



UNIDAD DE EMPRENDIMIENTO

**UNIVERSIDAD CASA GRANDE
FACULTAD DE ADMINISTRACIÓN Y NEGOCIOS**

**MODELO DE NEGOCIO
“APP NUTRIGETHER”:
GERENCIA DE ESTUDIO DE MERCADO**

Elaborado por:

ANA ISABEL PERALTA DUEÑAS

Tutoría por: **Mgs. Fernando Ruiz**

GRADO

Trabajo previo a la obtención del Título de:

Licenciado en Administración de Empresas

Guayaquil, Ecuador

Agosto, 2022

CLÁUSULA DE AUTORIZACIÓN PARA LA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE TITULACIÓN

Yo, **Ana Isabel Peralta Dueñas** declaro libre y voluntariamente lo siguiente:

1. Que soy el/la autor/a del trabajo de titulación “**Modelo de Negocio APP Nutrigether: Gerencia de Estudio de Mercado**”, el cual forma parte del proyecto Modelo de Negocio “**APP Nutrigether**”.
2. Que el trabajo de titulación contenido en el documento de titulación es una creación de mi autoría por lo que sus contenidos son originales, de exclusiva responsabilidad de su autor y no infringen derechos de autor de terceras personas.
3. Que el trabajo de titulación fue realizado bajo modalidad de aprendizaje colaborativo junto con los estudiantes María Belén Alcívar Cedeño, Norma Gabriela Beltrán Reina, Carlos Roger Escandón Montenegro, Paola Fernanda Fuentes Rizzo y Karen Tatiana Laborde Paredes.

En virtud de lo antes declarado, asumo de forma exclusiva la responsabilidad por los contenidos del trabajo de titulación, su originalidad y pertinencia y exonero a la Universidad Casa Grande de toda responsabilidad civil, penal o de cualquier otro carácter por los contenidos desarrollados en dicho trabajo.



Ana Isabel Peralta Dueñas

0920665452

Declaro que

Yo, Ana Isabel Peralta Dueñas en calidad de autor y titular de del trabajo de titulación “**APP Nutrigether: Gerencia de Estudio de Mercado**” de la modalidad Modelos de Negocio, autorizo a la Universidad Casa Grande para que realice la digitalización y publicación de este trabajo de titulación en su Repositorio Virtual, con fines estrictamente académicos, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Asimismo, autorizo a la Universidad Casa Grande a reproducir, distribuir, comunicar y poner a disposición del público mi documento de trabajo de titulación en formato físico o digital y en cualquier medio sin modificar su contenido, sin perjuicio del reconocimiento que deba hacer la Universidad sobre la autoría de dichos trabajos.



Ana Isabel Peralta Dueñas

0920665452

RESUMEN EJECUTIVO

El presente modelo de negocios propone la creación de un servicio de asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico con la implementación de una plataforma digital de una aplicación móvil. En esta, el usuario descarga la APP e ingresa información única, particular y personal, con lo que, esta aplicación le indicará los consejos en alimentación y entrenamiento físico a seguir para la persona que se registra. Todo esto por medio de información que se alimenta por medio de algoritmos informáticos que le permiten automáticamente responder con asesoría personalizada a su situación de edad, peso, estatura, circunferencia de cintura, estado de salud y otros indicadores. La aplicación móvil busca atender y liderar el mercado en Guayaquil, principalmente al nicho de personas con sobrepeso. Dentro de los primeros cinco años de operación, con una estrategia de negocio de posicionamiento y diferenciación, Nutrigether es el servicio de asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico que combina flexibilidad, facilidad y accesibilidad para seguir un régimen de alimentación saludable que le garantiza al usuario lograr o mantener el peso adecuado. El modelo de negocio propuesto es de venta directa en combinación con el Comercio electrónico, donde el flujo de ingresos proviene de la suscripción de los usuarios, adultos jóvenes y adultos con nivel socioeconómico medio alto, que posean smartphone y cuenten con plan de datos de internet, con sobrepeso y con interés en cambiar sus hábitos alimenticios.

La investigación proyecta un mercado potencial de mínimo el 40% de la población con las características mencionadas y responde a un macroentorno favorable para el sector, con crecientes tendencias sociales relacionadas a la vida saludable. El marco competitivo aún es bajo, con pocos competidores directos, sin clara diferenciación entre las aplicaciones que, o son solo de nutrición o solo de entrenamiento físico, siendo Nutrigether la única que propone ambos servicios en una misma APP y personalizada a cada situación de cada usuario en particular.

Los estudios cualitativos y cuantitativos demuestran un alto nivel de aceptación a la propuesta de valor de Nutrigether, donde el 80% del público objetivo encuestado tendría la disposición de utilizar el servicio. Una vez realizado el análisis FODA, se plantea una postura ofensiva de ingreso al mercado, destinando una tasa promedio anual del 10% de las ventas como presupuesto de marketing, con una campaña en medios digitales masivos y un plan de relaciones públicas y de boca a boca que construya el posicionamiento de la marca a corto plazo.

La operación del negocio requiere para maximizar la percepción de calidad del servicio, el monitoreo a través de KPIs específicos en las revisiones operativas periódicas del comité de

dirección, apuntando a la atención al cliente. Las actividades clave son el reclutamiento y capacitación del personal, así como la fidelización de estos, para lo cual se ha diseñado un plan de carrera y la evaluación periódica de su desempeño en el servicio con el fin de elevar constantemente los estándares de atención. Otro aspecto importante que se considera es la funcionabilidad de la Plataforma Digital, ya que es un factor diferenciador de la APP Nutrigether en el mercado, y que está compuesto por el desarrollo y mantenimiento de la plataforma digital, y a la vez un constante enfoque de innovación, que requerirá de inversión permanente en I+D con el objetivo de mantener la diferenciación de la empresa respecto a otros competidores.

El crecimiento del negocio responde a una estrategia corporativa de desarrollo de mercados con responsabilidad social empresarial. Se ha considerado tanto al usuario interno como al cliente externo y después del primer año de perfeccionamiento de la operación en Guayaquil, se ejecutará un plan progresivo de expansión en una siguiente etapa. En el transcurso de del primer año se espera alcanzar los 21.900 suscriptores y un crecimiento anual del 5% a partir del segundo año en que la empresa se desarrollará en otras partes del país y de ser posible en el mundo, significando esto un crecimiento de ventas.

El modelo de negocio en internet es muy ventajoso, debido a la escalabilidad, donde la inversión en costos fijos como la tecnología, se hace cada vez más eficiente, garantizando así la sostenibilidad del negocio. Como resultado la rentabilidad neta proyectada es muy interesante como se puede observar en la parte financiera del proyecto.

La viabilidad financiera del negocio está sustentada en un VAN positivo de \$55.246,56 y un TIR del 67,95%. Respecto al capital de \$29.712,84 la evaluación financiera indica un ROI del 8,57%. Los principales riesgos del negocio se presentan en la operación, tanto en la atención al cliente, como el funcionamiento tecnológico y a los potenciales fraudes en el pago electrónico, para los cual se debe aplicar protocolos y procedimientos adecuados con el fin de controlar y minimizar su impacto.

Por último, el presente plan de negocios es viable, sustentado en las condiciones de mercado adecuadas y con una propuesta de valor diferencial en la personalización, siendo una propuesta atractiva de inversión, que mira a un mercado global con perspectiva de liderarlo, y que proyecta importantes niveles de retorno de capital. La empresa apuesta a la constante innovación estando en una era tecnológica, trabajando con los stakeholders con la finalidad de contribuir con la expansión de un estilo de vida saludable, dando una asesoría personalizada particular en nutrición y entrenamiento físico por medio de la APP Nutrigether para una vida sana.

Este documento es el resultado del trabajo colaborativo de Norma Gabriela Beltrán Reina, Paola Fernanda Fuentes Rizzo, Carlos Roger Escandón Montenegro, María Belén Alcívar

Cedeño, Karen Tatiana Laborde Paredes, Ana Isabel Peralta Dueñas, y explica el plan de negocios del proyecto denominado “Nutrigether”; por tal razón los contenidos están relacionados con los otros documentos que complementan el trabajo general, existiendo la posibilidad que ciertos datos se repitan, sin que esto implique plagio.

PALABRAS CLAVE

INVESTIGACIÓN: Aquel proceso metódico, sistematizado, objetivo y ordenado, que tiene como finalidad responder ciertas preguntas, teorías, suposiciones, conjeturas y/o hipótesis que se presentan en un momento dado sobre un tema determinado.

USUARIO: Un usuario es aquel individuo que utiliza de manera habitual un producto, o servicio. Es un concepto muy utilizado en el sector informático y digital. Los usuarios pueden distinguirse teniendo en cuenta los servicios de los que hagan uso.

ENCUESTA: Serie de preguntas que se hace a muchas personas para reunir datos o para detectar la opinión pública sobre un asunto determinado.

RECOLECCIÓN DE DATOS: Es el proceso de recolección y medición de información sobre variables establecidas de una manera sistemática, que permita obtener respuestas relevantes, probar hipótesis y evaluar resultados.

RESULTADOS: Permiten explicar cuáles son las bases teóricas de la investigación y las posibles aplicaciones prácticas que pueda tener.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Este punto del modelo de negocio es uno de los pilares para el desarrollo de este proyecto. Basándonos desde la definición de ética como parte de la filosofía que estudia al ser humano y su comportamiento, diferenciando lo que está bien de lo que está mal, es de suma importancia aplicar consideraciones éticas para esta y cualquier idea de negocio, ya que así se podrá sentar las bases con la que se establece un proyecto para que sea sostenible en el tiempo. Se ha enfocado principalmente para considerar parte de este, el respecto a las personas que conforman todo el modelo de negocio y aquellos que han brindado su aporte para su desarrollo, otro valor dentro de las consideraciones éticas es respetar su autonomía como sus opiniones y aportes al proyecto, el beneficio que se obtendrá por plasmar este proyecto de negocio y la justicia como parte fundamental de todo el proceso.

ÍNDICE DE CONTENIDO

1.2.	GERENCIA: ESTUDIO DE MERCADO.....	9
1.2.1.	Estudio de Mercado.....	9
1.2.1.1.	Investigación de mercado.....	10
1.2.1.1.1.	Objetivo General.....	10
1.2.1.1.2.	Objetivos Específicos.....	10
1.2.1.1.3.	Población.....	10
1.2.1.1.4.	Muestra.....	11
1.2.1.1.5.	Diseño de la Investigación.....	11
1.2.1.1.6.	Desarrollo de Técnicas de Investigación.....	12
1.2.1.1.7.	Resultados de la investigación.....	12
1.2.1.2.	Análisis.....	18
1.2.1.2.1.	Mercado Objetivo y potencial.....	19
1.2.1.2.2.	Mapa de la competencia.....	20
1.2.1.3.	Análisis de las 5 Cs.....	21
1.2.1.3.1.	Contexto.....	22
1.2.1.3.2.	Compañía.....	23
1.2.1.3.3.	Clientes.....	25
1.2.1.3.4.	Competencia.....	25
1.2.1.3.5.	Colaboradores.....	26

ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN

Se origina por las experiencias personales con servicios de nutrición y entrenamiento físico, los cuales son independientes cada uno en el servicio que brindan y con costos distintos. La poca oferta de aplicaciones móviles personalizadas a la situación particular del usuario en cuanto al servicio de guía y asesoramiento en nutrición y ejercitamiento, ya que no existe ninguna APP móvil que brinde ambos servicios en una sola aplicación. La falta de un guía particular personalizado en base a parámetros y algoritmos alimentados por los datos de cada usuario en cuanto a su condición física, edad, peso, circunferencia de cintura, estatura, entre otros parámetros que dan las condiciones para que la aplicación decida automáticamente los consejos que requiere cada usuario. Es importante considerar que la motivación de tener una vida sana muchas veces es superada por barreras como falta de tiempo y falta de practicidad para el cumplimiento de los regímenes alimenticios y de ejercicio. Se encontró que esas experiencias de nuestros amigos y colegas tienen las mismas barreras, por lo que se decidió buscar información sobre la demanda en nutrición a través de un análisis cuantitativo. Se encontró que existen miles de búsquedas en internet sobre temas relacionados a nutrición, dietas, salud y alimentación, y que se han incrementado en los últimos años, considerando que solo en Ecuador el 62,8% de los adultos entre 19 y 59 años tienen sobrepeso (El Universo, 2017). Esto presenta una creciente oportunidad de mercado en combinación con las experiencias cualitativas recogidas. Esta información nos permitió cuestionar el modelo de negocio tradicional de servicio presencial y las pocas aplicaciones con servicio sin personalización en el mercado de nutrición y entrenamiento físico para conseguir el peso adecuado, todo esto sentó las bases para la idea de negocio de Nutrigether.

La facilidad y conveniencia para comenzar a tener una buena alimentación, en cualquier parte, a cualquier hora. Una herramienta digital práctica e interactiva que facilite su cumplimiento del objetivo de bajar de peso y tener un estilo de vida saludable. La personalización es clave en la propuesta de valor para los usuarios, ya que la mayoría carece de organización y disciplina. Una solución completa y sencilla de utilizar se vuelve altamente valorada por los usuarios con sobrepeso y en edad de entre 19 y 59 años (Primicias, 2019), donde se concentra la mayoría de la población con esta necesidad, según los resultados de los estudios cualitativos y cuantitativos realizados para validar esta idea de negocio.

NUTRIGETHER tiene como modelo de negocio en internet el modelo B2C o Business-to-Consumer (B2C), es decir Empresa a Consumidor, por lo que, gracias a la cantidad de datos e información sobre los usuarios, se tiene una gran ventaja a la hora de personalizar el servicio y enfocar el contenido de la información que se ofrece.

