

# Índice Completo da Documentação - Maratona Training

---

## Objetivo

---

Este índice organiza toda a documentação criada para facilitar a continuação do projeto por outra IA ou desenvolvedor.

---

## Documentos Disponíveis

---

### 1. README.md

**Arquivo:** [README.md](#) (README.md) | [PDF](#) (README.pdf)

**Conteúdo:**

- Visão geral do projeto
- Stack tecnológico
- Instalação e setup
- Como usar
- Status e roadmap resumido
- Links para documentação detalhada

**Quando usar:** Primeira leitura para entender o projeto

---

### 2. Documentação Completa do Projeto

**Arquivo:** [DOCUMENTACAO\\_COMPLETA\\_PROJETO.md](#) (DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.md) | [PDF](#) (DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.pdf)

**Conteúdo:**

- Visão geral detalhada
- Arquitetura e tecnologias
- Estrutura do projeto
- Modelo de dados (Prisma schema explicado)
- Funcionalidades principais
- Configuração e deploy
- APIs e endpoints
- Fluxos de usuário
- Problemas resolvidos
- Próximos passos

**Quando usar:** Para entender completamente o sistema

---

### 3. Guia Técnico Detalhado

**Arquivo:** [GUIA\\_TECNICO\\_DETALHADO.md](#) (GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md) | [PDF](#) (GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.pdf)

**Conteúdo:**

- Setup completo do ambiente
- Arquitetura de código
- Geradores de plano (código detalhado)
- Integração Strava (implementação completa)
- Sistema de IA (prompts e fluxos)
- Banco de dados (queries e transações)
- Testes (scripts e validações)
- Deploy
- Troubleshooting

**Quando usar:** Para implementar features ou debugar problemas

---

### 4. Roadmap de Implementação

**Arquivo:** [ROADMAP\\_IMPLEMENTACAO.md](#) (ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.md) | [PDF](#) (ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.pdf)

**Conteúdo:**

- Estado atual (features implementadas)
- Funcionalidades em desenvolvimento
- Prioridades (alta, média, baixa)
- Timeline sugerido
- Bugs conhecidos e melhorias técnicas
- Ideias futuras (backlog)
- Segurança e compliance
- Métricas de sucesso
- Visão de longo prazo

**Quando usar:** Para planejar próximas features

---

### 5. Análise do Sistema e Oportunidades de Melhoria

**Arquivo:** [ANALISE\\_SISTEMA\\_E\\_MELHORIAS.md](#) (ANALISE\_SISTEMA\_E\_MELHORIAS.md) | [PDF](#) (ANALISE\_SISTEMA\_E\_MELHORIAS.pdf)

**Conteúdo:**

- Análise técnica do estado atual
- Pontos fortes
- Pontos de melhoria (performance, escalabilidade, resiliência)
- Priorização de melhorias
- Oportunidades de negócio (monetização)
- Experimentos e A/B tests
- Design system e branding
- Expansão internacional

- Estimativa de custos
- Métricas para acompanhar
- Quick wins (implementação rápida)

**Quando usar:** Para otimizar e escalar o sistema

---

## 6. Configuração OAuth Strava

**Arquivo:** [OAUTH\\_SETUP\\_INSTRUCTIONS.md](#) (OAUTH\_SETUP\_INSTRUCTIONS.md) | [PDF](#) (OAUTH\_SETUP\_INSTRUCTIONS.pdf)

**Conteúdo:**

- Criação de aplicação no Strava (passo a passo)
- Obtenção de credenciais
- Fluxo OAuth 2.0 completo (cada etapa explicada)
- Renovação automática de tokens
- Escopos do Strava
- Troubleshooting (problemas comuns e soluções)
- Testes da integração
- Endpoints da API Strava
- Segurança e boas práticas

**Quando usar:** Para configurar ou debugar integração Strava

---



## Estrutura Recomendada de Leitura

---

### Para Entender o Projeto (Ordem)

1. **README.md** - Visão geral rápida (10 min)
2. **DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.md** - Entendimento completo (45 min)
3. **GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md** - Detalhes de implementação (60 min)

### Para Continuar o Desenvolvimento

1. **ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.md** - Ver features planejadas
2. **GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md** - Consultar implementações
3. **DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.md** - Referência de APIs

### Para Otimizar e Escalar

1. **ANALISE\_SISTEMA\_E\_MELHORIAS.md** - Oportunidades identificadas
2. **GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md** - Como implementar melhorias
3. **ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.md** - Priorização

### Para Configurar Integrações

1. **OAUTH\_SETUP\_INSTRUCTIONS.md** - Setup do Strava
  2. **GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md** - Outras integrações
  3. **DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.md** - Visão geral de integrações
-

## Informações Essenciais

### URLs Importantes

- **Produção:** <https://42maurillio.abacusai.app>
- **Strava Developers:** <https://www.strava.com/settings/api>
- **Abacus.AI:** <https://abacus.ai>

### Credenciais de Teste

Email: mmaurillio2@gmail.com  
Senha: [definida pelo desenvolvedor]

### Estrutura de Diretórios

```
/home/ubuntu/app_maratona/  
├── nextjs_space/           # Aplicação Next.js  
│   ├── app/               # App Router  
│   ├── components/        # Componentes React  
│   ├── lib/               # Lógica de negócio  
│   ├── prisma/            # Schema do banco  
│   └── ...  
├── README.md              # Este arquivo  
├── DOCUMENTACAO_COMPLETA_PROJETO.md  
├── GUIA_TECNICO_DETALHADO.md  
├── ROADMAP_IMPLEMENTACAO.md  
├── ANALISE_SISTEMA_E_MELHORIAS.md  
└── OAUTH_SETUP_INSTRUCTIONS.md
```

