

Índice

1. DATOS DEL PROYECTO	2
1.1. Título	2
1.2. Entidad Ejecutora	2
1.3. Cobertura y Localización.	2
1.4. Monto.	2
1.5. Plazo de Ejecución.	2
1.6. Sector y Tipo de Proyecto.	2
2. DIAGNÓSTICO Y PROBLEMA	2
2.1. Identificación, descripción y diagnóstico del problema	3
2.2. Oferta y demanda de mercado.	3
2.3. Identificación y caracterización de la población objetivo.	4
2.3.1. Características demográficas de la población objetivo	5
2.3.2. Matriz de análisis de involucrados	5
2.4. Matriz de análisis de problemas	6
2.4.1. Causas:	6
2.4.2. Efectos:	7
2.4.3. Análisis de objetivos	7
2.4.4. Análisis de impacto de objetivos	8
3. OBJETIVOS DEL PROYECTO.	11
3.1. Objetivo principal.	11
3.2. Objetivos Específicos.	11
3.3. Indicadores de Resultados.	11
3.4. Matriz de marco lógico	12
4. Estrategias de solución	12
4.1. Análisis de riesgos estrategias	13
5. VIABILIDAD Y PLAN DE SOSTENIBILIDAD	14
5.1. Viabilidad Técnica	14
5.2. Viabilidad financiera y/o económica	14
5.3. Bien o servicio	14
5.3.1. Inversión	15
5.3.2. Beneficios	15
5.3.3. Indicadores y decisión	17
5.3.4. Evaluación económica	18
6. CONCLUSIONES	18

1. DATOS DEL PROYECTO

1.1. Título

Dotación de nuevas y modernas máquinas al gimnasio municipal, ubicado en el segundo piso del antiguo centro de salud san Bernardo (Nariño), barrio villa hermosa.

1.2. Entidad Ejecutora

El proyecto se presenta a la alcaldía municipal del municipio de San Bernardo (Nariño), entidad responsable de financiar la ejecución del proyecto que consiste en la dotación de nuevos equipos para el gimnasio ubicado en el municipio.

1.3. Cobertura y Localización.

El proyecto se encuentra localizado en las instalaciones del antiguo centro de salud San Bernardo segundo piso, la misma que se encuentra ubicada en barrio villa hermosa. Mediante la ejecución del proyecto, esperamos cubrir las necesidades de todos los jóvenes del municipio, interesados en la práctica de actividades físicas las cuales son de suma importancia para la salud de los ciudadanos.

1.4. Monto.

En cuanto a la inversión que se ha calculado (mediante cotizaciones en el mercado especializadas en el suministro de equipo para gimnasio) necesaria para la ejecución del proyecto, el monto aproximado ha sido calculado en \$ 22.000.000 de pesos colombianos, incluyendo los descuentos y retenciones de la ley.

1.5. Plazo de Ejecución.

La ejecución del proyecto se encuentra programado para el _____ del año 2018, tiempo necesario para llevar a cabo el estudio y aprobación del proyecto y adquisición de las máquinas requeridas para la reapertura del gimnasio ubicado en el municipio de San Bernardo.

1.6. Sector y Tipo de Proyecto.

Es un proyecto de carácter social, debido a que con la ejecución del mismo se va a prestar los servicios a todas las personas del municipio que lo requieran y, promover nuevos deportes en la comunidad que cada vez toma mas importancia y aprecio en la población.

2. DIAGNÓSTICO Y PROBLEMA

Actualmente nuestro municipio cuenta con un número considerable de jóvenes que ha caído en drogas y adicciones. Con el objetivo de acabar con esta problemática e inducir condiciones de vida saludables que se mantengan con el transcurso del tiempo (es decir, generar una cultura saludable), el ente deportivo del municipio de San Bernardo ha organizado diferentes eventos deportivos. Actualmente las posibilidades deportivas con las que disponemos son:

- Microfútbol
- Ciclismo
- Musculación
- baloncesto

Para los deportes como: microfútbol, Ciclismo, baloncesto, han habido inversiones por parte del municipio. Sin embargo, las administraciones del municipio no le han dado importancia al deporte musculación, ignorando por completo la vida moderna en todas las edades de la población, como consecuencia, el gimnasio con el que actualmente se cuenta ya está en muy malas condiciones; las pocas máquinas que ya se encuentran en un estado deplorable y la falta de aseo al lugar, ha ocasionando un ausentismo de personal interesado en entrenar y mejorar su estado de salud, mental y física.

Haciendo un encuesta, notamos que los habitantes del municipio de San Bernardo creen necesario la realización de un proyecto que pueda resolver la necesidad de estas personas, dotándolos de máquinas y una buena ubicación para poder construir un buen lugar de entrenamiento (un gimnasio).

2.1. Identificación, descripción y diagnóstico del problema

Mediante un análisis se ha podido observar la inconformidad del personal que acuden o acudieron alguna vez al gimnasio ubicado en el municipio de San Bernardo, por las siguientes razones:

- Falta de diversidad de equipos, necesarios para la preparación física.
- Saturación de los equipos existentes en la instalación, debido al bajo número de máquinas que están a disposición de la comunidad San Bernardeña.
- Poca higiene dentro de las instalaciones que brindan el servicio a la comunidad del municipio.

Para analizar los indicadores tomamos en cuenta como base el número total de encuestas realizadas a un total de 300 personas menores de 30 años residentes en el municipio de San Bernardo (Nariño), Los resultados se muestran en la figura 1.

2.2. Oferta y demanda de mercado.

Análisis de oferta

En el estudio que se ha realizado de los equipos con los que cuenta el gimnasio, llegamos a determinar que son insuficientes ya que solo se cuenta con 5 máquinas que aun funcionan que dan servicio a cientos de personas que demandan una ejercitación óptima.