OBJETIVO GENERAL Y ESPECÍFICOS DEL PROYECTO

OBJETIVO GENERAL. Desarrollar una Aplicación móvil con asesoría personalizada en planes nutricionales y entrenamiento físico para personas en la ciudad de Guayaquil.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las necesidades de los usuarios que buscan asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico.
- Establecer la demanda de una APP que brinde asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico en personas que viven en la ciudad de Guayaquil.
- Describir la fundamentación teórica de las estrategias de marketing para la comercialización de la aplicación móvil especializada en asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico.
- Determinar los medios de comunicación que frecuentan los usuarios de una aplicación móvil que brinde asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico.

DESCRIPCIÓN DEL MODELO DE NEGOCIO

1.2. GERENCIA: ESTUDIO DE MERCADO

La gerencia de estudio de mercado es la encargada de determinar si el modelo de negocio APP Nutrigether tiene el potencial de desarrollo en un mercado específico de acuerdo con toda la información que se espera recopilar a través de las entrevistas, encuestas y grupos focales.

1.2.1. Estudio de Mercado

Se desea desarrollar un estudio de mercado que permita la identificación de las necesidades y preferencias del usuario que busca salud y bienestar físico. Brindar una aplicación (APP) con asesoría personalizada para que el usuario ingrese los datos solicitados, lo canalice sobre el menú diario para su alimentación, con la cantidad de calorías adecuadas y sugerencias de entrenamiento físico, dependiendo de la edad, peso, estatura, estado de salud, si tiene alguna enfermedad e indicarle el peso ideal objetivo.

1.2.1.1. Investigación de mercado

1.2.1.1.1. Objetivo General

Desarrollar un estudio de mercado que permita la creación de una Aplicación móvil con Asesoría Personalizada en Planes Nutricionales y Entrenamiento Físico para parejas en Guayaquil.

1.2.1.1.2. Objetivos Específicos

- Identificar las necesidades de los usuarios que buscan asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico.
- Establecer la demanda de una aplicación móvil que brinde asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico en Guayaquil.
- Proponer la oferta de una aplicación móvil que brinde asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico en Guayaquil.
- Proponer estrategias de marketing para la aplicación móvil especializada en asesoría personalizada en nutrición y entrenamiento físico en Guayaquil.

1.2.1.1.3. Población

Se ha considerado como población para la muestra a estudiarse la Población económicamente Activa (PEA) en la ciudad de Guayaquil 1,242,733 personas (INEC, 2021), de los cuales el 62,8% de los adultos (de 19 a 59 años) tienen obesidad (Diario El Universo, 2017), es decir 780,436 personas con obesidad en Guayaquil en este rango etario. Además, el 77.8% de la población tiene un smartphone (Alvino, 2021), lo que resulta en un total de 607,179 personas como mercado objetivo en Guayaquil que tienen obesidad, poseen un smartphone y cuentan con un ingreso económico y se encuentran entre los 19 y 59 años.

Tabla 1

Cálculo de la Población sujeta a investigación

Población	Adultos 19 a	Personas con
Económicamente	59 años con	smartphone
Activa-	obesidad	smartphone
Guayaquil	(62.8%)	(77.80%)
1.242.733	780.436	607.179

1.2.1.1.4. Muestra

Aplicando el cálculo de la muestra de una población conocida y un muestreo de tipo probabilístico, se aplica la fórmula:

$$n = \frac{N\sigma^2 Z^2}{(N-1)e^2 + \sigma^2 Z^2}$$

Donde:

n = el tamaño de la muestra.

N = tamaño de la población, 607,179 potenciales consumidores. σ = Desviación estándar de la población, un valor constante de 0.5.

Z = Valor obtenido mediante niveles de confianza. Es un valor constante en relación al 95% de confianza equivale a 1.96.

e = Límite aceptable de error muestral, 5% (0,05).

$$n = \frac{607,179 \cdot 0.5^2 \cdot 1.96^2}{0.05^2 (607,179 - 1) + 0.5^2 \cdot 1.96^2} = 384$$

Personas de ambos géneros a las cuales se realiza la encuesta por medio de Google form enviados a una lista de teléfonos WhatsApp con las preguntas de la encuesta.

1.2.1.1.5. Diseño de la Investigación

En este trabajo se utilizaron métodos de investigación deductivos e inductivos. El método de investigación deductiva es válido porque se buscan declaraciones sólidas de la verdad y la conclusión. El método inductivo permitió partir del análisis específico de los datos a conclusiones generales, para poder anticipar los problemas de investigación a partir de elementos concretos y trasladarlos al conocimiento general. (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2015, pág. 11).

El tipo de investigación utilizado de campo fue descriptivo porque busca relacionar y resaltar características de los usuarios, los cuales fueron analizados. Además, establecer en detalle cuál es la situación del mercado y sus necesidades respecto al bienestar en la alimentación y forma física, es decir describir la situación del objeto de estudio. La investigación descriptiva muestra, relaciona, describe o identifica hechos, situaciones y características y características de los sujetos de la investigación. (Bernal Torres, 2016, pág. 143).

El enfoque adoptado fue un enfoque mixto, donde se aplicó como herramienta cuantitativa de obtención de datos la encuesta, realizada a una muestra de los potenciales usuarios de la APP, la cual fue tabulada para su análisis y además tiene un enfoque cualitativo porque se utilizó una herramienta de obtención de datos de tipo cualitativa como es la entrevista a un experto en el mercado de las APPs. En enfoque mixto es una integración o una combinación de enfoques cualitativos y cuantitativos. Los dos se mezclan o emparejan a lo largo del estudio.

1.2.1.1.6. Desarrollo de Técnicas de Investigación

Estudio cuantitativo

Se aplicó la encuesta de 10 preguntas de opción múltiple como herramienta de obtención de datos cuantitativos a una muestra de 384 usuarios potenciales de la APP tomada en la ciudad de Guayaquil a personas con obesidad, entre 19 y 59 años con actividad económica y que utilizan smartphone.

Estudio cualitativo

Se realizó una entrevista con 11 preguntas dirigida a un experto en APP y Marketing Digital, como medio de obtención de datos cualitativos.

1.2.1.1.7. Resultados de la investigación

Encuesta

Objetivo: Identificar las necesidades y preferencias del usuario que consulta menú de dieta y entrenamiento físico para eliminar la obesidad por medio de una APP en su smartphone.

1. ¿Cuál es su sexo?

Tabla 1

Opciones	Cantidad	%
Femenino	249	65%
Masculino	135	35%
Total	384	100%

Elaborado por Los autores

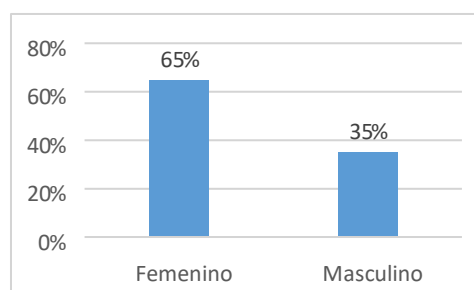


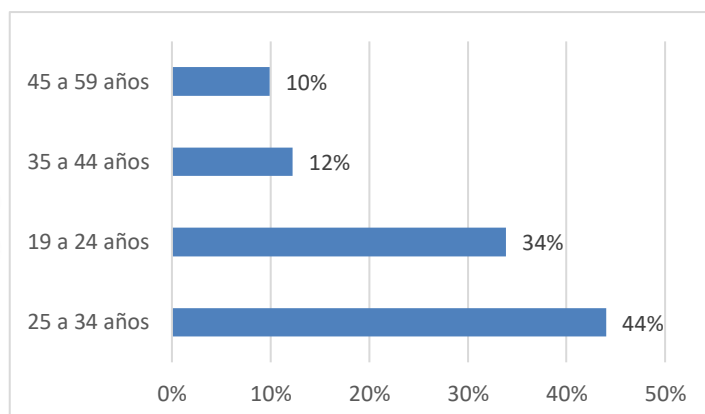
Figura 1 Sexo del encuestado

Análisis: La mayor parte de los encuestados fueron del sexo femenino con el 65%, lo que indica un alto interés de las mujeres por el cuidado de su peso y salud, por lo tanto, de recibir asesoría nutricional y entrenamiento físico saludable.

2. ¿A qué rango de edad pertenece?

Tabla 2

Opciones	Cantidad	%
25 a 34 años	169	44%
19 a 24 años	130	34%
35 a 44 años	47	12%
45 a 59 años	38	10%
Total	384	100%

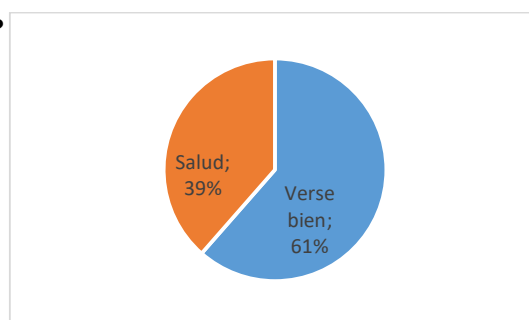


Análisis: El 78% de los encuestados se encuentra entre los 19 y 34 años, lo que indica el rango etario al que debe apuntar la aplicación móvil para su publicidad.

3. ¿Cuál es su principal motivo para bajar de peso?

Tabla 3
Motivación para bajar de peso

Opciones	Cantidad	%
Verse bien	236	61%
Salud	148	39%
Total	384	100%

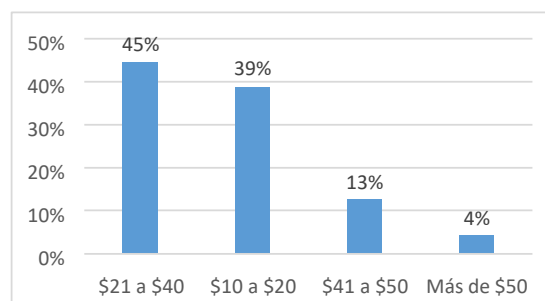


Análisis: La mayor parte de los encuestados con un 61% indicó que su principal motivación para bajar de peso es verse bien, es decir la parte estética, lo que indica que el mensaje que se debe enviar al mercado objetivo es el verse bien.

4. ¿Cuánto gasta mensualmente en nutricionista o un entrenador físico personal?

Tabla 4
Costo mensual de un nutricionista/entrenador

Opciones	Cantidad	%
\$21 a \$40	171	45%
\$10 a \$20	149	39%
\$41 a \$50	48	13%
Más de \$50	16	4%
Total	384	100%

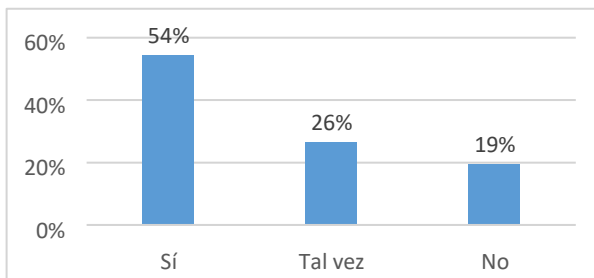


Análisis: Los encuestados respondieron con un 84% que el costo mensual de un nutricionista está entre \$10 y \$40, lo mismo con un entrenador físico, por lo que una APP con menor costo de suscripción mensual podría ser bien percibida.

5. Si existiera una APP que le brinde atención personalizada de acuerdo a su peso, estatura, edad, respecto a nutrición y entrenamiento físico ¿Utilizaría la APP?

Tabla 5
Utilizaría una APP de asesoría nutricional

Opciones	Cantidad	%
Sí	209	54%
Tal vez	101	26%
No	74	19%
Total	384	100%

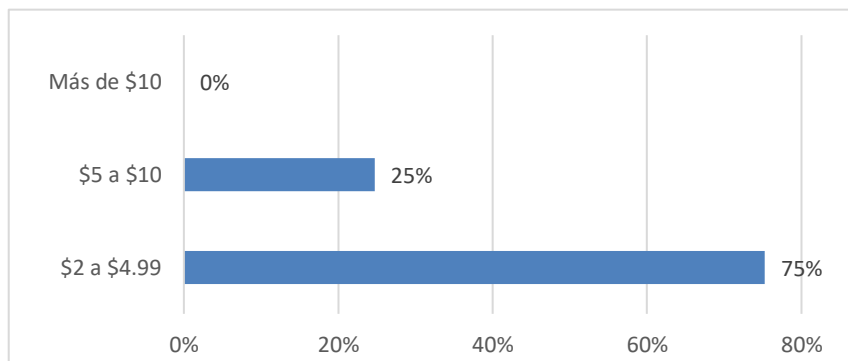


Análisis: La mayoría de los consultados con un 54% indicaron que si usarían la APP de asesoría nutricional y sumado al 26% que indicó que tal vez la usaría, afianza la conclusión de un interés por este tipo de servicio personalizado.

6. ¿Cuánto pagaría mensualmente por una suscripción a la APP por el servicio?

Tabla 6

Opciones	Cantidad	%
\$2 a \$4.99	289	75%
\$5 a \$10	95	25%
Más de \$10	-	0%
Total	384	100%

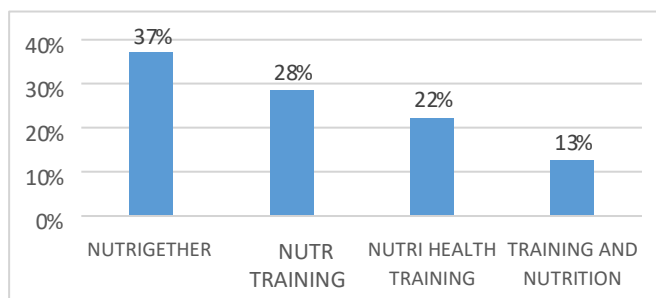


Análisis: El 75% de los encuestados indica que estaría dispuesto a pagar una mensualidad de entre \$2 y \$4.99 por el servicio de la APP, lo que permite ubicar el precio aceptable.

7. ¿Con cuál de los siguientes nombres identificaría a la APP?

