

**Plan de negocios para la creación de una empresa de acondicionamiento físico para el  
adulto mayor**

**José Luis Pallares Rueda**

**Trabajo de grado para optar el título de Profesional en Cultura Física, Deporte y  
Recreación**

**Director**

**Ramón Octavio Zambrano González**

**Doctor en Ciencia de la Actividad física y los Deportes**

**Universidad Santo Tomás, Bucaramanga**

**División de Ciencias de la Salud**

**Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación**

**2021**

## Contenido

	Pág.
Introducción .....	9
1. Plan de negocios para la creación de un centro de acondicionamiento físico para el adulto mayor	
Corazones Contentos .....	11
1.1 Datos generales .....	11
1.2 Justificación.....	12
1.3 Objetivos .....	14
1.3.1 Objetivo general.....	14
1.3.2 Objetivos específicos .....	14
2. Construcción de la marca.....	15
2.1 Logo .....	15
2.2 Eslogan.....	15
2.3 Colores institucionales .....	16
2.4 Misión .....	16
2.5 Visión .....	16
2.6 Valores corporativos .....	16
2.7 Filosofía institucional.....	17
2.8 Código CIU.....	17
3. Marco teórico .....	18
3.1 Emprendimiento nivel local .....	18
3.2 Grupo meta.....	21
4. Análisis del mercado.....	24

4.1 Tendencia de crecimiento del mercado.....	31
4.2 Matriz del perfil competitivo .....	33
4.3 Análisis de la competencia.....	34
5. Descripción de la solución .....	35
5.1 Portafolio.....	37
6. Estudio de mercado.....	38
6.1 Objetivos de la Investigación.....	38
6.1.1 Objetivo general de la investigación.....	38
6.1.2 Objetivos específicos de la investigación .....	39
6.2 El consumidor .....	39
7. Estudio técnico.....	39
7.1 Tamaño del proyecto.....	40
7.2 Descripción del tamaño del proyecto.....	41
7.3 Factores determinantes del tamaño del proyecto .....	41
7.4 Condiciones técnicas .....	42
7.5 Mapa de procesos .....	42
7.6 Requerimiento .....	43
7.7 Capacidad productiva.....	44
8. Estudio financiero .....	45
8.1 Equipo emprendedor .....	46
9. Conclusiones .....	47
Referencias.....	48

**Lista de Figuras**

	Pág.
<b>Figura 1.</b> <i>Ubicación Municipio Pelaya Cesar</i> .....	12
<b>Figura 2.</b> <i>Logo de la Empresa Corazones Contentos.</i> .....	15
<b>Figura 3.</b> <i>Colores Institucionales de la Empresa Corazones Contentos.</i> .....	16
<b>Figura 4.</b> <i>Características del Entrevistado.</i> .....	25
<b>Figura 5.</b> <i>Edad del Entrevistado.</i> .....	25
<b>Figura 6.</b> <i>Estratos del Entrevistado.</i> .....	25
<b>Figura 7.</b> <i>Actividad Física del Entrevistado.</i> .....	26
<b>Figura 8.</b> <i>Medio de Desplazamiento del Entrevistado.</i> .....	26
<b>Figura 9.</b> <i>Actividades del Entrevistado.</i> .....	27
<b>Figura 10.</b> <i>Datos OMS de Actividad Física.</i> .....	27
<b>Figura 11.</b> <i>Centro de Acondicionamiento Físico.</i> .....	28
<b>Figura 12.</b> <i>Centros para el Adulto Mayor.</i> .....	28
<b>Figura 13.</b> <i>Actividades Recreativas.</i> .....	29
<b>Figura 14.</b> <i>Actividad Física.</i> .....	29
<b>Figura 15.</b> <i>Centro de Acondicionamiento.</i> .....	30
<b>Figura 16.</b> <i>Servicio de Corazones Contentos.</i> .....	30
<b>Figura 17.</b> <i>Servicio de Corazones Contentos.</i> .....	31
<b>Figura 18.</b> <i>Mapa de Procesos de la Empresa Corazones Contentos.</i> .....	42

**Lista de Tablas**

	Pág.
<b>Tabla 1.</b> <i>Análisis Perfil Competitivo</i> .....	33
<b>Tabla 2.</b> <i>Presupuesto</i> .....	39
<b>Tabla 3.</b> <i>Proyección de ingresos</i> .....	45
<b>Tabla 4.</b> <i>Proyección de costos y gastos</i> .....	45
<b>Tabla 5.</b> <i>Estado de resultado proyectados</i> .....	45
<b>Tabla 6.</b> <i>Estado de resultados proyectados</i> .....	46

### **Resumen**

Diseñar un plan de negocios para la creación de un centro de acondicionamiento para el adulto mayor en el municipio de Pelaya, con el objetivo de crear espacios para fomentar los hábitos de vida saludable a través de la actividad física, donde se le estará ofreciendo planes y diseños de entrenamiento para el mejoramiento de la salud y calidad de vida, se estará contando con un portafolio de servicios donde se incluyen unos paquetes para el disfrute de los participantes, asimismo un seguimiento a todos los clientes para procurar alcanzar cada uno de sus objetivos.

En relación con la metodología y en función de los objetivos establecidos, con la finalidad de conocer la percepción de los clientes potenciales, se realizó un cuestionario donde se formularon una serie de interrogantes con las cuales se procuró conocer el nivel de información sobre el tema que tienen los participantes, así como conocer sus necesidades e intereses relacionados con la creación de una empresa de acondicionamiento físico para el adulto mayor, adicionalmente se aplicó un estudio de mercado que permitió conocer el espectro competitivo con otras instituciones en la zona, también se aplicó un estudio técnico con la finalidad de determinar los requerimientos de equipamiento necesarios para la creación de esta empresa, y se finalizó con un estudio financiero para saber las necesidad del capital y proyección financiera.

*Palabras claves:* Actividad Física, Adulto mayor, Salud, Emprendimiento

### **Abstract**

Design a business plan for the creation of a conditioning center for the elderly in the municipality of Pelaya, with the aim of creating spaces to promote healthy lifestyle habits through physical activity, where they will be offering plans and training designs for the improvement of health and quality of life, there will be a portfolio of services that includes packages for the enjoyment of the participants, as well as a follow-up to all clients to try to achieve each of their objectives.

In relation to the methodology and based on the established objectives, in order to know the perception of potential clients, a questionnaire was made where a series of questions were formulated with which it was sought to know the level of information on the subject that have the participants, as well as knowing their needs and interests related to the creation of a physical conditioning company for the elderly, additionally a market study was applied that allowed to know the competitive spectrum with other institutions in the area, a technical study in order to determine the equipment requirements necessary for the creation of this company, and it was finalized with a financial study to know the capital needs and financial projection.

*Keywords:* Physical Activity, Elderly, Health, Entrepreneurship

## Glosario

*Actividad física:* la actividad física es todo movimiento del cuerpo que hace trabajar a los músculos y requiere más energía que estar en reposo.

*Adulto mayor:* un adulto mayor es aquel individuo que se encuentra en la última etapa de la vida, la que sigue tras la adultez y que antecede al fallecimiento de la persona.

*Desplazamiento:* el desplazamiento es el cambio de posición de un cuerpo entre dos instantes o tiempos bien definidos.

*Envejecimiento:* el envejecimiento es la consecuencia de la acumulación de una gran variedad de daños moleculares y celulares a lo largo del tiempo, lo que lleva a un descenso gradual de las capacidades físicas y mentales, un aumento del riesgo de enfermedad, y finalmente a la muerte.

*Negocio:* un negocio es una actividad económica que busca obtener utilidades principalmente a través de la venta o intercambio de productos o servicios que satisfagan las necesidades de los clientes. Puede incluir una o varias etapas de la cadena de producción tales como: extracción de recursos naturales, fabricación, distribución, almacenamiento, venta o reventa.

*Negocio:* un negocio es una actividad económica que ofrece beneficios gracias a la prestación de servicios y/o compra/venta de activos/productos. Por tanto, el objetivo de cualquier negocio será obtener un rendimiento económico, es decir, unas ganancias.

*Obesidad:* la obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal. La obesidad no es solo un problema estético. Es un problema médico que aumenta tu riesgo de enfermedades y problemas de salud, tales como enfermedad cardíaca, diabetes, presión arterial alta y ciertos tipos de cáncer.

## **Introducción**

Este proyecto de grado tiene como objetivo la creación de un centro de acondicionamiento físico para el adulto mayor con el propósito de fomentar la práctica de la actividad física, hábitos y estilos de vida saludable de las personas adultas mayores en el municipio de Pelaya Cesar, donde cuenten con un espacio adecuado para que cada uno de los integrantes tengan la posibilidad de ir a realizar sus actividades y de esa manera también recrearse, contando con un servicio especializado con profesionales en el campo de la actividad física para un mejor desempeño.

El punto principal se dará a conocer en los objetivos generales y específicos que tendrá la creación de este centro de acondicionamiento como plan de negocio, se hará una consulta de los conceptos generales que se aprecia como lo es la actividad física en el adulto mayor y la importancia que tiene de realizar esta práctica a esta población, así como también saber porque la actividad física es considerada un factor influyente en la salud de las personas mayores y de qué manera ayuda al desarrollo de sus condiciones de vida.

Posterior se mostrará la construcción de la marca, como lo es el logotipo, que es el signo representativo de la empresa, slogan lo cual es una frase que dará una inspiración de motivación y confianza al adulto mayor a cumplir cada uno de sus objetivos y los colores que representan a la empresa y el significado que estos poseen.

A continuación, se presentan los conceptos de cómo realizar actividad física en el adulto mayor según la OMS, los beneficios que trae esta práctica con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares, salud ósea y funcional y de reducir el riesgo de las EFN. El presente plan de negocios, se plantea como un emprendimiento que podría vincularse con el plan de desarrollo del municipio denominado “Firme Pelaya 2020-2023. Constituyéndose este emprendimiento en un planteamiento de transformación innovadora para la comunidad,

vinculación que lo hará diferente a la demás empresa. Los aspectos legislativos relacionados con el proyecto, se buscará la definición de empresa y los pasos de cómo crearla, cuáles son los temas centrales del proyecto, el grupo meta el cual va dirigido el proyecto y sus características y las necesidades que se pretenden satisfacer a través de la empresa, seguidamente se realizara el análisis de los resultados obtenidos en el instrumento de recolección de información aplicado.

Por último, la tendencia del crecimiento del mercado, en como Corazones Contentos puede llegar a ser los primeros, alcanzando un mayor nivel de participación. El análisis de la competencia mostrando los servicios que brindan las otras empresas en el mercado y dando una proyección de lo que brindara el portafolio de servicios de Corazones Contentos y lo que lo hace diferente, La capacidad productiva que va a tener la empresa y finalmente el estudio financiero que nos mostrara la viabilidad de este plan de negocios.

La idea de la empresa nace a partir de que se observa una problemática en esta población, ya que es evidenciada por este autor que reside en este municipio, no cuentan con un servicio que brinde salud a través de la actividad física, incentivando a las personas adultas mayores a poner en práctica hábitos y estilos de vida que ayuden al mejoramiento de sus condiciones, a través de profesionales comprometidos a fortalecer cada una de sus debilidades físicas y mentales.

