



MVP: Parte 1

Aluna: Letícia Cavalcante Martins

Disciplina: Sprint I: Pesquisa com Usuários

Pós-graduação Lato Sensu: Experiência do Usuário e Interação
Humano-Computador

1 Pesquisa preliminar sobre o domínio

A vida adulta traz diversas responsabilidades, e uma das mais comuns é aprender a cozinhar e administrar uma casa. Para muitos, essa transição pode ser desafiadora, especialmente se estiverem morando sozinhos pela primeira vez. As dificuldades vão desde decidir o que cozinhar, fazer a lista de compras até a execução do prato. Nessa situação, muitas pessoas recorrem a receitas da internet ou livros de culinária, mas ainda assim podem ter dificuldade em saber o que comprar no supermercado e como usar todos os ingredientes de forma eficiente.

Com o objetivo de ajudar essas pessoas, surge a proposta de um novo sistema que une listas de compras e receitas. O usuário poderá inserir os itens que deseja comprar em uma lista e, à medida que a lista vai sendo completada, o sistema sugere receitas que podem ser feitas com aqueles ingredientes. Dessa forma, será mais fácil planejar refeições e evitar desperdício de alimentos.

O objetivo principal deste sistema é facilitar a vida das pessoas que estão aprendendo a cozinhar e administrar uma casa. Com a possibilidade de unir lista de compras e receitas, além dos recursos mencionados, o sistema poderá se tornar uma ferramenta indispensável para aqueles que querem cozinhar de forma prática e econômica, sem abrir mão da qualidade das refeições.

Já existem no mercado algumas soluções similares, mas nenhuma delas une as duas funcionalidades em um mesmo sistema. Abaixo algumas soluções populares deste domínio que podem contribuir para o desenvolvimento do novo sistema:

- **Cookpad:** Este site é uma rede social para compartilhar receitas. Os usuários podem publicar suas próprias receitas, avaliar e comentar as receitas de outros usuários, e seguir as pessoas cujas receitas mais gostam. O site também possui um recurso para criar listas de compras a partir das receitas escolhidas e uma seção de categorias para encontrar receitas específicas.

- **Yummly:** Este site possui uma lista de compras inteligente que ajuda a planejar as compras de acordo com as receitas escolhidas. Além disso, ele possui um recurso de filtro que permite aos usuários pesquisar receitas com base em suas preferências alimentares, restrições dietéticas, número de porções e tempo de preparação.
- **MyFridgeFood:** Este site possui um recurso que permite aos usuários inserir os ingredientes que já possuem em casa e encontrar receitas que podem ser feitas com esses ingredientes. O site também possui um recurso de filtragem para encontrar receitas com base no tipo de refeição, tipo de culinária e nível de dificuldade.

Em geral, uma lacuna comum nas três ferramentas é a falta de recursos para personalização de receitas e sugestões de acompanhamentos. Além disso, a maioria dos sites não possui recursos para controle de orçamento e dicas de planejamento de refeições. Essas são oportunidades de melhoria que podem ser exploradas para diferenciar a nossa solução, tornando-a mais completa e útil para os usuários.

2 Entrevista

2.1 Preparação da entrevista

2.1.1 potenciais usuários e *stakeholders*

Os potenciais usuários do sistema seriam pessoas que estão morando sozinhas ou que são responsáveis pela administração da casa e que precisam planejar suas compras e refeições. Entre os perfis de potenciais usuários, podemos incluir jovens adultos que estão se mudando para sua primeira casa, estudantes universitários, profissionais que têm pouco tempo livre para cozinhar, pessoas com restrições alimentares ou que seguem dietas específicas, entre outros.

Os *stakeholders* do sistema seriam os investidores, a equipe de desenvolvimento do sistema e os anunciantes. Os investidores seriam responsáveis por fornecer o financiamento necessário para a criação e desenvolvimento do sistema. A equipe de desenvolvimento seria responsável por criar e manter o sistema. E os anunciantes seriam aqueles que pagariam para anunciar seus produtos no sistema.

Com base nesses grupos, podemos definir o grupo de entrevistados para incluir pessoas que se enquadram no papel de potenciais usuários. Através das entrevistas, poderemos entender melhor as necessidades e expectativas desse grupo e utilizá-las para consolidar o escopo do sistema.

