



UNIVERSIDAD MAYOR
FACULTAD DE MEDICINA Y
CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA DE KINESIOLOGÍA

Proyecto de Intervención Kinésica

“Fast Recovery

Una óptima rehabilitación para un rápido reintegro”

Proyecto de Título conducente al Título
Profesional de Kinesiólogo

BRAHIN MUSIATE CONTRERAS

PROFESOR TUTOR: Alejandra López

Santiago, Chile

2023

(Formato de párrafo: Interlineado 1,5;

Formato y tamaño de letra: Arial 12;

Texto: justificado;

Tamaño de hoja: Carta;

Márgenes de hoja: 3 cm por lado)

SOLO USO ACADÉMICO

ÍNDICE

CONTENIDO	PÁGINA
I) RESUMEN Y DESCRIPTORES	4
II) INTRODUCCIÓN.....	5
III) MARCO TEÓRICO	
III.1) Planteamiento del problema.....	6
III.2) Desarrollo del Proyecto.....	8
III.3) Modelos de sustentabilidad del proyecto.....	9
III.4) Descripción del Proyecto.....	10
III.5) Modelo de Negocios.....	18
III.6) Análisis Estratégico.....	21
III.7) Evaluación Económica.....	24
IV) CONCLUSIONES.....	29
V) BIBLIOGRAFÍA.....	30
VI) ANEXOS.....	32

I) RESUMEN

El siguiente proyecto habla sobre una empresa formada para mejorar la rehabilitación deportiva de un grupo de personas que buscan logros deportivos. Esta planteado para ser remodelado y abarcar mas clubes del mismo sector escogido, para ello comenta desde la creación hasta la inversión de lo que se realizó y su proyección en el tiempo.

En resumen, el proyecto busca proporcionar servicios de rehabilitación y prevención de lesiones a los deportistas, con un enfoque en la reintegración y el acondicionamiento físico, con el fin de optimizar su rendimiento y bienestar.

DESCRIPTORES

REHABILITACIÓN – PRESCRIPCIÓN - REINTEGRO

II) INTRODUCCIÓN

En el siguiente documento se aborda sobre la empresa Fast Recovery la cual es una empresa de reintegro deportivo que utiliza las estrategias kinésicas y deportivas para brindar un servicio de alta calidad para deportistas. En este caso apunta a los clubes de futbol y natación de la Corporación de Deportes de la comuna de Colina, para poder otorgarles los servicios ya mencionados.

Además se abordara todos los temas relacionados a la creación de este proyecto, desde como surgió la idea de la empresa hasta la inversión que se realizó para comenzar con el proyecto. Incluyendo la estructura organizacional y la forma en la que esta se establece dentro del marco legal.

SOLO USO ACADÉMICO

III) MARCO TEÓRICO

III.1) Planteamiento del problema

El problema abordado en este proyecto busca ofrecer “salud deportiva” a los clubes deportivos de la “Municipalidad de Colina” debido a la falta de profesionales de salud como kinesiólogos. Dentro de los cuales, se encuentra el equipo de tercera división de fútbol masculino y el club de natación federado Colina Deportes. En los últimos 6 meses, el número de lesionados en los clubes deportivos ha aumentado significativamente debido al incremento en la frecuencia, duración e intensidad del entrenamiento. Por ejemplo, en el club de fútbol, el 36% de los jugadores estaban lesionados en la tercera semana de febrero, lo que expone al fútbol como el deporte más lesivo (1). En el club de natación, 15 de 60 practicantes resultaron lesionados producto del entrenamiento, lo que representa un 25% y preocupa a los entrenadores debido a la baja en nadadores para las competencias. Un estudio con deportistas universitarios chilenos encontró que las lesiones en deportistas de alta competencia pueden afectar negativamente su presencia en eventos importantes, lo que puede impedir la consecución de metas deportivas y afectar su salud física y emocional. Durante un periodo competitivo de seis meses, se reportó que el 48,8% de los 84 deportistas evaluados sufrieron alguna lesión (1).