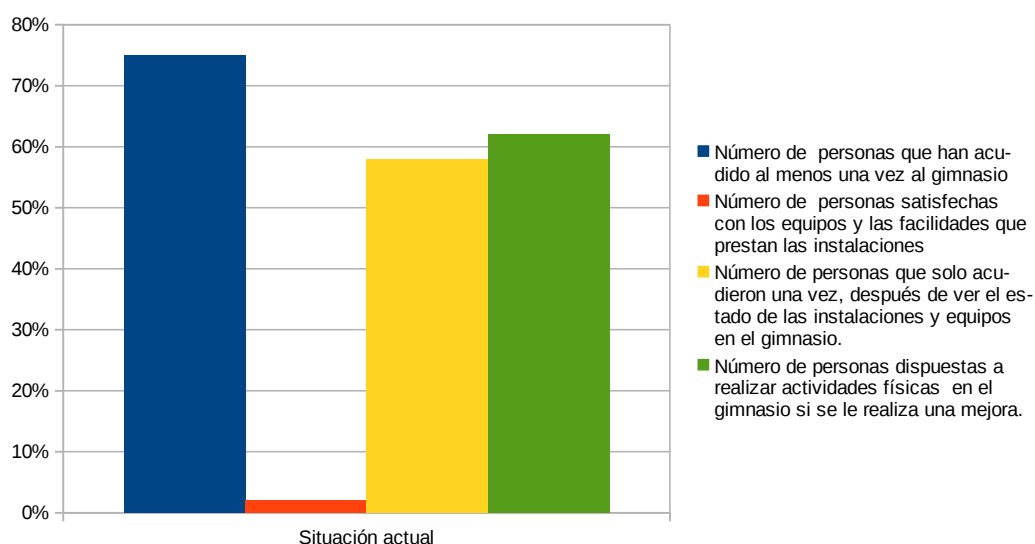


Figura 1: Se muestran los resultados obtenidos de la encuesta realizada a 300 personas menores de 30 años de edad.

Por estos motivos, se ve necesario realizar un aumento en el número de máquinas existentes en el gimnasio, que puedan prestar un servicio confortable ayudando a las personas interesadas a alcanzar un nivel físico óptimo. Dentro de lo planificado se tiene pensado invertir 22.000.000 pesos, que permitirán cumplir los objetivos físicos que es alcanzar un número aproximado de 20 variedades de máquinas. De esta forma estamos ofertando a la comunidad un lugar seguro y óptimo para realizar actividades físicas, recibiendo a cambio la satisfacción de ayudar a los mismos y una compensación monetaria necesaria, que permitirá mantener las instalaciones en buen estado con el personal adecuado.

Análisis de la demanda

Como podemos apreciar en la figura 1, el 62 % de las personas encuestadas se encuentran interesados en realizar actividades físicas si hubiese un gimnasio en buen estado, vemos la necesidad de ejecutar este proyecto lo más pronto posible, ya que podremos obtener mas recursos con los cuales podremos hacer un gimnasio auto-sustentable, que genere ingresos para: mantenimiento de máquinas, compra de máquinas aun faltantes, casilleros y un buen sonido. Analizando, que el número de jóvenes que utilizarían las instalaciones sea mayor a los 70, nos vemos en la necesidad de que las máquinas necesarias sean de al menos 20 tipos diferentes, de esta manera evitamos tener inconformidades entre los demandantes del servicio¹.

2.3. Identificación y caracterización de la población objetivo.

El proyecto está dirigido a la población del municipio de San Bernardo que ya se encuentra en condiciones de practicar el deporte musculación y que este interesado en mejorar su calidad de vida y, promover aun mas el deporte mediante la prestación de servicios de un

¹Las 70 personas diarias que asistan al gimnasio deben distribuirse en dos jornadas, mañana y tarde, para no provocar inconformidades.

buen gimnasio para la realización de sus ejercicios cotidianos que les ayudan a mantener una buena condición física y una condición saludable a lo largo de su vida. '

Población objetivo de la intervención

Tipo de población

Personas

Número

7.546

Fuente de la información

Datos del SISBEN, corte octubre de 2017

Localización

Ubicación general

Región: Occidente

Departamento: Nariño

Municipio: San Bernardo

Centro poblado: Urbano

Resguardo:

2.3.1. Características demográficas de la población objetivo

Características demográficas de la población objetivo

Clasificación	Detalle	Número de personas	Fuente de la información
Género	Masculino	3.853	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017
	Femenino	3.693	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017
Etnia (Edad)	0 a 14 años	1.932	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017
	15 a 19 años	989	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017
	20 a 59 años	3.876	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017
	Mayor de 60 años	749	Datos del SISBEN, corte octubre de 2017

2.3.2. Matriz de análisis de involucrados

Procedimiento

- Registrar los grupos importantes y entidades relacionadas con el proyecto
- Identificar los intereses y necesidades que cada actor tiene respecto a la problemática central.
- Identificar los problemas percibidos por los actores y se describen aquellas situaciones que afectan negativamente.
- Establecer qué tipo de recurso o mandato, capacidades, motivaciones o posibles compromisos que tienen los diferentes involucrados para contribuir a la solución del problema.
- Identificar los intereses de los actores en relación al proyecto, considerar expectativa o necesidad que tienen los actores involucrados.

- Identificar los posibles niveles de conflicto y/o cooperación que podrían producirse entre los posibles actores involucrados.

Dicha matriz se realiza con los intereses y conflictos de los involucrados, se toma como involucrados a la comunidad del municipio de san Bernardo (que se encuentran en condiciones de realizar actividades físicas) al ser los afectados principales, a las autoridades a cargo del manejo del gimnasio, los cuales han sido las encargadas de dar un mal manejo a las instalaciones.