2.1.2 Definição do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)

O termo se encontra nos Apêndices I e II, neste mesmo documento.

É importante ressaltar que o TCLE deve ser entregue ao entrevistado em duas vias, uma via sendo mantida pelo entrevistado e outra pelo entrevistador, além disso, é importante assegurar que todas as informações importantes estejam presentes no documento e que o entrevistado tenha compreendido todos os aspectos da pesquisa antes de assinar o termo.

2.1.3 Roteiro preliminar de entrevista

1. Agradecimento pela disponibilidade e participação:

- a. Você leu e está de acordo com o termo de consentimento? Caso tenha alguma dúvida estou à disposição para responder.

2. Introdução:

- a. Qual é o seu nome?
- b. Qual é a sua idade?
- c. Qual é a sua profissão?
- d. Você mora sozinho(a) ou com alguém?

3. Hábitos de preparo dos alimentos:

- a. Com que frequência você cozinha em casa?
- b. Quais são os tipos de pratos que você mais prepara?
- c. Como você costuma buscar inspiração para suas receitas?
- d. Quanto tempo, em média, você leva para preparar uma refeição completa?
- e. Quais são os principais ingredientes que você utiliza nas suas receitas?
- f. Você costuma seguir receitas ou improvisa na hora de cozinhar?
- g. Você tem alguma técnica de cozinha favorita?
- h. Como você lida com os imprevistos durante o preparo de uma receita?
- i. Você costuma congelar sobras de comida? **Se sim, por quanto tempo costuma manter no congelador?**
- j. Quais são os pratos que você tem mais dificuldade em preparar?
- k. Como você lida com o planejamento das refeições da semana?

4. Idas ao supermercado:

- a. Com que frequência você vai ao supermercado?
- b. Você costuma fazer uma lista de compras antes de ir ao supermercado?
- c. Já teve algum problema relacionado a compras no supermercado? **Se sim, qual?**

5. Comidas mais consumidas:

- a. Quais são as comidas que você mais consome no dia a dia?
- b. Você tem alguma restrição alimentar?
- c. Qual é o seu prato favorito?

6. Avaliação do novo sistema:

- a. O que você acha que um sistema que une lista de compras e receitas?
- b. Quais são as funcionalidades que você considera mais importantes em um sistema como este?
- c. Como você acha que um sistema como este impactaria o seu planejamento de compras e receitas?

2.1.4 Boas práticas na escrito do roteiro da entrevista

Para escrever um bom roteiro de pesquisa em Interação Humano-Computador (IHC), foi importante seguir algumas boas práticas. Uma delas é a utilização de perguntas abertas, que permitem que os entrevistados expressem suas opiniões de forma mais livre e natural. Isso ajuda a evitar respostas curtas e superficiais, além de fornecer informações mais ricas e detalhadas.

Outro cuidado tomado foi na escolha da linguagem utilizada no roteiro. É preciso utilizar termos simples e de fácil compreensão, evitando jargões técnicos ou expressões muito específicas da área. Além disso, é importante evitar perguntas tendenciosas, que possam influenciar a resposta dos participantes. Por último, é necessário ficar atento à organização do roteiro, que deve seguir uma lógica clara e coesa, com perguntas que se complementam e que permitam o aprofundamento dos temas abordados.

2.1.5 Condução e análise da entrevista-piloto

Durante a realização da entrevista piloto com um usuário, algumas dificuldades foram encontradas, o que impactou diretamente na reestruturação do roteiro da entrevista. A primeira dificuldade encontrada foi que o tempo da entrevista estava muito longo, cerca de 40 minutos, o que causou cansaço e desconforto no entrevistado. Além disso, muitas questões poderiam ser respondidas com “Sim” ou “Não”, o que prejudicaria bastante a coleta de dados aprofundada. Por fim, algumas perguntas foram consideradas muito diretas e “frias”, o que dificultou a obtenção de respostas mais amplas e contextualizadas.

A partir desses desafios, foi necessário reduzir o número de perguntas e reformular algumas delas para que estivessem com uma linguagem mais abrangente, amigável e informal, assemelhando-se a uma conversa. A seção “Comidas mais consumidas” foi desmembrada e algumas questões foram trocadas de ordem. Assim, um novo roteiro de entrevista foi produzido, considerando as impressões obtidas a partir do piloto. Dessa forma, espera-se que a nova versão do

formulário de entrevista seja mais agradável e eficaz para a obtenção de informações relevantes sobre os hábitos alimentares e de compras do público-alvo.