Tabla 7

Opciones	Cantidad	%
NUTRIGETHER	142	37%
NUTRI TRAINING	109	28%
NUTRI HEALTH	85	22%
TRAINING AND NUT	48	13%
Total	384	100%

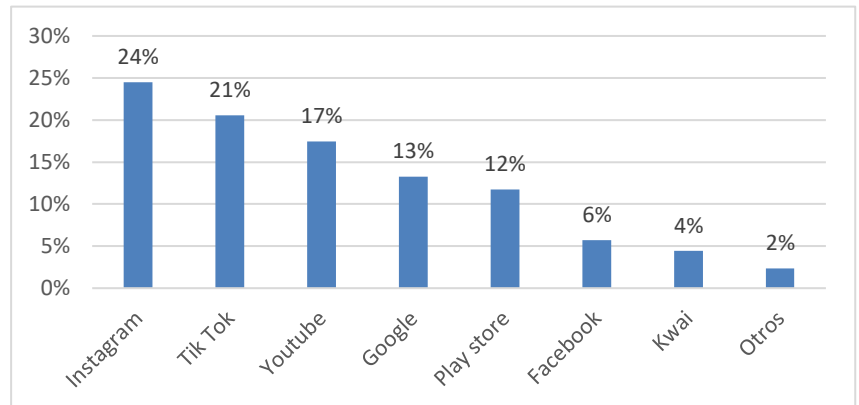


Análisis: La mayoría con un 37% le agrada el nombre NutriGether.

8. ¿Por qué medio se entera de nuevas APPs útiles?

Tabla 8

Opciones	Cantidad	%
Instagram	94	24%
Tik Tok	79	21%
Youtube	67	17%
Google	51	13%
Play store	45	12%
Facebook	22	6%
Kwai	17	4%
Otros	9	2%
Total	384	100%

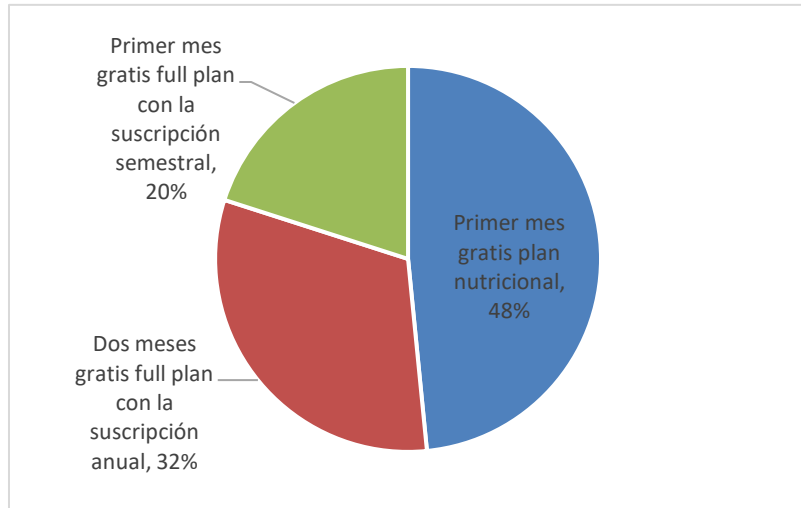


Análisis: El 24% se entera de nuevas APPs en Instagram, el 21% en Tik Tok, el 17% en Youtube el 13% en Google y el 12% en Play Store, lo que indica que en estos medios digitales se debe concentrar la promoción y publicidad de la APP ya que representan el 87% del total de encuestados.

9. ¿Qué promoción le gustaría recibir de APP?

Tabla 9




Opciones	Cantidad	%
Primer mes gratis plan nutricional	186	48%
Dos meses gratis full plan con la suscripción anual	121	32%
Primer mes gratis full plan con la suscripción semestral	77	20%
Total	384	100%

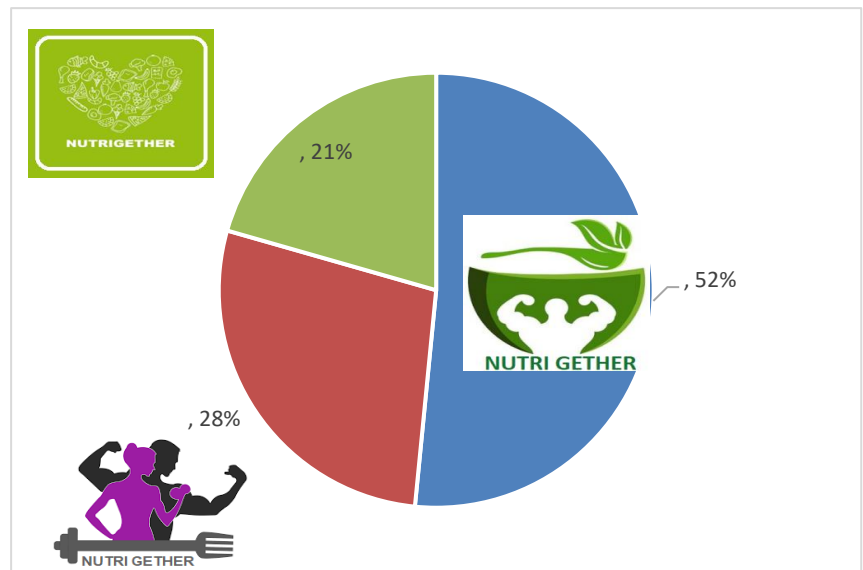


Análisis: La mayoría de los consultados con un 48% indica que el primer mes gratis del plan nutricional es la mejor promoción y el 32% indica que dos meses gratis con el full plan de suscripción anual, esto ayuda a saber la promoción que puede pregonar la APP.

10. ¿Cuál de los siguientes logotipos le recuerda más a una APP personalizada de nutrición y entrenamiento para la salud?

Tabla 10

Opciones	Cantidad	%
	198	52%
	107	28%
	79	21%
Total	384	100%



Análisis: La mayoría de los consultados con un 52% se decidió por la propuesta del logotipo color verde vegetal en forma de soperas con una imagen de un fisiculturista dentro, lo que identifica la nutrición + el entrenamiento saludable.

Entrevista

Objetivo: Conocer las estrategias de marketing aplicadas para la introducción en el mercado de una APP de asesoría personalizada de nutrición y entrenamiento saludable.

Entrevistado: Rosendo Miguel Sancán Vera

Título: Máster en Marketing Digital

Cargo: Docente en la Carrera de Marketing de la Universidad Laica Vicente Rocafuerte de Guayaquil. Profesional en libre ejercicio de Marketing Digital.

Dirección: Km. 30 vía a Daule

1. ¿Ha escuchado o conoce de alguna APP que permita asesorar de forma gratuita y personalizada respecto a la alimentación diaria y rutina de ejercicios a los usuarios?
¿Considera que tendría éxito enfocada en la población con problemas de obesidad?

Respuesta: No he escuchado de ninguna app de este tipo. Sí considero que tendría éxito, sobre todo porque la mayor parte la población de Guayaquil tiene problemas de salud debido a la mala alimentación. Claro que se puede impulsar más el lanzamiento de la app haciendo una campaña de anuncios en Play Store o App Store para que la descarguen más usuarios potenciales.

2. Por su experiencia, ¿Qué tiempo tomaría la programación de una APP de estas características?

Respuesta: Entre 5 y 6 meses.

3. ¿Qué costo considera que tendría el desarrollo digital de esta APP?

Respuesta: Entre \$10,000 y \$15,000.

4. ¿Cuáles son las fases para el desarrollo de una APP?

Respuesta: Estudio de la funcionalidad, exponer al cliente la solución propuesta junto con la planificación y el presupuesto. Luego, presentar un interfaz de usuario para que tenga una buena experiencia tanto de navegabilidad como una buena percepción estética. Concluido el desarrollo, se realizan varias pruebas y chequeos para comprobar que todo funciona correctamente. Finalmente se contrata el medio de almacenamiento de información para alojar un backend, también denominado CMS o servidor de la aplicación móvil, el cual centraliza las peticiones que se hacen desde el dispositivo móvil. Es decir, cuando el usuario hace una petición en la aplicación, el backend accede a su repositorio de datos, encuentra y filtra la información solicitada y la devuelve al usuario.

5. ¿Quién se ocupa del posicionamiento o branding de la APP?

Respuesta: El departamento de marketing o específicamente el Social Media Manager (quien crea la estrategia digital) en conjunto con el Community Manager (quien la ejecuta).

6. ¿Cómo se puede promocionar la APP para mejorar su salida al mercado?

Respuesta: Con una campaña de anuncios en Google Ads o en cualquier plataforma de publicidad digital. En el caso de esta APP, también en centros médicos especializados. Haciendo una campaña de anuncios en Play Store o App Store para que la descarguen más usuarios potenciales.

7. ¿Cuáles son las fortalezas de una APP como esta?

Respuesta: Recopilar información de los usuarios. Lograr alguna forma de monetización (por ejemplo, mediante la venta de planes personalizados de asesoría nutricional).

8. ¿Cuáles son las debilidades de una APP como esta?

Respuesta: Que la interface no sea amigable o que no tenga un buen diseño de UX (experiencia de usuario). Que sea muy pesada y por tanto que los usuarios decidan no descargarla.

9. ¿Qué oportunidades tiene una APP de estas características en Guayaquil?

Respuesta: Potencial alto de usuarios con problemas de salud debido a mala alimentación. Crecimiento de la tasa de penetración de Internet en Ecuador.

10. ¿Qué amenazas considera tendría la APP?

Respuesta: En Ecuador aún existen muchos usuarios que no tienen plan de datos, sino que se conectan a Internet por una red WiFi. Muchos usuarios en Ecuador tienen teléfonos de gama baja, los cuales tienen poco espacio de almacenamiento para alojar aplicaciones.

11. ¿Cuál sería el modelo de ingresos de esta APP? ¿Suscripción, Publicidad, Venta, Comisiones?

Respuesta: Con planes personalizados de asesoría nutricional comercializados por suscripción y Publicidad de patrocinadores.

1.2.1.2. Análisis

Luego de realizar el estudio de mercado, de haber captado la mayor información para analizar todos los puntos necesarios para adaptar de la mejor manera esta información al modelo de negocio, se llega a la conclusión de que la APP tiene oportunidades de éxito en el mercado, y sugiere realizar su lanzamiento y promoción en Play Store, así también en redes sociales, en los buscadores como Google Ads, lo que es coherente con lo mencionado por los encuestados en la investigación realizada. Se proyecta que el tiempo de desarrollo de esta APP está entre 5 y 6 meses.

En cuanto a las fases del proceso de desarrollo de la APP, se indica que, a través de una adecuada planificación y el presupuesto, presentación de un interfaz y la prueba con la contratación de un servidor donde se aloje la información que genere la aplicación con sus usuarios. Luego para comercializar los beneficios de la APP se encarga el área de marketing con la aplicación del Social Media Manager con la estrategia digital y el Community Manager, quien finalmente lo ejecuta.

Como fortalezas de la APP, la facilidad de monetizar el negocio y de recopilar información de usuarios en una base de datos. Entre las principales debilidades está que podría ser muy pesada para descargarla y la dificultad de elaborar un contenido amigable al usuario. Como oportunidades está el incremento de personas con problemas de salud por obesidad y el creciente uso de los aplicativos digitales desde el teléfono celular. Como amenazas menciona usuarios que no tienen plan de datos y que se conectan a Internet por una red WiFi pública o que tienen celulares de gama baja con espacio de almacenamiento limitado para descargar una APP.

Tabla 11. Análisis de entrevista por categoría de datos

Categorías inductivas	Opinión
Conocimiento de APP	
personalizada de nutrición y ejercitamiento.	Desconoce una APP con esas características, pero considera que sería exitosa.
Tiempo de programación de APP.	Entre 5 y 6 meses el desarrollo de la APP. 1. Fase de estudio 2. Exposición al cliente 3. Presentación de interfaz 4. Pruebas 5.
Fases para desarrollo de APP	Almacenamiento de información. Por medio del departamento de marketing con su social media mánager.
Posicionamiento de APP	Campaña de anuncios en Google y Ads Play Store o App Store. Motivando su descarga.
Promoción de la APP	Como fortalezas la recolección de datos y la monetización del negocio. Como debilidades, la plataforma muy pesada para descargar y la cantidad de contenido pertinente.
Fortalezas y Debilidades de la APP	Como oportunidades, la creciente población con sobrepeso y el desarrollo de las tecnologías digitales.
Oportunidades y Amenazas de la APP	Como Amenazas, mucha gente con teléfonos de baja gama y sin plan de datos. Sugiere un programa de ingresos por suscripción de
Modelo de Ingresos de la APP	los usuarios y publicidad de marcas patrocinadoras.

1.2.1.2.1.1. Mercado Objetivo y potencial

El mercado objetivo y potencial al cual se va a llegar a través del modelo de negocio es para personas en edad económicamente independiente, con algún grado de obesidad que desean bajar de peso y mejorar su salud, así también las personas que están preocupadas en su imagen y desean verse mejor cambiando sus hábitos alimenticios y haciendo rutinas de ejercicios.

1.2.1.2.1.2. Mapa de la competencia

		LEYENDA							
		Relación positiva	1						
		Relación negativa	0						
Rivalidad entre los competidores	Valoración	Amenaza de nuevos competidores	Valoración	Amenaza de productos sustitutos	Valoración	Poder de negociación de los proveedores	Valoración	Poder de negociación de los clientes	Valoración
Número de competidores	0	Niveles de precios	1	Cantidad de productos sustitutos	1	Cantidad de proveedores	1	Nivel de organización	0
Tamaño de los competidores	0	Niveles de inversiones	1	Aceptación de los productos sustitutos	0	Concentración de proveedores	0	Nivel de información	1
Crecimiento del sector	1	Economías de escala	0			Variedad de artículos sustitutos	1		
Diferenciación del producto	1	Lealtad de los clientes	1			Estructura de canales de distribución	0		
Concentración del mercado	0	Expertise acumulado	1			Servicio de atención	1		
Elasticidad del producto	1	Acceso a los canales de distribución	1						
		Barreras políticos-legales	0						
Promedio	50% Media		70% Alta		50% Media		60% Alta		50% Media

Figura 13. Matriz 5 Fuerzas de Porter. Análisis competitivo de la industria de APPs de nutrición.

