



Desenvolvimento de um sistema para criação de planos alimentares baseado em orçamento e preferência de refeições*

João Pedro Teixeira Dias¹

Octavio Augusto Pereira Martins²

Magali Rezende Gouvea Meireles³

Resumo

O presente trabalho apresenta o desenvolvimento de um Sistema para dispositivos móveis, voltado para o âmbito nutricional, dando a possibilidade de qualquer pessoa remodelar um plano alimentar. Pretende-se facilitar o planejamento, economia e a praticidade ao seguir uma dieta. O usuário informa para o sistema sua idade, peso, altura, valor limite de gastos, e também se o objetivo é a perda de peso, manutenção ou ganho de massa. Com base nessas informações, o sistema fornece uma dieta calculada utilizando a taxa metabólica basal do usuário e os macronutrientes de cada alimento. Também é possível fazer alterações no plano alimentar conforme a preferência, sendo apresentada uma lista com diversos alimentos e refeições possíveis para realização da troca. Em relação aos custos, cada item da lista é exibido com seu preço médio, preço este que é calculado levando em conta o valor de dois diferentes estabelecimentos.

Palavras-chave: Nutricional, Planejamento, Praticidade, Plano Alimentar, Gastos, Orçamento, Taxa Metabólica Basal, Preferência.

* Artigo apresentado à Revista Abakos

¹Bacharelado em Sistemas de Informação pela PUC Minas, Brasil, 1272244@sga.pucminas.br

²Bacharelado em Sistemas de Informação pela PUC Minas, Brasil, oapmartins@sga.pucminas.br

³Doutora em Ciência da Informação pela UFMG, Brasil, magali@pucminas.br

Abstract

The present work presents the development of a mobile device system, focused on the nutritional aspect, giving anyone the possibility to redesign a dietary plan. The aim is to facilitate planning, savings, and convenience when following a diet. The user provides their age, weight, height, spending limit, and also whether the goal is weight loss, maintenance, or muscle gain to the system. Based on this information, the system provides a diet calculated using the user's basal metabolic rate and the macronutrients of each food. It is also possible to make changes to the meal plan according to preference, with a list of various foods and possible meal substitutions presented. Regarding costs, each item on the list is displayed with its average price, a price calculated taking into account the values from five different establishments.

Keywords: Nutritional, Planning, Practicality, Diet Plan, Expenses, Budget, Basal Metabolic Rate, Preference.

1 INTRODUÇÃO

Aplicações que buscam auxiliar o usuário em seus objetivos e necessidades de saúde, estão sendo cada vez mais populares e reconhecidas pelos usuários e também pelos profissionais da saúde. Dentre esses aplicativos, os voltados à nutrição são reconhecidos por auxiliar usuários a manter um estilo de vida saudável (WANGLER; JANSKY, 2021). Este trabalho visa unir os conhecimentos de desenvolvimento de aplicações, e os métodos nutricionais de construção de plano alimentar, visando auxiliar o usuário final a encaixar um plano alimentar ao orçamento disponível para o mesmo.

Diante disso, abre-se uma oportunidade de inovar e trazer ao mercado, uma aplicação que fornece um plano alimentar, onde o usuário pode substituir as próprias refeições ou alimentos, por outras de seu próprio interesse. Caso um item do plano alimentar seja selecionado, é exibida uma lista com possíveis alimentos disponíveis para troca. A troca não é aleatória por qualquer refeição, é realizada com base no horário, alimentos já inclusos na dieta e preço dos alimentos. O valor dos alimentos, e do plano alimentar completo, são exibidos a todo momento no aplicativo, dando ao usuário a possibilidade de ter maior controle em relação aos gastos em sua dieta.

O objetivo geral deste trabalho é o desenvolvimento de um aplicativo que busca facilitar a vida de pessoas que pretendem fazer dieta, dando maior controle sobre os gastos com cada alimento e refeição, oferecendo planos alimentares que visam unir os gostos com a condição financeira. Para atingir esse objetivo, estabelecemos os seguintes objetivos específicos:

- 1. Criação de um sistema onde o usuário consegue informar uma dieta e o horário em que cada refeição deverá ser realizada.**
- 2. Criação de um sistema de trocas de alimentos respeitando as características e macronutrientes da dieta.**
- 3. Criação de um sistema de cálculo de preço, onde o usuário poderá ver o valor que a sua dieta fica para compra.**
- 4. Integração de algoritmo de correspondência de gostos alimentares para sugerir opções de refeições personalizadas.**
- 5. Projeto de interface de usuário intuitiva e amigável que é de fácil navegação e registro de informações.**

Estes objetivos específicos foram definidos para garantir que o aplicativo atenda às necessidades dos usuários de maneira eficaz e eficiente, fornecendo controle financeiro e planos alimentares personalizados para facilitar a jornada de dieta de cada indivíduo.

As próximas seções estão organizadas como descrito a seguir. A Seção 2 apresenta o referencial teórico, contendo informações sobre dieta e seus componentes, arquitetura, tecnologias adotadas no sistema, e artigos que foram relacionados com o presente trabalho. A Seção 3

apresenta a metodologia aplicada, o planejamento, a definição das etapas a forma de validação e o cronograma.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

As próximas subseções apresentam conceitos relacionados a dieta e seus componentes, arquitetura de sistemas, e tecnologias e ferramentas para desenvolvimento do aplicativo.

2.1 Dieta e seus componentes

Uma dieta é definida por tudo aquilo que um indivíduo se alimenta. É feita uma distribuição de macro e micronutrientes, de modo que, idealmente, cada pessoa terá uma distribuição específica visando atingir um objetivo, levando em conta a sua taxa metabólica basal.

