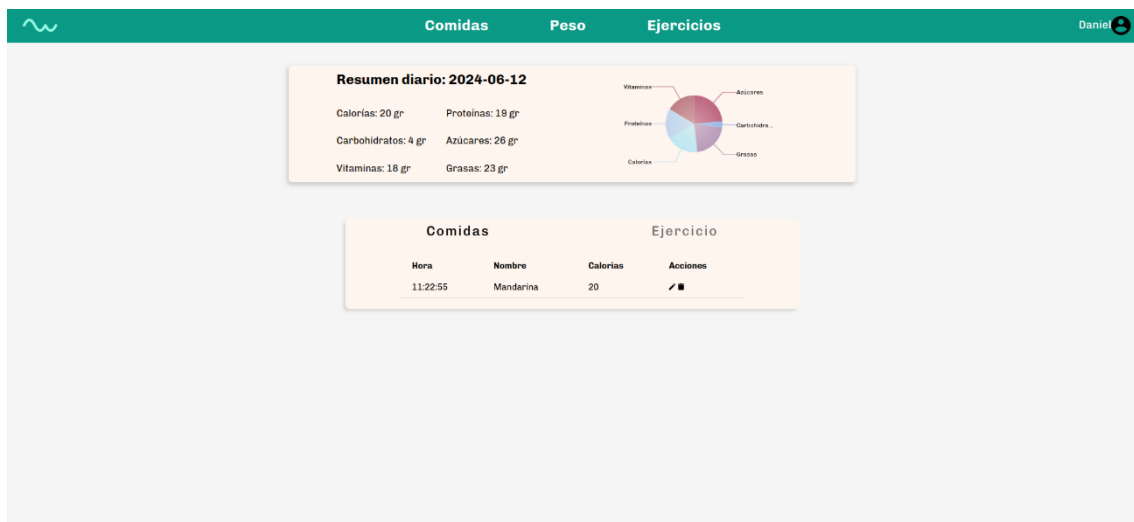
En mi caso para esta demostración no la borraremos.

Ahora volveremos a la pagina de inicio, para ello haremos uso del logo de la pagina que vemos en la esquina superior izquierda.



**Imagen 12: Comidas home, mostrando como ir a inicio**

Ahora en la pagina de inicio veremos que ya se nos muestra la grafica con los diferentes valores nutricionales que hemos consumido y mas abajo la tabla de alimentos consumidos del día.

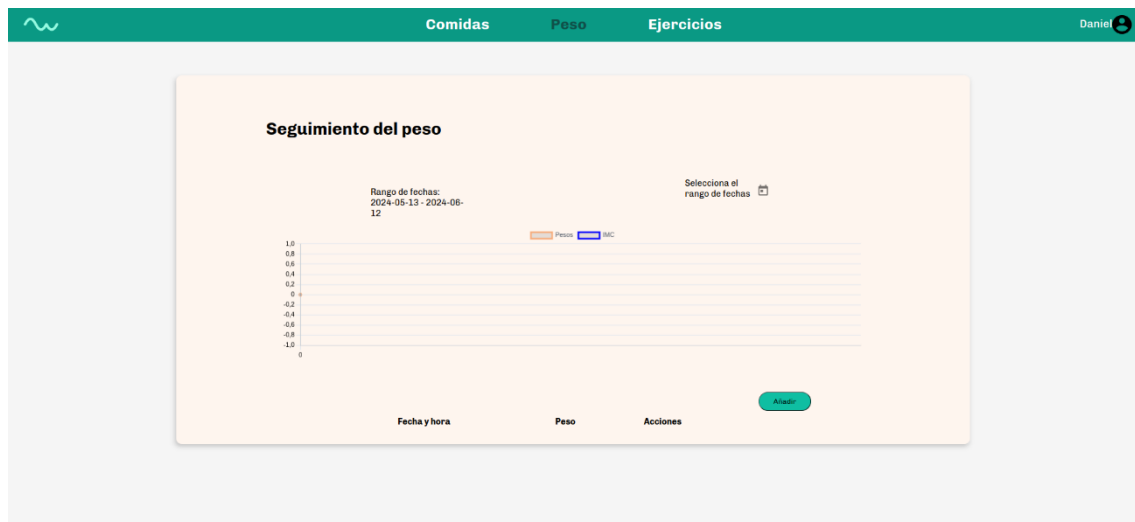


**Imagen 13: Pagina de inicio, con información a mostrar**



Para la última parte nos iremos a la parte de "Peso", haciendo uso de la barra de navegación que tenemos en la parte superior.