Análisis de las 5 Fuerzas de Porter

Analizando la matriz de las 5 fuerzas competitivas de Michael Porter, se puede observar que: Rivalidad de competidores: Factores como el crecimiento del sector, la diferenciación del producto y la elasticidad del producto o servicio representan una rivalidad media para APP NUTRIGETHER con un promedio del 50%.

Amenaza de nuevos competidores: Factores como el nivel de precios, el nivel de inversiones, la lealtad de los usuarios, la experiencia acumulada y el acceso a los canales de distribución representan una amenaza alta de nuevos competidores con el promedio del 70%.

Amenaza de productos sustitutos: La cantidad de productos sustitutos es alta pero la amenaza en general es media con un promedio del 50%.

Poder de negociación de los proveedores: Factores como la cantidad de proveedores, la variedad de sustitutos y la calidad de servicio de atención, representan un alto poder de negociación de los proveedores con promedio del 60%.

Poder de negociación de los clientes: El nivel de información al alcance del cliente le representa un alto indicador, sin embargo, en total el poder de negociación del usuario o cliente es medio con un promedio del 50%

Estos resultados representan una oportunidad para APP NUTRIGETHER en el mercado. En general, observando las aplicaciones de la competencia, se refleja como diferenciadores a rapidez de descarga de la aplicación, el servicio gratuito, la cantidad de descargas que han realizado los usuarios desde que se lanzaron y la base de datos que han logrado acumular.

Como debilidades, se tiene que el servicio es generalizado y no individual, no han explotado el potencial de servicios que pueden brindar y la baja rentabilidad.

En cuanto a las estrategias de promoción y publicidad que están aplicando los competidores están la publicidad en el buscador Google Ads y el posicionamiento con palabras claves asociadas al negocio de la nutrición y del entrenamiento saludable por separado. También su presencia en redes sociales como Instagram, Facebook y YouTube.

1.2.1.3. Análisis de las 5 Cs

En el análisis de las 5Cs, lo primordial hacer un análisis del mercado, para determinar la condición de la empresa ante el público y generar la estrategia adecuada a aplicar. Las dimensiones que se analizan en las 5 C son: Contexto, Compañía, Clientes, Competencia y Colaboradores. Y permiten a los empresarios y responsables comprenderse y conocerse a sí mismos, a sus clientes, a los jugadores externos y a las fuerzas que afectan a su negocio. (Gurrea, 2022).

PERFIL PEST	FACTORES	MUY NEGATIVO	NEGATIVO	INDIFERENTE	POSITIVO	MUY POSITIVO
POLÍTICO	Incentivo del Estado a emprendimientos.					X
	Políticas tributarias pudieran afectar el sector.		X			
ECONÓMICO	Lenta recuperación económica y reducción del poder adquisitivo de los usuarios.		X			
	Incremento del desempleo.	X				
SOCIO CULTURAL	Conciencia en la población del riesgo de la obesidad en la salud.					X
	Incremento en la demanda de servicios de APP.					X
	Crecimiento de usuarios con planes de datos de internet celular					X
TECNOLÓGICO	Desarrollo de nueva tecnología de APP					X
	Mejora en la capacidad de memoria y almacenaje de los equipos celulares.					X
	Mejora del servicio de internet.					X
ECOLÓGICO	Menor uso de papel para agendar citas de salud.				X	
	Reducción de uso de dinero físico con el pago digital en las APPs				X	
LEGAL	Legislación poco favorable para la tecnología		X			
	Leyes de comercio electrónico desactualizadas.		X			
	Poco interés de los legisladores en reglamentar el comercio digital.		X			
TOTAL		1	5	0	2	6

Figura 14

1.2.1.3.1. Contexto

Nutrigether es una aplicación creada con la finalidad de mejorar el estilo de vida de parejas o usuarios de manera individual de 19 a 59 años que permita cumplir objetivos y brindar premios como recompensas, permitiendo motivar a los consumidores.

Factores políticos: El incentivo del Estado a los emprendimientos es muy positivo para el sector de las aplicaciones digitales, sin embargo, las políticas tributarias podrían afectar a este sector tecnológico, siendo este un aspecto negativo como se evidencia en la figura 14.

Factores económicos: La lenta recuperación económica y la reducción del poder adquisitivo de los usuarios es un aspecto negativo, sumado al incremento del desempleo que es un indicador muy negativo. Esto afecta al consumo de los usuarios de servicios de APPs debido a que la preferencia de gasto serían las necesidades básicas de consumo.

Factores socioculturales: La conciencia en la población sobre el riesgo que representa la obesidad para la salud tiene un alto impacto, además, el incremento en la demanda de APPs es un aspecto muy positivo al igual que el crecimiento de usuarios con planes de datos de internet en el celular son aspectos que potencian las oportunidades para la comercialización de la APP, siendo aspectos muy positivos como se puede ver en la figura 14.

Factores tecnológicos: El desarrollo de nuevas tecnologías para APPs que desarrollan nuevas soluciones a necesidades de los usuarios, sumado a la mejora en la capacidad de memoria y almacenaje de los equipos celulares y laptops, al igual que la mejora del servicio público de internet, son aspectos muy positivos y de alto impacto que se pueden observar en la matriz PESTEL.

Factores ecológicos: El menor uso del papel para las citas nutricionales y otros procesos de la vida cotidiana, así también la reducción del uso del dinero físico con el pago digital en las APPs, son aspectos positivos que generan un alto impacto en la conciencia del usuario que busca procesos sencillos, prácticos y ecológicos que le beneficien a él y a su medio ambiente.

Factores legales: La legislación poco favorable para la tecnología, las leyes de comercio electrónico desactualizadas y el poco interés de los legisladores en reglamentar el comercio digital, son aspectos negativos. Por otro lado, se generan muchos vacíos en los que se puede penetrar e innovar y generar monetización. Analizando los resultados de la matriz PESTEL, se puede concluir que hay una gran oportunidad en el desarrollo de esta industria de las APPs, si se suman la cantidad de aspectos muy positivos y positivos, frente a los aspectos evaluados negativamente en el entorno de los factores externos analizados.

1.2.1.3.2. Compañía

La compañía nace de experiencias personales con servicios de nutrición, donde en la mayoría de los casos la motivación de tener una vida sana es superada por barreras como falta de

tiempo y falta de practicidad para el cumplimiento de los regímenes alimenticios. APP NUTRIGETHER es una aplicación móvil que brinda servicio de guía nutricional y de entrenamiento saludable de forma personalizada, dependiendo de la información que facilite el usuario. La aplicación le indicará el menú alimenticio que debe seguir y el entrenamiento físico adecuado para llegar al peso ideal dependiendo de su edad, estatura, peso, condición de salud, entre otras variables.

Esta aplicación se diferencia de otras porque consolida en una sola plataforma la asesoría nutricional y el entrenamiento físico, pues existen aplicaciones que solo se dedican a dar menú de dieta alimenticia o solamente existen aplicaciones que se enfocan en el entrenamiento físico saludable, pero no los dos servicios en la misma APP. Además, otras aplicaciones dan recomendaciones generalizadas y no personalizadas.

La principal ventaja competitiva de APP NUTRIGETHER es el servicio personalizado y completo en nutrición y entrenamiento saludable.

La misión de APP NUTRIGETHER es motivar un estilo de vida saludable, mediante un mensaje de cambio en los hábitos de buena nutrición y ejercicios.

La visión de APP NUTRIGETHER es ser la primera aplicación móvil ecuatoriana que brinde asesoría saludable personalizada en nutrición y ejercicios.

Los valores que se destacan en la empresa APP NUTRIGETHER se definen con las siglas CHER, calidad, honestidad, entusiasmo y responsabilidad.

Calidad. - Se refiere a tener características de excelencia de la APP, en lo referente a experiencia visual, funcionalidad, rendimiento y seguridad.

Honestidad. - Hace referencia al uso correcto de la información de los usuarios y el cumplimiento de los servicios ofertados en la APP.

Entusiasmo. - En NUTRIGETHER los colaboradores son apasionados en brindar un servicio de valor para el usuario.

Responsabilidad. - Es el compromiso de cumplir con las expectativas de los usuarios de NUTRIGETHER y el servicio ofertado.

Resumen del FODA:

Como fortalezas, profesionales expertos en nutrición y ejercitamiento saludable, precio bajo del servicio personalizado, facilidad para monetizar el negocio, etc.

Como debilidades, limitado patrocinio de anunciantes por ser APP nueva, baja cantidad de usuarios, publicidad limitada de la APP.

Como oportunidades, potencial de usuarios con problemas de obesidad y salud, incremento de usuarios con internet en el celular y que usan APP y redes sociales, Creación de espacios publicitarios dentro de la APP.

Como amenazas, gran cantidad de usuarios sin plan de datos y celulares de baja gama que no soportan descargas de APP, posibilidad de ingreso de competidores.

De acuerdo con el análisis FODA se concluye que la estrategia adecuada es la FO o estrategia ofensiva, la cual debe ser coherente con las demás estrategias del Plan de Marketing.

1.2.1.3.3. Clientes

El cliente ideal o perfil adecuado del usuario se muestra en la figura 15, donde destaca la segmentación demográfica, dirigida a hombres y mujeres, entre 19 y 59 años, es decir en la etapa de vida de jóvenes adultos y adultos, con un nivel de ingresos superior a 2 salarios mínimos vitales (SMV) y que tengan un nivel de educación media y superior. En cuanto a la segmentación geográfica, los prospectos están localizados principalmente en la ciudad de Guayaquil, sin embargo, cualquier persona puede utilizar los servicios desde cualquier lugar del mundo. Respecto a la segmentación psicográfica, se apunta a una clase social media alta y alta, con un estilo de vida orientado a la acción y con disponibilidad de recursos, con una personalidad que refleje un alto grado de autoestima. Finalmente se considera en la segmentación conductual, los beneficios buscados de las personas que desean verse bien y perder peso, cuyos hábitos sean la búsqueda de nutrición, bienestar y salud.

SEGMENTACIÓN	
USUARIOS DE APP PARA ASESORÍA PESONALIZADA EN NUTRICIÓN Y ENTRENAMIENTO	
Segmentación Demográfica	
Variable	Característica
Sexo	masculino y femenino
Edad	19 a 59 años
Etapas de vida	Jóvenes adultos y adultos
Nivel de ingresos	2 salarios mínimos en adelante
Educación	medio y superior
Segmentación Geográfica	
Localidad	Guayaquil
Segmentación Psicográfica	
Clase social	medio alto y alto
Estilo de vida	orientados a la acción y con disponibilidad de recursos
Personalidad	alto grado de autoestima
Segmentación conductual	
Beneficios buscados	verse bien y perder peso
Hábitos	mejorar nutrición, bienestar y salud

Figura 15. Análisis de variables de segmentación de mercado de la APP NUTRIGETHER

1.2.1.3.4. Competencia

En el mercado mundial de las APPs hay competidores en la parte nutricional como:

- BodyFast
- LIFESUM: CONTADOR DE CALORIAS
- DS DIETA Y SALUD
- Diario de comida y ayuno YAZIO, entre otras.

En cuanto a las aplicaciones de entrenamiento físico para bajar de peso:

- Pierde peso en casa en 30 días
- Bajar de peso hombre
- Ejercicios en casa: sin equipo, entre otras.

Estos competidores ofrecen direccionamiento ya sea nutricional o de entrenamiento físico, pero no ambos, además son servicios generalizados y las mismas recomendaciones se les da a todos los que consultan, es decir no hay personalización.

1.2.1.3.5. Colaboradores

El equipo de socios o aliados estratégicos de la APP NUTRIGETHER, se encarga de la publicidad en el marketing digital, lo cual se trabaja con asesoría externa a la cual se paga honorarios por los servicios de promoción y publicidad de la APP en medios.

Por otro lado, se busca patrocinio de marcas con intereses afines a la nutrición y entrenamiento físico como son restaurantes vegetarianos, gimnasios, centros nutricionales, naturópatas, entre otros para hacer alianzas estratégicas, como patrocinadores de marca en eventos y actividades de promoción.

Como proveedores están los expertos en nutrición y entrenamiento físico, como nutricionistas, entrenadores de gimnasios, entre otros. También las empresas que representan los medios de comunicación donde se hace la publicidad para la APP.

Para los cobros se realiza por Pay Phone, tarjetas de crédito y transferencia bancaria. El dominio de la APP y el uso del hosting y servidor donde se almacena la información se la realizó con hostgator.

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Esta propuesta de negocio se generó en base a uno de los principales problemas no resueltos dentro de la ciudad de Guayaquil sobre el estilo de vida de las parejas jóvenes que todavía no están pensando en tener hijos. Específicamente sobre el tipo de alimentación que llevan, el tiempo que dedican a hacer ejercicios y en general la dificultad para llevar una vida saludable. En esta etapa del modelo de negocios, se consideró fundamental conocer cómo piensa el consumidor o usuario para las nuevas aplicaciones móviles que hoy en día son más comunes de utilizar para hacer la vida de las personas mucho más sencilla y la posibilidad de que estas los puedan ayudar a mejorar sus hábitos alimenticios y aspecto físico. Una vez que se obtuvo información con mayor precisión sobre las inquietudes del usuario, lo que se esperó obtener de la propuesta de negocio fue satisfacer la demanda de usuarios que vayan a usar esta aplicación, que integra una buena alimentación y una rutina de ejercicios acorde a sus necesidades de manera personalizada y la estrategia que se deberá alcanzar para mantener al cliente fidelizado con nuestra APP.