A taxa metabólica basal (TMB) é a quantidade de energia necessária para a manutenção das funções vitais do organismo quando em repouso. Ela é medida em calorias, que é a energia extraída pelo nosso corpo a partir dos macronutrientes (carboidratos, proteínas e gorduras totais) (ANTUNES et al., 2015).

Os carboidratos, proteínas e lipídios, por serem os nutrientes de maior contribuição energética para uma dieta, se enquadram na classe dos macronutrientes. Uma distribuição adequada desses nutrientes é de extrema importância para a nutrição de um paciente. Essa distribuição é feita em relação ao percentual de calorias que o indivíduo necessita. Portanto, indivíduos diferentes, com necessidades/objetivos diferentes, terão diferentes distribuições de macronutrientes em seu plano alimentar.

As vitaminas e minerais são considerados os micronutrientes. Isso acontece pois esses compostos não apresentam relevante potencial calórico e energético para uma dieta. Além disso são necessários para as reações químicas que ocorrem no corpo. Os micronutrientes podem ser encontrados em diversos alimentos, sendo mais abundantes em frutas legumes e verduras (MAGNO et al., 2018).

Uma dieta pode ser definida por tudo que é ingerido por uma pessoa, independente dos objetivos: ganhar massa, perder peso ou realizar a manutenção do peso. Existem diversos tipos de dietas com propósitos diferentes, mas para o presente trabalho, foram abordados os três tipos.

O ganho de massa muscular, de maneira simples, é a necessidade de um indivíduo adquirir mais calorias do que consegue gastar durante o dia. As calorias adquiridas, precisam estar acima de sua taxa metabólica basal (MENON; SANTOS, 2012). Para auxiliar na construção da massa muscular, alimentos ricos em carboidratos e proteínas são aliados. A média de ingestão de proteína em pessoas regularmente ativas pode variar entre 1,5 ou 2,0 por quilo corporal (MENON; SANTOS, 2012).

A dieta de perda de peso segue no sentido contrário de pessoas que estão buscando

ganho de massa muscular. Para reduzir o peso corporal, é necessário adquirir menos calorias do que é possível gastar durante o dia. As calorias adquiridas precisam estar abaixo de sua taxa metabólica basal (JOB; OLIVEIRA, 2019).

Uma dieta de manutenção de peso é quando não se busca ganho e nem perda de peso, apenas o controle. O consumo de calorias durante o dia precisa ser próximo a taxa metabólica basal. Neste tipo de dieta, não é muito comum uma restrição muito grande de alimentos, nem o consumo elevado (JOB; OLIVEIRA, 2019).

2.2 Arquitetura de Sistemas

A arquitetura adotada durante o desenvolvimento foi o MVC (*Model-View-Controller*). Este padrão de arquitetura foi criado por Trygve Reenskaug, em 1979. Com ele, é possível realizar a divisão do projeto em camadas, viabilizando a independência e reutilização de componentes, e o desenvolvimento de um código organizado e enxuto (SILVA, 2012).

A composição do MVC é feita pelas camadas de Modelo, Visão e Controle. O Modelo é responsável pelo acesso e manipulação dos dados dentro da aplicação. Ela se comunica diretamente com o controlador. A camada de Visão é a parte responsável pela interface do usuário. Nessa camada, os dados são requisitados ao Controlador que por sua vez requisita ao modelo. O Controlador é a camada responsável intermediar a conexão entre o Modelo e a Visão.

2.3 Tecnologias e Ferramentas

As próximas subseções apresentam conceitos relacionados às tecnologias e às plataformas utilizadas para desenvolvimento do sistema.

2.3.1 Dart

Dart é uma linguagem desenvolvida pela Google, para criação de *softwares* multiplataforma. Seu lançamento ocorreu na GOTO Conference 2011, Dinamarca (RISSI; DALLILO, 2022).

Sua missão inicial era substituir o JavaScript como principal tecnologia presente nos navegadores, a ideia era oferecer uma alternativa mais moderna e robusta para o desenvolvimento *Web*. Um dos pontos que dificultaram sua adoção, no início, foi o JavaScript já ser uma linguagem consolidada no mercado, e também a má fama do Google em descontinuar projetos.

O Dart é uma linguagem orientada a objetos, mas pode ser considerada flexível, que permite que os programadores definam variáveis que aceitam todos os tipos de valores, chamadas de variáveis dinâmicas. A linguagem possui sintaxe com estilo baseado no C. Isso faz com que seja muito similar à linguagens como Java e C#.

2.3.2 Flutter

Flutter foi criada pelo Google como uma plataforma de desenvolvimento móvel de código aberto, também destinada a auxiliar os desenvolvedores na criação de interfaces para múltiplas plataformas. É construída na linguagem Dart, que é uma linguagem orientada a objetos que se compila em código nativo. É de fácil aprendizado para desenvolvedores provenientes de outras linguagens como Java e JavaScript, e oferece recursos como forte tipagem, genéricos e programação assíncrona (WU, 2018).

O Flutter é baseado no conceito de *widgets*, que são basicamente componentes *UI* que podem ser usados para criar interfaces de usuário complexas com apenas algumas linhas de código. Esse *framework* fornece um conjunto de *widgets* pré-construídos, mas também possibilita que os desenvolvedores façam seus próprios. Os *widgets* são classificados como *Stateless* e *Stateful widgets*, dependendo se eles gerenciam ou não algum estado. *Widgets Stateless* são aqueles que simplesmente exibem informações e não exigem nenhum dado mutável. Os *Stateful widgets*, por outro lado, gerenciam o estado. Este estado pode ser interno ao próprio *widget*, ou pode vir de uma fonte externa. Para que um *Stateful Widget* possa mudar sua aparência em resposta a eventos, ele precisa ter acesso a um objeto imutável conhecido como uma instância *State* (WU, 2018; FENTAW, 2020).

