

¿Cuál es el problema que se está atacando?

Es una realidad el alto nivel de crimen que existe en Chile y la región del Biobío, y esto de por sí es suficiente razón para considerar la utilidad de entrenar BJJ, pero ¿Por qué mujeres?, ¿Que causa que esta demográfica sea afectada en particular y por qué el BJJ es tan útil en estos casos?

La principal razón se explica con un concepto denominado dimorfismo sexual, que se refiere a las diferencias que hay entre ambos sexos en diferentes especies. En el caso de los seres humanos, destaca la diferencia de altura, musculatura, fuerza, peso y tamaño. Estas diferencias biológicas representan una significativa ventaja para un hombre por sobre una mujer en ciertas disciplinas y deportes, pero por sobre todo en el evento de un enfrentamiento violento. Se sabe que la gran mayoría de los crímenes que implican violencia, son protagonizados por hombres. Es cosa de pasar una ojeada al CEAD (centro de estudios y análisis del delito) para confirmar esto, y debido a sus ventajas físicas, ponen a las mujeres en una situación de mayor vulnerabilidad y peligro, comparado a los hombres en el mismo contexto. Es por esto que disciplinas como el BJJ pueden ayudar a las mujeres a defenderse dado que la fuerza no es el principal factor que permite a los practicantes defenderse mejor.

Las siguientes páginas contienen información adicional y se usaron como referencias para la información redactada:

- Artículo sobre dimorfismo sexual de la composición muscular en humanos
[Gender differences in strength and muscle fiber characteristics | European Journal of Applied Physiology \(springer.com\)](#)
- Ejemplo situación entre luchadores de muay thai de sexos opuestos
[Greatest Female Fighter vs. Male Fighter - YouTube](#)
- Estadísticas de crimen del Centro de estudio y análisis de delito
[Portal CEAD \(spd.gov.cl\)](#)
- Reportes de Incremento de crimen en la región del Biobío
[Aumentan los homicidios en Chile durante el primer trimestre de 2024 \(biobiochile.cl\)](#)
[RM concentra las mayores cifras de robos con violencia \(biobiochile.cl\)](#)

Entrevistas

Se realizaron 8 entrevistas en el parque ecuador dirigidas a los potenciales usuarios que más se asemejan a la user persona que se definió.

Las entrevistas realizadas fueron hechas con los siguientes objetivos:

- Verificación de necesidad: confirmar la existencia del problema y por tanto una necesidad, y tener mayor perspectiva de los usuarios con respecto a este.
- Perspectiva respecto al proyecto: Ver qué piensan los usuarios respecto a la solución propuesta en este proyecto
- Mas puntos de vista: Simplemente tener más insights, ideas y desarrollar un poco el proyecto mejor al interactuar con los usuarios.

Al no ser objetivos binarios, el nivel al cual se cumplieron los objetivos se puede ver reflejado en los puntos/conclusiones que se pudieron sacar de las entrevistas:

- Presencia de necesidad: todos los usuarios confirmaron cierto nivel de conocimiento del problema a grandes rasgos (crimen en Chile). Pero más notoriamente, 7 de 8 entrevistadas explicaron también como esto causa cambios en cómo se llevan a cabo durante el día a día, al tener un nivel de tensión y preocupación en público. Además de esto la única entrevistada que no se describió de esta manera, se considera una excepción a la regla, incluso resaltando la presencia de una necesidad en un gran número de personas.
- Disposición a hacer algo al respecto: de estas 7 entrevistadas, todas describieron lo valioso que sería tener la capacidad de defenderse, y hablaron del proyecto descrito como una buena opción para atacar la problemática.
- Insights: algunas sugerencias como la posibilidad de hacer clases al aire libre en un parque público, como método de distribución. También se destaca que prácticamente todas las entrevistadas eran estudiantes universitarias, (que se puede atribuir al lugar de las entrevistas, pero igual cabe resaltar)

Si bien las entrevistas fueron más extensas que esto, como se puede ver en la tabla de respuestas (enlace al final de texto), esto constituye un resumen de los que se obtuvo de las entrevistas.