Personas/grupos	Intereses en el problema	problemas percibidos	Recursos o mandatos	Interés en el proyecto	Conflicto y o cooperación
Conflictos	Realizar actividades deportivas en el gimnasio.	Falta de estado físico por no realizar actividades deportivas.	Cuidar las instalaciones después de la remodelación cuando acudan a realizar actividades al gimnasio.	Tener una mayor diversidad de maquinas en el gimnasio para poder realizar una mejor preparación física.	Descontentos con la maquinaria actual del gimnasio.
		Falta de cuidado de los equipos utilizados.			Descontentos por el estado inservible de las instalaciones.
Autoridades del municipio	Mejorar las instalaciones del gimnasio.	Descuido del manejo del gimnasio.	Compra de equipos para el gimnasio y contratación de personal adecuado.	Incentivar a la comunidad del municipio a la realización de actividades físicas.	Bajo costo de cobro por la mensualidad a los habitantes por el uso de las instalaciones del gimnasio.

2.4. Matriz de análisis de problemas

Ahora veremos cuáles son las causas que provocan el nacimiento de un problema y su gravedad, o también los efectos posteriores que el mencionado problema tendrá sobre los involucrados.

Procedimiento

- Enunciado del problema central que afecta a los involucrados en el proyecto
- Identificación de las causas directas del problema central
- Identificación de las causas indirecta que inciden indirectamente en el apareamiento del problema central.
- Identificación de los efectos directos del problema central
- Identificar los efectos indirectos los cuales derivan de los efectos directos del problema central.

Para llenar esta matriz se identifica lo que para nosotros son las principales causas para desembocar en dicho problema:

2.4.1. Causas:

Directas:

- Falta de inversión en equipos nuevos y no mantenimiento a equipos existentes del gimnasio, por parte de las autoridades.
- Fin de la vida útil de los equipos por el uso excesivo, por parte de las personas que asisten al gimnasio.

Indirectas:

- Desinterés por parte de la comunidad para la elaboración de proyectos destinados a la remodelación del gimnasio.
- Descuido de las instalaciones donde funciona el Gimnasio por parte de las autoridades competentes.
- Falta de cuidado de los equipos por parte del personal encargado del gimnasio.
- No contratación del personal adecuado (instructores, Celadores) para el gimnasio.

2.4.2. Efectos:

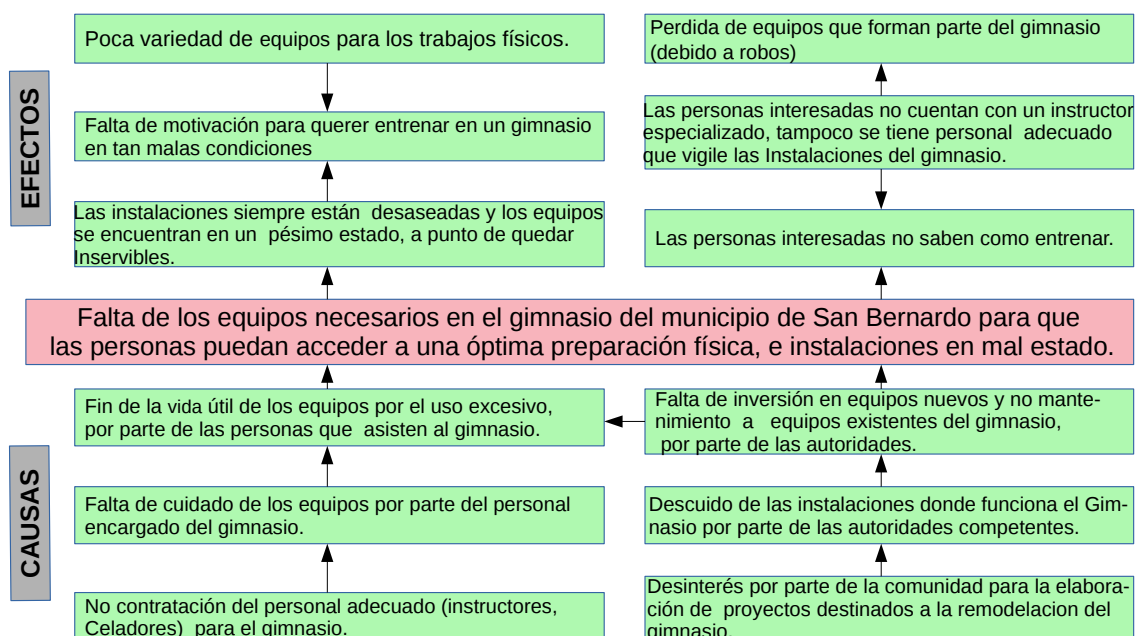
Directos:

- Falta de motivación para querer entrenar en un gimnasio en tan malas condiciones
- Pérdida de equipos que forman parte del gimnasio (debido a robos).
- Las personas interesadas no saben como entrenar.

Indirectos:

- Las personas interesadas no cuentan con un instructor especializado, tampoco se tiene personal adecuado que vigile las Instalaciones del gimnasio.
- Las instalaciones siempre están desaseadas y los equipos se encuentran en un pésimo estado, a punto de quedar Inservibles.
- Poca variedad de equipos para los trabajos físicos.