Várias camadas compõem a estrutura Flutter (SHAH et al., 2019). A renderização da interface do usuário é de responsabilidade da camada *Widgets*. Ela usa uma abordagem declarativa para definir a interface de usuário. Isto significa que não é necessário escrever código imperativo para atualizar a interface de usuário. A camada *Engine*, por sua vez, está encarregada de coordenar a comunicação entre o *framework* e o código nativo da plataforma. Por fim, a camada de fundação fornece serviços fundamentais, incluindo rede, E/S e suporte de acessibilidade.

2.3.3 Python

Python é uma linguagem de programação de alto nível que se destaca por sua simplicidade e legibilidade. Criada pelo matemático Guido van Rossum, teve sua primeira versão lançada em 1990. Desde então, a linguagem tem evoluído com a colaboração de uma comunidade global de desenvolvedores e tornou-se uma das linguagens de programação mais populares do mundo (COUTO; SILVA, 2021).

O Python se caracteriza pela ênfase na legibilidade do código, o que o torna uma escolha ideal para programadores, desde iniciantes até profissionais experientes. A linguagem utiliza indentação para definir blocos de código, tornando o código mais claro e fácil de entender.

O Python se tornou uma parte importante da ciência de dados e da inteligência artificial. A ampla variedade de bibliotecas e frameworks, a facilidade na integração com

outras tecnologias, a comunidade ativa, e o aprendizado de máquina e processamento de linguagem natural, são pontos que ajudam na adoção quando o assunto é inteligência artificial. Os cientistas e analistas utilizam códigos Python para analisar big datas, conjuntos de dados e projetar algoritmos de aprendizado de máquina (FOUNDATION, 2023).

2.3.4 Firebase

Firebase é uma plataforma de gerenciamento e desenvolvimento de dispositivos móveis, desenvolvida pela Firebase, Inc. em 2011 e adquirida pelo Google em 2014. A plataforma surgiu de uma necessidade dos desenvolvedores em gerenciar várias infraestruturas que faziam parte de um mesmo aplicativo. Com ela, os desenvolvedores podem focar na criação de sua própria aplicação, poupando tempo e recursos (LI et al., 2018).

Atualmente o Firebase é dividido em 3 partes nomeadas de : *Analytics*; *Develop* e *Grow*. O *Analytics* é a seção onde são disponibilizadas informações sobre o aplicativo em geral. É possível obter informações como: localidade, idade e sexo dos usuários, eventos que acontecem dentro do aplicativos e erros de sintaxe. O firebase oferece uma função de exportar todos os dados coletados para um *data warehouse* hospedado em nuvem, permitindo a criação de relatórios detalhados de dados de forma personalizada.

A seção de *Develop* é onde são localizadas as ferramentas de desenvolvimento que auxiliam o desenvolvedor. As informações são armazenadas no *Realtime Database*, que é uma base de dados hospedada em nuvens que utiliza a linguagem *NoSql*. Para manter a lógica e regra de negócio do *backend* centralizada e segura, foi criado o *Cloud Functions*, que exclui a necessidade de gerenciar o próprio servidor. Para a criação e gerenciamento de domínios, existe o *Firebase Hosting*. Para *download* e *upload* de arquivos é utilizado o *Firebase Storage*. Os erros que acontecem nos aplicativos podem ser capturados pelo *Crash Reporting*, onde o desenvolvedor consegue diagnosticar a causa das possíveis falhas. E por fim, opções de gerenciamento de desempenho e performance também são oferecidas pelo *Performance Monitoring* (CHATTERJEE et al., 2018).

A seção de *Grow* é a parte relacionada ao crescimento e engajamento. São fornecidas funções que ajudam na realização testes dentro do aplicativo, enviar mensagens para os usuário e visualizar padrões de comportamento dentro do aplicativo.

2.4 Classificação de alimentos e produtos

A classificação de produtos é feita com base nas 5 principais categorias de alimentos, de modo que cada alimento é colocado na categoria que tem seu macronutriente mais abundante, exceto frutas e vegetais. Sendo elas:

1. Fontes de Carboidratos

- (a) Grãos e cereais (pão, arroz, macarrão, aveia)
- (b) Leguminosas (feijões, lentilhas, grão-de-bico)
- (c) Vegetais ricos em amido (batatas, milho)
- (d) Produtos à base de amido (massas, tortilhas)

2. Fontes de Proteínas

- (a) Carnes magras (frango, peito de peru, carne magra)
- (b) Peixes (salmão, atum, tilápia)
- (c) Ovos
- (d) Tofu e outras alternativas à carne

3. Fontes de Gordura

- (a) Óleos (azeite de oliva, óleo de coco, óleo de canola)
- (b) Nozes e sementes (amêndoas, nozes, sementes de chia)
- (c) Abacate
- (d) Manteiga

4. Frutas

- (a) Maçãs
- (b) Bananas
- (c) Morango
- (d) Uva

5. Vegetais

- (a) Brócolis
- (b) Cenoura
- (c) Espinafre
- (d) Tomate

Além dessas categorias, existe também divisões por faixas de horário do dia. Desse modo, os alimentos são categorizados nas faixas de horário mais propícias para o consumo. Sendo essas faixas:

1. Manhã

- (a) 06:00 - 09:00
- (b) 09:00 - 12:00

2. Tarde

(a) 12:00 - 15:00

(b) 15:00 - 18:00

3. Noite

(a) 18:00 - 21:00

(b) 21:00 - 00:00

2.5 Trabalhos Relacionados

O primeiro artigo analisado é **Tecnologia em Saude: versão brasileira do software GloboDiet para avaliação do consumo alimentar em estudos epidemiológicos (STELUTI et al., 2020)**. O *software* não apresenta análise de produtos, e a recomendação de produtos se baseia no consumo energético e nos macronutrientes dos alimentos.

