

**TEMA:**

“DESARROLLO DE UNA PLATAFORMA DE GESTIÓN CON UN MÓDULO DE NUTRICIÓN PERSONALIZADA PARA EL GIMNASIO FORCA & FITNESS”

**AUTORES:**

ASTO AIQUIPA, Gustavo Blas

ICHPAS CLEMENTE, Luis Angel

FLORES CÓRDOVA, César Augusto

**CURSO**: Herramientas de Desarrollo

**DOCENTE**:

AMACHE SÁNCHEZ, Milton Freddy

**SECCIÓN**: 31652

**TURNO**:

Tarde

**Lima - Perú, 2025**

Dedicatoria

Dedico este trabajo con todo mi cariño y gratitud:

A nuestras familias, por su comprensión, paciencia y apoyo incondicional durante todo este trayecto académico.

A nuestros amigos, por estar siempre presentes para animarnos y motivarnos en los momentos difíciles.

A nuestro docente, por su guía, experiencia y valiosos aportes que nos ayudaron a enriquecer y culminar esta primera etapa del proyecto.

De manera muy especial, dedico mi esfuerzo a mi enamorada, [Nombre de ella], por su apoyo incondicional, comprensión y motivación constante durante la realización de este proyecto. Sin su compañía este camino hubiera sido mucho más difícil.

Agradecimiento

Al momento del desarrollo de este proyecto, muchas personas han sido fundamentales en el proceso de investigación de este trabajo. En primer lugar, nuestras familias cuya comprensión y apoyo emocional fueron importantes durante este trayecto. Nuestros amigos, quienes están presentes para brindarnos ánimos.

Un agradecimiento especial a nuestro docente, quien con su experiencia y orientación ha sido una guía esencial para el desarrollo de este proyecto en su primera etapa, por los valiosos aportes que nos ayudaron a enriquecer este estudio.

Finalmente, quiero agradecer a todas las personas que contribuyeron de alguna forma a la realización de esta tesis, sin su apoyo no hubiera sido posible.

**Agradecimientos personales**

Gustavo Asto: De manera muy especial quiero agradecer a mi enamorada, Joselyn, por su apoyo incondicional, comprensión y motivación durante el desarrollo de este proyecto.

Resumen

En la actualidad, la utilización de plataformas digitales se ha vuelto indispensable para todo tipo de negocios, incluidos los del sector físico-deportivo, por los beneficios que aportan en eficiencia operativa y experiencia del cliente. Casos como Action Black en Colombia y Smart Fit en Brasil demuestran que la integración de tecnología y módulos de nutrición incrementa la competitividad y satisfacción de los usuarios.

El gimnasio Forca & Fitness, con dos sedes en Lima, actualmente presenta ciertas ineficiencias en la centralización de la información, además en la comunicación de horarios y eventos, esto generado por el uso de registros manuales o herramientas poco optimas. Asi mismo, carece de un valor agregado como vendría a ser un modulo de nutrición, el cual complemente sus servicios deportivos. Esto representando un efecto adverso en su operatividad y consumo de recursos, pero que al mismo tiempo representa una oportunidad para modernizar sus procesos y marcar la diferencia frente a sus competidores.

Abstract

Today, the use of digital platforms has become indispensable for all types of businesses, including those in the fitness and sports sector, due to the benefits they bring in operational efficiency and customer experience. Cases such as Action Black in Colombia and Smart Fit in Brazil demonstrate that the integration of technology and nutrition modules increases competitiveness and user satisfaction.

The Forca & Fitness gym, with two locations in Lima, currently experiences certain inefficiencies in centralizing information and communicating schedules and events, due to the use of manual records or suboptimal tools. Furthermore, it lacks added value, such as a nutrition module, which would complement its sports services. This has an adverse impact on its operations and resource consumption, but at the same time represents an opportunity to modernize its processes and differentiate itself from its competitors.

**Índice**

[Dedicatoria 1](#_Toc208787886)

[Agradecimiento 2](#_Toc208787887)

[Resumen 3](#_Toc208787888)

[Abstract 4](#_Toc208787889)

[Realidad Problemática 7](#_Toc208787890)

[Justificación del proyecto 9](#_Toc208787891)

[Objetivos General y Especifico 11](#_Toc208787892)

[Objetivo general 11](#_Toc208787893)

[Desarrollar una plataforma de gestión centralizado con un módulo de nutrición personalizada 11](#_Toc208787894)

[Objetivos específicos 11](#_Toc208787895)

[Bibliografía 12](#_Toc208787896)

Realidad Problemática

En los últimos años el empleo de plataformas digitales se ha ido volviendo una necesidad en todo tipo de negocios, ya sean grandes o pequeños, esto debido a los beneficios que esta trae consigo al agilizar diversos procesos internos en la empresa. Además de servir como un atractivo llamativo para los usuarios que se interesen en contratar el servicio o producto que se ofrezca. En este caso tratándose del sector físico-deportivo, como viene a ser un gimnasio.