En el estudio de mercado que se realizó para el modelo de negocios de la APP Nutrigether, se analizó las necesidades de las personas que están en búsqueda de mejorar su salud y de ejercitar su cuerpo. Entre los diferentes aspectos que se buscaron identificar, básicamente se inicia conociendo la cantidad aproximada de ciudadanos de la ciudad de Guayaquil. Los entrevistados esperan que hagamos alianzas estratégicas con establecimientos de comida, ropa, gimnasios y demás con descuentos especiales para los usuarios que alcancen las metas propuestas en su plan de vida sana y están interesados en mejorar su salud física y su alimentación. Se pudo conocer que la APP tiene oportunidades de éxito en el mercado, y sugiere realizar su lanzamiento y promoción en Play Store, así también en redes sociales, en los buscadores como Google Ads, lo que es coherente con lo mencionado por los encuestados en la investigación realizada sobre el rango de edades, el mayor género que usa de manera frecuente la tecnología a través de sus teléfonos celulares y sobre todo que utilizan las APPs para facilitar sus diferentes actividades.

Nuestro proyecto en base a este estudio de mercado se considera viable y busca satisfacer todas las necesidades detectadas en la investigación realizada sobre el usuario, el tiempo y dinero para alcanzar una vida sana al acceder a la APP Nutrigether, tratándose de un tema tan importante y todos los factores que se incluyen como la apariencia física, una dieta saludable y poder hacer una rutina exitosa de ejercicios.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Población

<https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/EMPLEO/2021/Junio-2021/Diseno%20Muestral%20ENEMDU%20Junio%202021.pdf>

<https://ee.kobotoolbox.org/x/fbBF3SjK>

<https://www.edicionmedica.ec/secciones/salud-publica/-la-epidemia-globalde-la-obesidad-y-sobrepeso-se-puede-combatir-con-un-manejo-farmacologico--98860>

<https://www.edicionmedica.ec/secciones/profesionales/medicosecuatorianos-presentan-nuevas-estrategias-de-manejo-de-pacientes-con-sobrepeso-y-obesidad97687>

<https://www.eluniverso.com/noticias/informes/pandemia-aumenta-el-sobrepeso-y-laobesidad-en-ecuador-nota/?outputType=amp>

<https://www.letelegrafo.com.ec/noticias/economia/8/el-2434-de-los-ingresos-de-losecuatorianos-se-destina-para-alimentacion>

Alvino, C. (5 de Mayo de 2021). <https://branch.com.co/>. Obtenido de <https://branch.com.co/marketing-digital/estadisticas-de-la-situacion-digital-deecuador-en-el-2020-2021/>

Bernal Torres, C. A. (2016). Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales (Cuarta ed.). Naucalpan de Juárez: Pearson Educación. Obtenido de https://www.academia.edu/44228601/Metodologia_De_La_Investigaci%C3%B3n_Bernal_4ta_edicion

Diario El Universo. (17 de Junio de 2017). <https://www.eluniverso.com/>. Obtenido de <https://www.eluniverso.com/noticias/2017/06/11/nota/6224809/obesidad-seduplico-ano-guayaquilenos/>

Gurrea, M. (8 de Enero de 2022). <https://mariagurrea.com/>. Obtenido de <https://mariagurrea.com/el-analisis-5-c-como-punto-de-partida-de-un-buen-dafo/>

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2015). Metodología de la Investigación (Sexta ed.). México: McGrawHill Education. Obtenido de <https://www.uca.ac.cr/wpcontent/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>

INEC. (Marzo de 2021). <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/>. Obtenido de https://www.ecuadorencifras.gob.ec/documentos/web-inec/EMPLEO/2021/Trimestre-enero-marzo-2021/Trimestral%20eneromarzo%202021_Mercado_Laboral.pdf

Kotler, P., & Armstrong, G. (2017). Fundamentos de marketing (Décimo tercera ed.). México: Pearson. Obtenido de <file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Fundamentos%20de%20Marketing%20-%20Kotler%20&%20Armstrong%20-%202013%20edici%C3%B3n.pdf>

ANEXOS

Formato de la encuesta:

Nutrigether

Saludos, la presente encuesta es parte de un estudio de mercado para la realización de una aplicación móvil, para ayudar con una mejor nutrición. Este es un proyecto de Tesis de grado de una Universidad de la Ciudad de Guayaquil. Llenar las preguntas no le tomará más de 3 minutos y agradecemos de su tiempo y colaboración con los estudiantes

***Cuál es su Nombre? (cómo le gusta que le llamen)**

***Sexo**

- Hombre
 Mujer

***En qué rango de edad usted se encuentra?**

- 18 - 29
 30 - 39
 40 - 49
 50 en adelante
-

***Cuál es su estado civil?**

- Soltero
- Casado
- Divorciado
- Unión Libre

***En qué sector de la ciudad de Guayaquil, vive usted?**

- Norte
- Centro
- Sur

***¿Considera usted que tiene una alimentación saludable en la actualidad?**

- Sí
- No
- A veces

***¿Tiene conocimiento sobre las calorías que debe consumir diariamente?**

- Sí
- No

***¿Sigue alguna rutina de ejercicios físicos o realiza algún tipo de meditación como ejercicio para reducir el estrés?**

- Sí
- No
- A veces

***¿Alguna vez ha realizado dieta o seguido algún régimen de alimentación?**

- Sí
- No

***¿En algún momento ha solicitado o recibido consulta de un especialista en nutrición?**

- Sí
 - No
-

***¿Cuándo busca información sobre este tipo de temas que medios utiliza?**

- Medios tradicionales (revistas, libros)
- Medios digitales (sitios web, videos, apps)

***¿Considera usted que cambiar su estilo de vida con un acompañante sería un estímulo de motivación para lograrlo?**

- Sí
- No
- Tal vez

***¿Le gustaría que exista una app de suscripción que le sirva de guía nutricional acorde a sus necesidades para lograr una mejor alimentación diaria?**


- Muy de acuerdo
- De acuerdo
- Indiferente
- En desacuerdo
- Muy en desacuerdo

***¿Qué precio le gustaría que tuviese la suscripción mensual de la app?**


- \$4,99
- \$5,99
- \$6,99
- Otro valor

Que Observaciones o sugerencias cree que podrían aportar para el desarrollo de una aplicación móvil para manejar la nutrición en parejas? (ya sean estas entre esposos, novios, hermanos, amigos, compañeros de trabajo)

Muchas gracias por su colaboración y tiempo prestado para el presente estudio :)

 Guardar borrador



 Enviar

Entrevista:

Hola Mayra, buenas noches ¿Cómo estás? Agradezco millón por tu tiempo y apertura para que podamos conversar un momento sobre tus hábitos alimenticios.

Pregunta: ¿Cuál es tu ocupación actual?

Respuesta: Soy Licenciada en Educación de Párvulos y trabajo de manera independiente.

Pregunta: ¿Cuántas veces comes al día?

Respuesta: Por lo general 3 veces.

Pregunta: ¿Consideras que existe una relación entre la salud y la nutrición?

Respuesta: Si claro que si

Pregunta: ¿Quién realiza la compra de los alimentos en tu hogar?

Respuesta: Mi esposo es quien realiza las compras mayoritariamente.

Pregunta: ¿Quién prepara los alimentos en tu hogar?

Respuesta: Mi esposo también generalmente.

Pregunta: ¿Qué tipo de proteína es la que más consumes?

Respuesta: Pollo y carne.

Pregunta: ¿Cuántas veces comes fuera de casa durante la semana?

Respuesta: Casi nunca.

Pregunta: ¿De qué alimentos está basado tu desayuno?

Respuesta: Está compuesto por frutas y carbohidratos.

Pregunta: ¿De qué alimentos está basado tu almuerzo?

Respuesta: Contiene: Proteína, vegetales y hortalizas.

Pregunta: ¿De qué alimentos está basada tu cena?

Respuesta: Principalmente: Vegetales y ensaladas.

Pregunta: ¿Qué tipo de alimentos comes entre comidas?

Respuesta: Entre comidas consumo frutas o galletas integrales.

Pregunta: ¿Cuáles son tus frutas y verduras favoritas?

Respuesta: De frutas son: papaya, manzana, guineo y en cuanto a verduras: brócoli zanahoria y lechuga.

Pregunta: ¿Cuántas veces a la semana comes comida chatarra?

Respuesta: Solo una vez a la semana.

Pregunta ¿Cuál es la comida chatarra que más consumes?

Respuesta: El helado.

Pregunta: Si eres vegetariano / vegano, ¿Qué tipo de proteínas consumes?

Respuesta: No soy vegetariana ni vegana.

Muchas gracias, Mayra por esta entrevista, pronto te daremos importantes noticias.

ESTUDIO CUANTITATIVO REALIZADO A LOS HABITANTES DE LA CIUDAD DE GUAYAQUIL

Link de la encuesta: <https://ee.kobotoolbox.org/x/fbBF3SjK>

A continuación, mostramos los datos más relevantes de las entrevistas de profundidad realizadas a 50 personas, las otras respuestas a las preguntas del cuestionario de la encuesta general se verán reflejados en el análisis final del estudio de mercado.

Fecha	Nombre	Sexo	Estado civil	Observaciones
2022-05-16	Alexa Sánchez	Mujer	Divorciado	Tiempo para realización de ejercicios. Y medición del ritmo cardiaco
2022-05-16	Stalin Loor	Hombre	divorciado	Tener una buena alimentación
2022-05-16	Omar López	Hombre	casado	Hay muchas opciones que son gratis. Yo no pagaría
2022-05-16	Eli Mosquera	Mujer	casado	Diferentes alimentos semanales saludables para variar la dieta de acuerdo a la edad
2022-05-17	Carolina Yépez	Mujer	unión libre	Me parece una buena iniciativa
2022-05-17	Salvador Andrade	hombre	casado	Éxitos en su emprendimiento
2022-05-17	Alba Castro	mujer	divorciado	Que las dietas no deben ser cobradas, el producto de consumir para seguir una dieta es el que debería tener costo
2022-05-17	Lucy Tobar	mujer	casado	Notificación que haga acuerdo a ambas partes
2022-05-17	Yuli Méndez	mujer	soltero	que comen
2022-05-17	Mayte Díaz	mujer	soltero	Un calendario nutricional o videos informativos

2022-05-17	Margarita Valenzuela	mujer	soltero	Buena idea, felicitaciones
2022-05-17	Karla Monard	mujer	soltero	Se debería aclarar más que parejas
2022-05-17	Paul González	hombre	casado	Debería el equipo tener un nutricionista profesional
2022-05-17	Jorge Luis Diaz	hombre	casado	Alternativas de menú
2022-05-17	Natalie Galarza	mujer	soltero	Es importante que exista información proporcionada por nutricionistas con experiencia
2022-05-17	Margarita Daza	mujer	divorciado	Es más fácil poder iniciar una dieta en compañía de una persona cercana que nos ayudará a continuar siempre en el proceso
2022-05-17	Natasha Pérez	mujer	casado	Sea fácil de encontrar este medio o en los buscadores, que pueda recomendarse o compartirse por las redes sociales de una manera fácil para las personas
2022-05-17	Amira Vera	mujer	soltero	Debería existir la posibilidad de solicitar almuerzos o comidas a domicilios o lugares de trabajo de la pareja interesada
2022-05-17	Tatiana Buestán	mujer	divorciado	Que controle todo el tiempo con alertas según metas cumplidas
2022-05-17	Cinthya Lindao	mujer	divorciado	Que existan recordatorios de sugerencias para un mejor estilo de vida
2022-05-17	Jesenia Rodríguez	mujer	casado	Puede ser ayuda de voz también para escuchar audios de consejos
2022-05-17	Anastasia Pin	mujer	casado	Podrían revisar otras aplicaciones existentes y ver los comentarios y sugerencias que ya publican sus usuarios en el play store

2022-05-17	Juan Carlos Oleas	hombre	casado	Es una excelente iniciativa, no se debería limitar a Guayaquil, sino también en cantones aledaños como Daule y Samborondón donde ahora viven muchos Guayaquileños que trabajan en la ciudad y que nacieron y crecieron en ella
2022-05-17	Juan Izquierdo	hombre	casado	Debería resaltarse que el valor de la suscripción es por parejas o de forma individual para en el registro poner los 2 nombres de la pareja
2022-05-17	Tayi Zambrano	hombre	unión libre	Recibir cuantas calorías a quemado mi pareja en el día y viceversa
2022-05-17	Willy Roldán	hombre	casado	Dependiendo de los servicios que se brindarán, internet permite que la app no sea solo para la ciudad de Guayaquil, deberían al menos pensar en la provincia del Guayas o toda la Costa
2022-05-17	Estefanía Rodríguez	mujer	soltero	Nutrición en familia, jóvenes, adultos mayores.
2022-05-17	Marcela Vega	mujer	soltero	además de las parejas, podrían existir también otras opciones para los diferentes integrantes de la familia que suelen ser de diferentes edades o tener algún tipo de enfermedad como diabetes o hipertensión
2022-05-17	Edmundo Castro	hombre	casado	Que sean recetas personales y de bajo costo
2022-05-17	Ariana Ascencio	mujer	soltero	Que sea pueda compartir por medio de algún código u cuenta.
2022-05-17	Juan Carlos Garófalo	hombre	divorciado	Sería importante una especie de tabla de dietas por días para que los alimentos no sean siempre repetitivos