Según la revista Cubana de Salud Pública (Nancy Stella Landinez Parra) “la inactividad física es un importante factor de riesgo para muchas condiciones y problemas crónicos de salud, tales como las enfermedades cardiovasculares, la hipertensión, la obesidad, la osteoporosis, la diabetes mellitus y de salud mental”.

## **1. Plan de negocios para la creación de un centro de acondicionamiento físico para el adulto mayor Corazones Contentos**

### **1.1 Datos generales**

“Corazones Contentos” será una empresa dedicada principalmente al fomento de la práctica de la actividad física, hábitos y estilos de vida saludable a las personas mayores, desarrollando planes y diseños de entrenamiento, donde se les hará un respectivo seguimiento a nuestros clientes, brindándoles la mayor atención y dándole un mejoramiento en los siguientes aspectos:

- Contribuir a la mejora de la condición física.
  - Incentivar a los buenos hábitos y estilos de vida en los clientes.
  - Incentivar a la práctica de la actividad física.
  - Desarrollo de las capacidades coordinativas.
  - Mejorar la capacidad respiratoria.
  - Potenciar la fuerza, la resistencia y la flexibilidad.
  - Evitar la obesidad y mantener el peso corporal.
  - Mejorar el equilibrio y la autonomía física.
  - Prevenir el envejecimiento.
  - Trabajar la memoria y la atención por medio de actividades físicas y recreativas.
  - Ocupar el tiempo libre por medio de la actividad física
- Localización del negocio.
- El servicio se prestará en el municipio de Pelaya Cesar.

**Figura 1.** *Ubicación Municipio Pelaya Cesar*

Adaptado de (Michellin Viamichellin).

Pelaya (Cesar), se encuentra conformada por 34 veredas y 2 corregimientos como lo Son Costilla y San Bernardo, se halla ubicada a la subregión del departamento, donde se limita al norte con Pailitas, al sur con la Gloria, al este con el departamento del Santander y al oeste con el municipio de Tamalameque. (Colombia Turismo Web, 2021).

## 1.2 Justificación

Las principales causas de muerte en el departamento del Cesar en la actualidad se ha llevado el protagonismo las ENT y seguidamente de enfermedades respiratorias. (PERFIL DEMOGRAFICO DEL CESAR, 2018) denotando que dentro de estas últimas están ligadas a la falta de acondicionamiento físico de las personas.

A través de la práctica de actividad física regular, se puede mantener un buen estado físico y saludable, ya que dichas actividades ayudan a evitar y controlar las enfermedades cardiacas, las enfermedades no transmisibles e hipertensión y al mejoramiento de la salud mental. (Organizacion Mundial de la Salud, 2020).

Los adultos de 18 a 64 años deberían de desarrollar ejercicios de fortalecimiento muscular, donde se utilicen todos los grupos musculares principales durante dos o más días a la semana, donde estas actividades aportan beneficios en salud (Organizacion Mundial de la Salud , 2020).

Los municipios han creado espacios como son los parques al aire libre, donde comúnmente se ven a las personas en máquinas para realizar ejercicio físico sin ningún tipo de orientación profesional, lo cual les genera un riesgo, además de eso, muchos de estos practicantes son personas adultas mayores lo cual debe tener una guía adecuada y profesional.

“El ejercicio físico en las personas mayores tienen múltiples ventajas, El poder realizar actividad física les ayudara afrontar esta etapa de la vida con mayor optimismo y a relacionarse con otros de forma sana e independiente” (Cuideo, 2019, párr. 5).

Durante los 50 años de edad, llevar una vida sedentaria tiene como consecuencia el riesgo de desarrollar fragilidad en la vejez, por eso los geriatras recomiendan tener una vida activa físicamente, una muy buena dieta balanceada y un ambiente adecuado (Geriatricaera, 2014).

Se detalla que si las personas fueran activas físicamente que hasta 5 millones de muertes se podrían evitar, donde las nuevas directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios aclara que cada sujeto puede ser activa físicamente, independientemente de su edad y capacidad (Organizacion Mundial de la Salud, 2020).

“Con la actividad física se obtienen algunos beneficios que evitan que el proceso de envejecimiento deteriore la condición funcional del adulto mayor evitando su aislamiento social y mejorando su calidad de vida” (eFisioterapia.net, 2008).

Teniendo en cuenta la información anteriormente dada, la población adulta mayor requiere aún más de un servicio especializado, ya que a la hora de realizar la práctica del ejercicio no están siendo guiados por un profesional, llevándolos a tener cualquier tipo de lesión o consecuencia que

no favorezca a su salud. La importancia que tiene la actividad física en el adulto mayor es que a la hora de ser físicamente activos, ellos pueden seguir haciendo las cosas que le gustan y a seguir manteniéndose independientemente a medida que va envejeciendo (National Institute on Aging, 2014).

### **1.3 Objetivos**

#### ***1.3.1 Objetivo general***

Elaborar un plan de negocio para la creación de una empresa acondicionamiento físico para el adulto mayor denominado Corazones Contentos, ubicado en el municipio de Pelaya Cesar.

#### ***1.3.2 Objetivos específicos***

Realizar un estudio de mercado donde permita estatuir la factibilidad de la empresa Corazones Contentos en el municipio de Pelaya.

Realizar un estudio técnico para determinar las necesidades y los requerimientos de equipo para la creación de la empresa.

Hacer un estudio financiero para así conocer las diferentes necesidades del capital y proyección financiera.

## 2. Construcción de la marca

### 2.1 Logo

El logotipo es la imagen representativa de una institución o marca, que se caracteriza por estar reflejadas en símbolos y/o letras (Peiro, 2017). El logo de Corazones Contentos representa un ambiente de confianza, amabilidad y comprensión, lo cual el corazón refleja a dos adultos mayores abrazando dándole un entorno familiar a nuestros clientes con la intención que se animen hacer parte de este proyecto.

**Figura 2.** Logo de la Empresa Corazones Contentos.



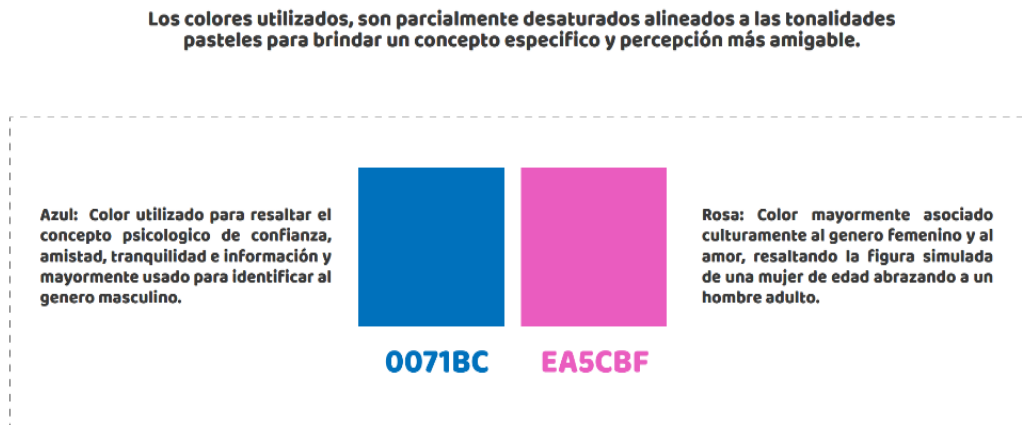
### 2.2 Eslogan

Es un lema original de un servicio o producto, con el objetivo de generar confianza al público el cual va dirigido el mensaje (Delgado) El eslogan de Corazones Contentos quiere transmitir un mensaje de motivación a los adultos mayores, de que si pueden realizar y cumplir cada objetivo que se proponga, brindándole esa comprensión y esperanza de vida.

Tu potencialidad va más allá de lo que crees... ¡Actívate!

## 2.3 Colores institucionales

**Figura 3.** *Colores Institucionales de la Empresa Corazones Contentos.*



## 2.4 Misión

Corazones Contentos será una empresa comprometida con la promoción de actividad física, hábitos y estilos de vida saludable en las personas adultos mayores, brindando un servicio de alta calidad en salud física, mental y emocional a través de actividades planificadas para un mejoramiento de la calidad de vida.

## 2.5 Visión

Nuestra empresa para el año 2026 será catalogado y reconocida a nivel nacional como una empresa que brinda recursos humanos, beneficios en salud, mayor fomentador de actividad físico recreativos, hábitos de vida saludable y atención primarias en salud de las personas mayores.

## 2.6 Valores corporativos

Corazones Contentos será una empresa líder en fomentar la actividad física en adultos mayores, será identificada por la integralidad en sus valores corporativos:

*Innovación:* el desarrollo de ideas potencia el conocimiento y gerencia el cambio para crear y transformar soluciones.

*Constancia y Disciplina:* la fuente del éxito proviene de realizar cada una de las actividades con pasión, de hacerlas todos los días, sentir las y de tener el poder de adaptarse y pensar en el futuro.

*Integralidad:* el reflejo a través del trabajo consecuente, responsable, honesto y auténtico de alta calidad.

*Coherencia:* somos consistentes en lo que pensamos, decimos, sentimos y hacemos.

*Pasión por el servicio:* amamos lo que hacemos y vivimos con total compromiso.

*Compromiso:* hacemos que las cosas sucedan, practicando la autogestión y cumpliendo nuestra promesa de servicio.

## **2.7 Filosofía institucional**

El objetivo es cambiar el concepto de envejecimiento a un modelo activo, vital, saludable y positivo que a través de nuestro servicio brindamos un mejoramiento de calidad de vida al adulto mayor, porque vemos en ella un sentimiento de volver a intentar las cosas, de dar lo mejor de ellos y a través de Corazones Contentos trabajaremos con el mayor de los gustos para ellos.

## **2.8 Código CIU**

- 8552 / Enseñanza deportiva y recreativa.
- 8730/ Actividades de atención en instituciones para el cuidado de las personas mayores y/o discapacitados.

- 8810/ Actividades de asistencias social sin alojamiento para personas mayores y discapacitadas.

### 3. Marco teórico

#### 3.1 Emprendimiento nivel local

*Emprendimiento:* El emprendimiento en Colombia se entiende por la creación de nuevas oportunidades de negocio y fomentar la creación de empresas que de alguna u otra manera generen un crecimiento económico (El Tiempo, 2017).

*Que leyes apoyan el emprendimiento en Colombia:* La ley 2069 de 31 de diciembre de 2020, esta ley apoya e impulsa el emprendimiento en Colombia, donde incluyo una serie de artículos que abre oportunidades para la promoción, el fortalecimiento y fomento de las cooperativas y economía solidaria (Confederacion de Copeerativas en Colombia , 2020).

*Con que deberá contar un centro de acondicionamiento físico:* Deberán tener instalación adecuada y en excelente estado para realizar cada programa, así mismo también contar con los implementos necesarios para el desarrollo de estos (Ley 729 de 2001).

- *Innovación*

La innovación es definida como la renovación de los conocimientos en un nuevo producto o servicio, dando respuesta a situaciones cambiantes (Nelson, 1997).

La innovación es un elemento estratégico de las diferentes empresas, donde se relaciona con la conservación en el mercado a largo plazo, aumentando el nivel de productividad y un mayor alcance en el (Gonzales).