De acuerdo con un estudio realizado en nadadores españoles, la zona principal de lesión en el estilo braza es la articulación femorotibial, ya que el deporte se basa en movimientos cíclicos que pueden resultar en lesiones deportivas constantes si no se tratan adecuadamente. Es por lo tanto probable que las lesiones deportivas continúen siendo comunes en este tipo de deporte (2).

Debido a lo mencionado con anterioridad se busca intervenir con sesiones kinesiológicas a los participantes de dichos clubes de natación y futbol, dando especial énfasis a la prevención de las lesiones asociadas a estos deportes debido a que los programas generales y mixtos de kinesiología afectan positivamente los índices de lesión (3), con el fin de que no se vea perjudicado el aumento del rendimiento deportivo.

Las lesiones deportivas que han presentado un aumento son principalmente de índole musculoesquelética asociada a tendinopatías, lesiones musculares como; desgarros, contracturas etc. en futbolistas y lesiones de manguito rotador en nadadores. Estas patologías se asocian a un proceso inflamatorio los cuales degeneran las estructuras como los tendones, músculos y ligamentos, provocando

dolor de incapacidad funcional en los deportistas por ende aumentan los tiempos de reinserción deportiva.

En relación al perfil de usuarios son personas que se encuentran entre los 15 y 30 años en el fútbol y en la natación de 15 a 70 años de edad, los cuales realizan las actividades deportivas con una frecuencia de seis veces por semana (entrenamientos físicos y de técnica), lo cual lo convierte en una actividad con un alto nivel de exigencia.

Un estudio de la liga española de fútbol profesional en donde se menciona que las lesiones más comunes han sido de origen muscular (>50%) aumentando en la liga hasta el 75% de la incidencia (4). Todo esto producto de la sobrecarga de entrenamiento, cosa similar a lo que ocurre en el club de fútbol de Colina Deportes. Por ende, durante las competencias, los participantes no pueden rendir de buena forma, lo cual limita las opciones de jugadores o participantes de los clubes. En cuanto a las formas o estilos de abordaje utilizados en estos deportes para la recuperación de dichas patologías, la terapia kinésica es la más utilizada.

En cuanto a la población deportista a nivel nacional un estudio realizado durante las temporadas de 2017-2018-2019 del club de fútbol Santiago Wanderers mostró resultados de su porcentaje de lesionados en dichas temporadas traduciendo en un promedio cada jugador presentó 1,5 lesiones (192 lesiones / 123 jugadores) por temporada y los jugadores lesionados perdieron como mediana 8 días (5). Respecto a los datos estadísticos que presenta el club de fútbol AC Colina, solo en el periodo de pretemporada cuando aún no se comienza con los partidos oficiales fue que 9 jugadores de 25 tuvieron lesiones, solo el periodo de enero-febrero. Lo que se traduce en un 36% del equipo y con una mediana de 7 días perdidos a la semana ósea una semana completa de entrenamiento. Y en la rama de natación fue de 15 lesionados de 60 practicantes desde el mes de septiembre del año 2022 hasta el inicio del año 2023. Estos datos muestran el constante problema de lesiones musculares en los equipos competitivos de la comuna a causa de sobreentrenamiento y pocos espacios de recuperación. Cabe mencionar

que los deportistas algunos tienen prevención de salud en Isapre (5%) y otro porcentaje en Fonasa (95%).

III.2) Desarrollo del Proyecto

El proyecto "Fast Recovery" se presenta como una propuesta integral para intervenir tanto en personas con lesiones deportivas como en aquellas sin lesiones. La intervención kinésica se realizará después de cada entrenamiento intenso y competencia, brindando tratamientos de fisioterapia que incluyen electroterapia, presoterapia, agentes térmicos como termoterapia y crioterapia, así como el uso de ventosas, terapia manual e implementos para liberación miofascial, siempre que sea necesario.

Además, se ofrece el servicio de equipamiento móvil, lo que permite proporcionar estos tratamientos incluso después de los viajes de competencia. Esta atención posterior a los entrenamientos intensos favorecerá la recuperación y preparación de los deportistas para su próximo desafío, evitando así un aumento en el número de lesiones.