2.1.6 Revisão do roteiro de entrevista

1. Agradecimento pela disponibilidade e participação:
 - a. Muito obrigado por aceitar participar da nossa pesquisa sobre hábitos alimentares e compras de supermercado. Você leu e está de acordo com o termo de consentimento?
 - b. Caso tenha alguma dúvida, estou à disposição para responder.
2. Introdução e contextualização:
 - a. Antes de começarmos, você poderia se apresentar brevemente?
 - b. Qual é a sua idade e qual é a sua profissão?
 - c. Com quem você mora atualmente?
3. Hábitos de preparo dos alimentos:
 - a. Com que frequência você cozinha em casa?
 - b. Quando você cozinha em casa, como você costuma decidir o que fazer para o jantar?
 - c. Você costuma seguir receitas ou improvisa na hora de cozinhar?
 - d. Quanto tempo, em média, você leva para preparar uma refeição completa?
 - e. Você costuma congelar sobras de comida? Se sim, por quanto tempo costuma manter no congelador?
 - f. Quais são os pratos que você tem mais dificuldade em preparar?
 - g. Como você lida com o planejamento das refeições da semana?
4. Comportamento de compra e lista de compras:
 - a. Com que frequência você faz compras de supermercado?
 - b. Você costuma fazer uma lista de compras antes de ir ao supermercado?
 - c. Você costuma comprar os mesmos produtos toda vez que vai ao supermercado ou gosta de experimentar coisas novas?

5. Utilização de sistemas:

- a. Você já utilizou algum sistema para auxiliar nas compras de supermercado ou no preparo de receitas?
- b. **Caso a resposta anterior seja, sim.** Quais são as funcionalidades que você mais valoriza em um sistema de compras de supermercado ou de receitas?
- c. Como você acha que um sistema como este impactaria o seu planejamento de compras e receitas?

6. Encerramento:

- a. Você gostaria de compartilhar algo mais sobre os seus hábitos alimentares ou de compras de supermercado?
- b. Muito obrigado pela sua participação, foi muito importante para a pesquisa!

2.2 Execução da entrevista

2.2.1 Recrutamento dos entrevistados

Duas entrevistadas foram recrutadas para o estudo a partir de conversas e indicações de conhecidos. A primeira entrevistada, denominada P01, é doutoranda em biomedicina pela USP. Ela adora cozinhar, no entanto, tem uma rotina muito frenética e passa poucas horas por dia em casa. P01 quer melhorar seu desempenho no basquete, esporte que começou a praticar recentemente e, com esse objetivo em mente, decidiu começar a levar lancheiras de casa em vez de comer alimentos prontos e industrializados na universidade.

Já a segunda entrevistada, denominada P02, é uma jovem psicóloga recém-casada que trabalha em regime híbrido home office e presencial. Ela não se sente muito à vontade na cozinha, mas sente a necessidade de comer de forma mais saudável, uma vez que está com sobrepeso e resistência à insulina. Ambas as entrevistadas se encaixam nos perfis de potenciais usuários necessários para obter *insights* sobre as dificuldades enfrentadas na cozinha e nas compras de alimentos.

2.2.1 Condução das entrevistas

As entrevistas para a pesquisa foram realizadas de forma presencial, com a presença da entrevistadora e da entrevistada na mesma sala. Também foi feita a gravação de áudio das entrevistas e anotações para registro posterior.

Durante a preparação para as entrevistas, foi feita a escolha de um ambiente adequado, com boa iluminação e ventilação, para que a entrevistada se sentisse confortável e tranquila durante a entrevista. Foi utilizado o roteiro de entrevista revisado a partir do teste piloto, com perguntas claras, de forma a evitar interpretações equivocadas e a garantir a coleta de informações relevantes.

O tom de voz da entrevistadora também foi cuidadosamente pensado, de forma a ser acolhedor e não invasivo, estimulando a entrevistada a falar de forma natural e espontânea. Além disso, foi garantido o respeito aos horários agendados para as entrevistas, de forma a evitar atrasos e inconvenientes para a entrevistada. O TCLE foi assinado de forma digital pelos participantes antes do início da entrevista.