Implicaciones:

Se reconoce la relevancia de la información obtenida de las entrevistas, sin embargo, lo fundamental es definir qué se va a hacer, o cómo esta nueva información cambiará el curso del proyecto, por lo que es importante considerar lo siguiente

1. Definición del user persona: Las entrevistas aportaron buena información del tipo de personas que son las potenciales usuarias, y su relación con la problemática, por tanto se usará para definir los user persona, mapa de empatía y value proposition canvas.
2. Insights: Sugerencias y conclusiones sacadas gracias a las entrevistas implicarían cambios en la implementación del proyecto más tarde en el proceso.
3. Luz verde: La confirmación de las necesidades en las usuarias permite seguir más adelante en el proceso del proyecto, gracias a que ayuda a cerrar algunas etapas iniciales.

[Untitled – FigJam \(figma.com\)](#)

Detalles de entrevista y enlace a respuestas están adheridos al pdf

Journymap Storytelling

Al empezar un día normal, me preparaba para atender a la Universidad, noto a mi padre en la sala de estar viendo las noticias donde están informando sobre un reciente asalto que ocurrió no muy lejos de donde vivimos.

“Ten cuidado al salir hija” me dice al notar para que me estaba preparando.

“Tranquilo papa, nadie me va a atacar plena luz del día” Si bien le dije esto a mi papa sin pensarlo mucho, la verdad es que siempre estoy pensando de la posibilidad de que pase algo. Al no ser particularmente atlética, siempre asumí que sería un objetivo particularmente susceptible a ser asaltada, o atacada físicamente sea cual sea la razón.

Un día pasando por el parque Ecuador en la micro note un grupo de personas en vestimentas negras y azules haciendo lo que parecía ser estrangulamientos y llaves. El pensamiento de aprender a defenderme se me paso por la mente por primera vez, pero fue rápidamente olvidado entre las preocupaciones de mis clases en la Universidad.

Más tarde el mismo día note un video en Instagram hablando de la defensa personal, hablaba sobre algo de Jiu Jitsu brasileño y no entendí mucho al principio pero me llamo la atención suficiente como para hacer clic en un enlace con más información. Una vez aquí, ya empecé a entender mejor el concepto, y Esperanza e ideas de quien podría ser empezaron a llegar a mi cabeza a medida que aprendía más al respecto. Llaves, estrangulamientos, control en el suelo, cosas que requieren destreza física, pero no requieren más fuerza que un enemigo para lograr efectivamente, y empiezo a preguntarme si debería involucrarme en algo similar, hasta que el sitio cambia de tono.

Por qué no le das una prueba sin costo?

al lado del texto veo información de contacto, un sitio web para un gimnasio llamado La Huella Bjj, y un mapa indicando una ubicación no muy lejos de donde vivo.

Inmediatamente siento un poco de nerviosismo, pero el interés y curiosidad acerca de esto, es suficiente para hacer clic en el link. Al momento de esto mis nervios empiezan a pasar a emoción por la posibilidad de aprender en lo que el sitio reflejaba como un lugar práctico, efectivo y También acogedor. Que eventualmente me llevo a enviar un whatsapp con la hora a la que pensaba atender, un proceso que tomo segundos y me dejo lista para empezar lo que podría llegar a ser un cambio notorio en mi vida.

Después de unos 4 días, llego la fecha en la cual agende la hora, y me dirigí al lugar indicado con ropa deportiva y agua, el ambiente era bastante tranquilo, con algunos personal practicando en el mat mientras otras conversaban en las esquinas, después de introducirme y saludar, no tardo el profesor en empezar la clase, calentamiento, técnica y finalmente lucha o práctica, fueron las tres fases en las que se dividió la clase, después de una agotadora hora quede con un sentimiento de liberación, como que sentía el cuerpo más ligero, a pesar de que el proceso en si no fue particularmente placentero, lo que me quedo al final solo podría ser descrito como algo positivo. Después de pensarlo unos dos días, decidí empezar consistentemente a entrenar, solo dos días por semana, pero siento que debo empezar lento. A lo largo del primer mes sentí un poco de fricción a no querer asistir a todas las clases, pero sintiéndome bien después de decidir atender, y

pude notar la notoria diferencia en habilidad después de unas cuantas clases, particularmente 2 meses de cuando empecé, donde mi primo tubo un incidente al estar ebrio, y me vi en la necesidad de neutralizarlo, algo que en retrospectiva fue impactante, ya que nunca me pude imaginar con la capacidad de aquello tan solo dos o tres meses en el pasado.