Durante los partidos oficiales u otras competencias, se implementarán tratamientos preventivos de lesiones, como masajes pre competitivos y ejercicios para preparar al organismo antes de la competencia. Después del encuentro deportivo, el enfoque del tratamiento se centrará en la recuperación deportiva, siguiendo el mismo enfoque que en los entrenamientos intensos. Esto tiene como objetivo evitar lesiones durante estas prácticas que requieren un alto grado de intensidad por parte de los deportistas.

La evaluación kinésica se realizará de manera individual a los lesionados y de forma preventiva a todo el equipo. Esta evaluación integral medirá la fuerza

mediante pruebas como la Resistencia Máxima (RM), la flexibilidad mediante pruebas de longitud y rangos musculares adecuados, y también contemplará la salud mental mediante el Test de Ansiedad Competitiva de Martens. Se evaluarán simultáneamente a tres usuarios durante 45 minutos al inicio de la temporada y luego cada 4 semanas. Una semana completa se dedicará a las evaluaciones y 4 semanas al tratamiento.

El objetivo de las sesiones kinésicas antes del entrenamiento es prevenir lesiones asociadas a la práctica deportiva en el equipo. Para aquellos deportistas que ya presentan lesiones o que, a pesar de seguir el plan de prevención, aún las padecen, se establecerá un objetivo de rehabilitación para lograr su reintegro deportivo. En este sentido, las sesiones grupales de activación y vuelta a la calma se llevarán a cabo, utilizando prescripciones específicas y, en ocasiones, elementos de fisioterapia como crioterapia o termoterapia, en caso de que sea necesario debido a una lesión ocurrida durante el entrenamiento.

Para los deportistas con lesiones, serán derivados por los entrenadores para una evaluación kinésica exhaustiva, basada en observación, palpación, ROM (rango de movimiento) activos y pasivos, evaluación artrokinemática, valoración de fuerza y pruebas especiales. El objetivo es detectar la lesión y proporcionar un tratamiento kinésico adecuado para cada tipo de lesión, con el fin de reintegrar al deportista lo antes posible a su actividad física.

Este proyecto busca mejorar la prevención y recuperación de lesiones en los deportistas, brindando una atención personalizada y profesional. Mediante la combinación de tratamientos específicos y evaluaciones rigurosas, se busca optimizar el rendimiento deportivo y garantizar la salud y bienestar de los participantes.

Los competidores que tiene este proyecto son principalmente el centro de salud Clínica MEDS de Piedra Roja, Centro Colina Salud y centro médico liray los cuales ofrecen servicios de kinesiología. Y por otra parte los maso terapeutas son otra competencia, los cuales se enfocan a realizar masajes posteriores a la competencia, pero dicho servicio es práctica de cada deportista de forma particular debido a que no existe algún convenio con maso terapeutas por parte de Deportes Colina.

Además de los kinesiólogos particulares que existen en la comuna, pero que al igual que los maso terapeutas no tiene un convenio con el club.

III.3) Modelos de sustentabilidad del proyecto

Este proyecto dota al Club Colina Deportes de servicios de salud deportiva que actualmente no cuentan. Su objetivo es mejorar la condición de los deportistas lesionados proporcionándoles una rehabilitación eficaz y un tratamiento preventivo. Para lograr tener más participantes por equipo, así evitando que jugadores se retiren por lesión. El programa presenta un enfoque individualizado y grupal de atención y tratamiento, abordando todo; desde lesiones simples y de solución rápida hasta recuperación a largo plazo para atletas, así como sesiones de entrenamiento grupal. La propuesta difiere de lo que hay actualmente disponible en el mercado.