2.3 Análise das entrevistas

2.3.1 Compilação dos dados coletados

Com base nas respostas das duas entrevistadas, podemos identificar alguns objetivos em comum e contraditórios em relação aos hábitos alimentares e de compras de supermercado. Em comum, ambas as entrevistadas cozinham em casa com frequência, preferem alimentos frescos e saudáveis, e valorizam a praticidade na hora de preparar as refeições. Além disso, eles têm dificuldades em planejar as refeições da semana e costumam improvisar receitas na hora de cozinhar.

"Eu tento comer o mais saudável possível mesmo que seja rápido, até porque comecei a jogar basquete e preciso comer melhor pra render no jogo" (P01).

"Eu estou começando a cozinhar em casa e comprar mais comidas saudáveis. É difícil porque gosto de praticidade na hora de preparar as minhas refeições" (P02).

Por outro lado, há algumas diferenças entre as duas entrevistas em relação aos hábitos alimentares e de compras de supermercado. Enquanto P02 tem uma rotina mais flexível e tem tempo para cozinhar, P01 tem uma rotina mais agitada e acaba recorrendo a alimentos prontos e industrializados.

"Eu tenho uma rotina muito agitada sempre que dá eu levo minha lancheira mas as vezes acabo comendo alimentos prontos e industrializados por falta de tempo." (P01).

"Minha rotina é bem flexível, estou começando agora na cozinha, é bom que tenho tempo para preparar comidas mais elaboradas." (P02).

Além disso, P02 tem um sobrepeso que está tentando combater por meio de hábitos alimentares mais saudáveis, enquanto P01 tem o objetivo de atuar melhor no basquete.

"Eu estou tentando mudar meus hábitos alimentares e comer mais coisas saudáveis para combater o sobrepeso." (P02).

Ambas as entrevistadas têm suas preferências diferentes em relação aos sistemas de planejamento de compras e receitas. P02 valoriza a facilidade de uso e a variedade de receitas, enquanto o P01 valoriza a praticidade e a economia de tempo.

"Eu gosto de aplicativos que são fáceis de usar e que dão muitas opções de receitas" (P02).

"Eu prefiro aplicativos que sejam práticos e que me ajudem a economizar tempo." (P01).

Tanto P01 quanto P02 concordam que é importante fazer uma lista de compras antes de ir ao supermercado. P01 afirmou que “sempre faço uma lista para não se esquecer de nada e evitar compras desnecessárias”, enquanto P02 afirmou que “uma lista é muito importante para não cair em tentação e acabar comprando besteiras”. Essa semelhança nas respostas sugere que ambas têm consciência da importância de se planejar com antecedência para evitar gastos excessivos e compras impulsivas.

No entanto, as entrevistadas apresentaram opiniões divergentes quanto à utilização de sistemas para auxiliar nas compras de supermercado e no preparo de receitas. P01 disse que raramente utiliza esse tipo de sistema, enquanto P02 afirmou que utiliza um aplicativo de receitas, mas não de listas.


Outra diferença notável nas respostas das entrevistadas está relacionada ao tempo de preparo de uma refeição completa. Enquanto P01 afirmou que leva em média 30 minutos para preparar uma refeição completa, P02 disse que pode levar até uma hora. Ela justificou que “não tenho muita experiência, então gosto de cozinhar com calma, testar temperos, e preparar algo que seja saudável e nutritivo”. Essa diferença sugere que P02 pode ter uma abordagem mais cuidadosa e detalhada no preparo das refeições, enquanto P01 pode preferir uma abordagem mais rápida e prática.

Em suma, podemos dizer que ambas as entrevistadas compartilham o desejo de ter uma alimentação saudável e fresca, mas têm algumas diferenças em relação à rotina e aos objetivos específicos.

3 Resultados da pesquisa

3.1 Persona

PERSONA



Ana

"Busco equilibrar minhas responsabilidades com um estilo de vida saudável"

Idade	27
Profissão	Psicóloga
Estado civil	Casada
Localização	São Paulo

Sobre Ana

Ana é uma pessoa organizada e planejada, gosta de ter tudo sob controle e se sentir segura em relação ao futuro. É proativa e responsável, busca sempre aprender coisas novas e se aprimorar tanto na vida pessoal quanto profissional. Por ser tímida, prefere passar a maior parte do tempo em casa, curtindo momentos com o marido e seus animais de estimação.