MATRIZ DE ANÁLISIS DE PROBLEMAS



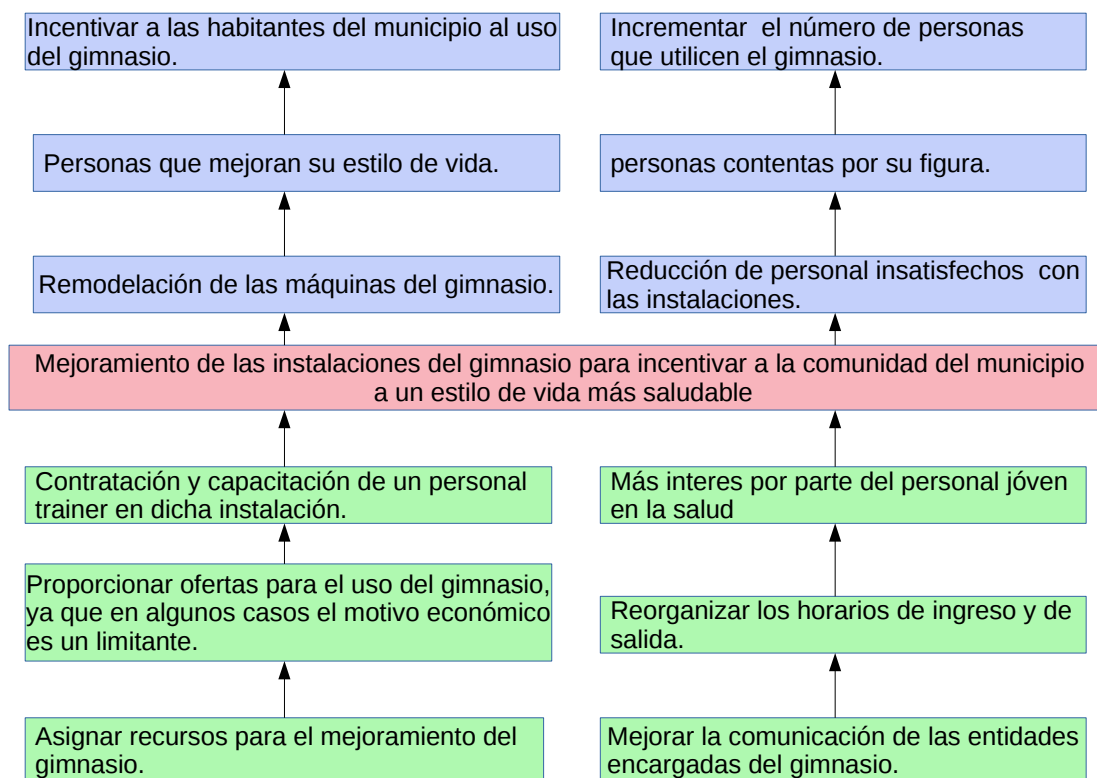
2.4.3. Análisis de objetivos

Procedimiento:

- Identificar el objetivo principal del proyecto

- Los medios para conseguir dichos objetivos
- Identificar los fines al lograr los objetivos planteados

Este análisis se basó en los medios y fines que se desea conseguir con el análisis del principal objetivo del proyecto que es el mejoramiento del gimnasio para incentivar a los jóvenes del municipio de San Bernardo a un estilo de vida más saludable. Analizamos los objetivos de ahí se desglosa el resto los medios y los fines, directos indirectos y estructurales. A continuación se muestra un diagrama del análisis de los objetivos



2.4.4. Análisis de impacto de objetivos

El análisis de Impacto de Objetivos, analiza el impacto que tiene el objetivo dentro del proyecto y se basa en diferentes parámetros que dependerán del tipo de proyecto que se quiera llevar a cabo, podría decirse que de una manera general los aspectos a analizarse son:

- Si es factible o no que se logre
- Qué impacto causara sobre el proyecto el género
- Qué impacto causaremos al ambiente
- La relevancia que tendrá el mismo
- Si será o no sustentable

En el análisis del proyecto que presentaremos a continuación, creemos que dicho proyecto es viable a poder realizarse, ya que existe una gran factibilidad para las entidades municipales y de las personas interesadas en el mejoramiento del gimnasio. De este modo, y con con la

ayuda de ellos, podemos motivar a un estilo vida más saludable, ya que en ocasiones estas entidades se han visto preocupadas por la gran cantidad de jóvenes que caen en los vicios y adicciones, por lo cual podemos asegurar que es un proyecto que se lo puede realizar con facilidad ya que se tiene muchos beneficios para los jóvenes.

Matriz de análisis de impacto de objetivos

Objetivos.	Factibilidad a lograrse.	Impacto de genero.	Impacto ambiental.	Relevancia.	Sostenibilidad.
Poner en conocimiento de los jóvenes sobre una vida saludable.	Es factible a lograrse con programas en los cuales a los jóvenes interesados se les informe	Ninguno	Ninguno	Tiene una relevancia muy importante ya que con la decisión del ciudadano de su salud pueden tomar otros hábitos de vida.	Planificar una información continua sobre la salud
Mejoramiento de antiguas máquinas.	La factibilidad de lograrse este objetivo es buena ya que en años anteriores se lo ha propuesto y las entidades encargadas del gimnasio han manifestado que es muy viable invertir en el gimnasio.	Ninguno	Ninguno	Es muy relevante ya que con esta adecuación se esta motivando a los jóvenes interesados a organizar su tiempo para el cuidado de su salud y así bajar índices de jóvenes que caen en vicios en el municipio.	Es sostenible ya que se va a ver menos jóvenes malgastando su tiempo en actividades ocias
Informar al estudiante sobre un nuevo gimnasio.	Es Factible con charlas informativas sobre un estilo de vida saludable y de hacerles conocer a los jóvenes los beneficios de hacer ejercicio	Ninguno	Ninguno	Relevante ya que si los jóvenes tienen conocimientos de una buena salud podrán decidirse a usar el gimnasio remodelado.	Informar continuamente a los jóvenes sobre la remodelación del gimnasio.
Cuidado continuo a las instalaciones del gimnasio.	Es Factible siempre y cuando las entidades encargadas del gimnasio estén pendientes de las máquinas que posiblemente se vean en el peligro de ser dañadas en corto tiempo.	Ninguno	Ninguno	Es actualmente relevante ya que si no se esta en cuidado continuo puede causar accidentes dentro de las instalaciones a los mismos jóvenes	Concientizar a las jóvenes sobre el manejo de las máquinas ya que son maquinas de alto costo.

