

VII Feria Virtual de Prototipos

Nombre del prototipo:

**“HEALTHY LIFE IN YOUR
HOME
”**

**APLICACIÓN PARA EL
FORTALECIMIENTO DE LOS
MUSCULOS EN TIEMPOS DE
CUARENTENA**

DOCENTE: ALICIA ESTHER TELLO BERENSTEIN

CAMPUS: Huancayo

NRC: 11499

CENTRO DE EMPRENDIMIENTO CONTINENTAL



**Universidad
Continental**

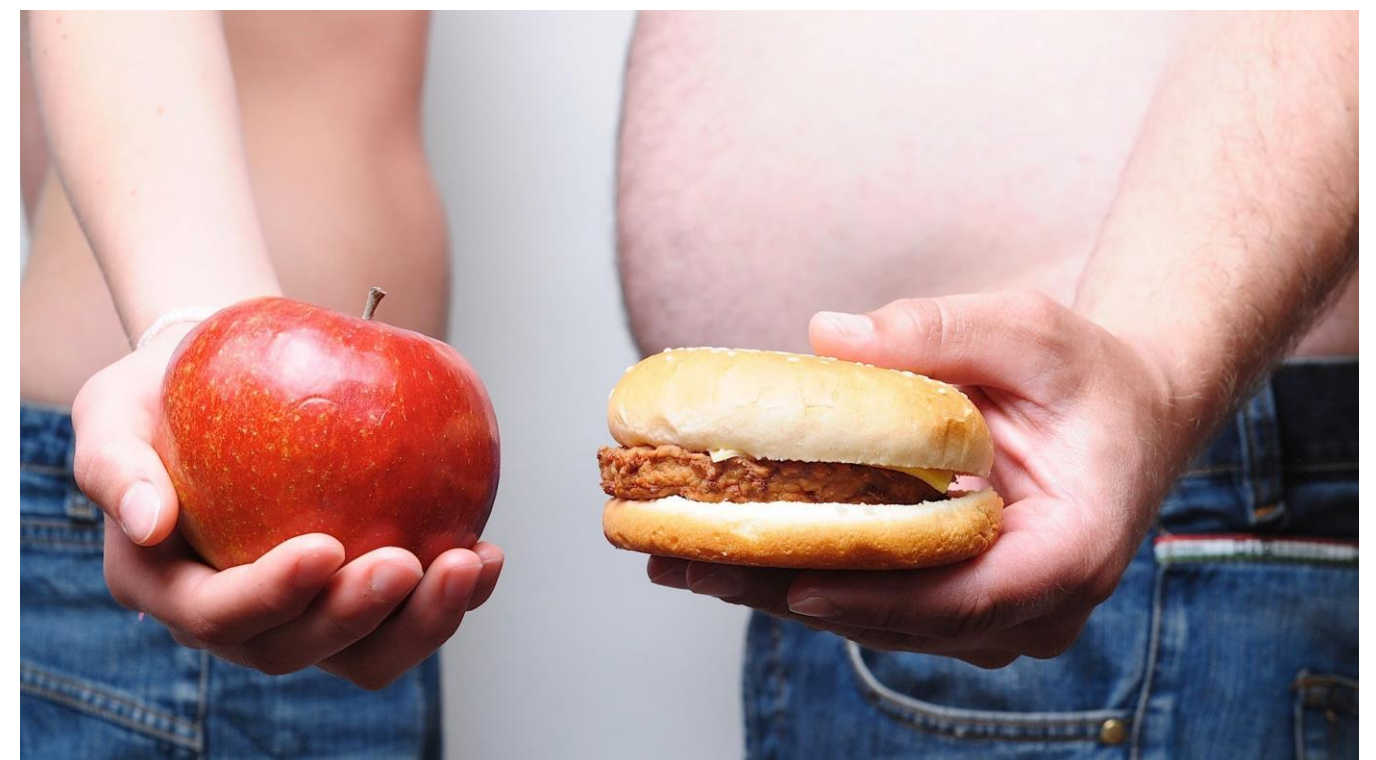


Equipo de trabajo:

- CUEVA RICSE , Charly kevin | Ingeniería de minas
- LAGUNA MENESES, Kumar Renzo | Ingeniería civil
- MONTES RIOS, Betzi Siomara | Administración y negocios internacionales
- HUAMANI YALLI, Juan Carlos | Ingeniería civil

Definición del problema

- El sobrepeso y la obesidad va aumentando con el tiempo según la INEI. El estado de emergencia por el Covid 19 generó que la gran parte de ciudadanos aumente su sedentarismo y descuide su salud física, de esa manera aumente la obesidad y sobrepeso en la población. De igual manera el aumento de estrés y ansiedad es una de las causas resaltantes de sobrepeso, porque el individuo tiene ganas de ingerir más alimentos de forma excesiva.
- El problema del sobrepeso y la obesidad aumenta con respecto al tiempo. Una herramienta para poder enfrentar este problema es tener una aplicación en el celular que oriente a realizar rutinas de ejercicios y tener una alimentación balanceada. De esta forma tener una vida más saludable.
- Entonces nos preguntamos ¿Cómo podemos reducir el sobrepeso y la obesidad ante el problema del covid en el Peru?