- *Aspectos legislativos relacionados con el proyecto.*

*Normativa empresarial:* Sociedad en Comandita Simple – S. en C “Se constituye mediante mínimo uno y máximo 25 socios comanditarios o capitalistas y uno o más socios gestores” (Casteñada, 2018).

*Normas de seguridad:* las normativas de seguridad en el trabajo en Colombia, es la cual se desarrolla una investigación de los incidentes y accidentes de trabajo de acuerdo a la Resolución 1401 del 2007 y la Resolución 0312 de 2019, dentro de esta también se definen los sistemas de gestión de la seguridad en el trabajo y la salud (Gutierrez).

*Normas de convivencia:* las normas de convivencia son comportamientos adecuados en algún lugar en específico, respecto a los protocolos, el respeto y organización de un espacio. (Raffino, 2021).

*Normas de vestimenta:* es la manera en cómo los trabajadores deben seguir unas conductas, de vestirse reglamentariamente en el ámbito profesional, ya que ellos son la imagen y el reflejo de la estrategia empresarialmente dada. (Economía, 2015).

*Normativa Laboral:* la normativa laboral en Colombia Es la que se ocupa de ejecutar cualquier tipo de contrato laboral, donde cualquier empleado extranjero va a tener los mismo derechos y deberes locales que un colombiano en ejercicio. (Portal Empresarial. Org, 2019).

- *Creación de empresa*

Empresa: es una entidad de personas, que desarrollan alguna actividad con el objetivo de satisfacer una necesidad o cubrir un servicio beneficiándose económicamente (Galan, 2015).

Pasos para crear la empresa.

Defina las razones para iniciar un negocio: oportunidad; necesidad; desempleo, plan de vida, etc.

Encuentre unas ideas asociadas a sus metas, conocimientos e ideales respondiendo a las siguientes preguntas como: ¿esa idea resuelve una necesidad insatisfecha? ¿su idea ya existe?

¿Cuál es el producto o servicio? ¿Fabricar o comercializar? Analice oportunidades de mercado para su idea: ¿Quiénes son los clientes? ¿Cómo llegar a ellos?

Defina los recursos que necesita y analice su competencia, el potencial del mercado, las habilidades que necesita y la propuesta de valor de su modelo de negocio.

Implemente el modelo de negocio definido teniendo en cuenta la propuesta de valor ofrecida a sus clientes (Camara de comercio Bogota).

*Temas relacionados con el tema central del proyecto*

Centros de acondicionamiento físico: el congreso de Colombia a través de la ley 729 de 2001 decreta que un centro de acondicionamiento físico, son empresas que prestaran un servicio de protección, prevención y control de actividades relacionadas con la condición física, orientados por profesionales en el área de la salud (Ley 29 de 2001).

Actividad Física en Adulto Mayor: para la población adulto mayor la actividad física consiste en actividades de ocio y recreación, con el objetivo de evitar el riesgo de las EFN, depresión o deterioro cognitivo para así mediante el desarrollo de esta, se mejoran las funciones cardiorrespiratorias, musculares, salud ósea y funcional de esta población (Organización Mundial de la Salud, s.f., párr. 1-2).

Actividad Física: la actividad física es un movimiento corporal, que incluye un gasto energético a la hora de realizar cualquier tipo de movimiento. Bañuelos (Citado por Pérez, 2014, párr. 6)

*Hábitos de vida Saludable:* los hábitos de vida saludable son comportamientos propios que tiene nuestra vida cotidiana y que influyen de manera positiva a nuestro bienestar físico, mental y social. Salud Navarra, s.f, párr. 1).

Adulto Mayor: la Organización Mundial de la Salud (OMS) considera como adulta mayor a toda persona mayor de 60 años La persona adulta mayor es de 60 años o más de edad. A medida de tiempo las personas envejecen dependiendo de su estilo de vida durante sus años, lo cual implica un desarrollo y deterioro en las personas (Ministerio de Salud y Protección Social, s.f., párr. 1).

Envejecimiento Humano: el envejecimiento humano es un proceso de cambios biológicos durante el curso de las etapas de vida y que finalmente termina con la muerte (MinSalud, s.f., párr. 4).

Vejez: la vejez es una representación a último momento de vida humano, lo cual conlleva a tener limitaciones, capacidades y debilidades físicas (MinSalud, s.f., párr. 5).

Salud: la salud es el buen estado físico, donde incluye el bienestar mental y social de una persona, donde no solamente priman las enfermedades o afecciones. (Organización Mundial de la Salud, s.f., párr. 1).

Jornada Lúdica: la jornada lúdica hace referencia a las actividades planteadas en un espacio, donde los tiempos oscilan entre una aproximadamente y tres horas (Pardos, 2011, párr. 1).

Jornada Deportiva: “consiste en las organizaciones de deportes y juegos de habilidad, de destreza, de expresión corporal, de pruebas deportivas, de igualdad, de corresponsabilidad” (TAFAD y Cursos, s.f., párr. 2).

### **3.2 Grupo meta**

La población que va dirigida este plan de negocios es para el adulto mayor que viva en el municipio de Pelaya Cesar y sus alrededores, con el fin de ofrecerles un servicio a todas aquellas

personas que quieran mejorar su condición de vida a través de la actividad física, donde se les ofrecerá espacios adecuados para que realicen sus actividades de una forma más capacitada.

En Colombia, ser anciano significa ser un sujeto de especial protección, de derechos y socialmente activos, las personas envejecen de diferentes maneras dependiendo de las experiencias, de las costumbres que tuvo durante su ciclo de vida que implicó su proceso de desarrollo y de deterioro. Una persona adulta generalmente está entre los 60 años o más de edad (Ministerio de Salud y Protección Social, s.f., párr. 1).

Es importante resaltar que muchas personas y en especial los adultos mayores creen que al llegar a la vida adulta no es necesario realizar actividad física, El envejecimiento a temprana edad no se debe siempre a los ciclos de vida de las personas, si no es más bien consecuencia de la inactividad física que tuvo durante su periodo de vida.

Dentro del comportamiento de nuestra población objeto para lograr la efectividad en el plan de negocios “Corazones Contentos” vamos a determinar ciertas características relevantes en nuestra segmentación:

- *Comportamiento de compra o adquisición:*

Buscamos incentivar de manera directa a todas aquellas personas que, dentro del rango de edad y funcionalidad, puedan adherirse a la empresa.

- *Comportamiento de Uso:* en el municipio no hay una empresa de similar característica, por ende, la finalidad es incentivar de manera positiva dentro de la perspectiva de mejoramiento de calidad de vida, para así generar de manera consiente un hábito en cada una de las personas a las cuales va dirigido este plan complementario.

- *Factores Internos:* generar conciencia a cada uno de los integrantes de la familia, para así desde cada hogar crear el incentivo a realizar las actividades programadas dentro de nuestro cronograma.

- *Factores Externos:* identificar las necesidades más recurrentes en la comunidad en general y así poder dar una aplicación concreta y desde un punto de vista global poder brindar una labor que coadyuve de manera directa e indirecta a cada de las personas que se inscriban para poder brindar un servicio integral.

- *Necesidades de los clientes y/o consumidores*

*Aprovechamiento del tiempo libre:* es la manera en cómo una persona invierte su tiempo en las cosas que disfruta hacer, generando un enriquecimiento y desarrollo personal (Gobierno de Colombia , 2010).

*Beneficios de la actividad física:* la actividad física reporta varios beneficios dentro de ellas está la mejora en el rendimiento cognitivo de las personas mayores que sufren de enfermedades como demencia o trastornos cognitivos, además, ofrece un beneficio en el aumento de la autoestima ayudándole a una mejora de la percepción social (Sociedad de Geriatria y Gerontología de Chile, 2016 párr. 6).

*Cambios en el envejecimiento:* “el envejecimiento se acompaña de importantes cambios en la composición corporal que pueda afectar negativamente el estado funcional de los adultos mayores, incluyendo la disminución progresiva de la masa y fuerza muscular” (Rastogi, Corriere y Ferrucci, 2014, párr. 1).

*Actividad recreativa:* las actividades recreativas y sociales son de gran prestigio para los adultos mayores ya que ayuda a potencializar su creatividad y de esta manera sentirse útiles ante la sociedad, elevando su autoestima y generando nuevos intereses de los cuales ellos disfrutaran,

ayudara a fomentar el bienestar social y mantendrá las habilidades cognitivas y psicomotrices de cada una de las personas que participen (Alcance, 2018, párr. 3).

Nuestra premisa, más que satisfacer alguna necesidad específica, buscamos la integralidad del servicio prestado, donde nos enfoquemos en el bienestar tanto físico como mental de cada uno de nuestros adultos mayores.

#### **4. Análisis del mercado**

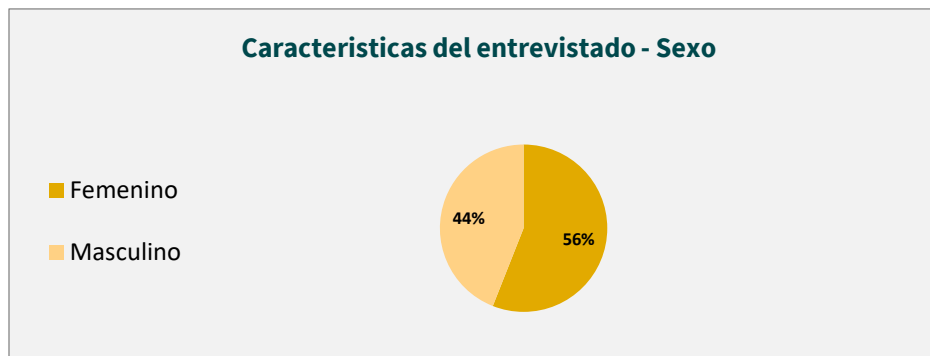
Para iniciar este apartado, el cual se fundamenta en el planteamiento de la metodología utilizada en este proyecto para la recaudación y análisis de la información en los diferentes momentos de elaboración del plan de negocios en cuanto al mercado los cuales se refieren a:

- Aplicación de una encuesta para determinar la percepción de los clientes potenciales sobre el proyecto.
- Aplicar una matriz de análisis de la competencia.

En primer lugar, se realizó una encuesta con la finalidad de conocer la percepción de los clientes, sobre 4 aspectos fundamentales a saber: Estudio socio gráfico, nivel de práctica de actividad física de los participantes, información que manejan los participantes sobre los centros de actividad física, y proyecto como este. Es significativo destacar que la encuesta aplicada recibió el aval del comité de investigación de la facultad de Cultura Física de la Universidad Santo Tomas.

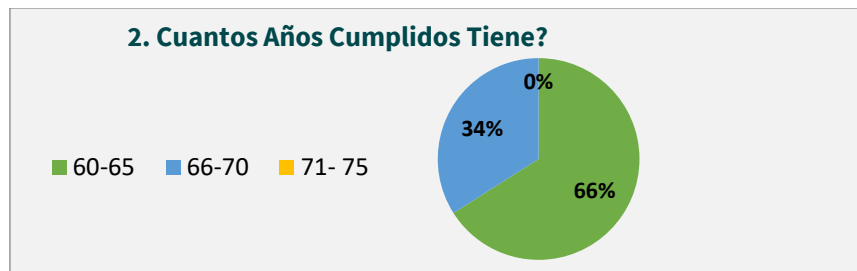
La aplicación del instrumento se realizó a través de una entrevista, asistiendo al “Centro Vida” de la localidad, así como visitando las casas de otros adultos mayores. Fueron un total de 100 adultos mayores del municipio de Pelaya Cesar.