O segundo artigo apresenta o **CardNutri: Um Software de planejamento de cardápios nutricionais semanais para alimentação escolar aplicando inteligência artificial (MOR-EIRA et al., 2017)**. A análise de produtos é feita por comparações de tabela de nutrientes, preço e localidade. A recomendação de alimentos é realizada por faixa etária, variedade de alimentos, harmonia de preparações, e um preço máximo a ser gasto para fazer cada refeição.

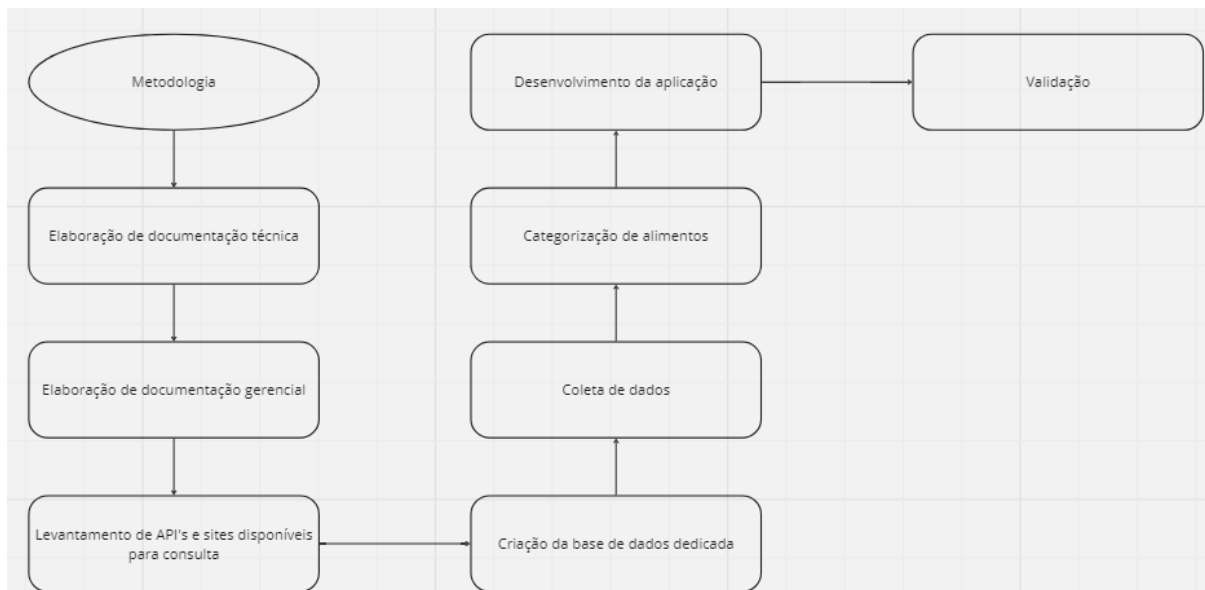
Como terceira análise realizada, foi utilizado um trabalho de conclusão de curso, onde apresenta uma tese sobre recomendação de presentes em dispositivos móveis. A análise do perfil de cada usuário, é feita a partir de compras que foram realizadas, ou seja, conforme o histórico de produtos adquiridos é feito o mapeamento de interesses. Para a recomendação, os interesses são utilizados para recomendar produtos semelhantes aqueles que o usuário já adquiriu (PEREIRA; COSTA, 2016).

Para quesito de comparação, o artigo atual tem análise dos produtos baseada nas comparações das tabelas nutricionais, localidade do usuário, e o preço dos produtos, usando a localidade para aferir de forma mais precisa os preços. Além disso, a recomendação de alimentos é feita com base no plano alimentar, na localidade, no orçamento do paciente, e nas preferências do usuário, que pode selecionar quais tipos de alimentos deseja consumir em quais faixas de horários do dia.

3 METODOLOGIA

Para desenvolvimento da aplicação, é adotado um modelo sequencial. Esse processo é controlado por um cronograma, e é composto por 3 (três) etapas: Planejamento, Execução e Validação, as quais são detalhadas a seguir.

Figure 1 – Etapas metodológicas



Fonte: elaborado pelos autores

3.1 Planejamento

O planejamento se divide em 3 etapas, quais sejam, produção de documentos técnicos, produção de documento gerenciais e o levantamento das API's disponíveis para consulta.

3.1.1 Documentos técnicos

A documentação técnica serve para nortear a construção deste sistema. Dentre eles estão:

- Levantamento de requisitos funcionais e não funcionais. São os nossos guias para a elaboração das funcionalidades do sistema. Tudo o que estiver contido nos documentos possibilita que o software seja atualizado e reparado sempre que necessário de acordo com o que foi inicialmente estipulado.
- Casos de uso baseados em histórias de usuários. É importante trazer situações reais para a aplicação, portanto a utilização de historias de usuários é indispensável.
- Restrição e mecanismos arquiteturais. Foi feito um levantamento das tecnologias a serem utilizadas para atender a todas as demandas funcionais e não funcionais do sistema.

3.1.2 Fontes de dados

Este projeto utiliza duas fontes de dados principais para coletar informações nutricionais. Ambas as fontes são acessadas por meio de um web crawler, que é um programa automatizado que navega pela web e coleta informações. Essas duas fontes de dados, quando combinadas, fornecem uma visão completa e detalhada das informações nutricionais disponíveis, permitindo análises aprofundadas e precisas.