A nivel internacional se tiene el caso de empresas como Action Black en Colombia, la cual se fundo en el año de 2015, el cual tuvo un crecimiento escalado, el cual se vio potenciado cuando incluyeron la tecnología en el negocio, esto de la mano de Trainingym, una empresa que ayudo en desarrollo de software para el negocio, desde plataformas hasta aplicaciones para los usuarios, esto trayendo beneficios como la eficiencia operativa, aumento satisfacción del cliente. Por otra parte, otro caso es Smart Fit en Brasil, el cual además de invertir en equipamientos en las sedes, también integro plataformas digitales para el control de los clientes (*Smart Fit - Sustentabilidad*, s. f.), también incluye la alimentación en sus programas, brindando una herramienta que emplea la tecnología para informar sobre correctas dietas para sus clientes, mejorando los resultados y la satisfacción de estos.

Es en ese sentido que nos encontramos con el gimnasio Forca & Fitness, la cual en la actualidad posee dos sedes repartidas en Lima, es en ellas que se denotan ciertas ineficiencias operativas, las cuales generan dificultades en el tema de centralización de la información. Esto debido a la falta de una plataforma unificada para el tema de registros en general de trabajadores como alumnos, debido a que estos se realizan a mano o con herramientas que no son las más optimas. Así como para la difusión de información sobre cambios en los horarios o eventos especiales, estos afectando en la coordinación entre las filiales y la experiencia de los estudiantes. Todo esto impactando negativamente en la operatividad del negocio, además de consumir recursos valiosos que podrían destinarse a la enseñanza y el desarrollo de nuevas clases. Asimismo, Forca & Fitness carece de un módulo de nutrición que complemente sus servicios deportivos, lo que representa una oportunidad para ofrecer un valor diferencial frente a otros gimnasios del rubro.

## 

Justificación del proyecto

La justificación del proyecto se da ante la necesidad del gimnasio Forca & Fitness de modernizar los procesos internos. Esto dado a la dependencia actual a los métodos manuales y poco organizados para el registro y comunicación, los cuales generaron ineficiencias, limitando el potencial del gimnasio, y afectando en la experiencia de los usuarios. El desarrollo de una plataforma de gestión centralizado con un módulo de nutrición personalizada traerá beneficios directos para la administración, alumnos y el negocio, de tal manera posicionándola como una institución completa en deporte y salud.

El desarrollo de una plataforma de gestión centralizado con un módulo de nutrición personalizada traerá los siguientes beneficios.

* **Administración:** Entre los beneficios se encuentra la centralización de la información entre las dos sedes, de tal manera se evitarían la duplicidad de registros, el riesgo de pérdida de datos. Además, facilitara a los Administradores en la gestión de inscripciones, acceso a reportes generales, los cuales ayudaran en la toma de decisiones.
* **Alumnos:** Los beneficios serian inmediatos, tomando en cuenta una mejora en la comunicación entre los horarios, eventos, los cuales serán instantáneos y organizados, de tal manera mejorando la experiencia. Además, al facilitar un área ahora acceder en rutinas e información sobre alimentación, el cual añadir un valor diferencial.
* **Para la empresa:** Una plataforma digital proyectará una imagen de modernidad y profesionalismo, aumentando su competitividad en el mercado. La integración del módulo de alimentación permitirá ofrecer planes alimenticios vinculados al progreso físico del estudiante, generando una propuesta de valor única frente a otros gimnasios que solo se centran en la parte deportiva.

En consecuencia, el desarrollo de este proyecto resolvería los problemas administrativos, además de permitir a Forca & Fitness posicionarse como una institución integral en el ámbito del deporte y la salud.

## 

Objetivos General y Especifico

Objetivo general

Desarrollar una plataforma de gestión centralizado con un módulo de nutrición personalizada

Objetivos específicos

1. Detectar los procesos actuales dentro de F orca & Fitness para identificar áreas de mejora.
2. Diseñar la arquitectura y los módulos de la plataforma, incluyendo una base de datos centralizada.
3. Desarrollar la plataforma con funcionalidades para el registro de nuevos alumnos y la actualización de datos existentes.
4. Integrar un módulo para incluir las sugerencias en planes de alimentación personalizados según el progreso del alumno en los entrenamientos.

Bibliografía

Obtén más información sobre qué y cuándo comer para aprovechar al máximo tu entrenamiento físico. (s. f.). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/fitness/in-depth/exercise/art-20045506>

Smart Fit - Sustentabilidad. (s. f.). <https://www.smartfit.com.pe/sustentabilidad>