Este es un emprendimiento privado debido a que el usuario específico a quien va dirigido este proyecto es la Corporación Municipal de Colina Deportes, la cual es una entidad privada que pertenece al municipio de Colina, pero es totalmente independiente y tiene como objetivo la alta competencia de sus clubes y organizaciones deportivas de los cuales se encarga como financiador y organizador. Pero también podría ser aplicado a todo tipo de clubes privados los

cuales requieren de un servicio de kinesiología que reintegre, prevenga y disminuya la tasa de lesionados por cada temporada.

El proyecto será financiado por la entidad privada de Colina Deportes, el servicio tendrá un costo de \$4.760.000 bruto. Este ingreso será parte de las remuneraciones mensuales de los 3 integrantes, los cuales son parte del proyecto. La remuneración para cada profesional será de 1.000.000 bruto, para tener un monto líquido de \$ 870.000 mensuales para cada participante. Todo esto teniendo en cuenta que como es contrato por boleta de honorario, actualmente el descuento del sueldo bruto es del 13% para el año 2023. Es importante destacar que Fast Recovery considera que el pago del servicio entregado está sometido a IVA.

En el equipamiento se invirtieron 4 millones, los cuales son ahorros de cada integrante de la empresa que serán devueltos en un plazo de 9 meses, considerando un pago de \$160.000, que entre los 3 sería de \$480.000, será el costo fijo que se adicionará para la devolución del dinero invertido. El cual, al cabo de 9 meses aproximadamente se devolvería la inversión realizada.

La corporación a la cual va dirigido el proyecto tiene el ingreso anual de mayor presupuesto por parte del municipio por ende cuenta con respaldo para financiar el proyecto.

III.4) Descripción del Proyecto

La intervención consiste en sesiones kinésicas de 45 min en instalaciones del centro deportivo designadas para ello. Durante la primera semana se realizarán evaluaciones y pruebas para verificar las condiciones de los deportistas. En las sesiones siguientes, se harán pautas enfocadas en síntomas y reintegro de los deportistas lesionados, utilizando fisioterapia, terapia manual y ejercicio terapéutico como enfoque principal. Para los deportistas no lesionados, se llevarán a cabo sesiones de 30 min, enfocadas en mejorar la estabilidad, flexibilidad y fortalecimiento.