**Figura 4.** *Características del Entrevistado*



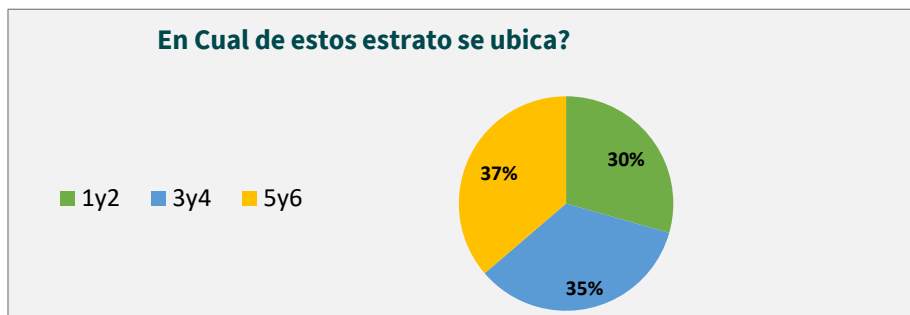
*Nota:* Se evidencia que el género más participativo dada en esta encuesta, es el femenino con un 56% siguiendo el masculino con un 44 %

**Figura 5.** *Edad del Entrevistado*



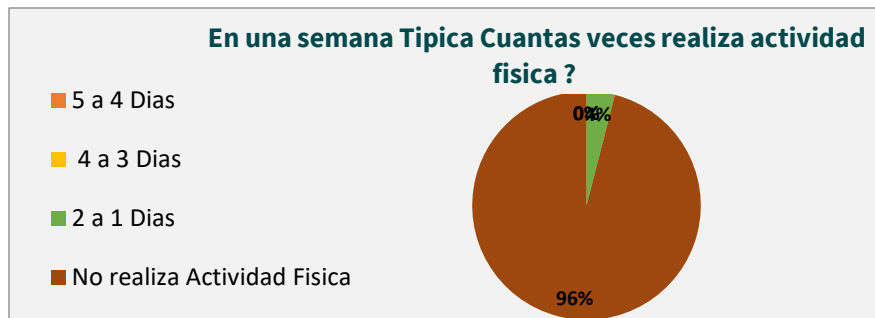
*Nota:* Las edades que prevalecen en la encuesta oscilan entre 60 a 65 años con un 66%, seguidas de 66 a 70 años que abarco un 34%.

**Figura 6.** *Estratos del Entrevistado*



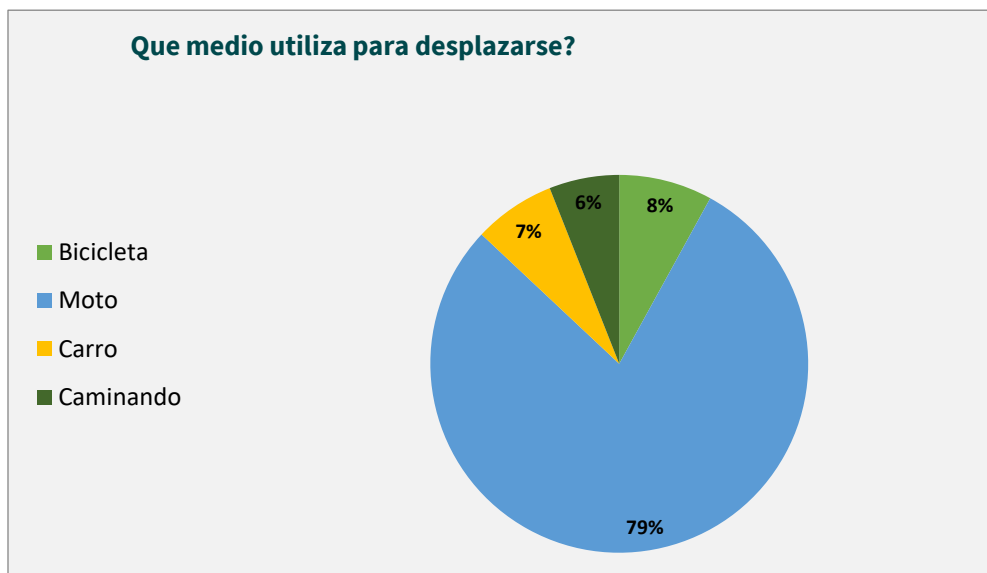
*Nota:* Los estratos 3,4,5 y 6 tuvieron el mayor nivel de porcentaje, lo cual refleja de que la población entrevistada tiene la posibilidad de poder pagar nuestros servicios y así tener un mayor alcance de aceptación dentro del mercado.

**Figura 7. Actividad Física del Entrevistado**



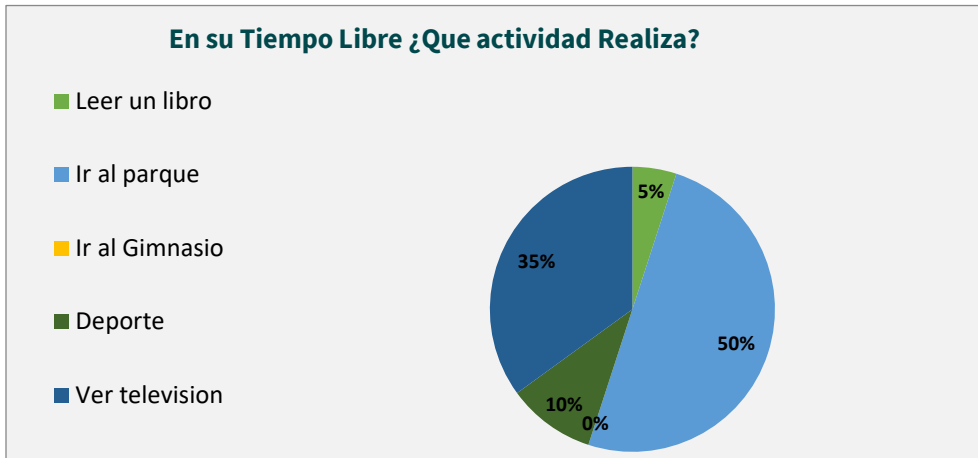
*Nota:* En esta pregunta evidenciamos un nivel bajo en la práctica de la actividad física con un 96 %, solo el 4% de los entrevistado realizan algún tipo de actividad física y eso demuestra que la mayoría de la población adulto mayor son inactivos físicamente, lo cual nos da un alcance de presentar nuestros servicios y los beneficio que conlleva para su salud y su vida.

**Figura 8. Medio de Desplazamiento del Entrevistado**



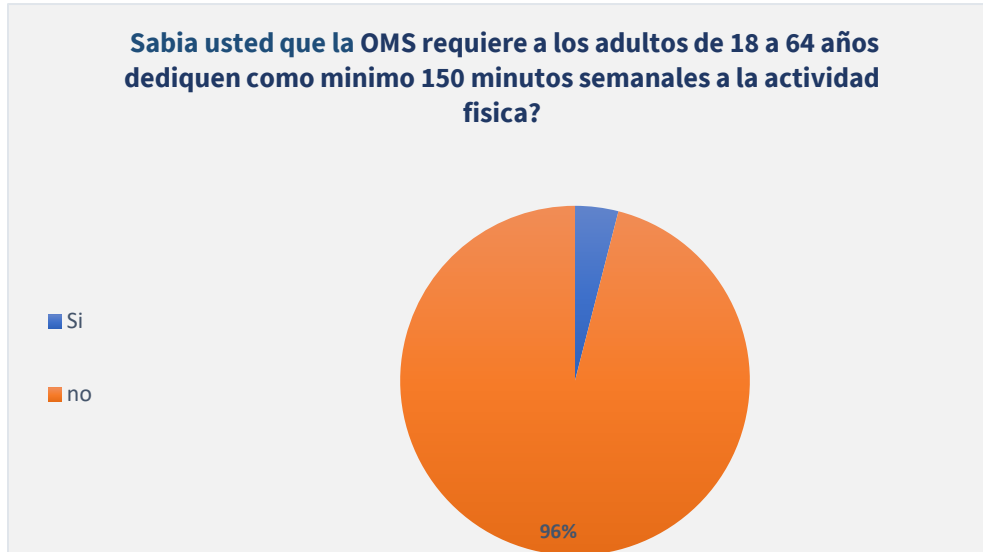
*Nota:* El medio que más utiliza esta población es la moto con un 79 %, dando alcance y en consecuencia a nuestra anterior pregunta, sigue el alto porcentaje en cuanto a la inactividad física, prevaleciendo un marcado sedentarismo.

**Figura 9.** *Actividades del Entrevistado.*

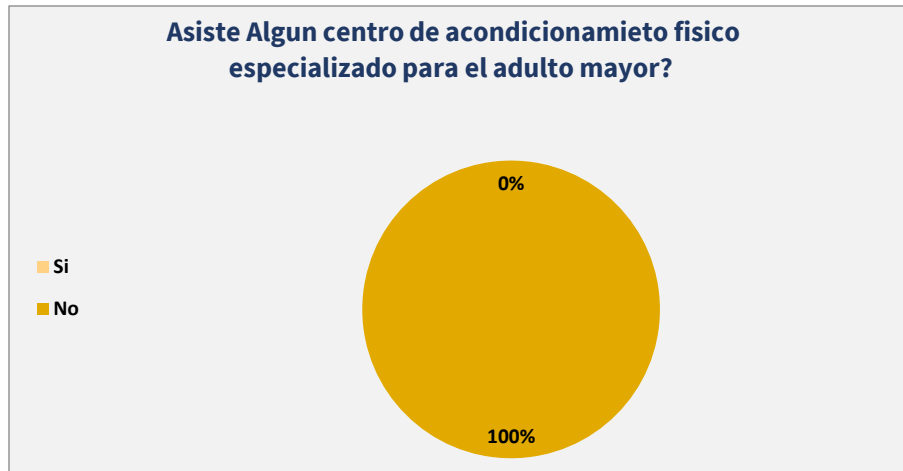


*Nota:* Los altos porcentajes de los tiempos libres de la población entrevistada se puede contemplar entre ver televisión con un 50% e ir al parque un 35%, lo cual da la oportunidad de brindar el portafolio, donde se estará aprovechando de la mejor manera ese tiempo libre en el cual viven sedentarios, incentivado a cambiar sus hábitos, a una vida más activa y sana lo cual conlleva a un beneficio para su salud.