PROBLEMA

El sobrepeso y la obesidad va aumentando con el tiempo según la INEI. El estado de emergencia por el Covid 19 generó que la gran parte de ciudadanos aumente su sedentarismo y descuide su salud física, de esa manera aumente la obesidad y sobrepeso en la población y se ha podido identificar 3 problemas :

- Falta de una alimentación balanceada para mantener un cuerpo saludable
- falta de rutinas de ejercicios para fortalecer sus músculos
- los adolescentes y adultos tienen más probabilidades de desarrollar diabetes y otros problemas de salud por la falta de ejercicios

SOLUCIÓN

- Aplicación móvil que oriente a realizar rutinas de ejercicios y tener una alimentación balanceada.
- Variedad de rutinas de ejercicios para fortalecer los músculos.
- Asesoría alimentaria con profesionales.

MÉTRICAS CLAVE

- la cantidad de suscripciones al mes
- La cantidad de descargas de la aplicación

PROPUESTA DE VALOR

- variedad de rutinas de ejercicio
- variedad de dietas para completar tu rutina y tener mejor un cuerpo saludable
- Una playlist de músicas para acompañar las rutinas de ejercicios
- Un personal trainer para poder mejorar y tener seguimiento en tus rutinas de ejercicios

VENTAJA COMPETITIVA

- Tener un espacio de mensajería de sugerencias, quejas y recomendaciones para brindar mayor comodidad a nuestros clientes
- Canales de atención personalizada de 6 am a 11 pm

CANALES

- Redes sociales
- Publicidad por terceros
- Anuncios en Facebook
- Páginas de compras y venta
- Recomendaciones

SEGMENTO

Personas de la ciudad de Huancayo del sexo masculino y femenino de las edades de 15 a 35 años que tengan problemas de sobrepeso y obesidad.

ESTRUCTURA DE COSTOS

- Incremento de más personal trainer para todo el público
- Pagos por auspicios para promoción del producto
- Adquisición de productos para complementar las rutinas de ejercicios
- Diseño de aplicación
- Mantenimiento y actualización de la aplicación

ESTRUCTURA DE INGRESOS

- los ingresos van desde una parte por la adquisición del aplicativo móvil.
- Las cantidades de consultas realizadas por los usuarios
- la cantidad de las suscripciones.
- Adquisición de productos para complementar rutinas de ejercicios



Universidad
Continental

“HEALTHY LIFE IN YOUR HOME”

APLICACIÓN PARA EL FORTALECIMIENTO DE LOS MUSCULOS EN TIEMPOS DE CUARENTENA

Panel 1 (Top Left): The smartphone screen displays a welcome message: "BIENVENIDO HEALTHY LIFE IN YOUR HOME". Below the message are two buttons: "INICIO" and "CONTRASEÑA".

Panel 2 (Top Middle): The smartphone screen shows a main menu with six categories: "GUIA DE EJERCICIOS", "RUTINAS", "NUTRICION Y DIETA", "GUIA PERSONALIZADA POR EL ENTRENADOR", "PLAYLIST DE RUTINAS", and "HERRAMIENTAS". A red "VOLVER" button is at the bottom.

Panel 3 (Top Right): The smartphone screen shows a list of food categories: "ORIGEN ANIMAL", "CEREALES", "LACTEOS", "FRUTAS", "VERDURAS", and "DIETAS DESPUES DE LAS RUTINAS". A callout bubble above the screen says "PORCIONES RECOMENDADAS POR ALIMENTOS".

Panel 4 (Bottom Left): The smartphone screen shows a "EN VIVO" section with a photo of a male fitness instructor and a red "VOLVER" button.

Panel 5 (Bottom Middle): The smartphone screen shows a workout guide with four body part categories: "CUERPO ENTERO", "ABDOMINALES", "PECHO", and "BRAZOS". A red "VOLVER" button is at the bottom.

Panel 6 (Bottom Right): The smartphone screen shows a "GYM MUSIC" playlist featuring a bodybuilder and a red "VOLVER" button.

Text Boxes:

- Panel 1:** PRIMERO TENEMOS QUE TENER NUESTRA CUENTA PARA PODER ACCEDER
- Panel 2:** AL INGRESAR PODEMOS VISUALIZAR TODO LO QUE CONTIENE LA APLICACION
- Panel 3:** POR EJEMPLO DENTRO DE NUTRICION Y DIETA NOS OFRECEN LAS PORCIONES QUE DEBEMOS COMER AL DIA COMO TAMBIEN NOS OFRECEN UNA VARIEDAD DE DIETAS DESPUES DE LAS RUTINAS
- Panel 4:** TAMBIEN PODEMOS ACCEDER A UNA GUIA PERSONAL POR UN ENTRENADOR EN VIVO APARTE DE LA SUPER PROMOCION QUE TIENEN
- Panel 5:** DENTRO DE LA GUIA DE EJERCICIOS NOS OFRECEN LAS PARTES QUE NOSOTROS DEASEAMOS TRABAJAR
- Panel 6:** DENTRO DE LA PLAYLIST TENEMOS LAS MEJORES MUSICAS PARA ACOMPAÑAR NUESTRAS RUTINAS DE EJERCICIOS

VII Feria Virtual de Prototipos

¡GRACIAS!