3. OBJETIVOS DEL PROYECTO.

3.1. Objetivo principal.

Dotar de nuevos equipos al gimnasio, ubicado en el municipio de San Bernardo (Nariño), los cuales son requeridos para una adecuada preparación física de los jóvenes interesados mejorar sus condiciones de vida.

3.2. Objetivos Específicos.

Incentivar la práctica de actividades físicas de los jóvenes del municipio, mediante la:

- dotación de nuevos y modernos equipos en el gimnasio municipal
- compra de accesorios para reparación de máquinas antiguas.

lo que ayudaría a conservar la salud de los mismos y disminuir la Práctica de actividades que atentan a la salud de los jóvenes, mediante una campaña para practicar actividades físicas en el gimnasio, con un ambiente más agradable e incentivador; mediante la adquisición de los equipos anteriormente estipulados.

3.3. Indicadores de Resultados.

INDICADORES DE RESULTADOS.

Propósito	Incentivar a los jóvenes del municipio de San Bernardo a la práctica de actividades físicas ayudandoles a la conservación de la salud.
-----------	--

¿Para quien?	Dirigido a toda la población del municipio.
--------------	---

¿Cuanto?	Investigando el número de personas que desean acudir a un gimnasio en buenas condiciones.
----------	---

¿De que tipo?	Brindando maquinas en excelente estado y variadas
---------------	---

¿Donde?	Gimnasio municipal San Bernardo
---------	---------------------------------

¿Cuándo?	Año 2018
----------	----------

Resumen	Incentivar la práctica de actividades físicas a los jovenes del municipio de San Bernardo, mediante la implementación de un servicio de calidad a través de la adquisición de nuevas máquinas. a partir del 2018.
----------------	---

3.4. Matriz de marco lógico

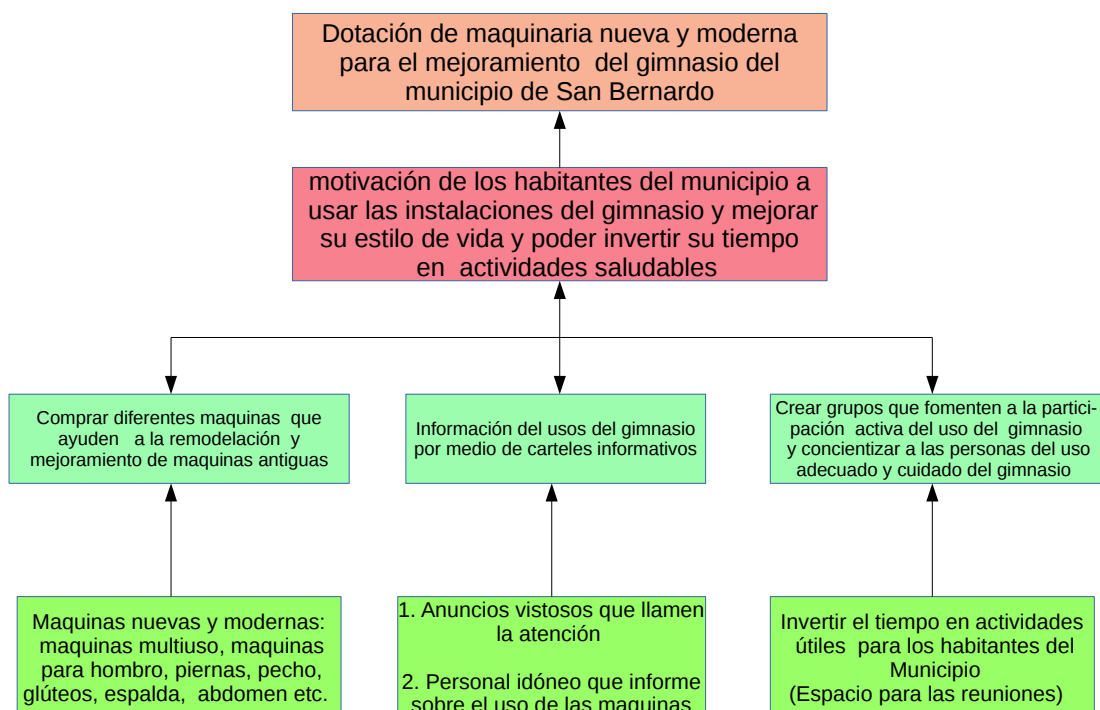
OBJETIVOS	INDICADORES VERIFICABLES	MEDIOS DE VERIFICACION	SUPUESTOS
FIN: Contribuir al mejoramiento de las condiciones físicas de los jóvenes del municipio de San Bernardo.	- Adquisición de máquinas modernas para la ejercitación de los jóvenes	- Control de las personas que ocupen las instalaciones mediante la entrega de factura de pago. - Recepción de sugerencias de los jóvenes.	Existe compromiso por parte de las entidades del municipio.
PROPÓSITO: Adquisición de máquinas modernas par la ejercitación.	- Verificación del estado de las máquinas adquiridas y el correcto estado de las instalaciones del gimnasio municipal	- Visita a las instalaciones - Informe del avance de la obra por parte del personal municipal.	- Existe compromiso por parte de del ente deportivo - Socializar a la comunidad juvenil acerca de los servicios existentes.
COMPONENTES: Implementación y mejoramiento del gimnasio del municipio de San Bernardo.	- Contratación del personal necesario para el correcto funcionamiento y mantenimiento del gimnasio. - Señalización adecuada del correcto uso de las máquinas existentes.	- Visita a las instalaciones - Informe del avance de la obra por parte de la personal municipal	Existe compromiso por parte de las entidades competentes del municipio
ACTIVIDADES: 1. Comprar diferentes máquinas que ayuden a la remodelación y mejoramiento de máquinas antiguas	21.874.776	- Ejecución presupuestaria - Registro contable	- Las actividades se ejecutan de acuerdo al cronograma y al presupuesto - No existencia de eventos ajenos al proyecto que paralicen la obra.

