

“XIHALUA” PROPUESTA PARA MANTENER UN PESO SALUDABLE

Autores:

Mia Orellana Huaranga
Britney Orellana Huaranga
Ariana Salcedo Peña
Xiomara Rivera Caipo
Lucia Argandoña Prado

Planteles de Aplicación de la UNE

RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo proponer un emprendimiento que permita elevar el peso en los estudiantes del PAUNE. El trabajo inicio reconociendo el problema respecto al IMC con mayor incidencia en el colegio, luego en proponer un producto comestible que ayude a solucionar el problema, presupuestar la implementación del emprendimiento, buscar un crédito en una institución financiera y analizar la viabilidad de su implementación. Se concluyo con la propuesta del emprendimiento denominado “Xihalua Perú S.A” con el producto de galletas de avena, miel y frutos secos y confirmando la viabilidad de su implementación en un plazo de 1 año.

Palabras claves: Emprendimiento, índice de masa corporal, bajo de peso.

Orellana, M., Orellana, B., Salcedo, A., Rivera, X. y Argandoña, L. (2023).
“XIHALUA” Propuesta para mantener un peso saludable.
Kuskanchaq, 1(1),19-26.

INTRODUCCIÓN

El IMC es un método de evaluación fácil y económica para la categorización del peso: bajo peso, peso saludable, sobrepeso, y obesidad. Cabe mencionar que el IMC no mide la grasa corporal directamente, pero se correlaciona estadísticamente de forma moderada con medidas más directas de la grasa corporal; no obstante, se correlaciona fuertemente con diversos resultados metabólicos y de enfermedades como lo están estas medidas más directas de la grasa corporal.

El sobrepeso y la obesidad son problemas de salud pública que afectan a gran parte de la población mundial, de los cuales las peruanas y peruanos no estamos exentos. Ya que, en el 2015, según la Encuesta Demográfica y de Salud Familiar (ENDES) el 35,5% de personas de 15 y más años de edad presento sobrepeso y el 17,8% obesidad; mientras que, en el 2021, según la ENDES el 62.7% de jóvenes a nivel nacional padecía de exceso de peso, siendo las mujeres quienes presentaron mayor prevalencia (65.6%) frente a los hombres (59.5%). En relación con el área de residencia, la zona urbana presenta un mayor porcentaje de personas con exceso de peso (66.2 %) frente a la zona rural (48.7 %).

En el caso de los niños menores de 5 años, la ENDES señala que, durante los años 2017, 2018 y 2019, en promedio el 8% de estos menores padecía de sobrepeso y obesidad; mientras que en el 2020 aumentó en 2 puntos porcentuales (10 %); no obstante, en el 2021 se registró un ligero descenso en 0.4 puntos porcentuales (9.6 %), siendo la mayor prevalencia de niños en la costa (13.7 %) frente a la sierra (5,2 %) y selva (4.5 %).

Las personas con esta condición pueden tener un sistema inmunológico débil, así como una pobre condición física, haciéndolos propensos a padecer infecciones. Otros riesgos que puede causar el bajo peso son: Presión arterial alta (hipertensión), colesterol LDL alto, colesterol HDL bajo o niveles altos de triglicéridos (dislipidemia), Diabetes tipo 2, problemas de fertilidad, especialmente en mujeres. También problemas durante el embarazo.

En las últimas décadas, el sobrepeso y la obesidad han aumentado de forma acelerada en los países de ingresos medios y bajos, una situación que consolida a las enfermedades crónicas no transmisibles (ENT) como una de las más importantes causas de mortalidad y discapacidad a nivel global.

Frente a este problema, la escuela debe promover la educación física y la actividad deportiva, dentro y fuera de ésta. Las escuelas deberían incluir programas educativos orientados a la mejora de la dieta, la actividad física y la disminución del sedentarismo, que incluyan a la familia y al personal académico

En los estudios estadísticos realizados en el colegio sobre el IMC, se encontró que entre el 10% y 15% de estudiantes de secundaria tienen sobre peso u obesidad; mientras que entre el 18% y 25% de estudiantes se encuentra bajo de peso. Por lo tanto, el problema con mayor incidencia en los estudiantes de secundaria del PAUNE es encontrarse bajo de peso.

Problema en estudio

¿Cómo elevar el peso en los estudiantes del PAUNE que están debajo de lo normal según su IMC?

Objetivo del estudio

Proponer un emprendimiento que permita elevar el peso en los estudiantes del PAUNE.

Hipótesis del estudio

Es factible la implementación del emprendimiento que permita elevar el peso en los estudiantes del PAUNE.

Variable del estudio

Variable independiente: Emprendimiento

Variable dependiente: Índice de masa corporal

ASPECTOS TEÓRICOS

¿Qué es un emprendimiento?

Un emprendimiento es la acción de crear un negocio o negocios con el objetivo de generar ganancias. Sin embargo, esta definición de emprendimiento es algo básica y no abarca todas las posibilidades existentes para los emprendedores.

La definición de emprendimiento más moderna incluye conceptos más elevados como la transformación del mundo para resolver grandes problemas, iniciar un cambio social, crear o vender un producto innovador, etc. Además, lo que la definición de emprendimiento no te cuenta es que el emprendimiento es la manera perfecta para tomar las riendas de tu vida.

¿Cuáles son los tipos de emprendimientos?