### Comandos Rápidos

```
# Ir para o projeto  
cd /home/ubuntu/app_maratona/nextjs_space  
  
# Instalar dependências  
yarn install  
  
# Gerar Prisma Client  
yarn prisma generate  
  
# Sincronizar banco  
yarn prisma db push  
  
# Desenvolvimento  
yarn dev  
  
# Produção  
yarn build  
yarn start  
  
# Testes  
yarn ts-node scripts/comprehensive_test.ts  
  
# Visualizar banco  
yarn prisma studio
```



## Estatísticas da Documentação

---

- **Total de documentos:** 6 arquivos Markdown
  - **Total de palavras:** ~50,000
  - **Tempo estimado de leitura completa:** 4-5 horas
  - **Linhas de código de exemplo:** 2,000+
  - **Diagramas e exemplos:** 50+
- 



## Checklist para Nova IA/Desenvolvedor

---

### Fase 1: Entendimento (Dia 1)

- ☐ Ler README.md
- ☐ Ler DOCUMENTACAO\_COMPLETA\_PROJETO.md
- ☐ Explorar estrutura de pastas
- ☐ Verificar deploy em produção

### Fase 2: Setup (Dia 1-2)

- ☐ Clonar/acessar repositório
- ☐ Configurar variáveis de ambiente
- ☐ Instalar dependências
- ☐ Rodar em desenvolvimento
- ☐ Testar funcionalidades básicas

### Fase 3: Aprofundamento (Dia 2-3)

- ☐ Ler GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md
- ☐ Entender gerador de planos com IA
- ☐ Entender integração Strava
- ☐ Rodar testes existentes
- ☐ Explorar banco de dados

### Fase 4: Planejamento (Dia 3-4)

- ☐ Ler ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.md
- ☐ Ler ANALISE\_SISTEMA\_E\_MELHORIAS.md
- ☐ Identificar prioridades
- ☐ Definir próximas features

### Fase 5: Desenvolvimento (Dia 4+)

- ☐ Escolher feature para implementar
  - ☐ Consultar guias relevantes
  - ☐ Implementar feature
  - ☐ Testar
  - ☐ Deploy
-

## Problemas Comuns e Soluções

---

### 1. Não consigo rodar o projeto

**Solução:** Veja seção “Troubleshooting” em [GUIA\\_TECNICO\\_DETALHADO.md](#) (GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md)

### 2. Strava OAuth não funciona

**Solução:** Veja [OAUTH\\_SETUP\\_INSTRUCTIONS.md](#) (OAUTH\_SETUP\_INSTRUCTIONS.md)

### 3. Não entendo como funciona a geração de planos

**Solução:** Veja seção “Geradores de Plano” em [GUIA\\_TECNICO\\_DETALHADO.md](#) (GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md)

### 4. Quero adicionar uma feature, por onde começar?

**Solução:**

1. Verifique se está no [ROADMAP\\_IMPLEMENTACAO.md](#) (ROADMAP\_IMPLEMENTACAO.md)
2. Consulte [GUIA\\_TECNICO\\_DETALHADO.md](#) (GUIA\_TECNICO\_DETALHADO.md) para padrões de código
3. Implemente seguindo estrutura existente

### 5. Quero otimizar o sistema

**Solução:** Veja [ANALISE\\_SISTEMA\\_E\\_MELHORIAS.md](#) (ANALISE\_SISTEMA\_E\_MELHORIAS.md) para lista priorizada de melhorias

---

## Suporte Adicional

---

Se precisar de ajuda adicional:

1. **Consulte a documentação** (provavelmente tem a resposta)
2. **Veja exemplos no código** (há muitos comentários)
3. **Rode os testes** (para validar comportamento esperado)
4. **Contate o desenvolvedor original:** mmaurillio2@gmail.com

---

## Recursos de Aprendizado

---

### Para Entender o Stack

- [Next.js Documentation](https://nextjs.org/docs) (https://nextjs.org/docs)
- [Prisma Documentation](https://www.prisma.io/docs) (https://www.prisma.io/docs)
- [NextAuth.js Documentation](https://next-auth.js.org) (https://next-auth.js.org)
- [Tailwind CSS](https://tailwindcss.com/docs) (https://tailwindcss.com/docs)
- [Shadcn UI](https://ui.shadcn.com) (https://ui.shadcn.com)

### Para Entender a Metodologia de Treino

- [Jack Daniels Running Formula](https://www.amazon.com/Daniels-Running-Formula-Jack/dp/1450431836) (https://www.amazon.com/Daniels-Running-Formula-Jack/dp/1450431836)
- [VDOT Calculator](https://runsmartproject.com/calculator/) (https://runsmartproject.com/calculator/)

- [Strava API Docs](https://developers.strava.com/docs/) (https://developers.strava.com/docs/)

---

## **Objetivo Final**

Esta documentação foi criada para que **qualquer desenvolvedor ou IA** possa:

- ✓ Entender completamente o sistema
- ✓ Fazer deploy e configuração
- ✓ Continuar o desenvolvimento
- ✓ Otimizar e escalar
- ✓ Debugar problemas
- ✓ Adicionar novas features

**Sucesso!** 

---

**Criado em:** 27 de outubro de 2025

**Última atualização:** 27 de outubro de 2025

**Versão:** 1.0.0