4. Estrategias de solución

Una vez definidos los objetivos del proyecto, se procederá a seleccionar la mejor estrategia para alcanzarlos. La estrategia es siempre una gran hipótesis, que prioriza la importancia de ciertas variables y criterios sobre otros. La selección de la estrategia, deberá hacerse en base a los objetivos planteados, los recursos disponibles (humanos y materiales), el tiempo que dure el proyecto y la orientación o enfoque que el proyecto asume (cualitativo y/o cuantitativo). De esta forma se debe formalizar tanto el procedimiento de selección de los sujetos, las herramientas necesarias para captar el foco, las variables de interés y el procedimiento de trabajo en terreno.

Finalidades del diagrama de estrategias

- Se establece la estructura y alcance de la estrategia con las cuales se dará la intervención del proyecto expresadas en conjuntos de objetivos los cuales sean factibles de realización y se consideren que puedan ser factibles para su realización.
- Cada estrategia debe tener un vínculo directo con cada uno de los objetivos ya que de esta manera se trabajara en forma articulada para así llegar a cumplir nuestro objetivo de jerarquía superior y poder posteriormente lograrlo.
- Determinar los límites del proyecto expresados en términos de los objetivos que hacen parte y los que están excluidos del proceso de intervención del proyecto.
- Determinar los objetivos específicos para la definición de los indicadores de los Componentes en el marco lógico y la identificación de las actividades para la realización de los mismos con relación a los componentes a que pertenecen.



4.1. Análisis de riesgos estratégicos

	Tipo de riesgo	Descripción del riesgo	Probabilidad e impacto	Efectos	Medidas de mitigación
1-Propósito (Objetivo general)	De calendario	Que sucedan retrasos para poder adquirir las maquinas	Probabilidad: 3. Moderado Impacto: 4. Mayor	Las personas no usan la infraestructura ni practican deporte.	agilizar procesos
2-Componente (Productos)	Administrativos	Que la administración municipal no contrate personal idóneo para vigilancia y mantenimiento y uso de las maquinas del gimnasio	Probabilidad: 4. Probable Impacto: 4. Mayor	Se robarían maquinas del gimnasio y se dañarían rápidamente por mal uso y falta de mantenimiento de las mismas.	Asumir compromiso por parte de la administración municipal para la contratación de personal calificado para cuidado mantenimiento de las maquinas del gimnasio.
3-Actividad	De mercado	Se pueden adquirir maquinas de mala calidad.	Probabilidad: 2. Improbable Impacto: 4. Mayor	Las maquinas son de mala calidad, por lo que las maquinas pueden presentar fallas en muy poco tiempo.	El contratista debe tener pleno conocimiento y experiencia en compra de maquinaria para gimnasio, y/o orientarse de personal experto.

5. VIABILIDAD Y PLAN DE SOSTENIBILIDAD

5.1. Viabilidad Técnica

El proyecto se realizara gracias al apoyo conjunto de las entidades del municipio de san Bernardo encargadas de velar por el bienestar de de la comunidad del municipio de San Bernardo. El nuevo gimnasio cuenta con un espacio determinado y establecido por la alcaldía municipal y el ente deportivo, el cual se nos hace más fácil poder implementar el espacio donde se encuentra el gimnasio. Al ser un proyecto para beneficio del pueblo, los gastos de agua, luz y **personal calificado** que enseñe las rutinas de ejercicio a los jóvenes (instructor) serán pagados por la administración municipal, el cual se convierte en un agente motivador, ya que sería menos egresos en el monto total mensual para poder con ese dinero volver a reinyectar en mejoras o mantenimiento del mismo.

5.2. Viabilidad financiera y/o económica

Ahora se muestra la viabilidad del proyecto,

5.3. Bien o servicio

Bien o servicio

Gimnasio con maquinas nuevas y modernas.

Medido a través de

Número

Descripción

La oferta corresponde al máximo numero de personas que puedan ser atendidas en gimnasios, y la demanda, a las personas interesadas en practicar el deporte musculación en gimnasios adecuados.

Año	Oferta	Demanda	Déficit
2014	15,00	195,00	-180,00
2015	15,00	315,00	-300,00
2016	15,00	434,00	-419,00
2017	20,00	678,00	-658,00
2018	123,00	562,00	-439,00
2019	240,00	652,00	-412,00
2020	240,00	742,00	-502,00
2021	240,00	740,00	-500,00
2022	240,00	730,00	-490,00
2023	240,00	750,00	-510,00
2024	240,00	765,00	-525,00
2025	240,00	697,00	-457,00

5.3.1. Inversión

PRESUPUESTO GENERAL DE LA REMODELACIÓN E IMPLEMENTACIÓN DE NUEVAS MAQUINAS AL GIMNASIO DEL MUNICIPIO DE SAN BERNARDO	
UBICACIÓN	Otorgado por la alcaldia minicipal
Detalles de gasto preliminares \$ 21.874.776	
Remodelación e implementación de nuevas máquinas: 1. Maquinas nuevas (bicicletas, mancuernas, maquinas para: pecho, piernas, hombros, biceps, triceps, espalda,colchonetas, bancos) (\$19.000.000) 2. Compra de accesorios para reparación de máquinas antiguas (\$ 2.874.776)	
Total de presupuesto \$ 21.874.776	

INFRAESTRUCTURA	
AREA A UTILIZAR	100 m ²
NIVELES REMODELADOS LISTOS PARA IMPLEMENTACIÓN	1
AREA DE MAQUINAS	50 m ²
CAPACIDAD DE PERSONAS A UTILIZAR LAS INSTALACIONES	30 personas (Tomando en cuenta que el tiempo máximo de cada persona en las instalaciones es un max. de 60 min)

5.3.2. Beneficios

Según la información suministrada por la E.S.E del municipio de San Bernardo, el municipio presenta un incremento en las enfermedades como: diabetes, colesterol, obesidad, artritis y hipertensión arterial, de las cuales algunas de ellas son causadas por sedentarismo. La figura 2 muestra la dispersión de datos obtenidos para algunas de las enfermedades y la tendencia lineal que estos datos presentan, en base al modelo de predicción se puede calcular la cantidad de personas que presentarían este tiempo de enfermedades en los siguientes años.