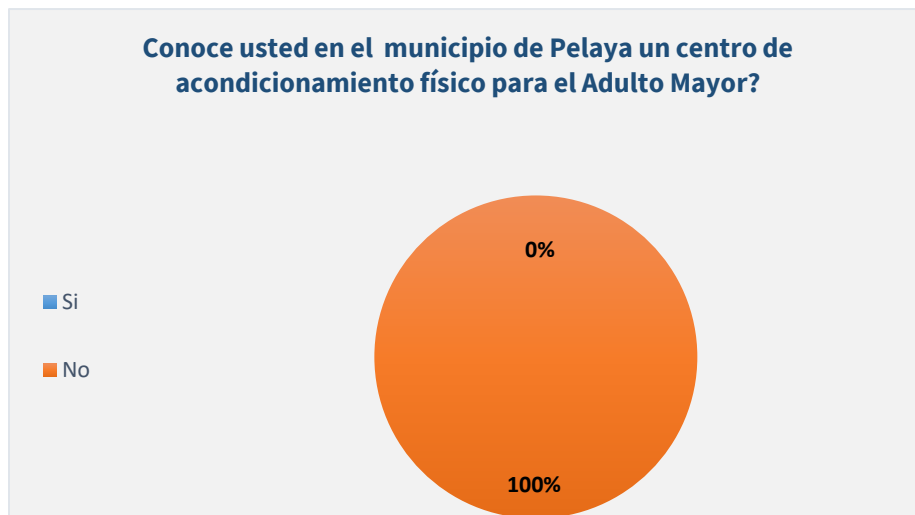
**Figura 10.** *Datos OMS de Actividad Física*



*Nota:* Solo el 4% de la estadística tiene el conocimiento sobre la OMS lo cual implica llevar una vida aún más sedentaria, la desinformación en los beneficios que conlleva la realización de la actividad física, lleva al punto de poder evolucionar en este campo y aprovechar esta brecha para encaminar a toda la población al objetivo propuesto.

**Figura 11.** *Centro de Acondicionamiento Físico*

*Nota:* La población adulto mayor no asiste a ningún centro de acondicionamiento físico, lo cual nos da la oportunidad de ofrecer nuestros servicios dando un mayor alcance a nuestro recibimiento en el mercado, siendo los pioneros innovadores en llevar nuestro plan a una población afectada por el sedentarismo.

**Figura 12.** *Centros para el Adulto Mayor*

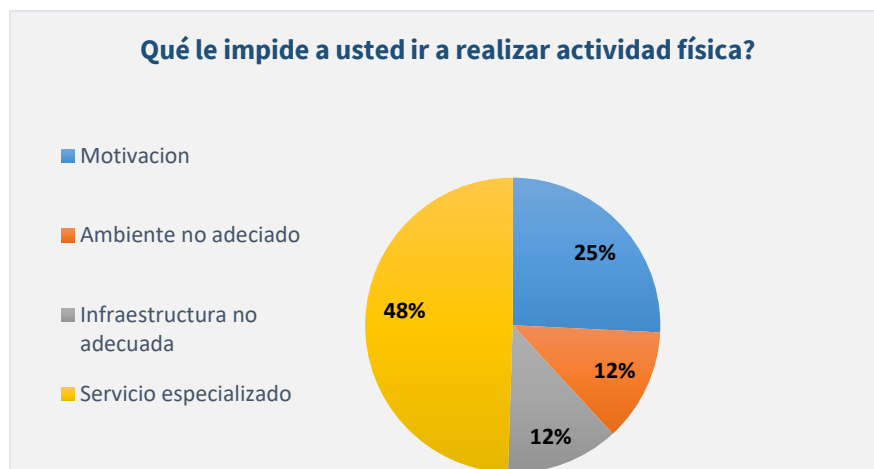
*Nota:* La innovación es nuestro punto clave dentro de nuestro plan de negocio, ya que en el municipio de Pelaya no se encuentra un servicio especializado para el adulto mayor, donde entraremos con un mayor impacto dentro del municipio ya que será la primera empresa que brinda beneficios en salud a través de la actividad física para esta población.

**Figura 13. Actividades Recreativas**

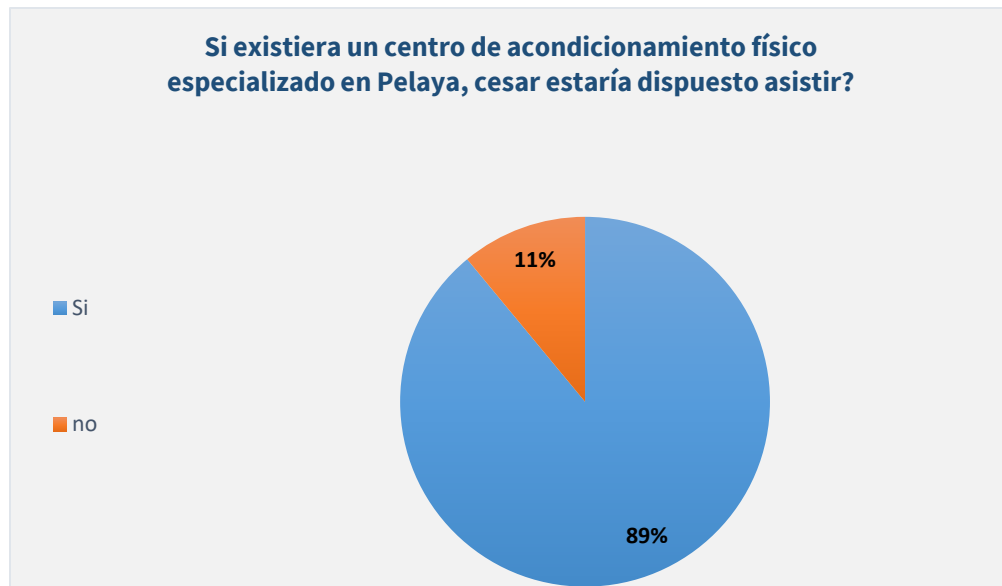


*Nota:* La realización de ejercicios físicos y actividades recreativas se encuentra en las canchas con un 52%, lo que indica que no hay un espacio adecuado y un servicio especializado para todas las actividades diarias de esta población, donde corazones contentos brindara infraestructuras diseñadas para el buen esparcimiento de esta población que tanto lo necesita.

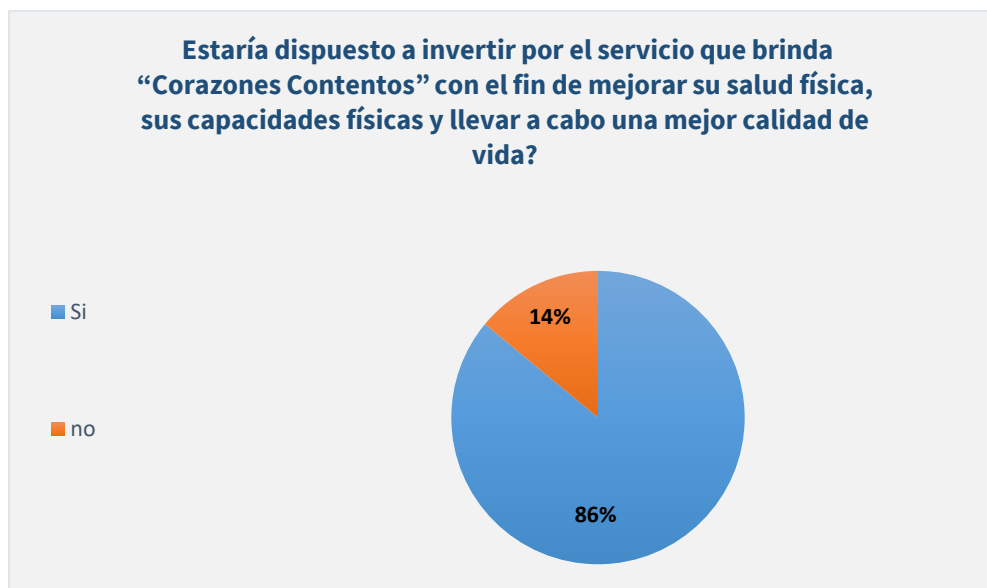
**Figura 14. Actividad Física**



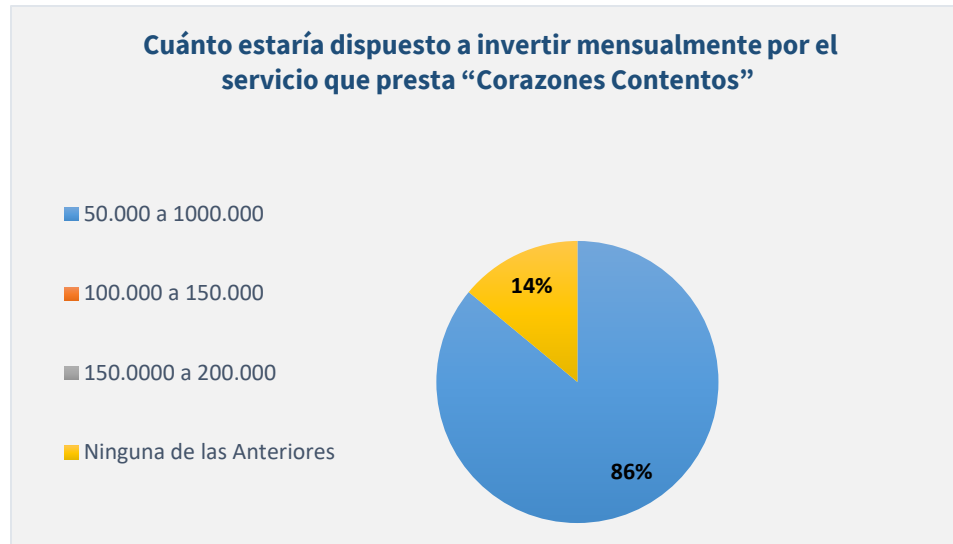
*Nota:* Lo que le impide realizar actividad física a esta población es un ambiente no adecuado, ya que no cuentan con un espacio que escuche cada una de sus necesidades y que se empeñen a trabajar por el bienestar físico de cada persona, corazones estará abriendo sus puertas a cada uno de los integrantes que quieran hacer parte de nuestra familia.

**Figura 15.** *Centro de Acondicionamiento*

*Nota:* Es evidente que la población requiere y está dispuesta a hacer parte de nuestra familia “Corazones Contentos” con el objetivo de mejorar su calidad de vida y salud.

**Figura 16.** *Servicio de Corazones Contentos*

*Nota:* El mayor nivel de porcentaje nos muestra la importancia y el acogimiento que tendrá corazones contentos, ya que la mayoría de las personas entrevistadas están dispuestas a pagar por nuestros servicios lo cual nos indica que tenemos un 86% de la población interesada y dispuesta en recibir nuestros servicios.

**Figura 17.** *Servicio de Corazones Contentos*

*Nota:* La población estará dispuesta a pagar de 50.000 a 100.000 pesos por nuestros servicios, lo cual indica un buen crecimiento de mercado ya que estos precios se acomodan a los portafolios dados en nuestro plan de negocio, es evidente que la población requiere de una buena atención y está presto a pagar por un servicio de calidad que ayude a su salud y calidad de vida

#### **4.1 Tendencia de crecimiento del mercado**

La Política Colombiana de Envejecimiento Humano está orientada a todas las personas residentes en Colombia y en exclusivo a las personas de 60 años o más, “el tercer eje estratégico de la política se fundamenta en la promoción de la salud y la prevención de enfermedad, busca tanto garantizar autonomía y desarrollo de capacidades y potencialidades de las personas como promover espacios y entornos saludables” (Ministerio de Salud y Protección Social, s.f., párr. 1).