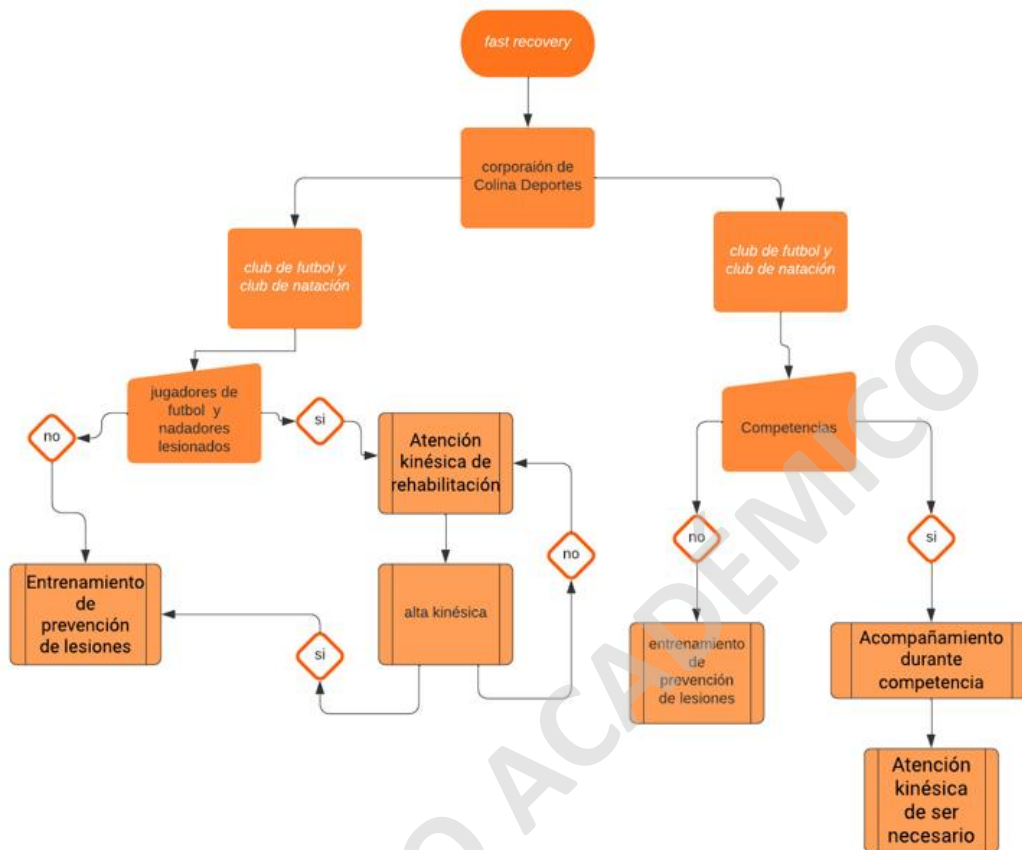
Objetivo general

Entregar servicios de atención en salud deportiva a los miembros de los equipos de fútbol y natación de Colina Deportes, brindando intervenciones de ejercicio terapéutico, fisioterapia y terapia manual. De esta manera, buscamos reintegrar a los deportistas lesionados y preparar a aquellos que no lo están, con el fin de reducir la incidencia de lesiones

Objetivos específicos

- Reintegrar los deportistas lesionados a sus respectivas actividades con sesiones kinésicas
- Prevenir futuras lesiones en los deportistas, dando un programa de acondicionamiento físico
- Realizar encuestas de satisfacción, para tener una retroalimentación del equipo

FLUJOGRAMA



La intervención grupal será de prevención de lesiones, entrenamiento de tipo funcional, para de cada grupo y horario de entrenamiento. Y se realiza dos veces por semana.

En cuanto a lo individual que se enfoca en la terapia kinésica se realizará atención a cada uno de los usuarios lesionados, dando un tratamiento de 45 minutos el cual va enfocada en cada lesión, edad del paciente, historial clínico, etc., para así tratar no solo la lesión, sino que a la persona para darle funcionamiento completo en su vida diaria. La frecuencia depende de cada patología y evolución de ella.

La planificación de la intervención será en base a los requerimientos de los clubes, entendiéndose esto como parte de la periodización de entrenamiento que llevan a

cabo la cual va de la mano con los torneos nacionales en los cuales compiten. Es por esto que acorde a la cantidad de jugadores que requieran atención kinésica se realizará: un plan de tratamiento que comienza con el ingreso del paciente para evaluar su condición y patología actual, dependiendo de esa evaluación se designarán la cantidad de sesiones kinésicas y cómo será su rehabilitación dependiendo de cuál sea su patología y días de evolución. Todo esto se realizará en las dependencias del estadio de la comuna de Colina, el cual cuenta con un espacio para ello, los kinesiólogos a cargo serán los que forman parte de Fast Recovery, siendo dos de ellos encargados del plantel de fútbol y el tercero del equipo de natación. Para la atención grupal se realizarán entrenamientos funcionales, en las mismas dependencias del complejo municipal, las cuales tienen el objetivo de prevención de lesiones. Estos entrenamientos irán variando acorde la temporada en la que se encuentre cada club, para no sobrecargar a los usuarios.