Aquí veremos la grafica sin datos y más debajo de la misma forma la tabla que pesos.



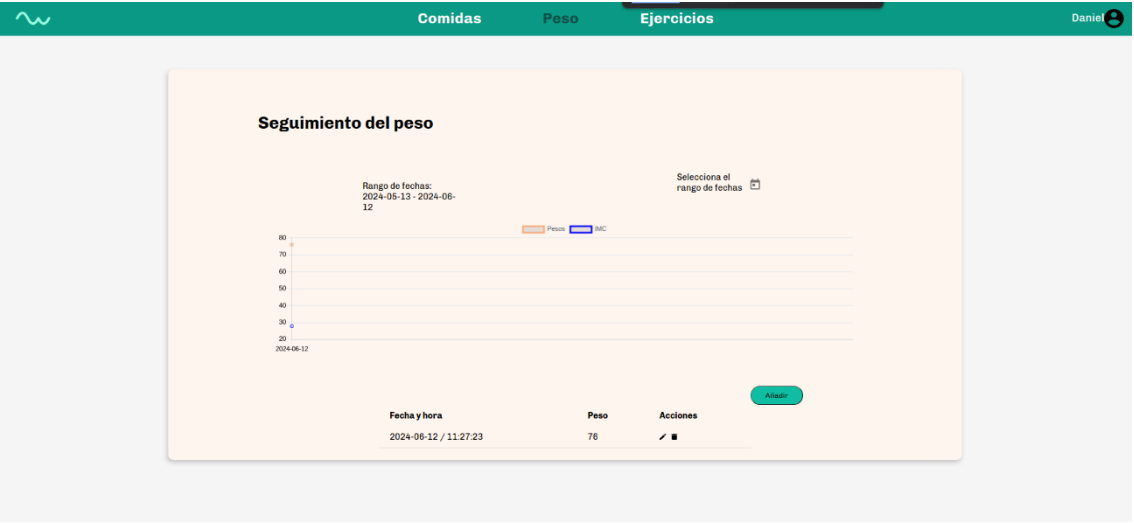
**Imagen 14: Pagina home de Peso, sin información**

Si hacemos uso del botón que de añadir veremos el siguiente formulario donde podemos registrar el peso que tenemos en el momento.

The screenshot shows the same 'Seguimiento del peso' page as before, but with a modal form open. The modal is titled 'Introduce tu nuevo peso' and has a close button (X) in the top right corner. It contains a date and time selector showing 'Fecha: 2024-06-12' and 'Hora: 11:27:23'. There is a text input field for 'Peso' and a blue 'Guardar' button at the bottom. The background of the page is dimmed.

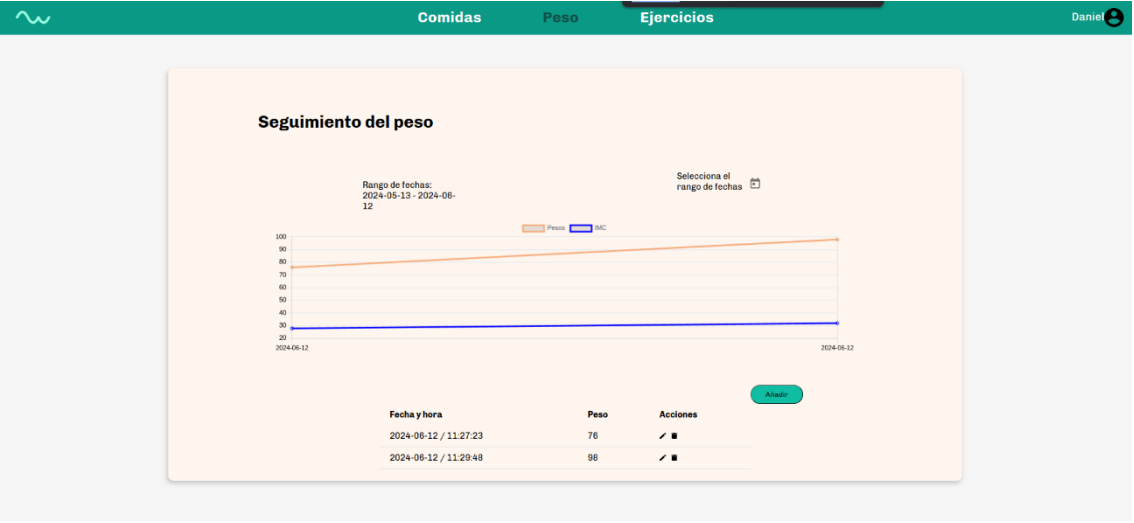
**Imagen 15: Popup registrar un nuevo peso**