2022-05-17	Franklin Arteaga	hombre	soltero	La verdad me es indiferente
2022-05-17	José Viteri	hombre	casado	Interesante propuesta con un precio justo que están proponiendo, más barato que una suscripción de TV o entretenimiento y la salud es muy importante y a veces no le damos la valoración suficiente
2022-05-17	Francisco Quiroga	hombre	soltero	Sería chévere que sea para más ciudades en el país y no solo para Guayaquil, ojalá les vaya bien para que pueda haber una cobertura nacional o especie de franquicias en las otras ciudades para que sea un servicio personalizado
2022-05-17	Priscila Pita	mujer	casado	Un horario establecido
2022-05-17	Priscila García	mujer	casado	Horario rutinas bien establecidas
2022-05-17	Britany Calderón	mujer	soltero	Que se pueda compartir por medio un código o cuenta gratuita.
2022-05-17	Diana Santana	mujer	unión libre	Ninguna
2022-05-17	Camila López	mujer	soltero	Felicitaciones
2022-05-17	Anyel Caicedo	mujer	unión libre	Un plan familiar
2022-05-17	Zuelen Ramírez	mujer	casada	Ofrecer el servicio en empresas
2022-05-17	Mariana Peralta	mujer	soltero	que sean amigables.
2022-05-17	Catalina Rodríguez	mujer	divorciado	Generalmente en las familias una persona es la encargada de la preparación de alimentos, habría que

				considerar esos casos y trabajar en una solución
2022-05-17	Mariola Estupiñán	mujer	divorciado	Me gustaría que hubiera una herramienta que enseñen a leer las etiquetas nutricionales de los productos, a veces dicen que es light o que es sin azúcar, pero no siempre es así o no es suficiente
2022-05-17	María Eugenia Poveda	mujer	soltero	Por trabajo salgo de la ciudad, qué alternativas ofrecerán.
2022-05-17	Denisse García	mujer	casado	No se debe limitar a Guayaquil
2022-05-17	Iván Mena	hombre	casado	Buena suerte en su proyecto
2022-05-17	Jorge Castro	hombre	soltero	Las personas tienen metabolismo a diferentes, enfermedades diferentes, etc. Debería especificarse cómo se hará la dieta en pareja, si solo es por costos o cada persona tendrá si dieta personalizada
2022-05-17	Washington Solórzano	hombre	casado	No está claro si ese precio es por persona o si es por la pareja, quizás deba haber descuentos por pagos trimestrales, semestrales o anuales para incentivar a las personas
2022-05-17	Jairo Paulson	hombre	soltero	Deberían existir consejos útiles diarios que la app proporcione a los suscriptores y también un periodo de prueba gratuito de registro así sea por mes para ver cómo funciona esa nota

GRUPO FOCAL #1



Link de la grabación:

https://drive.google.com/file/d/1gZlfhjfmGR2BR3WN8SyPiAkPVD0_Eoj3/view?usp=sharing

Transcripción:

Moderador: Buenas noches mi nombre es Carlos Escandón soy estudiante de la carrera de Administración de Empresas de la Universidad Casa Grande, actualmente mi grupo y yo estamos elaborando un proyecto el cual consiste en una aplicación para parejas con un rango de edad promedio de entre 24 a 36 años para la ciudad de Guayaquil el objetivo de este proyecto es el de fortalecer la relación de parejas y hacerlo optimizando los recursos económicos y evitando el desperdicio de alimentos, a partir de este momento la reunión queda grabada, para mí es muy importante poder contar con su presencia y me gustaria poder conocerlos un poco más acerca de sus intereses, empecemos por favor Jorge ayúdanos presentandote, danos tu nombre y qué edad tienes.

Jorge: Cómo están muy buenas noches soy el abogado Jorge rojas Rodríguez

Moderador: Hola Jorge

Jorge: Si se escucha sí sí sí cómo te indicaba para efectos de grabación mi nombre es el abogado Jorge Rodríguez y tengo 31 años

Moderador: Estado civil Jorge

Jorge: Soltero, soltero

Moderador: Eres pareja de Gianella

Jorge: Sí de la señorita Gianella

Moderador: Jorge cuéntanos a qué se dedican

Jorge: Bueno yo soy abogado en libre ejercicio tengo mi oficina en urdesa y la señorita Gianella es ingeniera comercial, es ingeniera en este caso ella es vendedora de materiales de seguridad para vehículos de carga pesada

Moderador: Perfecto Vito y Dome, qué edad tienen, cuál es su estado civil

Vittorio: Cómo están mi nombre es Vittorio Pédola

Domenica: Mi nombre es Domenica

Vittorio: Tengo 26 años

Domenica: Yo tengo 25

Vittorio: Y bueno somos pareja, estamos comprometidos porque vamos a casarnos

Moderador: Perfecto, Ramón hola qué tal buenas noches, compartenos tu estado civil cómo te llamas y qué edad tienes

Ramon: Qué tal cómo están buenas noches, me llamo Ramón Cortés tengo 31 años y soy soltero y soy empleado privado.

Moderador: Listo muchas gracias, Gianella cuéntanos cómo evaluarías tus hábitos alimenticios

Gianella: Cómo están, Hola Hola Hola

Moderador: Hola sí te escuchamos perfectamente

Gianella: Cómo evaluaría mí hábitos alimenticios, bueno yo creería que sería un 80% o 70% bien

Moderador: Jorge por favor cuéntanos tu experiencia..

Jorge: Pues como se podrán dar cuenta en la grabación no es que tengo una vida fitness, pero me trato de cuidar en el ámbito de la salud, ya por problemas que se derivaron de esta situación del COVID quede con problemas cardíacos y realizó una dieta en un período determinado

Moderador: Vito cuéntanos ustedes que viven juntos, quien compra y prepara los alimentos en su hogar

Vittorio: Bueno, este realmente a nosotros nos gusta salir juntos hacemos las compras porque realmente tratamos de cuidar en lo que más podemos y al mismo tiempo como que disfrutamos el el hecho de poder ir al supermercado a comprar las cosas en algún momento que fue cosas si bien así entonces siempre vamos juntos a hacer las compras así lo compren cosas que no necesitamos

Moderador: Luciana, buenas noches

Luciana: Hola, buenas noches

Moderador: Hola, qué tal cuántas veces a la semana comes en la calle

Luciana: Bueno por lo general como llego cansada del trabajo eh no siempre como en casa, entonces a lo que estoy en camino a la casa compro cualquier cosa, sé que no esta bien, pero que será a la semana como en la calle eh de pronto unas 3 o 4 veces a la semana

Moderador: Oh listo ok, Ramón cuéntanos de qué alimentos normalmente se basa tu cena

Ramon: Hola

Moderador: Bueno parece que tiene problemas Ramón

Ramón: Hola sí repite la pregunta por favor que no te escuche

Moderador: Si, de qué alimentos se basa en tu cena normalmente

Ramón: Bueno por lo general aquí en la casa siempre dejan comida de lo que hacen en la tarde, a veces como eso o sino a veces me preparo algo que me apetece, algo que me que se me antoje en ese momento, pero trato de comer lo hay o que yo preparo

Moderador: Oh ok listo, Gianella cuéntanos por favor

Gianella: Por lo general siempre como lo mismo de la tarde

Moderador: Gianella, cuéntanos con qué frecuencia realizas ejercicios, Jorge tú también puedes opinar

Gianella: Bueno sinceramente no es que tengo una vida llena de ejercicios, voy al gimnasio pero obviamente procuro realizar sentadillas procuro tener una vida activa entonces como mi vida es súper activa se que tengo que más que sea correr entonces eso, pero no es que yo voy siempre al gimnasio pero si tengo una rutina activa y trato obviamente de cuidarme en la comida y no comer mucha grasa, aunque es deliciosa la comida chatarra pero bueno como trato de no comer grasas, entonces está forma como quien dice trato de cuidarme

Jorge: Exacto yo no tengo una vida fit, yo en cambio por acá lo lo que sí trato de ir más allá del asunto de comidas y de mantenerme saludable no solo de manera integral y cuerpo simplemente también sé que es importante ya que el doctor me dijo que realice al menos 30 minutos de ejercicios o 20 minutos de ejercicio al día pero yo lo complemento con mi ritmo de vida cotidiano en que un día realizó unas no 20 o 30 minutos de caminar no tengo ni pasan dos días y vuelva a ser no estoy en el asunto de que todos los días hago ejercicio porque mentiría diciendo que lo hago siempre y lo otro es que lo trata de complementar hago por ejemplo un día lunes trote o caminata y de ahí pasó a miércoles y es así y en cuanto a otro tipo de alimentación que se basa en eso no trato de seguir una vida porque igual ya yo tengo mi cabeza que el ritmo de vida de nosotros estamos hablando 25 a 30 años y yo por ejemplo tengo 31 yo tengo que comenzar también a enfocar un poco esta situación porque los 40 pues ya comenzará a cobrar factura entonces ya hay que comenzar a cuidarse un poquito más aunque la vida también del profesional o de la de cualquier persona es una situación en que casi no hay tiempo para este tipo de actividades más sin embargo hay que hacerlo

Moderador: Perfecto Vitto y Dome ustedes con qué frecuencia realizan ejercicio

Domenica: Últimamente no hemos hecho nada de nada la verdad porque recién vine a vivir a Guayaquil estamos en el proceso de ajuste, pero ya quisiéramos comenzar la próxima semana a hacer la semana porque cuando vivíamos por separados si teníamos nuestra vida de ejercicios activo, la verdad pero estamos proceso de adaptación

Vittorio: O sea realmente siempre he llevado una vida de ejercicios, bueno ella sé que lo hacía en Mant, siempre salía a hacer ejercicio, trote, caminatas y a mí siempre me ha gustado ir al gimnasio pero así como dice el abogado es bien complicado todo el tiempo cuando uno está trabajando o sea la vida de profesionales es más complicado y todo pero uno tiene que hacerlo como dicen hay que darle el tiempo para poder realizar este tipo de cosas y es algo que si vamos a empezar a hacer próximamente

Moderador: Luciana cuéntenos por favor

Luciana: Bueno realmente no es que tenga una vida como que llena de ejercicio, pero trato de comer saludable lo que más pueda no siempre puedo porque no tengo mucho tiempo salgo de mi trabajo tarde, por lo general llevo algo por ahí las cosas repito lo que lo que pueda lo que alcanzo a ver, pero no tengo mucho tiempo como para ir al gimnasio y eso o sea pero trato igual en mi vida diaria así un poco es bastante movida entonces eso trato de llevar mi rutina diaria

Moderador: Luciana te gustaría que exista una aplicación que te sugiera que cenar

Luciana: Realmente lo que me gustaría es como que llegar a la casa y encontrar listo lo que quiero es decir lo que me gusta, obviamente sí si hubiera una aplicación basada en una dieta yo sería feliz

Jorge: No creo que la haya y me gustaría conocer si la hay, pero a mí me parece novedoso entonces obviamente si yo llego cualquier día a la casa y veo en la aplicación o que lo que hay que hacer y si no y si no es de mucho trabajo pues increíble hacerla porque no creo que haya por ejemplo yo por ejemplo si he visto he visto muchas aplicaciones para hacer ejercicio en casa

Moderador: Exacto

Jorge: Especialmente en el tiempo que sufrimos esta situación pandémica no he visto una aplicación que te ofrezca un servicio gratuito en el cual se pueda complementar alimentación con unos tips en que te puedan sugerir que puedes comer además de que esto esto te permite ahorrar tiempo además de que tu cuerpo se siente bien, porque después de todo nuestro cuerpo es tan tan tan rico en tantas proteínas en vitaminas y demás fuera increíble que la página se complementará con lo que necesitas para alimentarte. Para mí sería increíble que existiera una página en la cual diga una dieta según él el peso o las libras de la persona obviamente hoy hay dietas especiales, así como para diabéticos o hipertensos entonces sí sería increíble porque de verdad nunca la he visto o sea más bien ahí para comer para engordar

Gianella: Claro por ejemplo hay aplicaciones que no te proponen una comida sana es más hay muchísimas aplicaciones, pero para consumir comida chatarra en cualquier restaurante, pero no hay una aplicación como tal como para una dieta para llegar a su casa y realizar me

parece increíble claro porque el tipo en este caso una aplicación que te de esa opción es esa clase de tips en que tú puedas complementar tu alimentación

Jorge: Así como dijo Gianella hace pocos minutos nos gustaría que se brinde un tipo de de alimentos que sea la adecuada con mi altura y tal peso, en comparación con el del joven o como el del señor Ramón o la señorita Gianella, que no somos iguales, y sé que a la final el peso y la otra altura es diferente y tiene otra masa muscular Vitto es más delgado entonces eso llama mucho la atención y ahí la necesidad

Moderador: Bueno lo que nos gustaría que podamos cubrir con la aplicación que estamos realizando con mis compañeros sería de acuerdo a lo que están hablando justamente es de acuerdo a la persona, cada quien tiene su tipo de cuerpo, por favor cuéntenme qué necesidades les gustaría que podamos cubrir mediante la aplicación.

Vittorio: Nos gustaría que la aplicación esté basada en lo que son los estudios otros tipos de cuerpos sé que hay dos tipos de alimentos que necesitan de un soplo calórico un déficit calórico existen usuarios que tiene que saber qué es lo que necesitas si quieres ganar peso por aplicaciones incluso hasta para eso hay para ganar peso, perder peso entonces que simplemente la aplicación sepa lo que necesita el sentido de que quiero perder peso por ejemplo por mí con la estatura que mantengo me diga cuántas calorías debería consumir al día y qué tipo de alimentos debería de consumir y que digan cuántas calorías tiene cada alimento para así mantener ese como que esa meta añadía que se pueda pedir y pueda cumplir con ese déficit calórico

Jorge: Me encanta esta conversación sabes porque no existe esta situación de la creación de una app hasta la fecha que yo no he visto que haya no solo porque es creada en Ecuador sino en español porque yo he visto aplicaciones que brindan suplementos y alimentos que son que son extranjeros incluso está en inglés obviamente todo lo puede cambiar el idioma pero no es latinoamericana estamos hablando de aplicaciones en Europa, pero yo personalmente no he visto una que te realice una dieta perfecta

Moderador: Luciana por favor ayúdanos con tus comentarios

Luciana: Puedes repetir la pregunta, por favor

Moderador: Si consideras que esta aplicación te ayudará a optimizar tu tiempo al momento de llegar a casa a tú y a tu pareja

Luciana: Claro que sí cómo ya se mencionó anteriormente, es que si me ayudaría porque como digo yo realmente no tengo mucho tiempo entonces al llegar a casa encontrar ya lista la comida o al menos tener una sugerencia, porque me imagino que la aplicación me permitiría compartir mis gustos y preferencias entonces en base a eso me sugiere que yo podría comer, creería que esa la idea entonces sería perfecto llegar y encontrar listo o preparar algo rápido y con los alimentos que ya tengo todo comprado, todo este justo lo que

me gusta y yo puedo ir poniendo lo que tengo en casa disponible para que me den una sugerencia, que me da la idea de una receta de algo rápido y con justo con los alimentos que ya tengo en casa sería muy bueno.