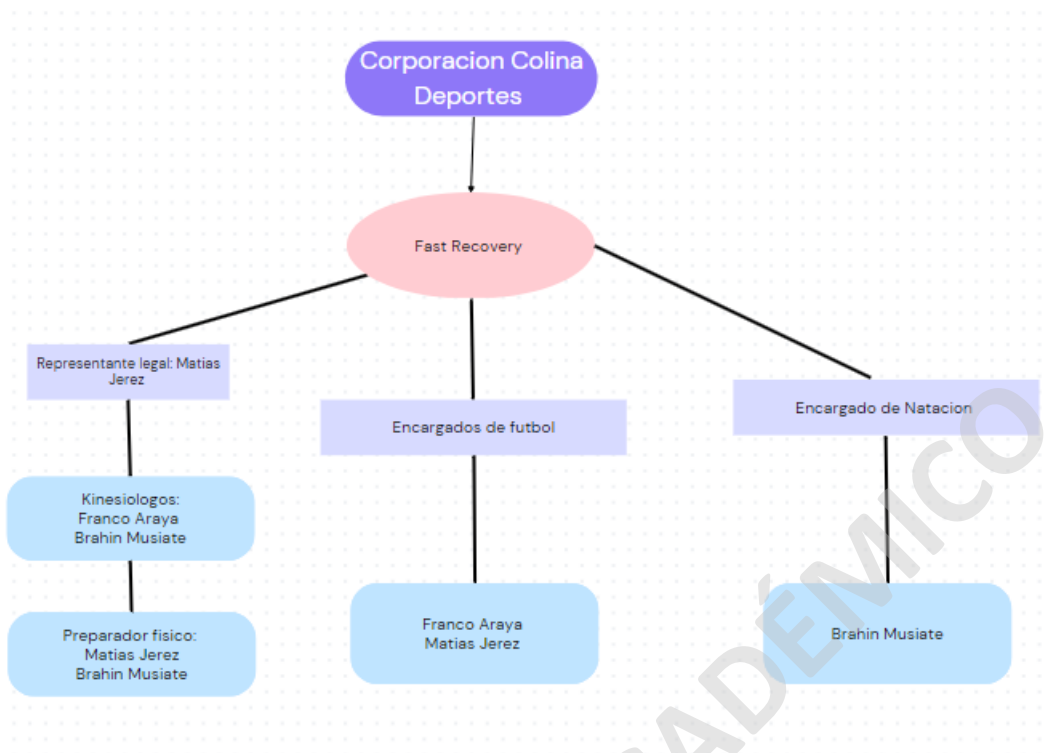
Para ir evaluando los resultados del tratamiento, dependiendo de la cantidad de sesiones que se designen para los pacientes, cada 5 - 10 o 20 sesiones (dependiendo de la condición del usuario) de kinesiólogía se realizarán evaluaciones para determinar el progreso y el alta kinésica. Para ello se utilizarán criterios acordes a la evolución de la patología que presenten los deportistas, incluyendo sus respectivos objetivos generales y específicos individuales para su tratamiento, los que serán evaluados con Goniometría, Escala EVA, Test de RM. Para los deportistas no lesionados, las medidas de resultados serán en Test específicos de fuerza como Test de RM, Flexibilidad como el Test de Apley, Estabilidad como Sentadilla unipodal y resistencia con el test de Naveta.

Objetivo Específico	Mecanismo de control (medida de resultado)	Indicador de calidad
1) Reintegrar los deportistas a sus respectivas actividades con sesiones kinésicas	Evaluación para alta kinésica	<ul style="list-style-type: none"> - Ganar rangos en goniometría, Al menos 20% - Alcanzar un puntaje de al menos 3/10 en Escala EVA - alcanzar al menos un 70% de su RM teórico
2) Prevenir futuras lesiones en los deportistas, dando un programa de acondicionamiento físico	<ul style="list-style-type: none"> - test de fuerza: RM -test de resistencia: naveta -test de flexibilidad - Test de estabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> - test de fuerza: que puedan levantar el 100% de su peso en los ejercicios de; sentadilla, peso muerto, pres de banca - test de resistencia: completar el test de naveta - flexibilidad: poder tocar con sus manos el suelo sin flectar rodillas. test de Apley de 0. - Test de sentadilla unipodal: no perder la estabilidad pasando los 90° en cadera y

		rodilla
3) Realizar encuestas de satisfacción, para tener una retroalimentación del equipo	Encuesta de calidad	Que existan un sobre un 70% de satisfacción respecto al trabajo del equipo.

