



SISTEMA WEB PARA AUXÍLIO EM ALIMENTAÇÃO VEGETARIANA

Wanessa PEREIRA¹; Paulo C. dos SANTOS²

RESUMO

A alimentação vegetariana está ganhando cada vez mais adeptos diariamente. Nesse contexto, é importante que haja um acesso mais amplo a conhecimentos aprofundados sobre o tema, para que as pessoas vegetarianas possam fazer escolhas saudáveis e conscientes. No entanto, devido à falta de informações abrangentes sobre os elementos essenciais para uma alimentação vegetariana saudável, muitas pessoas não recebem a orientação adequada para garantir uma qualidade de vida sem o consumo de alimentos de origem animal. Com o objetivo de amenizar essa problemática, a aplicação web foi criada, fornecendo dados, artigos e recursos para capacitar os vegetarianos a tomar decisões informadas. O projeto utiliza PHP, MySQL, HTML e CSS. Atualmente em fase de protótipo, a aplicação passará por testes com usuários reais, sendo ajustada para melhor atender suas necessidades. Após a realização dos testes de usabilidade, serão realizados os ajustes necessários, visando atender plenamente às necessidades dos usuários.

Palavras-chave: Vegetarianismo; Nutrição; Engenharia de Software; Saúde.

1. INTRODUÇÃO

O avanço contínuo das tecnologias e o uso intensivo de softwares desempenham um papel fundamental na transformação de diversas esferas da sociedade contemporânea. A convergência de inovações tecnológicas e a crescente dependência de sistemas digitais têm impactado positivamente diversos campos, sendo um deles a área da alimentação e do vegetarianismo.

A relação entre a tecnologia da informação e o vegetarianismo ganha destaque, à medida que as soluções baseadas em software oferecem novas abordagens para questões relacionadas à saúde, nutrição e escolhas alimentares conscientes. Essa tecnologia fornece orientações nutricionais detalhadas sobre os benefícios de uma dieta vegetariana bem planejada, desmistificando mitos comuns e auxiliando as pessoas a fazerem escolhas informadas em sua alimentação (CRAIG, 2010).

A disponibilidade de aplicativos móveis, sites e sistemas de informação especializados tem ampliado o acesso a conhecimentos aprofundados sobre nutrição vegetariana. Eles oferecem informações sobre o equilíbrio de nutrientes, receitas saudáveis e guias alimentares. À medida que a consciência sobre as implicações ambientais e éticas do consumo de produtos de origem animal cresce, o vegetarianismo ganha adeptos em todo o mundo. No entanto, essa mudança de paradigma alimentar não requer apenas um entendimento sólido dos princípios nutricionais, mas também um apoio eficaz para garantir uma transição bem-sucedida.

De acordo com KIM e LEE (2019), em seu estudo sobre a influência da tecnologia de informação e comunicação nas escolhas alimentares vegetarianas na Coreia do Sul, a disseminação

¹Discente IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: wanessa.victoria@alunos.ifsuldeminas.edu.br

²Orientador IFSULDEMINAS – Campus Muzambinho. E-mail: paulo.santos@muz.ifsuldeminas.edu.br

de informações por meio dessas tecnologias desempenhou um papel fundamental na conscientização e na mudança de comportamento alimentar das pessoas, tornando a transição para uma dieta vegetariana melhor informada.

É importante ressaltar que a alimentação vegetariana, quando devidamente planejada e executada, pode ser uma escolha saudável e nutricionalmente adequada. Entretanto, problemas de saúde podem surgir se essa dieta não for bem administrada, o que não é exclusivo do vegetarianismo, mas sim consequência da falta de planejamento adequado na seleção de alimentos e no atendimento às necessidades nutricionais individuais. Nesse contexto, a tecnologia desempenha um papel fundamental na assistência aos adeptos da alimentação vegetariana, oferecendo conhecimento acessível e confiável.

Para abordar essa questão, a aplicação web foi desenvolvida com o propósito de auxiliar os adeptos do vegetarianismo a adquirirem os conhecimentos necessários. Ela oferece dados, conteúdo informativo, artigos e outros recursos que capacitam as pessoas a tomarem decisões melhores em relação à sua dieta. Isso ajuda a superar as barreiras que muitos enfrentam ao buscar uma alimentação vegetariana saudável, proporcionando-lhes um caminho claro para adotar e manter esse estilo de vida de forma bem-sucedida.

Em resumo, essa aplicação web visa fornecer um suporte valioso para aqueles que desejam fazer escolhas conscientes em sua dieta vegetariana, promovendo uma melhor compreensão e prática desse estilo de vida alimentar.

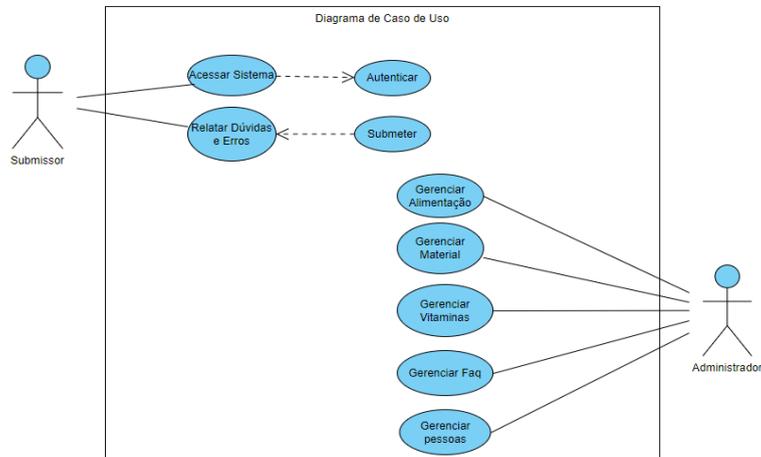
2. MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de uma pesquisa aplicada desenvolvida no curso técnico em informática integrado ao ensino médio no Instituto Federal de Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais, IFSULDEMINAS - Campus Muzambinho, na disciplina de Projetos de Software Orientado à Objetos.

