APP FITNESS

Usuarios

PK	[ID_Usuario]
	[Nombre]
	[Apellido]
	[CorreoElectronico]
	[Contraseña]
	[FechadeNacimiento]
	[FechadeRegistro]
	[Genero]
	[Altura]
	[Peso]
	[ObjetivoFitness]

Ejercicios

PK	[ID_Ejercicio]
	[Nombre]
	[Descripcion]
	[Tipo]

Alimentos

PK	[ID_Alimento]
	[Nombre]
	[Tipo]
	[Calorias_por_porcion]
	[Carbohidratos_por_porcion]
	[Proteinas_por_porcion]
	[Grasas_por_porcion]
FK	[ID_Usuario]

Entrenamientos

PK	[ID_Entrenamiento]
FK	[ID_Usuario]
	[Tipo_Entrenamiento]
	[Duracion_Minutos]
	[Calorias_Consumidas]
	[Fecha_Entrenamiento]

Planes_de_Nutricion

PK	[ID_Plan]
FK	[ID_Usuario]
	[Nombre_del_plan]
	[Descripcion]
	[Calorias_totales]
	[Carbohidratos_totales]
	[Proteinas_totales]
	[Grasas_totales]

Registro_de_Consumo_de_Alimentos

PK	[ID_Registro_CA]
FK	[ID_Usuario]
FK	[ID_Alimento]
	[Fecha_y_hora_de_consumo]
	[Cantidad_consumida]

[Detalles_Entrenamiento]

PK	[ID_Detalle]
FK	[ID_Entrenamiento]
FK	[ID_Usuario]
FK	[ID_Ejercicio]

Registro_de_Consumo_de_Suplementos

PK	[ID_Registro _Sup]
FK	[ID_Usuario]
FK	[ID_Suplemento]
	[Fecha_y_hora_de_consumo]
	[Cantidad_consumida]

Suplementos

PK	[ID_Suplemento]
	[Nombre]
	[Descripcion]
	[Tipo]
	[Calorias_por_porcion]
	[Carbohidratos_por_porcion]
	[Proteinas_por_porcion]
	[Grasas_por_porcion]