Moderador: Ramón cómo crees tú que podamos incentivar a otras parejas a utilizar nuestra aplicación

Ramón: Bueno, pues yo creo que con la función que tiene, para mí, claro que la voy a recomendar a 1000 veces porque 1 recomienda a veces las aplicaciones cuando la utiliza la práctica y ve que hay resultados. Así mismo uno le da la negativa a aplicaciones inservibles pero hay ciertas aplicaciones que son muy buenas y nos ayudan no solamente a las personas solteras que tenemos un poco más de tiempo libre que una que las personas que están casadas

Moderador: Vitto la misma pregunta para ti, cómo crees que podamos incentivar a otras para utilizar esta aplicación

Vittorio: Bueno, para eso o sea deberían poner en práctica un test de la aplicación este como se cómo que asegurándose de que en sí funciona y cumple las expectativas y así mismo que suceda después de un cierto tiempo por ejemplo imagino que después de un mes o dos meses pues creo que la mayoría de los resultados tú lo ves gracias a la por la dieta que llevas y es un 80% de la dieta y el 20% ejercicio entonces el resultado siempre va a depender de del usuario pero una vez demostrando resultados de personas que se rigen con una buena dieta que le brinda la aplicación pues la gente se va a sentir bien, porque realmente los resultados va a querer mejorar su estado físico de igual manera la recomendaría a otras parejas funcionando sí por supuesto

Moderador: Gianella, como servicio adicional que te gustaría que te brinde esta aplicación

Gianella: Como servicio adicional que está enfocada obviamente a la salud para una persona cardíaca para una persona con diabetes también no solamente para las personas que quieran hacer una dieta sino también para enfocado para ese tipo de personas claro que que es muy muy riesgoso porque ellos tienen que estar con su médico pero sería increíble que esta aplicación se fije también en la salud en las personas porque no todo porque los diabéticos, los hipertensos no pueden tener como quien dice la misma dieta que una persona normal entonces enfocados pero sería bueno que hayan dietas también para ellos no solamente para nosotros que estamos prácticamente sanos

Jorge: Es más si tienes dietas para esas personas que tienen esas enfermedades en base como sí como tal vez si tienes en este caso este proyecto se puede enfocar y si se pule más esta situación se lo puedes aplicar en entidades públicas, y brindar este proyecto al Ministerio de Salud Pública, e indicar que este sería tu aporte para el país, para que a través de esta aplicación que se puede realizar en base a los diferentes tipos de interés general que de alguna manera y pues ayude con algo de manera gratuita o por qué no también poder facilitar a las

personas que en este caso nos de alguna manera y no solo hacerlo en país sino a todas las personas a nivel mundial como actualmente es más fácil estar más conectados en la red, esto será a través de estas aplicaciones las personas tienen un mayor uso de estos de estos servidores electrónicos tenemos internet en casa en el celular y llegar a mucha mayor gama de personas, en comparación a lo sucedido en el año 2019, para atrás entonces tú lo puedes aplicar en con las con las con las medidas adecuadas a un ente público como el Ministerio de Salud Pública y explotar esta situación para recomendar a personas que realmente tengan estos problemas que vayan ellas estamos hablando de diabetes, hipertensión y problemas derivados incluso que resultaron posterior al COVID, entonces para toda esta situación, sería bueno el uso de una aplicación que pueda ayudar al interés general y este interés general está garantizado por la Constitución a nivel de salud y hacia las personas con atención prioritaria estamos hablando incluso de personas con cáncer, sida o enfermedades que ya se encuentran en etapas terminales, entonces es una muy buena es una muy buena oportunidad como para poder explotar esta aplicación que entonces nos estás contando

Gianella: bueno en esa parte sí discrepo ya que en las personas con enfermedades terminales no podrían ser darles la misma alimentación, me refiero que ellos podrían abarcar dentro de la aplicación, pero no comer lo mismo ya que tienen una enfermedad, cómo hace que parece sencillo pero obviamente no lo es el ser hipertensa y las personas que son diabéticos, porque estas personas ya tienen una enfermedad extrema pues obviamente ellos no pueden prepararse su alimento viendo internet no porque ahí sí obviamente para esas personas ya requieren de estar en el estar internado, entonces ahí sí no solamente con las personas los diabéticos en las hipertensas.

Moderador: Les gustaría que mediante la aplicación podamos llevar el control de sus metas a la semana y que tengan como que una membresía descuentos en gimnasios o algo similar

Jorge: Por supuesto que metas por cumplimiento así son 10% de descuento en un gimnasio o en comidas de diferentes no está hablando de lugares que son de digamos un lugar Vegano no entiendo mucho pero no pero no lo comparto mucho, pero de vez en cuando unas alitas.

Luciana: Sería muy bueno que en base al cumplimiento de pronto el cumplimiento semanal de pronto te regale una entrada al cine un cafecito un cafecito claro que motiva

Jorge: Super chévere cafecito americano

Moderador: De verdad les agradezco mucho por su tiempo brindado y por sus opiniones referente a este proyecto que queremos sacar adelante y poder brindarles en un futuro cercano, pues les doy las gracias por participar nuevamente como por su participación y atención, cuando la aplicación esté disponible van a atención van a tener una membresía gratis por dos meses la increíble

Jorge: Increíble en el 1022 va a ser el tiempo en que tengo que bajar de peso porque en el 2020 subí muchísimo.

Moderador: Muchísimas gracias les agradezco por la su atención que tengan buenas noches.

Jorge: Chao

Gianella: Chao

Luciana: Chao

GRUPO FOCAL #2



Link de la grabación:

<https://drive.google.com/file/d/1f9iXXU03G7Lp3q2ZqVH4bwUvdd9rdm-A/view?usp=sharing>

Transcripción de la grabación:

Moderador: Buenas noches, les saluda Karen Laborde, estudiante de la carrera de Administración de Empresas de la Universidad Casa Grande, bueno primero les quiero agradecer por su tiempo, por estar aquí presente porque se que no es fácil a esta hora, bueno les quiero contar un poco acerca de qué se trata nuestro proyecto, bueno mis compañeros y yo estamos desarrollando una aplicación para parejas esta reunión del día de hoy nos permitirá conocer acerca de cómo deben mejorar los hábitos alimenticios las parejas entre 24 a 36 años de la ciudad de Guayaquil, fortaleciendo la salud, optimizando los recursos económicos y evitando el desperdicio de alimentos, nuestro objetivo específico de esta aplicación es fortalecer las relaciones de pareja ayudando a administrar de manera óptima el tiempo, motivar a las parejas a mejorar su estilo de vida, su bienestar y su apariencia física y también optimizar el tiempo brindando opciones de comida saludable bueno voy a

comenzar preguntándole a cada uno de ustedes y me pueden contar sus nombres, su estado civil y a qué se dedican por favor

María José: Hola, buenas noches mi nombre es María José Briceño, soy docente y pues trabajo en una escuela

Moderador: Sebastián por favor

Sebastián: Hola buenas noches soy Sebastián tengo 25 años soy soltero y estudiante de derecho

Moderador: Sandra por favor

Sandra: Hola buenas noches mi nombre es Sandra Villamar tengo 35 años y soy estudiante de Comunicación

Moderador: Michel por favor

Michel: Buenas noches mi nombre es Miguel Paredes tengo 35 años soy casado, trabajo en una empresa de Seguros Médicos

Moderador: Hola Juan Carlos

Juan Carlos: Hola qué tal Karen como estas primero quiero pedirte disculpas porque mi esposa no pudo asistir porque todavía está en el trabajo y no pudo estar presente en estos momentos, yo me llamo Juan Carlos y trabajo en el 911 tengo 27 años

Moderador: Bueno me gustaría que por favor me compartan acerca de su vida un poquito, quisiera saber cuántas personas viven en su hogar en que sector de Guayaquil viven y qué actividades realizan en sus tiempos libres

Michel: Buenas noches, bueno vivimos en la parte norte de Guayaquil en sauces el tiempo libre es muy complicado porque trabajamos casi todo el día pasamos muy ocupados de repente fines de semana vamos al gimnasio o vamos por ahí con mi esposa que es lo más principal en el día a día

Moderador: Gracias Michel, María José nos puedes compartir por favor

María José: Sí este bueno en realidad, el nuestro día es complicado, muy acelerado por el trabajo solo tengo poco tiempo, pues hago demasiadas planificaciones hago mucho trabajo lo que es este también un poco administrativo y entonces el tiempo en realidad es muy corto el que tengo y pues los fines de semana me dedico pues a mi mamá, y pues a mis padres más que todo y pues también se me hace un poco complicado y ya pues los fines de semana también me dedico estar con mi esposo y al realizar las actividades que normalmente un fin de semana se hace como salir al parque hacer compras bueno en fin y pues que también podría decir que en el sentido de que estamos en viviendo ahorita como un mundo muy acelerado que tenemos que poco tiempo en hacer muchas otras actividades y estamos limitados no

Moderador: Gracias María José, Sandra por favor que podrías compartirnos

Sandra: Bueno yo creo que ya dijeron todos pues no en realidad el tiempo se pasa muy rápido este yo me dedico mi tiempo libre soy manicurista profesional, pero igual así mismo tengo dos niños me dedico a ellos cómo lo dijeron ya hace un momento el tiempo se pasa muy rápido y el fin de semana es cuando nosotros aprovechamos para estar con nuestra familia y eso

Moderador: Gracias Sandra, Sebastián nos puedes compartir por favor acerca a qué te dedicas en tu tiempo libre, en qué sector de Guayaquil vives.

Sebastián: Bueno si vivo en el sector de la Florida norte de ahí mis tiempos libres los fines de semana ya que el lunes a viernes trabajo, me dedico a hacer lo que son actividades deberes en la Universidad y ya después cuando termino la mayoría de estas, descanso, duermo y así, bueno lo que podría decir comentar sobre mi tiempo libre.

Moderador: Gracias Sebastián Juan Carlos por favor cuéntanos acerca con quién vives y en qué sector de Guayaquil vives y a qué actividades realizas en tu tiempo libre.

Juan Carlos: Sí este bueno en mi caso solamente somos mi esposa y yo vivimos en la Atarazana por los bloques de la FAE en el norte de Guayaquil bueno en mis tiempos libres la verdad si se me complica un poco realizar otras actividades por lo que en mi caso yo tengo lo que son horarios rotativos y mi esposa trabaja en horarios administrativos, ósea es muy poco normalmente en mis días libres que a veces que entre semana o muy rara vez fin de semana son suelo compartir con ella, lo que hacemos es salir, ir al cine y la verdad rara vez vamos a dar una vuelta por ahí, o hacemos cosas así o realizar alguna actividad en pareja

Moderador: Gracias Juan Carlos, bueno quisiera que por favor me cuentes acerca de cómo ustedes evaluarán sus hábitos alimenticios, no sé quién desea empezar de pronto Sebastián o Juan Carlos por favor.

Juan Carlos: En mi caso la verdad como como te acabo de decir por mis horarios sé que mis hábitos alimenticios la verdad si son un poco desordenados porque la mayoría de mi día almuerzo, cena, merienda lo hago en el trabajo o voy comprando lo que veo en el camino o si me toca llevar de la casa hago lo más simple un arroz blanco y carne, pollo o lo que lo que está a la mano y alcance para para salir directamente para el trabajo, o sea siempre lo que está a la mano y a la primera vista para para poder hacer y salir inmediatamente.

Moderador: Gracias Juan Carlos, Sebastián nos compartes por favor acerca qué opinas de acerca de tus hábitos alimenticios.

