

BirlTrain:
APLICATIVO PARA AJUDAR A PESSOAS
SEDENTÁRIAS

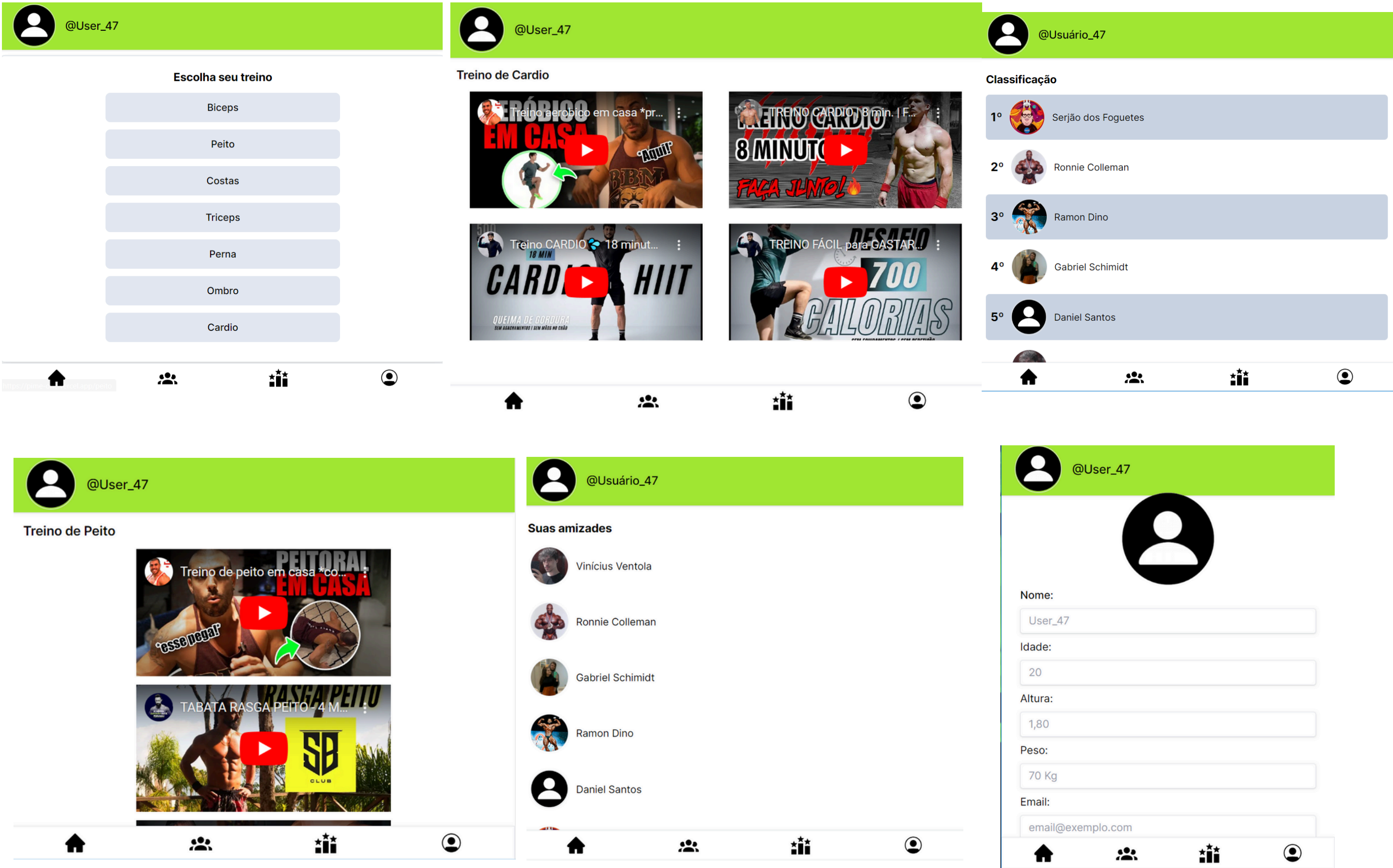


Justificativa do Projeto (problema a ser resolvido)

O sedentarismo, caracterizado pela ausência de atividade física regular, é um problema crescente associado a diversas condições de saúde crônicas. Segundo a OMS, 47% da população brasileira é sedentária, com um número alarmante de 84% entre os jovens. Há também uma disparidade socioeconômica, com rapazes de classes mais baixas sendo menos ativos. Esse estilo de vida inativo resulta em altos custos para os sistemas de saúde e reduz a produtividade. A falta de acessibilidade a locais para exercícios e o apoio insuficiente são fatores chave que contribuem para o sedentarismo.

Descrição do Projeto

O projeto visa combater o sedentarismo promovendo exercícios físicos e hábitos saudáveis através de uma plataforma que engaja indivíduos sedentários em uma rotina de atividades. O objetivo é incorporar exercícios diários, oferecendo benefícios físicos e recompensas. A plataforma tornará o exercício acessível e divertido, com funcionalidades como tutoriais detalhados para exercícios internos e externos e a organização de eventos presenciais para promover interação social e motivação coletiva.



GRADUAÇÃO EM ANÁLISE E DESENVOLVIMENTO DE SISTEMAS
PIME I - FUNDAMENTOS DE PROGRAMAÇÃO- DG.2024.1.M2.M.B | (PIME)

PROFESSOR TUTOR
Prof. Me. Marcio Cavalcante de Souza

ALUNOS
BYUNG CHOI - RM: 24110019 VINICIUS VENTOLA- RM: 24111430 LEONARDO DOS SANTOS - RM: 24111549 GABRIEL SCHMIDT - RM: 24110993 DANILO SANTOS - RM: 24111663

CAMPUS
Vila Mariana - Rua Doutor Álvaro Alvim, 90