Necessidades

- 1. Planejamento de refeições:** Ana precisa de ajuda para planejar suas refeições semanais e variar seu cardápio para que ela e seu marido possam manter uma alimentação saudável e equilibrada.
- 2. Organização nas compras de supermercado:** Ana precisa de um sistema que a ajude a fazer compras de supermercado de forma mais organizada, para que ela não se esqueça de nenhum item importante e evite desperdícios.
- 3. Facilidade no preparo de refeições:** Ana precisa de receitas práticas e rápidas de preparar para que ela possa ter mais tempo livre e menos estresse na hora de cozinhar.

Frustrações

- 1. Falta de tempo:** Ana muitas vezes se sente frustrada por não ter tempo suficiente para planejar suas refeições, fazer compras de supermercado e preparar refeições saudáveis e saborosas.
- 2. Dificuldade em variar o cardápio:** Ana se sente frustrada por ter dificuldade em variar o cardápio, o que a faz cair na monotonia e na falta de motivação para cozinhar.
- 3. Preocupação com a saúde:** Ana se sente frustrada por estar acima do peso e ter problemas de saúde relacionados à alimentação, o que a faz ter medo de não conseguir mudar seus hábitos e ter uma vida mais saudável.

Personalidade

Prática Organizada Exigente

3.1.2 Trechos que embasaram a construção da persona

As frases a seguir justificam a escolha das características da persona Ana, que é uma pessoa que busca variedade e praticidade na cozinha, fazendo uso de listas de compras para se manter organizada no supermercado. Ela prefere pratos simples e não muito elaborados, mas não abre mão de ter uma alimentação saudável e equilibrada, com a inclusão de legumes e verduras nas refeições. Além disso, sabe que precisa controlar a quantidade de alimentos consumidos para manter a dieta.

- "Eu gosto de experimentar receitas novas e diferentes, acho que é uma forma de variar o cardápio e de aprender novas técnicas de cozinha" (P01)

- "Uma lista é muito importante para não cair em tentação e acabar comprando besteiras" (P02)
- "Gosto de praticidade na cozinha, por isso, procuro fazer refeições que não levem muito tempo para preparar" (P01)
- "Eu não sou muito fã de comidas muito elaboradas, prefiro pratos simples e que não tenham muitos ingredientes" (P02)
- "Acho importante ter uma alimentação saudável e equilibrada, por isso, sempre procuro incluir legumes e verduras nas minhas refeições" (P01)
- "Eu gosto de comer coisas gostosas e saborosas, mas sei que preciso controlar a quantidade para manter uma alimentação mais saudável" (P02)

3.1 Protopersona

PROTOPERSONA



João

"Quero gastar meu dinheiro da forma mais inteligente possível."

Idade	25
Profissão	Desenvolvedor
Estado civil	Solteiro
Localização	Fortaleza

Sobre João

João é um Desenvolvedor solteiro de 25 anos que vive em Fortaleza. Ele é apaixonado por tecnologia e passa a maior parte do seu tempo livre lendo sobre as últimas novidades no setor. João é formado em Ciência da Computação e trabalha em uma grande empresa de tecnologia. Ele tem um bom salário e é bem-sucedido em sua carreira.

Necessidades

- 1. Orientação personalizada:** João deseja receber orientações nutricionais personalizadas para seus objetivos e necessidades específicas.
- 2. Facilidade no planejamento de refeições:** Busca por um sistema que possa ajudá-la a planejar refeições de forma rápida e fácil.
- 3. Controle de gastos com alimentação:** Muito consumista, João quer ter um maior controle sobre os gastos com alimentação, sem abrir mão de uma alimentação saudável e equilibrada.

Frustrações

- 1. Dificuldade em encontrar receitas saudáveis e fáceis de preparar:** João tem dificuldade em encontrar receitas saudáveis e fáceis de preparar, o que acaba desestimulando a cozinhar em casa.
- 2. Desperdício de alimentos:** Sente-se frustrado por desperdiçar alimentos que compra no supermercado e acaba não utilizando na preparação de refeições.
- 3. Falta de organização no planejamento de compras e refeições:** Sente-se frustrado por não conseguir se organizar de forma adequada para o planejamento de compras e refeições.