Hard Body es un gimnasio ubicado en la ciudad de Bogotá, Lo cual cuenta con un servicio de ofrecer rutinas de gimnasio para los adultos mayores, donde se trabajará lo que es la parte de la resistencia, la flexibilidad y coordinación con el objetivo de generar beneficios en la salud de las personas mayores, cuenta con planes de \$59.000 hasta \$170.000 (Hard Body).

En una entrevista de Valor Analitik con el gerente de Smart Fit David Reyes, se habló de la situación de los gimnasios en Colombia debido a la situación del Covid-19, donde Smart Fit espera con cerrar el 2021 con 250.000 de usuarios en Colombia y que dentro de los objetivos de la empresa es abrir 25 nuevas sedes (Sandoval, 2021).

ACALIS es una empresa situada en Medellín Antioquia, donde ofrece unos servicios en cuidado y rehabilitación profesional, ambiente alegre y acogedor, una adecuada alimentación con nutricionista, talleres para una vejez activa (Acalis).

El programa “Mis Mejores Años”, es un programa enfocado en el adulto mayor con el fin de tener un estilo de vida saludable y vital, donde ofrece servicios como actividades lúdico-recreativas, fisioterapia, psicología, enfermería, formación al aprendizaje, música, danzas y manualidades (Confamiliar.Mas felicidad, 2021).

Vive más es un club online enfocado en potenciar la vida y buscarle un bienestar al adulto mayor, donde lo que se quiere es darles más vida a los años, superando los límites a través de actividades físicas y de aprendizaje que conducen a su bienestar (Vivemás Online).

La tendencia de crecimiento de mercado habla de poder ganar la ventaja, de ser primeros en el mercado, llevando este plan organizacional en el que estaremos alcanzando una mayor participación dentro de la sociedad, brindándoles los conocimientos adecuados por medio de profesionales comprometidos por el mejoramiento de los clientes.

“Los centros vidas han sido diseñados para que estos 13.100 adultos mayores del cesar, puedan tener una vida digna y autónoma; Son espacios para desarrollar su creatividad y fortalecer sus competencias en lo social y espiritual” (Lo Hacemos Mejor Gobierno del Cesar, 2020).

Es por esto, que Corazones Contentos tendrá la oportunidad de ofrecer sus servicios a cada una de las entidades apoyadas por el gobierno para su crecimiento en el mercado, donde nuestra

empresa se comprometerá para cumplir cada uno de los objetivos dados, logrando darle la importancia adecuada al adulto mayor para mejorar su entorno de tristeza y desolación a un entorno lleno de alegría y paz por medio de la actividad física.

#### 4.2 Matriz del perfil competitivo

El procedimiento que fue llevado a cabo para realizar la matriz del perfil competitivo, parte de la identificación de diferentes entidades de la competencia, que son organizaciones que prestan un servicio similar al que se pretende ofrecer en “Corazones Contentos” algo que se tuvo en cuenta es que debían pertenecer al mismo segmento del mercado en el que se ofrecerán los servicios.

**Tabla 1.** *Análisis Perfil Competitivo.*

Descripción	Competencia		
	Competidor 1	Competidor 2	Competidor 3
<b>Localización</b>	Pelaya, Cesar		
<b>Productos y servicios</b>	Planes de entrenamiento para hipertrofia muscular, disminución de grasa corporal y tonificación		
<b>Precios</b>	50.000 mensual Día: 3.000		
<b>Logística de distribución</b>			
<b>Otros</b>			

### 4.3 Análisis de la competencia

En el municipio de Pelaya no se cuenta con un centro de acondicionamiento físico, pero si existen competencias indirectas como son los gimnasios y programas de adulto mayor de la alcaldía.

Gimnasio Pelaya: ubicado en la calle 9 vía al cementerio municipal, cuentan con servicios como planes de entrenamiento para hipertrofia muscular, disminución de grasa corporal y tonificación, utilizan implementos adecuados para realizar ejercicio y los horarios que manejan son de 8:00 a 12:00 y de 2:00 a 8 p.m. de lunes a sábado.

Programas dentro del plan de desarrollo municipal: El acuerdo No. 008 del 15 de Julio del 2020, donde se adopta el plan de desarrollo 2020-2023 – “Firme Pelaya con el desarrollo Integral” del municipio de Pelaya, dando alcance al plan de negocios planteado, se va en concordancia con las políticas públicas del municipio donde en unos de sus programas, dan alcance al bienestar del adulto mayor, como se detalla a continuación:

- Subprograma N° 3.
- Inclusión Y Servicios Al Adulto Mayor.

El fortalecimiento en la atención y prestación de los servicios para la población adulta mayor mediante otros programas especialmente de la secretaria de Salud, desde él se encaminará a encontrar soluciones estables y duraderas a las necesidades de esta población, además sus familias ya que muchos generan recursos para solventar los gastos de ellos.

Objetivo: mejorar la calidad de vida de las personas mayores, a través de actividades que fomenten el envejecimiento activo y Potenciar la participación e integración de los Mayores en la vida de la comunidad (Concejo Municipal de Pelaya, 2020, p. 133).

Teniendo en cuenta a lo anterior en el municipio de Pelaya no cuenta con un servicio especializado y enfocado al mejoramiento de la condición, salud y bienestar del adulto mayor, ya que son gimnasios clandestinos donde las personas van a hacer diariamente sus actividades, por ende, no es un espacio adecuado como el que ofrecería Corazones Contentos, brindando un trabajo profesional para su bienestar físico, social y psicológico.

Cabe resaltar que dentro de las entidades de salud de la administración municipal existen programas dirigidos actualmente a la prevención de enfermedades no transmisibles, pero estos dichos programas tienden a realizar controles continuos con los médicos sobre la condición del adulto mayor, en este sentido estas personas necesitan una adecuada participación de un espacio donde se le brinde jornadas de actividad física y recreación con el objetivo de tener una vida activa y saludable, donde les permita mantener su funcionalidad motriz y autonomía física en busca de un envejecimiento sano.

## **5. Descripción de la solución**

¿Qué se ofrece (Concepto del negocio)?

Corazones Contentos Sera una empresa dedicada principalmente al fomento de la actividad física, hábitos y estilos de vida saludable, brindándoles a nuestros clientes una excelente planificación deportiva que ayudaran al desarrollo de todas sus debilidades tanto como físicas y psicológicas.

Satisfacer las necesidades en cuanta atención integral del adulto mayor, aprovechamiento del tiempo libre, donde se estará implementando un compendio de actividades físicas para un mejoramiento de la calidad de vida de esta población.

Lo que se quiere a través de este sistema es un mejoramiento a la condición física en el adulto mayor, “Corazones contentos” aprovechará ese tiempo libre en el que se ven afectados por el sedentarismo, llevándolos hacia una vida activa y saludable en el cual se obtendrá una mejoría en la salud de los participantes.

¿Que lo hace diferente? (Propuesta de valor).

La propuesta de valor de Corazones Contentos va dirigida especialmente a la población adulta mayor satisfaciendo las necesidades en cuanto atención integral y el buen uso del aprovechamiento del tiempo libre, donde se les estará brindando un excelente servicio tanto en planes y diseños de entrenamiento específicos para la mejora de su salud y su condición física. Donde estaremos abarcando estrategias que permita conseguir la comunicación de nuestros clientes, donde estaremos llevando el proceso de cada uno y que nos permita informarnos acerca de cómo le ha ido con nuestro servicio, ya sea adquirido por nuestras redes sociales o por internet, para enterarnos de que si hemos cumplido con esos objetivos.

Lo que se quiere es ofrecer a los clientes es un servicio que cumplan con satisfacer sus necesidades, teniendo en cuenta sus capacidades y estado físico, para así cumplir el objetivo de nuestros clientes.

El marketing digital ha tenido un buen impacto dentro de las empresas que utilizan este medio para dar a conocer cada uno de sus productos, ya que la mayoría de personas usan cualquier clase de red social. Es por eso que nuestra organización ha de enfocar a una estrategia en redes sociales, donde nuestros clientes estarán recibiendo la mayor información de nuestras ideas y metas como corporación, haciendo conocer nuestra compañía, como una entidad responsable y comprometida buscando una satisfacción de nuestros usuarios.

“La revolución tecnológica, está creando disrupciones en toda la economía y forzando a las empresas a innovar sus estrategias y modelos de negocios para atraer y conquistar clientes más exigentes, críticos y empoderados de información gracias a la internet” (inmarketing).

## 5.1 Portafolio

Corazones Contentos estará brindando un servicio donde vendrá incluidos 3 paquetes a ofrecer, que a través de nuestros talentos humanos estaremos influyendo de manera profesional mediante actividades planificadas buscando un mejoramiento a la calidad de vida y salud.

### *Paquete 1.*

Duración: 1 Mes

Precio: \$50.000

Consiste en:

- Valoraciones iniciales (Test - % de grasa – pliegues).
- Guía y plan nutricional.
- Asesorías en salud.
- Plan y diseño del plan de entrenamiento físico de acuerdo con sus necesidades.

### *Paquete 2.*

Duración: 1 Mes

Precio: \$70.000

Consiste en:

- Valoraciones iniciales (Test. % de grasa – pliegues).
- Guía y plan nutricional.
- Asesorías en salud.

- Plan y diseño del plan de entrenamiento físico de acuerdo con sus necesidades.
- Actividades lúdicas recreativas.

*Paquete 3.*

Duración: 2 a 3 Meses

Precio: \$165.000

Consiste en:

- Valoraciones iniciales (Test. % de grasa – pliegues).
- Guía y plan nutricional.
- Asesorías en salud.
- Plan y diseño del plan de entrenamiento físico de acuerdo con sus necesidades.
- Actividades lúdicas recreativas.
- Hidratación.

## **6. Estudio de mercado**

### **6.1 Objetivos de la Investigación**

#### ***6.1.1 Objetivo general de la investigación***

Identificar las necesidades y características del mercado relacionados con el mejoramiento de la calidad de vida y salud a través de la actividad física por parte de la población adulto mayor residente en el municipio de Pelaya Cesar, mediante la aplicación de procedimientos de investigación de mercados.

### 6.1.2 *Objetivos específicos de la investigación*

Determinar las características de la demanda en el sector objeto de estudio mediante la aplicación de encuestas dirigidas a los habitantes adultos mayores de Pelaya.

Determinar el nivel competitivo del servicio a ofrecer.

Comprobar si la comunidad del municipio desea, necesita y pueda adquirir el servicio de Corazones Contentos, con el fin de satisfacer sus necesidades.

Establecer las estrategias de comercialización idóneas para la nueva empresa, a partir de los resultados de la encuesta aplicada.

Determinar las reales posibilidades de participación de una nueva empresa enfocada al mejoramiento de la condición física para el adulto mayor en el municipio de Pelaya.

## 6.2 El consumidor

Según (Sociedad de Geriatria y Gerontologia de Chile, 2016) “Conseguir envejecer activamente es recomendable centrarse en estos pilares: controlar los factores de riesgo de enfermedades (fundamentalmente cardiovasculares y el cáncer); Mantener la actividad física, mantener la actividad mental, mantenernos participativos socialmente; cuidar y equilibrar la dieta”.