Os métodos envolvem estudos sobre conceitos relacionados à Engenharia de Software: processo de software, prototipação, levantamento, análise, modelagem UML e documentação de requisitos de software; desenvolvimento de software web frontend com as tecnologias HTML, CSS e Javascript. Para o desenvolvimento backend foi utilizada a linguagem PHP e o banco de dados MySQL (figura 2). Documentos Google, Google Drive, Figma ou Canva para modelagem de interfaces de usuários. Git e Github para repositório e versionamento de códigos. Foram realizados testes unitários de software, gerenciamento de projeto de software como uso de SCRUM, com o uso do software Notion. Ao longo do desenvolvimento a aplicação foi publicada em servidor de hospedagem gratuita chamado Infinity Free. A figura 1, demonstra o diagrama de caso de uso da aplicação.

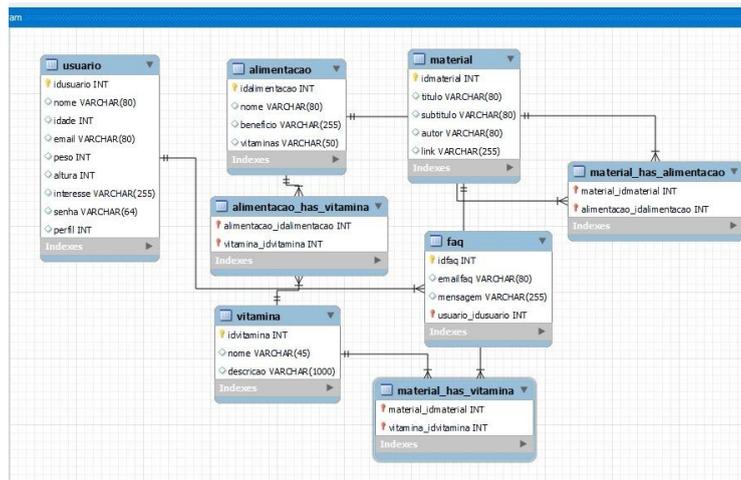
O material utilizado para realização do projeto foi um computador pessoal, na qual o mesmo foi disponibilizado pela instituição.

Figura 1: diagrama de caso de uso



Fonte: dos autores (2023)

Figura 2: diagrama da modelagem do banco de dados

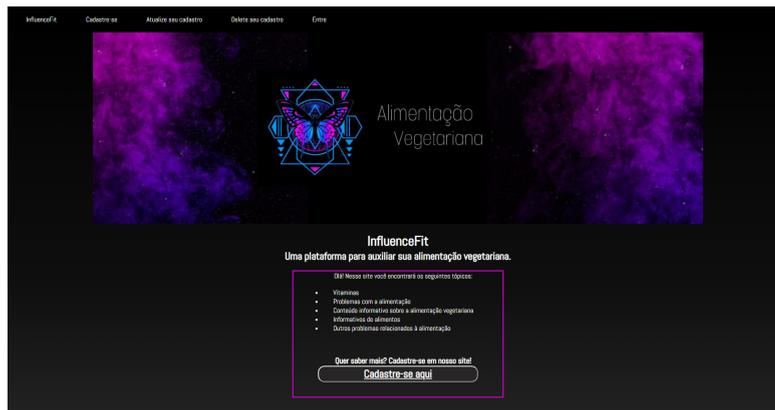


Fonte: dos autores (2023)

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A aplicação foi construída de acordo com o planejamento definido. Na página inicial, os usuários podem realizar o login ou cadastrarem uma nova conta. Após registro, são levados à página principal (Figura 3). Ao realizarem o login, terão acesso a todos os conteúdos disponibilizados, como artigos, textos explicativos, desde história do vegetarianismo até recomendações alimentares. O usuário também poderá tirar suas dúvidas na seção Faq (figura 4). São armazenadas no banco de dados as entradas de login, cadastro e faq.

Figura 3: tela principal da aplicação



Fonte: dos autores (2023)

Figura 4: faq



Fonte: dos autores (2023)

4. CONCLUSÃO

A aplicação web foi desenvolvida para capacitar os adeptos do vegetarianismo, fornecendo informações e recursos para uma adoção bem-sucedida desse estilo de vida alimentar. Em resumo, essa aplicação visa promover uma compreensão melhor e prática consciente da dieta vegetariana, contribuindo para escolhas alimentares mais saudáveis. O projeto foi documentado em detalhes, abrangendo etapas, resultados e aprendizados para orientar futuros projetos e compartilhar conhecimento. A aplicação web está em estágio de protótipo e passará por validação com usuários reais. Os ajustes pós-teste serão implementados para melhor atender às necessidades dos usuários.

REFERÊNCIAS

- CRAIG, W. J. (2010). Nutrition concerns and health effects of vegetarian diets. *Nutrition in Clinical Practice*, 25(6), 613-620.
- KIM, S., & LEE, J. (2019). A influência da tecnologia de informação e comunicação nas escolhas alimentares vegetarianas na Coreia do Sul. *Sustentabilidade*, 11(18), 4924.