Muchas de estas enfermedades pueden ser tratadas mediante el deporte musculación, donde muchos estudios aseguran que este deporte ayuda a prevenir y a curar estas enfermedades, y por lo tanto, se tendrían ahorros en costos de consultas y tratamientos ocasionados por enfermedades relacionadas con el sedentarismo y el consumo de sustancias psicoactivas, según E.S.E san Bernardo. La proyección del proyecto esta a 7 años a partir del año 2018.

Personas enfermas en funcion del tiempo

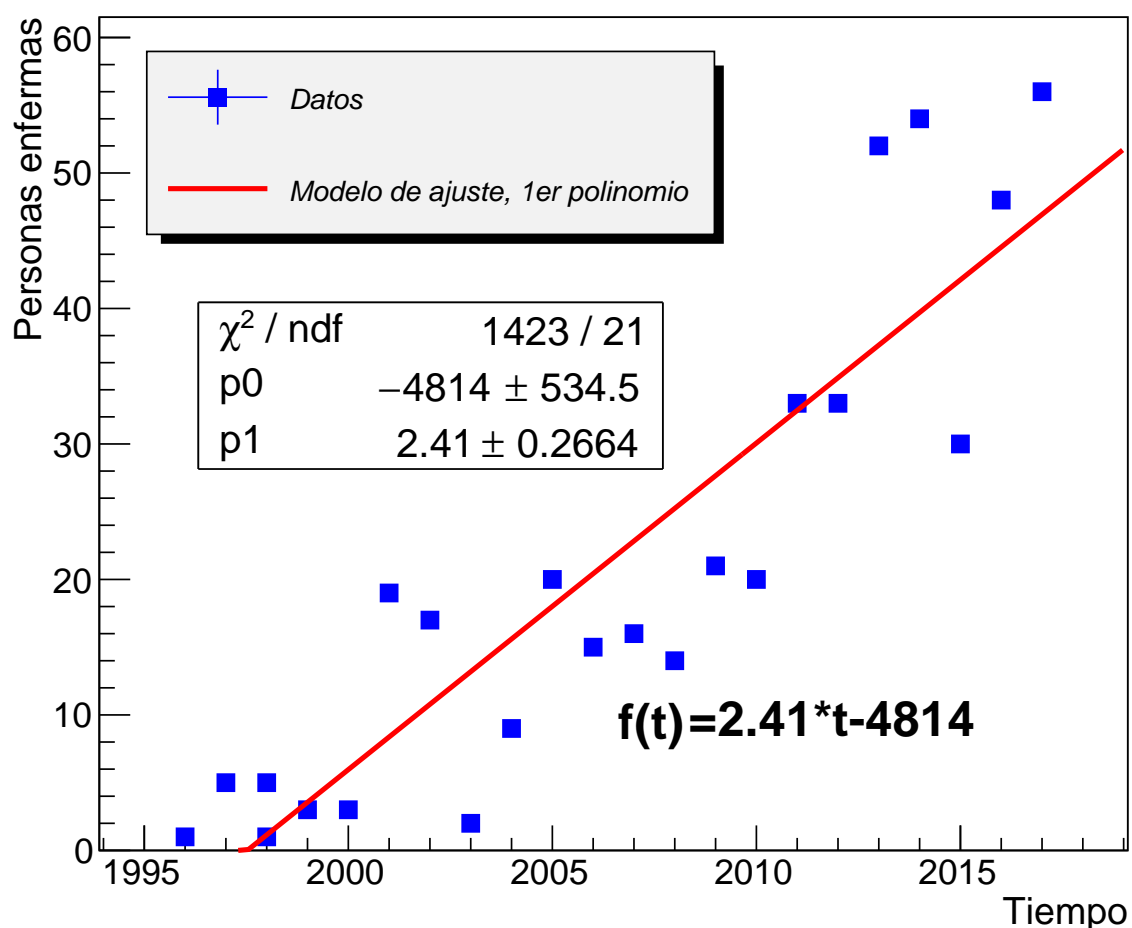


Figura 2: Se muestra el número de personas enfermas a lo largo del tiempo. Claramente le figura indica que este comportamiento es lineal, lo que implica un incremento lineal de personas que padecen las enfermedades antes mencionadas.

Ahorro en costos de consultas y tratamientos ocasionados por enfermedades relacionadas con el sedentarismo y el consumo de sustancias psicoactivas, según E.S.E san Bernardo.