## 7. Estudio técnico

**Tabla 2.** *Presupuesto*

No.	Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total	Vida Útil/ Años	Depreciación
1	Lasos	20	\$ 19.900	\$ 398.000	4	99.500
2	Conos	12	\$ 5.000	\$ 60.000	4	15.000
3	Escalera de agilidad	5	\$ 39.000	\$ 195.000	5	39.000

No.	Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total	Vida Útil/ Años	Depreciación
4	Silbato	1	\$ 15.000	\$ 15.000	4	3.750
5	Cronometro	1	\$ 18.900	\$ 18.900	3	6.300
6	Balones de yoga	4	\$ 34.900	\$ 139.600	3	46.533
7	Macuernas	10	\$ 14.900	\$ 149.000	5	29.800
8	Sillas	8	\$ 25.000	\$ 200.000	4	50.000
9	Bandas Elásticas	4	\$ 18.900	\$ 75.600	3	25.200
10	Aros	20	\$ 2.500	\$ 50.000	5	10.000
No.	Detalle	Cantidad	Valor Unitario	Valor Total	Vida Útil/ Años	Depreciación
11	Colchoneta Fitness	20	\$ 24.898	\$ 497.960	3	165.987
<b>TOTAL</b>				<b>\$ 1.799.060</b>		<b>\$ 491.070</b>
<b>CAPITAL DE TRABAJO</b>						
<b>Costos y Gastos</b>				\$ 1.574.778		
<b>TOTAL, INVERSION</b>				<b>\$ 3.373.838</b>		

El estudio técnico es donde se analizan la determinación del tamaño del lugar de producción, localización, instalaciones y organización requerida. Así mismo, aprecia los aspectos técnicos y el uso eficiente de los recursos para brindar un producto o servicio (Estudio Técnico).

El objetivo de esta parte del estudio de factibilidad es conocer cuáles son y como son, los recursos que se necesitan para producir o brindar el servicio que espera ofrecer con la empresa próxima a ser formada. Por medio de este estudio se tratará de optimizar los recursos para obtener los mejores índices de productividad en la empresa, determinando factores como la ubicación, instalación, capacidad y tamaño del proyecto.

## 7.1 Tamaño del proyecto

Responderá al comportamiento existente entre la dimensión del mercado y la capacidad para atenderlo, determinada de acuerdo con la cantidad de servicios prestados en un periodo de tiempo.

## 7.2 Descripción del tamaño del proyecto

Desde un comienzo es importante definir la unidad del tamaño del proyecto; la manera más viable es utilizar la cantidad de producción o de prestación por unidad de tiempo. La empresa de acondicionamiento físico para el adulto mayor al ser creada tendrá la capacidad de prestar sus servicios durante los 5 días a la semana, logrando durante el mes un transcurso de 20 días laborales.

## 7.3 Factores determinantes del tamaño del proyecto

- *Existencia del Mercado:* la demanda es un factor importante que condiciona el tamaño de un proyecto, por esto, tomando como base el resultado de la investigación de mercados realizada a través de los cuestionarios dirigidos a la población seleccionada, se determinó que es viable la creación de una empresa de acondicionamiento físico para el adulto mayor, ofreciendo los servicios propuestos en este proyecto.
- *Localización:* la ubicación del centro de acondicionamiento físico se establecerá en el municipio de Pelaya (Dirección por confirmar) donde se tratará de buscar un lugar central, donde confluyan la mayoría de los establecimientos importantes del municipio.
- *Talento Humano:* la calidad en el servicio será uno de los atributos diferenciadores que poseerá la empresa, razón por la cual se espera contar con empleados calificados y comprometidos con la atención al cliente, garantizando la excelencia en la prestación del servicio.
- *Tecnología y Equipos:* es el factor indispensable en la ejecución del proyecto, ya que la capacidad financiera es la que determinará en últimas el tamaño del proyecto, con el objetivo de no sobredimensionar la empresa y hacerla económicamente viable para sus

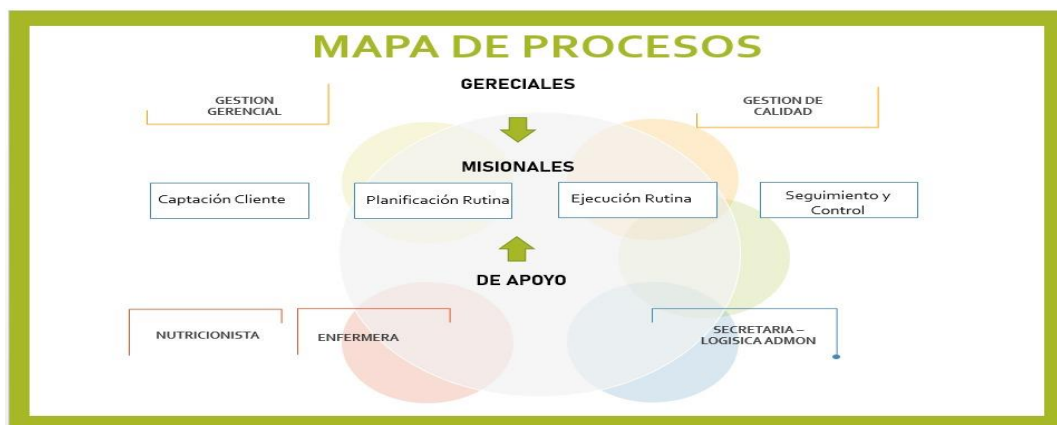
dueños. Una vez definido el tamaño de la empresa, será responsabilidad de los propietarios buscar el financiamiento de acuerdo con sus posibilidades, para que la empresa pueda entrar en funcionamiento.

#### 7.4 Condiciones técnicas

Para la operación del negocio, se va a disponer de un lugar amplio, donde se van a efectuar las diferentes actividades propuestas. Nuestra infraestructura cuenta con una oficina Administrativa donde se estará brindando la información de nuestros servicios a todos nuestros clientes potenciales, una sala de espera y una batería sanitaria. Adicional a esto se va a contar con todos los elementos necesarios para realizar los ejercicios y actividades de acuerdo con las necesidades de cada cliente.

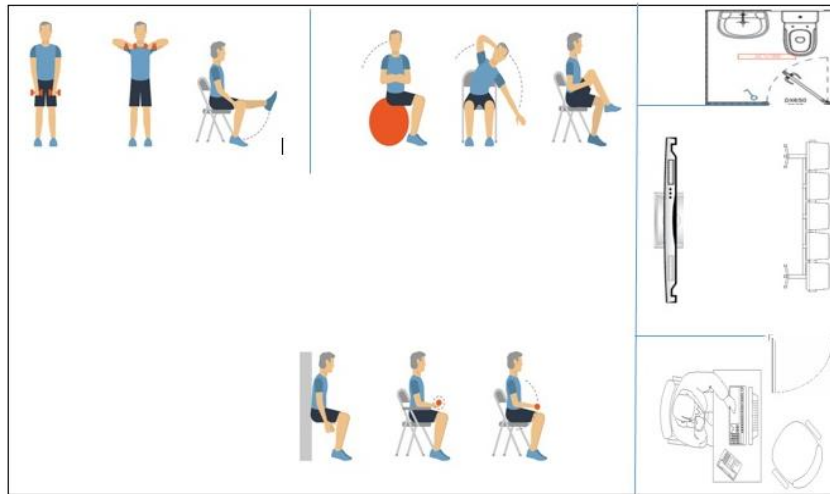
#### 7.5 Mapa de procesos

**Figura 18.** Mapa de Procesos de la Empresa Corazones Contentos.



- Gerenciales: este proceso corresponde a los lineamientos estratégicos que condicionan la definición y la consideración de los demás procesos y actividades con vistas a ofrecer un soporte para la toma de decisiones acertadas, fortalecer la operatividad del negocio y contribuir a mejorar la perspectiva del cliente, este proceso atiende principalmente a las actividades con vistas a ofrecer un soporte para la toma de decisiones acertadas.
- Misionales: aportan valor a la relación de la compañía o la organización con sus clientes y usuarios, persiguiendo como fin principal la satisfacción de sus necesidades. En este proceso hallamos, por ejemplo, los implicados en el diseño, la planificación y la supervisión de la estrategia comercial. En este proceso se vigila la prestación del servicio o producto al cliente, y trazando en sentido inverso una línea que nos lleve hasta su punto de inicio indicando tareas, actividades y subprocesos que directa o indirectamente dependan de él.
- De apoyo: complementan a los procesos definidos anteriormente. Pese a ser procesos menores desde un punto de vista estratégico y corporativo, condicionan enormemente el desempeño de procesos superior y determina en mucho caso el éxito o el fracaso de los mismo. Siendo este un proceso que condiciona la misión en el plan de negocios.

## **7.6 Requerimiento**

**Figura 19.** *Infraestructura empresa Corazones Contentos*

*Nota:* La infraestructura de Corazones Contentos va a contar con un espacio adecuado y amplio donde los adultos mayores pueden realizar sus actividades de la mejor manera, tendremos unos baños y duchas, un espacio de zona de espera para los acompañantes de los clientes y por último, se tendrá una oficina para todas aquellas personas quieran recibir información de nuestros servicios ahí las recibirían.

## 7.7 Capacidad productiva

La capacidad productiva para nuestro modelo de negocio será para 20 personas, está dividida en tres características importantes:

*Tiempo:* la disponibilidad de atención está determinada para una atención de manera inmediata, contamos con una persona que le brindara un acompañamiento desde el mismo momento de ingresar a nuestras instalaciones.

*Ubicación:* la zona estratégica, nos hace tener una ventaja competitiva, por estar en un lugar céntrico y de fácil acceso, para todas las personas que requieran de nuestro servicio.

*Demanda:* al ser un servicio, estamos en la capacidad de adaptarnos a los diferentes requerimientos presentados por nuestros clientes y atenderlos de una manera óptima y oportuna.

### 8. Estudio financiero

El estudio financiero es el estudio de la viabilidad que tiene una empresa para ser sustentable y útil en el tiempo, teniendo un factor rentable al pasar los años, una manera de analizar la inversión de un proyecto (Zona Economica).