Personalidade

Impulsivo Controlador Desorganizado

3.2 Objetivos da persona e protopersona

3.2.1 Objetivos específicos

O sistema de receitas que está sendo idealizado tem diversos objetivos específicos que visam criar uma experiência completa e personalizada considerando a perspectiva da persona e da protopersona. Um dos primeiros objetivos é a criação sistema de planejamento de refeições para a semana, para que o usuário consiga otimizar ao máximo o preparo dos alimentos. Outro objetivo é a disponibilização de opções de receitas para pessoas com restrições alimentares, como veganos, vegetarianos e celíacos, através de um sistema de busca específico e ainda com a informação de possíveis substituições.

O sistema também terá como objetivo específico a personalização das receitas, permitindo que o usuário adapte as receitas de acordo com seus gostos e preferências. Essa funcionalidade permitirá que o usuário substitua ingredientes, ajuste quantidades e adicione comentários ou notas pessoais, tornando as receitas mais personalizadas e únicas. Outra funcionalidade é a criação de um sistema de avaliação e feedback das receitas utilizadas pelos usuários, criando uma base de dados confiável e atualizada sobre a qualidade das receitas disponíveis no sistema.

Para auxiliar na organização financeira do usuário, o sistema poderá ter um recurso que permite ao usuário controlar seus gastos com alimentação, comparando o valor gasto com o orçamento previsto para cada semana ou mês. Dessa forma, o usuário poderá planejar melhor suas compras e reduzir seus gastos com alimentação, sem comprometer a qualidade e a variedade das refeições.

Por fim, o sistema de receitas e listas poderá ter outras funcionalidades, como sugestões de pratos para ocasiões especiais, opções de receitas regionais, sugestões de acompanhamentos e armazenamento de receitas favoritas. Com todas essas funcionalidades, o usuário terá acesso a um banco de dados completo e diversificado de receitas, podendo explorar novos sabores e possibilidades, além de tornar as refeições mais completas e balanceadas.

3.2.2 Objetivos gerais

Alguns *insights* obtidos através das entrevistas poderão ajudar os *designers* responsáveis pelo sistema a tomarem decisões. É essencial manter todas as funções do aplicativo de fácil acesso e compreensão para o usuário. Outro ponto importante é que o usuário deve gastar o mínimo de tempo possível inserindo dados. Isso pode ser alcançado através de um sistema de preenchimento automático, que sugere palavras-chave ou opções pré-estabelecidas, evitando que o usuário tenha que digitar todo o texto. Dessa forma, o processo de inserção de dados se torna mais ágil e menos cansativo.

Além disso, as quantidades de porções devem ser calculadas automaticamente de acordo com a disponibilidade de ingredientes. Isso ajuda o usuário a economizar tempo e evitar erros de cálculo, além de garantir que a receita seja preparada com as quantidades corretas de ingredientes.

Em resumo, para que o sistema seja considerado bom do ponto de vista de usabilidade, ele deve ser fácil de usar, com uma lista de alimentos intuitiva e sugestões de inserções contextualizadas. O processo de inserção de dados deve ser rápido e eficiente, e as quantidades de porções devem ser calculadas automaticamente.

3.3 Cenários problema

3.3.1 Primeiro cenário: "Uma lista é muito importante para não cair em tentação e acabar comprando besteiras" (P02)

Ana é uma jovem profissional que leva uma vida corrida e precisa fazer suas compras no mercado rapidamente para conseguir voltar às suas atividades diárias. Ela costuma sentir muita fome enquanto está no mercado e muitas vezes acaba comprando produtos não saudáveis que não estão em sua lista de compras. Apesar de reconhecer a importância de manter uma alimentação saudável, ela acaba sendo influenciada pelo impulso e pela tentação de comprar alimentos que não são bons para sua saúde.

O objetivo de Ana é conseguir manter uma alimentação mais saudável e equilibrada, porém, ela avalia que sua falta de controle e impulsividade no mercado estão atrapalhando esse objetivo. Para planejar uma solução, Ana pensa em formas de evitar essa tentação, como fazer suas compras depois de uma refeição ou levar algum lanche saudável para comer durante as compras. Além disso, ela decide criar uma lista de compras completa e incluir apenas alimentos saudáveis e nutritivos para evitar a compra de produtos que possam sabotar sua alimentação.