Una vez guardemos el peso, la grafica y la tabla se nos actualizaran con el peso que hemos introducido.



**Imagen 16: Pagina home de peso, con información**

Este proceso lo podemos realizar las veces que queramos, la gráfica se ira actualizando conforme lo vayamos haciendo y se irán mostrando los datos.



**Imagen 17: Pagina home peso, muestra funcionamiento de la grafica**

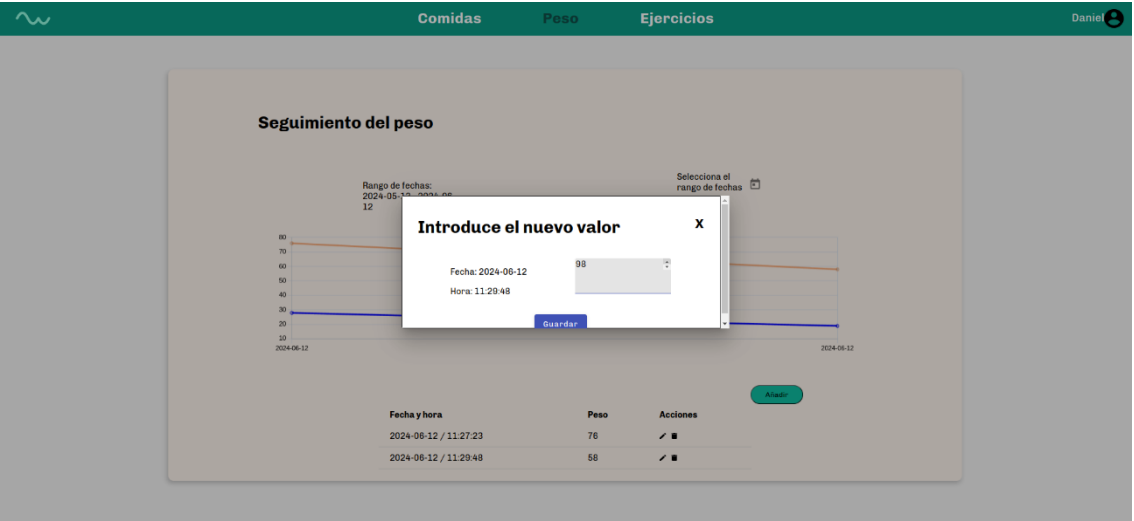
Lo siguiente que podremos hacer es eliminar el peso con el icono de la papelear que tenemos en cada entrada de la tabla, esto nos mostrara el siguiente Popup. Como es de entender, si hacemos uso del botón de eliminar esta entrada se eliminará.



**Imagen 18: Popup eliminar peso registrado**

Aquí sí que podremos hacer uso del botón de editar, lo que nos mostrara el siguiente formulario.

Aunque sea similar al anterior veremos que los datos de la fecha y hora corresponden con los de una entrada existente, es decir, estamos editando la entrada.