Sebastián: Bueno en lo personal mis hábitos alimenticios, como comentó el compañero al que también soy un poco desordenado, ya que hay veces me toca desayunar a veces tarde por motivos del trabajo que llego tarde también o me llevan el almuerzo y en la noche cuando llego a casa otra vez como lo mismo y hay veces que sé que soy un poco desordenado pero bueno por ahí vamos

Moderador: Gracias, Sandra ayúdanos por favor

Sandra: Bueno en mi caso como ya lo indiqué tengo 2 hijos ya es de acuerdo con lo que conocemos preparó según el poco conocimiento que se tiene sobre la nutrición entonces sí trato de darle como que una alimentación más adecuada y lo mismo como

Moderador: María José en tu caso qué opinas

María José: Bueno en el ámbito que me desempeño sé que siempre estoy contra el reloj contra el tiempo y se me hace un poco difícil lo que es el alimentarse adecuadamente entonces, lo que tenemos a la mano lo que podemos es seguir a preparar rápido que no sean que lleve mucho tiempo entonces este a veces con de pronto por hacer de una comida rápida estamos olvidando lo que es alimentarnos de manera saludable

Moderador: Gracias María José, Michel por favor algo que nos puedas compartir

Michel: Bueno por temas de salud, trato de comer lo más sano posible, pero en un momento sé que realmente por el tiempo no siempre se puede porque no alcanza el tiempo y para no cenar y todo eso entonces uno busca lo más rápido que es comer comida en la calle, comida chatarra y uno se despreocupa de comer, adecuadamente entonces se trata de balancear, pero si hay muchas veces que uno come en la calle y no se lo adecuado para la salud

Moderador: Bueno es verdad, yo también quiero compartirles yo también realmente tengo una vida bastante ocupada y por lo visto de acuerdo a sus opiniones veo que aquí todos son personas que trabajan personas, que estudian también y bueno realmente veo que pasan ocupados, quisiera que por favor me compartan acerca de quién compra los alimentos en su en su hogar y que me indiquen más o menos cuántas veces por semana ustedes comen en la calle, por favor, Sebastián me puedes ayudar con tu opinión

Sebastián: Sí claro bueno yo en mi casa vivo solo yo compro mis propios alimentos como digo o sea los fines de semana uno descansa y preparo lo básico una ensalada de atún, de sardinas, una tortilla de huevo y bueno la mayoría de las veces si me alimento en la calle ya que como hay trabajo y bueno entonces recurro a comenzar en locales y restaurantes y así mismo desayuno y bueno eso es lo que puede compartir gracias

Moderador: Gracias Sandrita, por favor nos puedes comentar un poco

Sandra: Aquí yo compro los alimentos y más, así como que comprar el la comida en la calle o salir y comer en la calle los fines de semana entre semana que obviamente cuando no se puede pero siempre trato de que sea claro algo saludable que no vas a conseguir porque y eso o sea no uno siempre trata de que sobre todo por los niños, darle una mejor alimentación y que sea lo adecuado, pero siempre que sea lo mejor no sobre todo por ellos

Moderador: Michel nos puedes compartir por favor acerca de quien compra y prepara los alimentos en tu hogar

Michel: Bueno por lo general, compro yo cuando porque paso más tiempo en la calle y soy el comprar los alimentos y los fines de semana pasamos con mi esposa juntos, ambos para que compremos alimentos y preparamos o salimos a comer, entonces trato de comprar lo más seguro sea posible pero no se puede también uno compra a veces, embutidos que comidas no saludables o comemos, así como snack o sea que son malas, para la salud pero trato de balancear también y evitar la comida chatarra

Moderador: María José me puedes compartir por favor acerca de que te gusta cenar, y de qué alimentos se basa tu cena por favor

María José: Bueno en la hora de la cena como que tengo un poco más tengo de tiempo, no siempre como lo mismo del almuerzo, y por cuestión de trabajo o como fuera, o como en la calle no restaurantes y etcétera, hoy en la noche ya estoy con mi esposo, y tenemos un poco más de tiempo, y pues qué hacemos ensaladas o a veces alguna proteína, o de pronto eh no sé arroz con alguna proteína, alguna ensalada, eso y por lo general de lunes a viernes o cómo está el día el fin de semana cenamos fuera y el resto pues en casa, los fines de semana tengo un poco más de tiempo para hacerlo en casa y pues salimos este así que el fin de semana también salimos a hacer las compras, de los alimentos con mi esposo y pues eso es lo que puedo decir

Moderador: Gracias Juan Carlos, nos puedes compartir por favor acerca de tu experiencia que te gusta cenar y de qué se basa tu cena

Juan Carlos: Sí bueno normalmente cuando yo llego primero a casa la verdad es que lo primero que hago es comprar lo típico pues una hamburguesa, qué sé yo compro para mí y para mi esposa pues no la verdad porque no soy muy como que muy fan de comidas ligeras y sobre todo en las noches porque uno llega cansado y todo lo primero que hace es lo primero que ve comprar y comer eso y acostarse a dormir pero en los en los casos cuando me toca a mí llegar después de cosas ellas y como que se pega un poco más a alimentarnos de una manera un poco más ligera sobre todo en las noches no pero normalmente si si se trata de mí de mí solo escojo lo más fácil y como lo primero que veo a la carrera, se puede decir compro lo primero que se me ocurre para ir comiendo

Moderador: Gracias Juan Carlos de pronto le puedes comentar crees que actualmente tienes un peso adecuado y con qué frecuencia realizas ejercicios

Juan Carlos: La verdad como te lo comenté hace un momento sé que tengo sobrepeso pues no y actividad física la verdad a la semana no realizo mucho, la verdad es porque salgo cansado del trabajo y lo único que quiero es quedarme acostado pero la actividad física que realizo se puede decir los días que estoy libre y me invitan a jugar fútbol nada más

Moderador: Gracias Juan Carlos, María José nos ayudas por favor

María José: Bueno yo trato de hacer ejercicios, pero no siempre puedo, sé que estoy ligeramente pasada como no he ido al gimnasio, pero creo que todavía estoy en el rango en el que puedo recuperar mi estado físico normal eso por lo pronto

Moderador: Sandra nos puedes compartir un poco por favor acerca de tu experiencia sobre la primera pregunta o la segunda porque dijiste sobre la alimentación en la cena

Moderador: Bueno estaba consultando sí que por el momento realizan actividad física y qué consideras que tienes un peso adecuado

Sandra: No considero que tenga un peso adecuado porque igual creo que este hace poco me empecé y no tenía el peso adecuado pues no pero si uno trata de hacer este o sea en mi caso trato de hacer ejercicio pero lamentablemente pues no tenemos la alimentación adecuada ni el tiempo suficiente como para poder este lograr lo que realmente todos queremos pero de todas maneras creo que si uno se lo propone lo puede hacer pero con nuestras vidas que así corriendo para todos lados pues creo que yo sé que nada es imposible pero bueno pero de todas maneras tocará un proyecto que hacer lo mejor posible por nuestra salud sobre todo

Moderador: Bueno creo que todos coincidimos aquí que todos queremos poder mejorar nuestros hábitos alimenticios, les cuento poquito más acerca de la aplicación que estamos desarrollando esta aplicación está dirigida a parejas de un rango de edad de 26 a 35 años, entonces lo que queremos es poder con esta aplicación que se basaría de acuerdo a tu preferencia aquí elegimos lo que te gusta comer, porque tú ingresarías cuáles son tus gustos y tus preferencias, y la aplicación lo que haría sería darte una merienda saludable o una opción saludable de bajo costo y tú podrías prepararlos con los alimentos que tienes disponibles en ese momento en tu hogar entonces esto era lo que quería compartir acerca nuestro proyecto y quisiera que por favor me cuenten de acuerdo a esto y de acuerdo a sus gustos me indiquen si quisieran llegar a sus casas y poder encontrar las comidas listas, cuando ya lleguen del trabajo, o que les gustaría que la aplicación les sugiera o haga por ustedes, cuéntenme por favor

Michel: Que cómo podrían ustedes ayudarnos para poder mejorar nuestra vida, bueno de mi parte de pronto que la aplicación pueda medirte el peso, tu estilo de vida y que te pueda sugerir que debes comer para estar bien en el rango de tú peso, pues sería algo que te diga no puedes comer más de 300 calorías por qué te vas a poner en tu peso ideal sería excelente también las combinaciones entre los alimentos no y cómo y también cierta la medida lo que debía consumir realmente eso

Moderador: Gracias por favor, Sebastián, podrías comentar acerca de qué opinas acerca de la aplicación que tenemos en mente cómo podríamos mejorarla le gustaría que les brinde la aplicación

Sebastián: Claro sí o sea este que nos brinde lo que el nivel de calorías de los alimentos sugeridos pronto lo que necesitamos digamos para poder tener nuestro peso ideal que bueno que ayude sobre todo sugiriendo lo que son buenos alimentos que sean saludables que lo más conveniente y de ahí que bueno como comentó el compañero Michel sobre lo que es de nuestro peso me bajo control eso siento que sería beneficioso para la aplicación

Moderador: Gracias Sebastián, por favor, María José, podrías contarnos un poquito

María José: Pienso que deberías la aplicación también este dar el Consejo del estilo de vida saludable de cómo este poder alimentarnos de una manera mejor que nos haga posibles este o referencias de menú no y pues este de pronto que nos sugiera en o que nos sí que nos sugiera que comisariato no que comisariato tengamos este a la mano o más rápido para poder conseguir los alimentos con nosotros necesitamos para nuestra serie

Moderador: Claro podría ser de acuerdo con tu ubicación te sugiera cuál es el supermercado que está más cerca

María José: Así es

Moderador: Gracias María José, de pronto me podrían comentar si conocen alguna aplicación han visto algún servicio similar como el que nosotros queremos desarrollar, no sé si de pronto también me pueden comentar acerca de esta aplicación ustedes consideran que les ayudaría a optimizar su tiempo ya que veo que todos mantienen una vida ocupada

Juan Carlos: Bueno la verdad sería muy bueno verdad este solamente en mi caso sería bueno ya camino a casa ingresar una aplicación y ya tener el menú listo pues no hay mientras yo llevo ya sé que la hacían allá ya va ya va en camino porque la verdad sí a mí me dan de comer sano créeme que yo como eso hay evitaría tantas frituras tanta comida de la calle y creo que eso a la larga pasaría factura no sí sería muy bueno y sería súper chévere que esta aplicación haga como para parejas más comentado para poder hacer una dieta equilibrada y una nutrición sana entre los dos

Moderador: Gracias Juan Carlos, Sandra nos puedes compartir tu favor tu opinión

Sandra: Considero que sí sería muy bueno porque o sea trataremos de alimentarnos mejor qué es lo que queremos todos y yo creo que para todos sería ideal, la aplicación me ayudaría mucho

Michel: Bueno realmente mi caso no he escuchado nunca un caso similar han escuchado pero sería muy buena también porque por ejemplo muchas veces uno piensa que comer o que preparar después de que uno piensa como media hora en que hacer para salir a buscarla los alimentos ir a buscar comprarlo en ciertas partes hay una cosa otra parte entre cosas y menores de comprar cosas y cocinar entonces el desarrollo de la aplicación así sería bueno porque ya te tengo listo en el lugar donde puede ser a adquirirlo y así ahorra tiempo

Moderador: Gracias Michel, Sebastián qué opinas de la aplicación

Sebastián: Qué bueno este yo anterior a eso yo usaba mi aplicación algo similar pero era una básica que estaba en mi celular Samsung, bueno la utilicé hace años y actualmente bueno sí me gustaría bueno utilizar la aplicación que tienen en mente porque puede ser para una persona esté trabajando y pasa ocupada y de pronto contar las calorías así como comenté al principio para así llevar un buen control de los alimentos saber que así evitaremos aumentar más de peso y bueno s entonces yo pienso que sí sería muy muy bueno en ese sentido y sugerir eso

Moderador: Muchas gracias, Sebastián, María José ya para poder finalizar con la reunión y bueno primero quiero agradecerles por su tiempo y entiendo que ya está ahora ya es un poquito complicado de verdad que les agradezco por estar presente quisiera que ya para finalizar me comenten acerca de cómo creen ustedes que podemos incentivar a las parejas a poder utilizar esta aplicación

María José: Bueno pienso que este se podría se primero ponerse de acuerdo en qué se debe mejorar el estilo de vida que llevamos no haciendo conciencia y alimentándonos de manera óptima y pues también con la aplicación nos serviría mucho para poder tener una vida saludable pero nunca podamos realizar en menos tiempo que podamos este equilibrar más que todas las calorías no y pues incentivar a un buen consumo de estos alimentos no novela es bueno hacerlo en pareja porque a veces el pienso que como que a veces necesitamos el impulso o el apoyo de nuestra pareja para poder tener una buena salud o para poder darnos cuenta que lo estamos comiendo de una manera de descontrolada o más desordenada entonces por eso es bueno hacerlo en pareja porque incluso también hay pues podría ser que la aplicación también haya retos, de retos de comida saludable y pues bueno ahí este se puede existir una opinión diferente no en cuanto a él a tu pareja poder tener este llevar podría ser esto un reto para así al final de cada semana por ejemplo de cada mes poder pasando al siguiente nivel entonces deberías echarle ganas y así motivar a mi pareja

Moderador: Y más que todo que la aplicación de pronto puede tener algo que para poder seguir como tú dices de pronto subiendo de nivel o de categoría alguien más que me quisiera por favor compartir un último comentario ya para poder finalizar la reunión

Juan Carlos: La verdad sí sería bueno en esta aplicación que nos ayudaría pues y en mi caso bueno si a mí me dan de comer sano la verdad yo como a medias a no pues no pero como te lo he dicho en toda la reuniones cómo primero que veo pero como dijo María José este es la momento para hacerlo y como dices algún incentivo y todo sí sería súper chévere que si tú cumplas tu semanal no sé de la aplicación imagino que te hace un seguimiento cómo que qué te de premios pues no que te tomes un café aquí gratis o que me den un descuento en el gimnasio o cosas así o no sé entradas al cine como para que te motive más a seguir en el régimen más que sea por una entrada de cine gratis

Moderador: Gracias Juan Carlos, de pronto Michelle o Sandra o Sebastián quisiera dar un último comentario igual ya en la reunión está por finalizar

Michel: Cuando la aplicación salga a producción sería bueno que digan cual es para utilizar porque está muy buena muy buena la propuesta y para que todos lo podamos hacerlo claro,

Moderador bueno entonces este ya que no hay más comentarios, Sandra nos desea compartir algo un último comentario

Sebastián: Es verdad haciendo conciencia y sobre todo si tenemos la aplicación todo es mucho más fácil porque no nos ayudaría a incentivarlos a todos no tenía muy bueno

Moderador: Muchas gracias, Sebastián, Sandra nos va a ayudar con algún otro comentario

Sandra: Claro sí sería bueno que nos pidan que bueno seguir utilizando digamos que hayan así premios, pero como yo comentó mi compañero Juan Carlos entradas al cine al supermercado que se yo en alguna oferta para para sí mismo tener una dieta balanceada y que nos ayuden nos ayude sería muy bueno también como comentó el compañero Michel nos compartan como se llama la aplicación para utilizarla

Moderador: Gracias, bueno chicos muchísimas gracias y la reunión ya lo voy a finalizar y nuevamente les agradezco por su tiempo que tenga buenas noches gracias

Michel: Chao gracias igual