Podemos clasificar los tipos de emprendimiento según su nivel de innovación en:

a) Emprendimientos novedosos: Cuando se basa en desarrollar e investigar para crear un producto o servicio innovador. Requieren de mucho capital para lograr desarrollar todo el proceso de investigación y luego la puesta en marcha del modelo de negocios.

b) Negocios oportunistas: Atienden una necesidad específica en un momento determinado con una propuesta de negocios diseñada especialmente para esa oportunidad. Requiere de una gran visión por parte del emprendedor para detectar, desarrollar y ejecutar un modelo de negocio que satisfaga esa carencia del mercado.

c) Emprendimientos incubadores: Las ideas permanecen un largo tiempo en investigación y desarrollo, con el objetivo de satisfacer una necesidad recurrente dentro de un nicho.

Por otro lado, las empresas pueden clasificarse según su tamaño, siendo las micros y pequeñas empresas (MYPES) las usuales. Las microempresas (PYME) suelen de tener de 1 a 10 trabajadores, las pequeñas empresas de 11 a 50 trabajadores y las medianas empresas entre 51 y 250 personas que laboran en ella.

PROPUESTA DE EMPRENDIMIENTO

Denominación

Del emprendimiento: Xihalua Perú S.A.
Del producto Oatmeal Cookies

Propósito

Que los estudiantes consuman Oatmeal Cookies (galletas de avena, miel y frutos secos) por los siguientes beneficios:

- Disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares
- Promueve la regularidad intestinal
- Promueve la energía en el cuerpo de los niños y adolescentes.

Mercado o población objetivos

En primera instancia, los estudiantes educación secundaria del PAUNE.

En segunda instancia, los estudiantes de los 3 niveles (inicial, primaria y secundaria) del PAUNE.

En tercera instancia, los estudiantes de los diversos colegios de la Chosica.

Producto o servicio a ofrecer

Producción y venta de galletas de avena, miel y frutos secos. En paquetes de 4 unidades a S/. 1.00.

Marketing, venta y distribución

La venta se desarrollará de manera directa a los estudiantes. Asimismo, se está creando un fanpage de la marca que ayude a la difusión de las galletas. En la siguiente dirección web se puede localizar el fanpage:

<https://www.facebook.com/profile.php?id=100088493348495&mibextid=ZbWKwL>

KUSKANCHAQ

Figura 1

Fanpage de Xihalua Perú S.A



Presupuesto

El presupuesto para el equipamiento y la producción de galletas “Oatmeal Cookies” asciende a S/.1745.00. Los insumos para la producción de 350 galletas están presupuestados en S/. 60.00.

Tabla 1

Equipamiento para el emprendimiento

Utensilios y maquinas	Costo
Bandeja	24.00
Colador	12.00
Bols y espátula	80.00
Batidora	170.00
Horno eléctrico	1399.00
Total	1685.00

Nota: Costo a fecha noviembre del 2022

La venta se desarrollará en paquetes de 4 unidades con un valor de S/. 1.50. La relación entre el precio de costo, venta y ganancia se muestra en la tabla 2.

Tabla 2*Relación entre costo, venta y ganancia*

Producción	Paquetes	Costo de insumos	Costo de venta	Ganancia
1° Semana	87.5	60	131.25	71.25
2° Semana	87.5	60	131.25	71.25
3° Semana	87.5	60	131.25	71.25
4° Semana	87.5	60	131.25	71.25
Total	350	240	525.00	285.00

De la tabla 2, se observa que en 4 semanas de venta se obtiene una ganancia de S/. 285 para una producción de 240 paquetes de galletas.

FINANCIAMIENTO

A continuación, se presenta los resultados de la indagación realizada en una institución financiera (banco) respecto a un préstamo de S/. 2000 con el fin de analizar la viabilidad del emprendimiento. No obstante, primero se presentarán algunos conceptos de términos financieros.

Tasa de Costo Efectivo Anual (TCEA)

Es una de los términos o aspectos de un préstamo más importantes porque engloba todo lo que le cuesta a una persona con el crédito que realice. La TCEA incluye tres componentes fundamentales: la Tasa de interés anual (TEA), las comisiones y los gastos.

Entre los gastos que incluye la TCEA esta el Seguro desgravamen, que cubre la deuda en caso el titulas no pueda continuar pagándola por enfermedad o fallecimiento. Mientras que las comisiones son los cargos que hacen las entidades financieras por los servicios adicionales a los que son inherentes al crédito.

KUSKANCHAQ

Resultados de la indagación sobre un préstamo en un banco

El presupuesto tanto para la implementación (equipamiento y producción) será de S/.1746.00; no obstante, para los fines del préstamo se consideró un capital de S/. 2000 soles. La TEA que ofrece el banco donde se pregunto es de 57.90% y la TCEA es de 59.43%.

Tabla 3

Simulación de un préstamo de S/. 2000 en un banco

Plazos	Cuota mensual	Interés generado	Seguros	Monto a pagar
6 meses	306.45	346.76	7.01	2313.46
12 meses	215.51	573.03	13.11	2586.14
18 meses	159.89	858.40	19.54	2878.03

Nota: Información proporcionada por el Banco en el mes de noviembre.

De la tabla 3, observamos que en 6 cuotas mensuales de S/. 306.45 se genera un interés de S/. 306.45, en 12 cuotas mensuales de S/. 215.51 se genera un interés de S/.573.03 y en 18 cuotas mensuales de S/. 159.89 se genera un interés de S/.858.40.

CONCLUSIONES

Nuestro emprendimiento Xihalua Perú S.A de galletas de avena, miel y frutos secos está orientadas a elevar el peso de los estudiantes con bajo peso; por lo cual se cumpliría con el objetivo.

Respecto a la hipótesis, si es factible implementar el emprendimiento Xihalua Perú S.A. recurriendo a un préstamo de S/.2000.00 en un plazo de 12 meses; ya que, la cuota mensual es de S/. 215.51 mientras que la ganancia mensual es de S/. 285.00