**Tabla 3. Proyección de ingresos**

	CANTIDAD	MENSUALIDAD	AÑO 1 (2021)	AÑO 2 (2022)	AÑO 3 (2023)
IPC				2,3%	2,7%
POBLACION ADULTO MAYOR	50	\$	60.000	\$ 36.000.000	\$ 36.828.000
OTROS INGRESOS	GL		\$ 3.600.000	\$ 3.682.800	\$ 3.782.236
TOTAL INGRESOS			\$ 39.600.000	\$ 40.510.800	\$ 41.604.592

**Tabla 4. Proyección de costos y gastos**

	AÑO 1 (2021)	AÑO 2 (2022)	AÑO 3 (2023)
IPC		2,3%	2,7%
SUELDOS	\$ 10.902.312	\$ 11.153.065	\$ 11.454.198
AUXILIO DE TRANSPORTE	\$ 1.277.400	\$ 1.306.780	\$ 1.342.063
CESANTIAS	\$ 5.451.156	\$ 5.576.533	\$ 5.727.099
PRIMA DE SERVICIOS	\$ 5.451.156	\$ 5.576.533	\$ 5.727.099
HONORARIOS	\$ 908.538	\$ 929.434	\$ 954.529
<b>TOTAL</b>	<b>\$ 23.990.562</b>	<b>\$ 24.542.345</b>	<b>\$ 25.204.988</b>

**Tabla 5. Estado de resultado proyectados**

	AÑO 1	AÑO 2	AÑO 3
MENSUALIDAD	\$ 36.000.000	\$ 36.828.000	\$ 37.822.356
OTROS INGRESOS	\$ 3.600.000	\$ 3.682.800	\$ 3.782.236
TOTAL INGRESOS	\$ 39.600.000	\$ 40.510.800	\$ 41.604.592

	AÑO 1	AÑO 2	AÑO 3
<b>MENOS: COSTOS Y GASTOS DEL SERVICIO</b>			
DEPRECIACION	\$ 491.070	\$ 491.070	\$ 491.070
GASTOS DE PERSONAL	\$ 23.990.562	\$ 24.542.345	\$ 25.204.988
PUBLICIDAD	\$ 1.225.000	\$ 1.253.175	\$ 1.287.011
UTILES Y PAPELERIA	\$ 720.000	\$ 736.560	\$ 756.447
HIDRATACION DOCENTES	\$ 524.320	\$ 536.379	\$ 550.862
TOTAL COSTOS Y GASTOS	\$ 26.950.952	\$ 27.559.529	\$ 28.290.378
UTILIDAD OPERACIONAL	\$ 12.649.048	\$ 12.951.271	\$ 13.314.214
PROVISION IMPUESTOS	\$ 4.204.838	\$ 4.301.549	\$ 4.417.691
UTILIDAD NETA	\$ 8.444.210	\$ 8.649.722	\$ 8.896.523

**Tabla 6.** Estado de resultados proyectados

	AÑO 1	AÑO 2	AÑO 3
UTILIDAD NETA	\$ 8.444.210	\$ 8.649.722	\$ 8.896.523
CAPITAL DE TRABAJO			\$ 1.799.060
FLUJO DE CAJA DE NETO	\$ 8.444.210	\$ 8.649.722	\$ 10.695.583
Valor presente neto	\$ 7.539.473	\$ 6.895.505	\$ 7.612.905
SUMA			\$ 22.047.883
EVALUACION FINANCIERA			
VALOR PRESENTE NETO	\$ 22.047.883		
VALOR DE LA INVERSION	\$ 3.373.838		
VPN MAYOR A VALOR DE LA INVERSION, ES VIABLE EL PROYECTO	\$ 18.674.045		

### 8.1 Equipo emprendedor

El perfil del emprendedor es un profesional en Cultura Física, Deporte y Recreación capacitado de manera profesional para manejar esta población como lo es el adulto mayor por

medio de la actividad física, así brindándole sus conocimientos para un buen desempeño y un servicio de calidad de esta empresa, cuenta con diplomados en interventoría y auditoría de proyecto el cual garantiza la buena ejecución de este, ya que cuenta con los conocimientos para seguir paso a paso los avances alcanzados y la capacidad de solucionar cualquier inconveniente que se presente en esta. Estará comprometido a cumplir con cada uno de los requisitos dados en este plan, desempeñándose de la mejor manera y cumpliendo con cada uno de sus objetivos.

### **9. Conclusiones**

En el estudio de mercado se pueden apreciar dos aspectos: Primero, una percepción positiva de los clientes objetivo en cuanto a la participación en las actividades de la empresa “

Corazones Contentos” tal como se puede evidenciar al analizar la información de la encuesta en aspectos tales como necesidad, interés y capacidad de pago. Segundo, en la matriz de análisis de la competencia se observó que en el municipio de Pelaya no se cuenta con un centro de acondicionamiento físico para los adultos mayores, sin embargo, existen competencias indirectas como son los gimnasios y programas de adulto mayor de la alcaldía, constituyéndose este último en una alternativa de alianza para vincular el emprendimiento “Corazones Contentos”.

El estudio técnico permitió precisar los requerimientos logísticos y de equipos necesarios para la prestación de servicio que se ofrecen en el portafolio.

Una vez realizado el estudio financiero se pudo observar los datos relacionados con el flujo de caja neto, el valor presente neto dio mayor al valor de inversión, dando esto un aspecto positivo a la viabilidad de la creación del centro de acondicionamiento físico denominado “Corazones Contentos” en Pelaya Cesar. Dicha proyección de ingresos de “Corazones Contentos, muestra que a lo largo de los años podría tener una estabilidad económica.

### Referencias

- ACOFANUD. (12 de 2018). *minsalud.com.co*. Obtenido de [https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Nutricion%20y%20Dietetica\\_Octubre2014.pdf](https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/TH/Nutricion%20y%20Dietetica_Octubre2014.pdf)
- Andrea Ruiz, E. A. (2010). Medición económica del deporte en Colombia: una propuesta metodológica de cuenta satélite. *Lecturas de Economía*, 141-167.
- ASCOFI, ASCOFAFI, COLFI y ACEFIT. (2015). *Perfil Profesional y Competencias del Fisioterapeuta en Colombia*. Bogotá D.C.: Asociación Colombiana de Fisioterapia.
- Asociación Colombiana de Facultades de Nutrición y Dietética. (2013). *PERFIL Y COMPETENCIAS PROFESIONALES DEL nutricionista dietista en colombia - 2013*. Bogotá D.C.: Ascofanud.
- Banca y Negocios. (9 de Agosto de 2016). *Bancaynegocios*. Obtenido de <http://www.bancaynegocios.com/20-cifras-de-los-juegos-olimpicos-de-rio-que-te-sorprenderan/>
- Billy Crissien, O. F. (2010). Perfil de los usuarios activos y finales de clubes deportivos de Bogotá D.C. *Revista EAN*, 134 - 153.
- Caja Santandereana de Subsidio Familiar Cajasan, CAJASAN. (2017). *Informe de Gestión 2017*. Bucaramanga: Rúbrica.
- Camara de comercio Bogota*. (s.f.). Obtenido de <https://www.ccb.org.co/Cree-su-empresa/Pasos-para-crear-empresa>
- Casteñada, A. (16 de Marzo de 2018). *Escuela Emprendedores*. Obtenido de <https://escuela-emprendedores.alegra.com/administracion-finanzas/cuales-los-tipos-empresas-sociedades-colombia/#:~:text=Sociedades%20Limitadas%20%E2%80%93%20LTDA,->

- Este%20tipo%20de&text=En%20este%20tipo%20de%20empresas,su%20capital%20o%20bienes%20personale
- COLFI. (2015). *Perfil Profesional y Competencias del Fisioterapeuta en Colombia*. Bogotá: Colegio Colombiano de Fisioterapia.
- Colombia Turismo Web. (14 de abril de 2021). Obtenido de <http://www.colombiaturismoweb.com/DEPARTAMENTOS/CESAR/MUNICIPIOS/PELAYA/PELAYA.htm>
- Dinero, Revista. (19 de Abril de 2017). *Dinero*. Obtenido de <https://www.dinero.com/emprendimiento/articulo/fitpal-la-aplicacion-que-da-acceso-a-una-red-de-gimnasios-en-colombia/244238>
- eFisioterapia.net*. (05 de 11 de 2008). Obtenido de <https://www.efisioterapia.net/articulos/el-envejecimiento-y-la-actividad-fisica>
- Gestión. (7 de Abril de 2015). *Gestión*. Obtenido de <https://gestion.pe/blog/el-deporte-de-hacer-negocios/2015/04/deportistas-3-0-el-consumidor-deportivo-en-el-nuevo-escenario-digital.html?ref=gesr>
- IMS MOBILE IN LATAM . (01 de 2015). *www.imscorporate.com*. Obtenido de <https://www.imscorporate.com/news/Estudios-comScore/IMS-Mobile-Study-Enero2015.pdf>
- INDERBU. (23 de 07 de 2018). *noticias.inderbu.com.co*. Obtenido de <http://noticias.inderbu.gov.co/index.php/2017/10/13/nuevos-horarios-en-las-escuelas-de-formacion-deportiva-del-inderbu/>
- inmarketing*. (s.f.). Obtenido de <https://inmarketing.co/crecimiento-empresarial-como-hacer-crecer-empresa/>

Instituto Colombiano del Deporte, COLDEPORTES. (2008). *Doctrinas y Conceptos Jurídicos*. Bogotá: Kinesis.

Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander,. (3 de Marzo de 2018). *Indersantander*. Obtenido de <http://indersantander.gov.co/archivos/LIGASDESANTANDER2017.pdf>

*Leyes desde 1992 - Vigencia expresa y control de seguridad constitucionalidad*. (s.f.). Obtenido de [http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_0590\\_2000.html](http://www.secretariasenado.gov.co/senado/basedoc/ley_0590_2000.html)

Liga Santandereana de Fútbol. (17 de junio de 2018). *Ligasantandereanadefutbol.co*. Obtenido de <http://ligasantandereanadefutbol.co/webs/TorneoMunicipal/Clubes.php>

*Lo Hacemos Mejor Gobierno del Cesar*. (20 de Noviembre de 2020). Obtenido de <https://cesar.gov.co/d/index.php/es/menpre/menprenoti/4340-artbp-000319-2020>

Marcela González-Gross, A. G.-R. (2001). La nutrición en la práctica deportiva: Adaptación de la pirámide nutricional a las características de la dieta del deportista. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*.

*Michellin Viamichellin* . (s.f.). Obtenido de [https://www.viamichelin.es/web/Mapas-Planos/Mapa\\_Plano-Pelaya-\\_Cesar-Colombia](https://www.viamichelin.es/web/Mapas-Planos/Mapa_Plano-Pelaya-_Cesar-Colombia)

Ministerio de Tecnologías de Información y las Comunicaciones. (2017). *Boletín Trimestral de las TIC, Cifras cuarto trimestre de 2017*. Bogotá: Mintic.

Nancy Stella Landinez Parra, K. C. (s.f.). Proceso de envejecimiento, ejercicio y fisioterapia. *Revista Cubana de Salud Publica*.

Nielsen. (03 de noviembre de 2016). *nielse.com.co*. Obtenido de <http://www.nielsen.com/co/es/insights/news/2016/7-de-cada-10-colombianos-disfrutan-de-la-libertad-de-estar-conectados-desde-cualquier-lugar-y-en-cualquier-momento.html>

Organización Mundial de la Salud, OMS. (1 de Junio de 2018). *Organización Mundial de la Salud, OMS.* Obtenido de <http://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/noncommunicable-diseases>

Portafolio. (16 de junio de 2017). *Portafolio.co.* Obtenido de <http://www.portafolio.co/tendencias/el-uso-del-smartphone-en-colombia-mucho-entretenimiento-y-poco-trabajo-506912>

ramirez, A. V. (2016). Ámbito Laboral de Fisioterapeutas Vinculados a la Red Pública de Atención en Salud, en los Hospitales de Bogotá . *Salud Pública*, 880-889.

Revista Dinero. (09 de Agosto de 2014). *Dinero.* Obtenido de <https://www.dinero.com/internacional/articulo/oportunidades-negocio-industria-deportiva/200720>

Revista Dinero. (2017 de Marzo de 2016). *Dinero* . Obtenido de <https://www.dinero.com/edicion-impresa/negocios/articulo/bodytech-y-su-historia-de-exito-empresarial-en-colombia/221471>

Revista Dinero. (20 de 12 de 2017). *Dinero.com.* Obtenido de <https://www.dinero.com/emprendimiento/articulo/instafit-aplicacion-movil-de-entrenamiento-deportivo/253584>