3.1.2.1 Tabela Brasileira de Composição de Alimentos

A Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TBCA) é a primeira fonte de dados do projeto. A TBCA é uma compilação extensa e minuciosa de informações nutricionais relacionadas a uma vasta variedade de alimentos amplamente consumidos no Brasil. Essa valiosa fonte de dados é resultado de um estudo cuidadoso e abrangente que visa fornecer informações detalhadas sobre calorias, proteínas, carboidratos, gorduras, fibras, vitaminas e minerais presentes em cada alimento.((FORC), 2023)

3.1.2.2 Site do SuperNosso

O SuperNosso é um supermercado online que oferece uma variedade de produtos alimentícios, desde frutas e verduras até carnes e laticínios. Para obter as informações nutricionais desses produtos, o projeto utiliza um web crawler, que é um programa que navega pelo site do SuperNosso e extrai os dados relevantes. Dessa forma, o projeto pode acessar uma grande quantidade de produtos e suas respectivas informações nutricionais, como calorias, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais. Esses dados são essenciais para a análise e recomendação de alimentos adequados ao orçamento e às preferências do usuário.

3.2 Execução

Esta etapa foi também subdividida entre: Elaboração de diagramas, Classificação de produtos e Desenvolvimento da aplicação .

3.2.1 Elaboração de diagramas

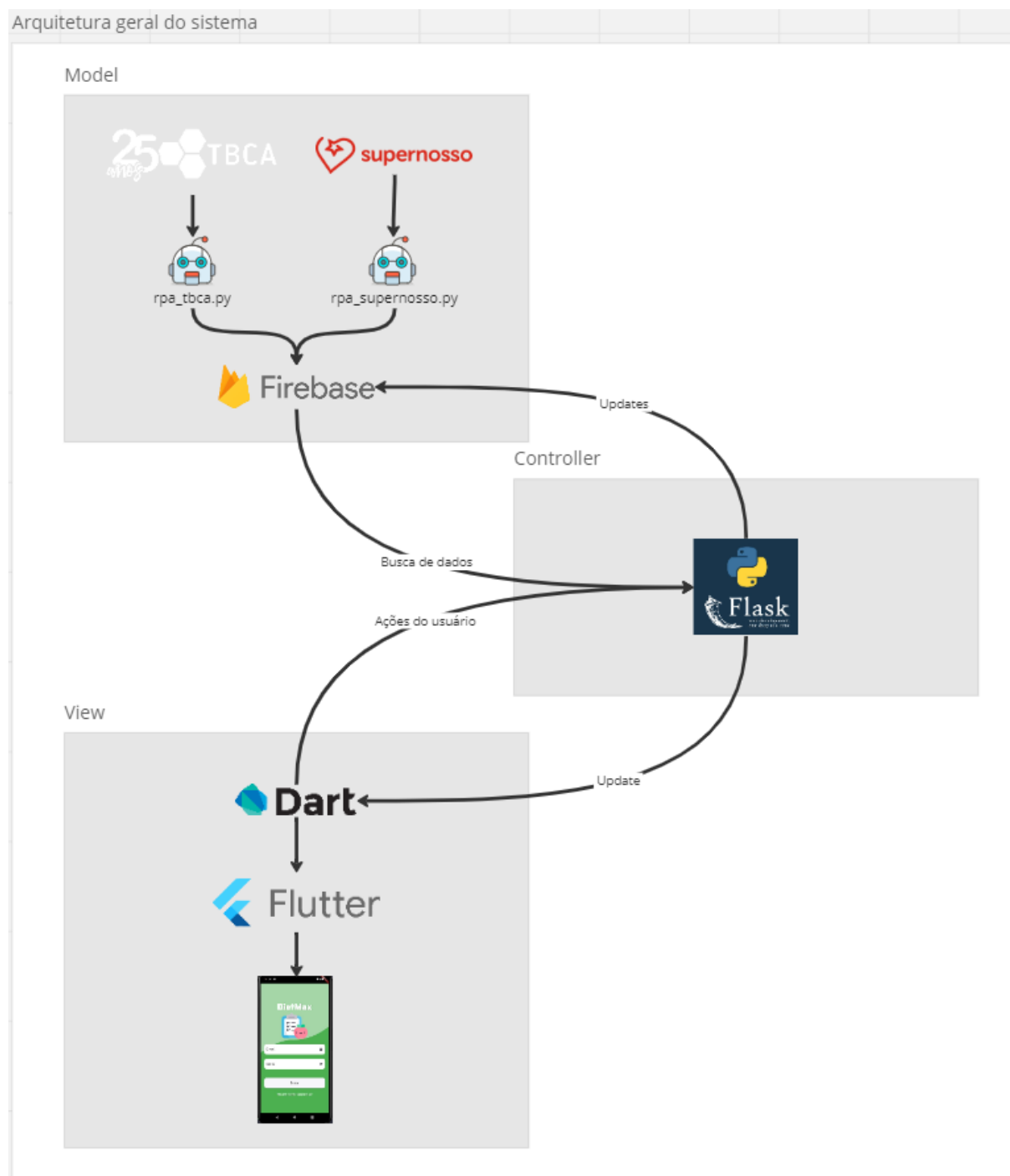
Ainda na área da documentação técnica, a elaboração de alguns diagramas é a primeira etapa da execução do projeto. Esses diagramas são facilitadores e fontes de consulta para o

desenvolvimento da aplicação. Dentre eles estão:

3.2.1.1 Arquitetura do sistema

A figura abaixo apresenta a arquitetura geral do sistema, demonstrando o modelo MVC e as tecnologias utilizadas:

Figure 2 – Arquitetura geral do sistema

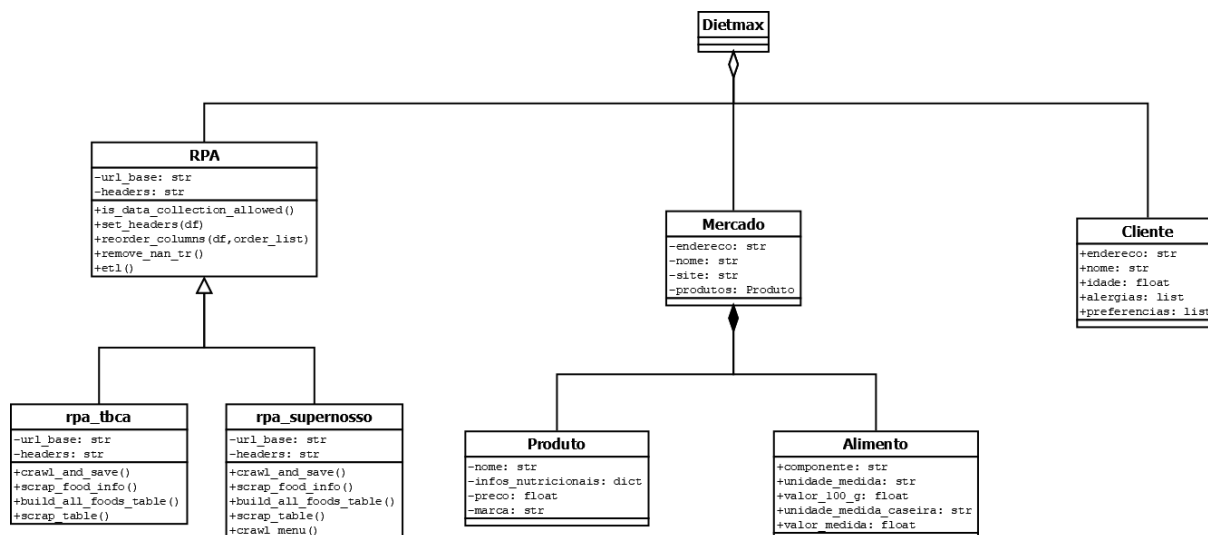


Fonte: elaborado pelos autores

3.2.1.2 Diagrama de Classe

A figura abaixo representa o diagrama de classes do projeto:

Figure 3 – Diagrama de classes



Fonte: elaborado pelos autores

3.2.1.3 Diagrama de Casos de Uso

3.2.1.4 Requisitos funcionais e não funcionais

Requisitos funcionais descrevem as funcionalidades específicas que o sistema deve oferecer, detalhando as ações que o sistema deve executar, as operações que deve realizar e as interações que deve suportar para atender às necessidades dos usuários e alcançar seus objetivos. Como objetivos funcionais, foram definidos:

Figure 4 – Requisitos Funcionais

Requisitos	Descrição	Prioridade
RF1: Inserir dieta	O aplicativo deve permitir que os usuários insiram informações sobre sua dieta e defina o horário de cada refeição.	Alta
RF2: Visualização da dieta	O aplicativo deve permitir a visualização simplificada da dieta inserida pelo usuário.	Alta
RF3: Visualizar valor nutricional	O aplicativo deve permitir que os usuários visualizem o valor nutricional dos alimentos.	Alta
RF4: Seleção de alimentos variados	O aplicativo deve fornecer ao usuário uma gama de alimentos diversificados para montar a sua dieta.	Média
RF5: Recomendação de alimentos	O aplicativo deve fornecer recomendações personalizadas com base nas informações inseridas pelo usuário	Alta
RF6: Edição dos dados do usuário	O aplicativo deve permitir o usuário alterar dados pessoais.	Baixa

Fonte: elaborado pelos autores

Requisitos não funcionais referem-se a critérios que descrevem as características e propriedades de um sistema ou software além das funcionalidades específicas. Eles incluem aspectos como desempenho, segurança, usabilidade, escalabilidade, confiabilidade e manutenibilidade. Como objetivos não funcionais, foram definidos:

Figure 5 – Requisitos Não-Funcionais

Requisitos	Descrição	Prioridade
RNF1: Usabilidade	O aplicativo deve ser de fácil utilização e ter uma interface amigável. Onde o usuário consiga se localizar sem muito esforço.	Média
RNF2: Desempenho	O aplicativo deve ser capaz de lidar com grandes quantidades de dados sem diminuir o desempenho.	Alta
RNF3: Experiência do Usuário	O aplicativo deve ser capaz de fornecer recomendações precisas e confiáveis com base nas informações inseridas pelo usuário.	Alta
RNF4: Segurança	O aplicativo deve ser seguro e proteger as informações do usuário.	Alta
RNF5: Portabilidade	O aplicativo deve ser compatível com diferentes dispositivos móveis. Sendo possível a utilização em Android e IOS.	Média

Fonte: elaborado pelos autores

3.2.2 Desenvolvimento da aplicação

O desenvolvimento da aplicação será baseado em uma arquitetura MVC, sendo o componente *Model* feito em *Python* e *Firebase*, o componente *View* feito em *Flutter* e, por fim, o componente *Controller* feito em *Python* utilizando a biblioteca *Flask*. Essa escolha foi feita devido à facilidade que essas tecnologias nos proporcionam em cada um dos casos:

***Model* de persistência, inicialmente foi feito em *Firebase*, por ser simples de aplicar, manipular e ser capaz de lidar com a quantidade de dados estimada para uma versão beta. Além disso, para a coleta de dados foram criados *Web Crawlers* em *Python* que**

utilizam principalmente das bibliotecas *BeautifulSoup*, *Requests* e *Pandas*. *View*, foi escolhido o Flutter por ser uma linguagem eficaz, que gera aplicações nativas em diferentes Sistemas Operacionais, e por ser uma linguagem bem documentada. Para a criação do *FrontEnd* da aplicação foram utilizadas as bibliotecas: *Get*, *Google Fonts*, *Font Awesome*, *Firebase* e *Dio*. *Controller* foi feito em *Python*, utilizando a biblioteca *Flask* e essa escolha foi feita por ser a mesma linguagem do *Model*, o que facilita a comunicação entre os componentes. Foi criada uma API, para comunicação com o componente *View*.