3.3.2 Segundo cenário: "Eu gosto de comer coisas gostosas e saborosas, mas sei que preciso controlar a quantidade para manter uma alimentação mais saudável" (P02)

Ana é uma jovem que valoriza a importância de ter uma alimentação saudável, mas que também não abre mão de comer coisas gostosas e saborosas. Ela sabe que é necessário controlar a quantidade que consome para manter um equilíbrio alimentar adequado, mas tem enfrentado dificuldades nesse processo.

Recentemente, Ana tem percebido que, apesar de se esforçar para fazer escolhas alimentares saudáveis, acaba cedendo à tentação de comer mais do que deveria. Essa situação tem levado a sentimentos de frustração e insatisfação, pois ela percebe que está tendo dificuldade em manter sua alimentação saudável.

Para resolver esse problema, Ana decidiu buscar orientação de um nutricionista para aprender a controlar melhor suas porções e ter uma alimentação mais equilibrada. Além disso, ela também começou a pesquisar receitas saudáveis e saborosas que possam ser preparadas em casa, com o objetivo de se sentir mais motivada a continuar seguindo uma dieta saudável. Com um planejamento adequado e uma alimentação mais balanceada, Ana espera conseguir manter seus hábitos alimentares saudáveis a longo prazo.

3.3.3 Terceiro cenário: "Gosto de praticidade na cozinha, por isso, procuro fazer refeições que não levem muito tempo para preparar" (P01)

Ana enfrenta dificuldades para encontrar receitas práticas e rápidas de preparar, o que acaba comprometendo seu tempo na cozinha e atrasando suas refeições. Ela busca por soluções que possam otimizar seu tempo e ainda permitir que ela tenha refeições saborosas e saudáveis. Ana avalia que essa otimização de tempo é fundamental para seu estilo de vida corrido e planeja buscar por receitas mais práticas e acessíveis, além de considerar o uso de aplicativos de receitas que facilitem o processo de seleção e organização de receitas práticas.

3.3.4 Quarto cenário: "Eu não sou muito fã de comidas muito elaboradas, prefiro pratos simples e que não tenham muitos ingredientes" (P02)

Ana é uma pessoa que gosta de comer bem, mas não tem muito tempo para se dedicar a preparar refeições complicadas. Ela valoriza pratos simples e fáceis de fazer, que não requerem muitos ingredientes. No entanto, Ana tem enfrentado um problema em encontrar receitas que atendam a essa necessidade. Muitas vezes ela encontra pratos que parecem ser simples, mas quando olha a lista de ingredientes, percebe que vai precisar comprar uma série de itens que não tem em casa, o que pode ser frustrante e consumir ainda mais tempo.

O objetivo de Ana é encontrar receitas simples e fáceis de preparar, que utilizem poucos ingredientes e que ela já tenha em casa, de forma a otimizar seu tempo na cozinha e poder desfrutar de refeições saborosas sem se estressar com a busca por ingredientes difíceis de encontrar ou caros.

Para avaliar essa questão, Ana tem consultado diversas fontes de receitas, como livros, sites e aplicativos, mas tem encontrado dificuldades em encontrar receitas que atendam a seus critérios. Para lidar com essa situação, ela pretende investir mais tempo pesquisando e selecionando receitas que possam ser adaptadas para sua rotina de vida corrida, e também buscar referências com amigos e familiares que tenham o mesmo perfil culinário que ela. Com um planejamento adequado, Ana espera encontrar um número maior de receitas que sejam simples, saborosas e fáceis de preparar, permitindo-lhe otimizar seu tempo e desfrutar de refeições deliciosas.

3 Conclusão

Com base nas entrevistas realizadas para o estudo do domínio de sistema de listas e receitas, foi possível identificar uma série de problemas e necessidades dos usuários, bem como suas preferências e hábitos em relação à alimentação e à cozinha. Entre os principais pontos de exploração, destacam-se a necessidade de praticidade e facilidade no preparo das receitas, a importância da organização e planejamento das compras e refeições, a busca por receitas saudáveis e saborosas, a preferência por pratos simples e com poucos ingredientes, além da importância do compartilhamento de receitas entre os usuários. Com base nessas informações, será possível desenvolver um sistema que atenda às necessidades dos usuários, oferecendo uma experiência satisfatória e facilitando o processo de preparação de refeições e organização das refeições durante a semana.