Tipo: Beneficios

Medido a través de: Porcentaje

Bien producido: Servicios y seguros

Periodo	Cantidad	Valor unitario	Valor total
1	15,00	\$180.293,00	\$2.704.395,00
2	15,00	\$180.293,00	\$2.704.395,00
3	15,00	\$180.293,00	\$2.704.395,00
4	123,00	\$180.293,00	\$22.176.039,00
5	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
6	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
7	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
8	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
9	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
10	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00
11	240,00	\$180.293,00	\$43.270.320,00

Totales

Periodo	Total beneficios	Total
1	\$2.704.395,00	\$2.704.395,00
2	\$2.704.395,00	\$2.704.395,00
3	\$2.704.395,00	\$2.704.395,00
4	\$22.176.039,00	\$22.176.039,00
5	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00
6	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00
7	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00
8	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00
9	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00
10	\$43.270.320,00	\$43.270.320,00

5.3.3. Indicadores y decisión

Indicadores de rentabilidad			Indicadores de costo-eficiencia	Indicadores de costo mínimo	
Valor Presente Neto (VPN)	Tasa Interna de Retorno (TIR)	Relación Costo Beneficio (RCB)	Costo por beneficiario	Valor presente de los costos	Costo Anual Equivalente (CAE)
Alternativa: DOTACIÓN DE NUEVAS Y MODERNAS MAQUINAS AL GIMNASIO MUNICIPAL DE SAN BERNARDO					
\$88.051.273,67	50.95%	\$6,22	\$2.209,26	\$14.671.090,96	\$14.053.27,72

5.3.4. Evaluación económica

El proyecto a realizarse es una obra de beneficio para la comunidad del municipio, es decir, no es con el objetivo de lucro. Este proyecto es viable en el sentido de que se tendrá un ahorro en costos de consultas y tratamientos ocasionados por enfermedades relacionadas con el sedentarismo y el consumo de sustancias psicoactivas. Como lo hemos mencionado, este proyecto se lo realizara con el fin exclusivo de dar beneficios a las personas del municipio para que puedan invertir su tiempo en actividades a que les ayude a tener un mejor estilo de vida. Lo que fundamentalmente nos hemos fijado para elaboración de este proyecto es que la inversión inicial salga de las entidades encargadas de velar por el bienestar de las personas del municipio interesadas en practicar deporte como el ente deportivo, por el motivo de que estas instalaciones siempre han pasado en el descuido total de estas entidades.

6. CONCLUSIONES

- Realizando el análisis del proyecto observamos que no se va tener beneficios económicos ya que es un proyecto para el beneficio de los jóvenes del municipio de San Bernardo, el mismo que ayudará a fomentar la actividades físicas y de esta manera conservar la salud de la mayoría de los jóvenes del municipio.
- Utilizar adecuadamente las diferentes herramientas como matrices y diagramas nos permiten saber con un alto porcentaje de exactitud de donde debemos centrarnos en la realización del proyecto para tener una excelente ejecución.

Referencias

- [1] MELCHOR GUTIERREZ SANMARTÍN. *DEL DEPORTE EN LA EDUCACIÓN INTEGRAL DEL SER HUMANO*. Revista de Educación. num. 335 (2004), pp. 105-126. http://www.revistaeducacion.mec.es/re335/re335_10.pdf.
- [2] LOS BENEFICIOS DE LA MUSCULACIÓN www.prozis.com
- [3] MIRIAM E. NELSON, MARIA A. FIATARONE, CHRISTINA M. MORGANTI, ISAIAH TRICE, ROBERT A. GREENBERG, WILLIAM J. EVANS. *Effects of High-Intensity Strength Training on Multiple Risk Factors for Osteoporotic Fractures A Randomized Controlled Trial* 1994. [jama.1994.03520240037038](https://doi.org/10.1093/jama.1994.03520240037038).
- [4] KARLSSON M. JOHNELL O. OBRANT K. *Bone mineral density in weight lifters*. Calcified Tissue International Vol. 52, No 3, 212-215, agosto 1992. [doi.BF00298721](https://doi.org/10.1007/BF00298721).
- [5] CONROY BP1, KRAEMER WJ, MARESH CM, FLECK SJ, STONE MH, FRY AC, MILLER PD, DALSKY GP. *Bone mineral density in elite junior Olympic weightlifters*. Medicine Science in Sports y Exercise 25(10):1103-9, octubre 1993. [PMID:8231753](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/8231753/).
- [6] KUJALA, U. ET. AL. *Knee osteoarthritis in former runners, soccer players, weight lifters, and shooters*, *Arthritis y Rheumatism* 38(4):539-46, abril 1995. [PMID: 7718008](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7718008/)
- [7] BAKER, K. ET. AL., THE EFFICACY OF HOME BASED PROGRESSIVE STRENGTH TRAINING IN OLDER ADULTS WITH KNEE OSTEOARTHRITIS: A RANDOMIZED CONTROLLED TRIAL, THE JOURNAL OF RHEUMATOLOGY VOL. 28, No 7, PÁGS. 1655-1665, JULIO 2001. [KR-Baker.1655-1665](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16551665/).
- [8] HOLTEN, M. ET. AL., STRENGTH TRAINING INCREASES INSULIN- MEDIATED GLUCOSE UPTAKE, GLUT4 CONTENT, AND INSULIN SIGNALING IN SKELETAL MUSCLE IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES, DIABETES VOL. 53, No 2, 294-305, FEBRERO 2004. [Mads K.294-305](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15000000/)
- [9] KELLEY, G. KELLEY, K., PROGRESSIVE RESISTANCE EXERCISE AND RESTING BLOOD PRESSURE, HYPERTENSION 35:838-843, 2000. [01.HYP.35.3.838](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10838838/)
- [10] ULLRICH, I REID, C. YEATER, R., INCREASED HDL-CHOLESTEROL LEVELS WITH A WEIGHT LIFTING PROGRAM, SOUTHERN MEDICAL JOURNAL 80(3):328-31, MARZO 1987. [PMID:3824017](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3824017/)
- [11] GOLDBERG, L. ET. AL., CHANGES IN LIPID AND LIPOPROTEIN LEVELS AFTER WEIGHT TRAINING, THE JOURNAL OF THE AMERICAN MEDICAL ASSOCIATION 27;252(4):504-6, JULIO 1984. [PMID:6737642](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6737642/)
- [12] ALIBABA PRODUCTOS. <https://spanish.alibaba.com>