3.3 Validação

Para esta última etapa, a validação foi feita na prática, pessoalmente, com a ida a alguns estabelecimentos. Após treinamento do sistema, alguns testes foram feitos. Os resultados desses testes foram levados para os estabelecimentos que a aplicação abrange, colocando à prova se a aplicação realmente foi capaz de fazer um novo plano alimentar, com as mesmas condições nutricionais, mas com o preço final menor que a original, de modo a se adequar ao orçamento do paciente.

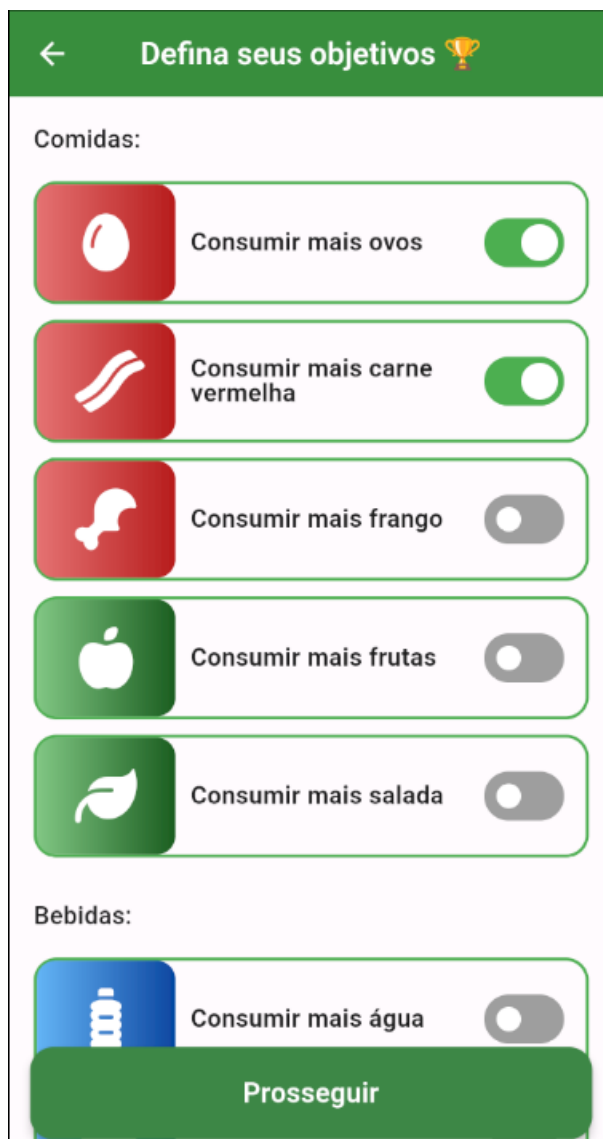
4 RESULTADOS OBTIDOS

O foco da pesquisa foi desenvolver um aplicativo, que irá auxiliar usuários que buscam fazer modificações em sua dieta. As telas foram projetadas para manter o fácil entendimento dos fluxos por qualquer faixa etária.

Para a coleta de dados foram criados dois *web crawlers* que navegam por dois sites da web. O primeiro *crawler*, navega pelo <https://www.tbca.net.br/>, onde se encontra a tabela TBCA, que contém todos os dados de alimentos e informações nutricionais. Para esse robô não houve grandes dificuldades. Já o segundo *crawler*, que navega pelo <https://www.supernosso.com/> e coleta os dados dos produtos vendidos, necessitou de mais atenção pela complexidade de estrutura de navegação do site. Entretanto, a coleta foi bem sucedida.

Para a criação da interface, foi utilizado a linguagem *Dart* e seu *framework Flutter*, dando assim a liberdade do sistema operar em multiplataformas. Para o desenvolvimento das telas, não foram encontrados grandes problemas. Para o design das telas foram realizadas buscas de inspirações em sistemas já existentes.

Figure 6 – Telas de Objetivos





Fonte: elaborado pelos autores

Para iniciar o fluxo do aplicativo, é exibido a tela de objetivos. Nesta tela, o usuário tem a possibilidade de selecionar alguns itens que podem ajudar a recomendação de alimentos ser mais eficiente para a dieta dele.

Figure 7 – Telas de Preferências

← Você tem alguma alergia? 😞

	Derivados do leite	<input type="checkbox"/>
	Ovos	<input type="checkbox"/>
	Marisco	<input type="checkbox"/>
	Peixes	<input type="checkbox"/>
	Amendoim (leguminosa) e frutos secos	<input type="checkbox"/>
	Soja	<input type="checkbox"/>
	Glúten	<input type="checkbox"/>

Prosseguir

Fonte: elaborado pelos autores

Após clicar no botão de prosseguir da tela de objetivos, ilustrado na Figura 3, é exibido uma tela onde o usuário pode selecionar se possui algum tipo de alergia. Esta parte é muito importante para serem realizados filtros na recomendação de alimentos, removendo possíveis alimentos prejudiciais para o usuário.