4 Referências

- <https://www.nngroup.com/articles/user-interviews/>
- <https://www.acritica.net/editorias/geral/morar-sozinho-e-comer-saudavel-e-o-desaio-do-seculo-21/509877/>
- <https://www.nngroup.com/articles/interview-guide/>
- <https://cookpad.com/br>
- <https://www.yummly.com/>
- <https://myfridgefood.com/>
- <https://www.nngroup.com/articles/persona/>
- <https://www.nngroup.com/videos/persona-fidelity/?lm=personas&pt=youtubevideo>

Apêndice I. Termo de consentimento livre e esclarecido de P01

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Tainá Cavalcante de Oliveira, portador(a) do CPF 608.389.443-37, declaro, para os devidos fins, que fui convidado(a) a participar de uma pesquisa científica sobre um novo sistema para planejamento de compras e receitas.

Esta pesquisa será realizada através de uma entrevista gravada por áudio, que terá duração aproximada de 30 minutos, na qual serão feitas perguntas relacionadas à minha experiência com o planejamento de compras e receitas, bem como minhas opiniões e sugestões sobre o novo sistema.

Esclareço que a minha participação nesta pesquisa é voluntária e que posso desistir a qualquer momento, sem prejuízo de minha pessoa ou ônus financeiro. Entendo que as informações fornecidas serão mantidas em sigilo e que a minha identidade será preservada, sendo utilizado apenas um pseudônimo para me identificar na pesquisa.

Autorizo o uso das informações obtidas durante a entrevista para fins acadêmicos e científicos, incluindo a publicação de artigos e apresentações em eventos científicos, desde que seja preservado o sigilo de minha identidade. Declaro ainda ter sido informado(a) sobre todos os aspectos da pesquisa, incluindo seus objetivos, métodos, riscos e benefícios, bem como a minha liberdade em participar ou não. Declaro também que todas as minhas dúvidas foram esclarecidas antes de assinar este termo de consentimento.

Para qualquer dúvidas sobre os procedimentos de pesquisa durante todo o período, entre em contato conosco pelo e-mail leticia.cavalcante.martins@gmail.com

Nome completo do participante: Tainá Cavalcante de Oliveira

Assinatura do participante: Tainá

Nome completo do pesquisador: Letícia Cavalcante Martins

Assinatura do pesquisador: Letícia Cavalcante Martins

Data: 20/04/2023

Apêndice II. Termo de consentimento livre e esclarecido de P02

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Eu, Liliana Cavalcante Martins, portador(a) do CPF 049.191.563-24, declaro, para os devidos fins, que fui convidado(a) a participar de uma pesquisa científica sobre um novo sistema para planejamento de compras e receitas.

Esta pesquisa será realizada através de uma entrevista gravada por áudio, que terá duração aproximada de 30 minutos, na qual serão feitas perguntas relacionadas à minha experiência com o planejamento de compras e receitas, bem como minhas opiniões e sugestões sobre o novo sistema.

Esclareço que a minha participação nesta pesquisa é voluntária e que posso desistir a qualquer momento, sem prejuízo de minha pessoa ou ônus financeiro. Entendo que as informações fornecidas serão mantidas em sigilo e que a minha identidade será preservada, sendo utilizado apenas um pseudônimo para me identificar na pesquisa.

Autorizo o uso das informações obtidas durante a entrevista para fins acadêmicos e científicos, incluindo a publicação de artigos e apresentações em eventos científicos, desde que seja preservado o sigilo de minha identidade. Declaro ainda ter sido informado(a) sobre todos os aspectos da pesquisa, incluindo seus objetivos, métodos, riscos e benefícios, bem como a minha liberdade em participar ou não. Declaro também que todas as minhas dúvidas foram esclarecidas antes de assinar este termo de consentimento.

Para qualquer dúvidas sobre os procedimentos de pesquisa durante todo o período, entre em contato conosco pelo e-mail leticia.cavalcante.martins@gmail.com

Nome completo do participante: Liliana Cavalcante Martins

Assinatura do participante: Liliana Cavalcante Martins

Nome completo do pesquisador: Letícia Cavalcante Martins

Assinatura do pesquisador: Letícia Cavalcante Martins

Data: 21/04/2023