**Imagen 19: Popup editar peso registrado**

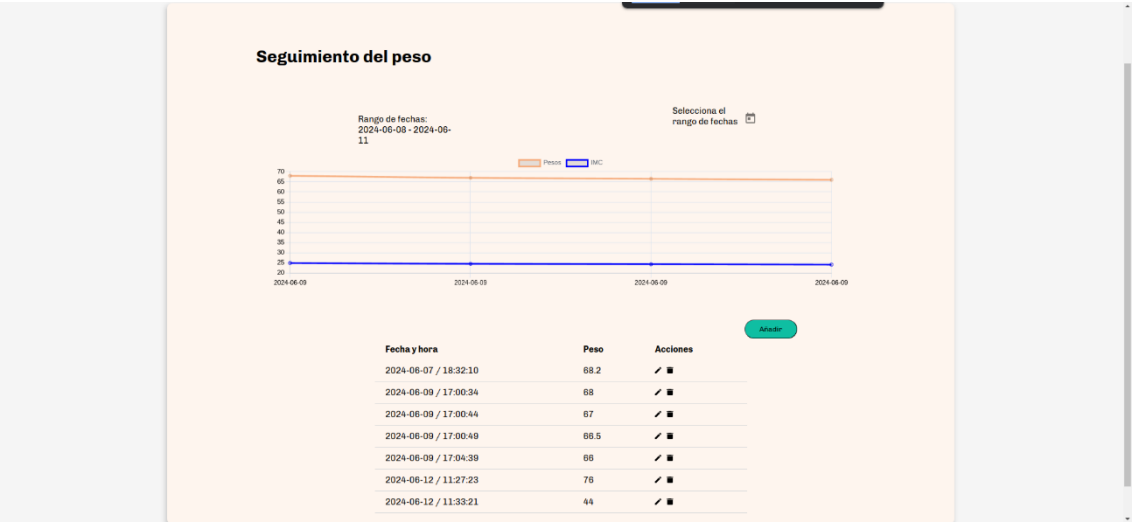
Para la siguiente imagen he modificado entradas que ya tenia en la base de datos para poder mostrar la siguiente funcionalidad.

En la gráfica también podemos hacer uso del calendario que vemos en la parte superior derecha lo que nos desplegara el siguiente calendario, aquí podremos seleccionar un rango de fechas para así poder ver una evolución de nuestro peso más detallada, como se puede apreciar si se ha sido curioso, cuando no seleccionamos ningún rango de fechas, es decir, por defecto, por defecto nuestro los datos recogidos en el último mes.



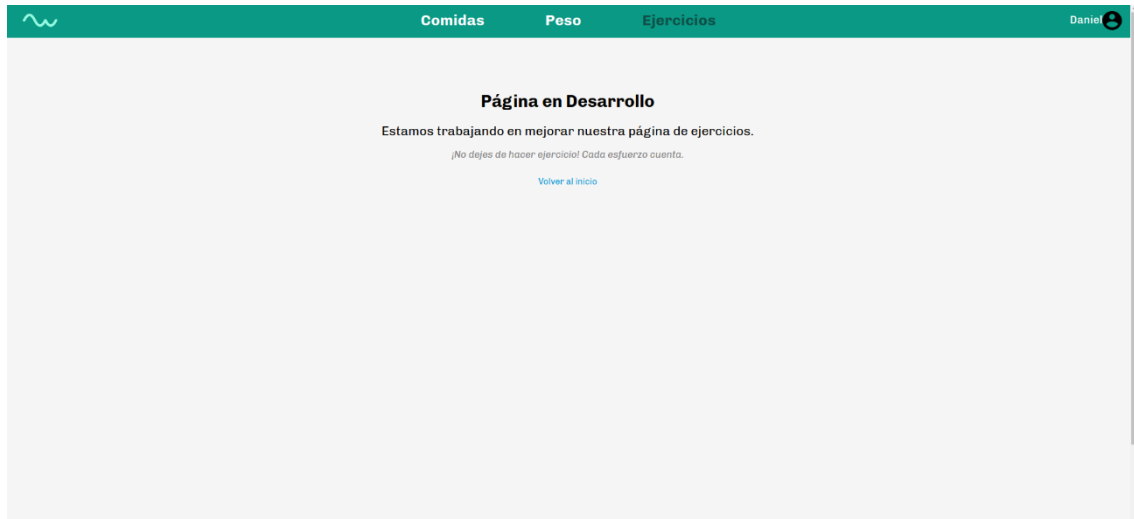
**Imagen 20: Pagina home de peso, muestra del calendario**

Como bien podemos ver justamente encima por la parte superior izquierda de la grafica ahora estamos viendo un rango de fechas que comprenden entre el 2024-06-09 y el 2024-06-09



**Imagen 21: Pagina home peso, muestra grafica según rango de fechas**

Una vez llegado hasta aquí solo nos queda la opción de “Ejercicios” en la barra de navegación, lo que nos llevará a la siguiente página, que no nos informará del estado de la página de “Ejercicios” y nos dará una frase motivadora.



**Imagen 22: Pagina home de ejercicio, muestra estilo mensaje de error**