Figure 8 – Telas de Dieta



Fonte: elaborado pelos autores

Seguindo a tela das preferências, ilustrado na Figura 4, o usuário chega a parte onde pode ser visualizado toda a dieta adicionada. Nessa tela é possível visualizar informações sobre quais alimentos foram adicionados na dieta, a quantidade, as calorias, e também é possível adicionar mais alimentos.

Figure 9 – Telas de Dieta



Fonte: elaborado pelos autores

Ao clicar no botão de "Adicionar Alimentos", ilustrado na Figura 5, o usuário é enviado para a tela de seleção de alimentos. Onde é possível adicionar visualizar e adicionar qualquer tipo de alimento dentro da dieta.

5 CRONOGRAMA

Atividades	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
Planejamento	x				
Execução	x	x	x	x	
Validação			x	x	x
Video da apresentação			x		
Apresentação final			x	x	x
Artigo final	x	x	x	x	x

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

References

- ANTUNES, Hanna K.M. et al. Análise de taxa metabólica basal e composição corporal de idosos do sexo masculino antes e seis meses após exercícios de resistência. In: UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO-UNIFESP/EPM. São Paulo - SP, BR: Scielo, 2015.
- CHATTERJEE, Nilanjan et al. Real-time communication application based on android using google firebase. **IJARCSMS**, v. 6, 04 2018.
- COUTO, Flávio M. do; SILVA, Julio F. da. Uso do módulo python uncertainties no cálculo de incertezas experimentais da diferença de potencial e corrente elétrica de um protótipo experimental. Campus de Alegre, Alegre, ES, BR, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbef/a/zPhrQhWFVzGfcmVwmbkv8bs>. Acesso em: 16 de out. 2023.
- FENTAW, Awel Eshetu. Cross platform mobile application development: a comparison study of react native vs flutter. 2020.
- (FORC), Universidade de São Paulo (USP). Food Research Center. **Tabela Brasileira de Composição de Alimentos (TBCA)**. 2023. <<http://www.fcf.usp.br/tbca>>. Acessado em: 28/09/2023.
- FOUNDATION, Python Software. **Documentação Python**. [S.l.], 2023. Acesso em: 18 de out. 2023. Disponível em: <<https://docs.python.org/pt-br/3/>>.
- JOB, Alessandra Rocha; OLIVEIRA, Ana Cristina Soares de. Percepção dos acadêmicos de nutrição sobre a efetividade a longo prazo dos métodos de dietas restritivas para a perda e o controle de peso. **Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento**, São Paulo, v. 13, n. 78, p. 291–298, mar./abril. 2019.
- LI, Wu-Jeng et al. Justiot internet of things based on the firebase real-time database. 2018. Disponível em: <https://ieeexplore.ieee.org/abstract/document/8353979>. Acesso em: 04 de set. 2023.
- MAGNO, Fernanda Cristina Carvalho Mattos et al. **Macro e micronutrientes na orientação nutricional para obesidade**. 44. ed. Juiz de Fora, MG, BR: HU Revista, 2018. 251-259 p.
- MENON, Daiane; SANTOS, Jacqueline Schaurich dos. Consumo de proteína por praticantes de musculação que objetivam hipertrofia muscular. In: UNIVERSIDADE DE CAXIAS DO SUL. Caxias do Sul - RS, BR: Scielo, 2012.
- MOREIRA, Rafaela Priscila Cruz; MARTINS, Flávio Vinícius Cruzeiro; WANNER, Elizabeth Fialho. Cardnutri: Um software de planejamento de cardápios nutricionais semanais para alimentação escolar aplicando inteligência artificial. Rio de Janeiro, RJ, BR, 2017. Disponível em: <https://www.reciis.icict.fiocruz.br/index.php/reciis/article/view/1272>. Acesso em: 24 de nov. 2022.
- PEREIRA, Caíque de Paula; COSTA, Ruyther Parente da. **Algoritmo de Recomendação de Presentes em Dispositivos Móveis**. 2016 — Universidade de Brasília - UnB, acesso em: 18 de out. 2023. Disponível em: <<https://fga.unb.br/articles/0001/6858/tcc-gifter-caique-ruyther.pdf>>.
- RISSI, Matheus; DALLILO, Felipe Diniz. Flutter um framework para desenvolvimento mobile. 2022. Disponível em: <https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/2230>. Acesso em: 04 de set. 2023.

SHAH, Kewal; SINHA, Harsh; MISHRA, Payal. Analysis of cross-platform mobile app development tools. In: IEEE. **2019 IEEE 5th International Conference for Convergence in Technology (I2CT)**. [S.l.], 2019. p. 1–7.

SILVA, Valéria Martins da. Revisão sistemática da evolução mvc na base acm. 2012. Disponível em: <https://41jaiio.sadio.org.ar/sites/default/files/31EST2012.pdf>. Acesso em : 04 de set. 2023.

STELUTI, Josiane et al. Tecnologia em saúde: versão brasileira do software globodiet para avaliação do consumo alimentar em estudos epidemiológicos. São Paulo, SP, BR, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/DDF5kZKPwsbzBP3ZDDdTh8F/?lang=pt>. Acesso em: 24 de nov. 2022.

WANGLER, Julian; JANSKY, Michael. The use of health apps in primary care—results from a survey amongst general practitioners in germany. **Wien Med Wochenschr**, v. 171, n. 7-8, p. 148–156, May 2021. Epub 2021 Feb 11.

WU, Wenhao. React native vs flutter, cross-platforms mobile application frameworks. Metropolia Ammattikorkeakoulu, 2018.