El kinesiólogo es el encargado de la rehabilitación deportiva para volver al deporte lo antes posible. Y con los no lesionados entregar un servicio de acondicionamiento físico que los mantenga en condición óptima para la práctica deportiva y evitando lesiones. Además, asume responsabilidades en cuanto a la organización y gestión de recursos humanos. Implica supervisar al personal, como otros kinesiólogos o asistentes, y asegurarse de que se cumplan las tareas asignadas. El kinesiólogo puede encargarse de la contratación, capacitación y evaluación del equipo de trabajo.

La empresa consta de 3 integrantes. Dos de ellos kinesiólogos y dos preparadores físicos, los cuales se encargan de la rehabilitación y preparación física de los practicantes. Dos de ellos se desempeñan en el área de fútbol (un kinesiólogo y un preparador físico) y uno en el área de natación. Además, un preparador físico se encarga de la representación legal de la empresa por temas de conflicto de interés. Y los kinesiólogos organizan las directrices de la función y alineamiento laboral.



La reglamentación sanitaria dentro del complejo deportivo en el cual se piensa realizar el proyecto pide las normas básicas el cual se rige por el ministerio de salud en la “RESOLUCIÓN 494 EXENTA ESTABLECE PLAN "SEGUIMOS CUIDÁNDONOS, PASO A PASO” el uso constante de alcohol gel, buen lavado de manos, pero el uso de mascarillas y otro tipo de elementos de protección personal no son necesarios debido a que es un ambiente deportivo.

III.5) Modelo de Negocios

MODELO DE NEGOCIOS CANVAS

Asociaciones Clave		Actividades Clave		Propuestas de Valor		Relación con los clientes		Segmentos de clientes	
administrador de RR.SS. Corporacion de Colina Deportes		Rehabilitación promocion en RR.SS. Alianza con Deportes Colina		entregar atencion kinesica prevenir lesiones deportivas programas de rehabilitación		relacion directa Canales presentacion de proyecto		corporacion de colina deportes Deportistas de la corporacion	
Recursos Clave 2 kinesiologos, 2 P.F. administrador de RR.SS. insumos diarios		Estructura de costes Costo variable: Insumos kinésicos (sabanilla, cremas, etc) Costo variable: Mobiliario kinésicos (camillas, etc)		Costo variable: Elementos y equipos de fisioterapia (pistolas de masajes, botas presoterapia, etc) Costo fijo: Sueldos de los profesionales		Fuentes de ingresos el costo de 4 hrs. diarias/ 6 dias a la semana, con 3 profesionales es de \$4.760.000			

El valor del proyecto es dar un servicio de salud deportiva a los integrantes del club de fútbol y natación de la corporación de colina deportes, las cuales no cuentan con un servicio fijo de kinesiología. Esto a través de un equipo de profesionales que pueda otorgarles rehabilitación, preparación y prevención en el menor tiempo posible con terapias kinésicas y entrenamientos para poder reintegrar a los deportistas lesionados lo antes posible a sus funciones deportivas, ya sea fútbol o natación. Además de entregar sesiones de acondicionamiento físico a los no lesionados. Es por esto que el proyecto tiene el valor de brindar salud deportiva a los jugadores de cada equipo, por ende, a la corporación le disminuye el costo de pagar jugadores que por lesiones no puedan jugar o rendir en el campo de juego, aprovechando así los recursos al máximo. Además de un servicio que no hay dentro de la corporación, y favorecer al equipo en sí para

tratar de mantener al plantel lo más completo posible a la hora de los enfrentamientos deportivos.

La idea principal de este proyecto es dirigirse a la Corporación de Deportes de Colina, una entidad que cuenta con múltiples equipos de diversos deportes. Sin embargo, los equipos que se encuentran en un nivel competitivo más alto son el club de fútbol AC Colina y el club de Natación de Colina. Estos equipos están integrados por jóvenes que tienen edades comprendidas entre los 15 y los 30 años en el caso del fútbol masculino, y en el caso de la natación, abarcan edades desde los 15 años hasta aproximadamente los 70. Es importante resaltar que la atención kinésica va dirigida a este tipo de público.

En primer lugar, se acordó un monto total de cobro con la Corporación de Colina Deportes, el cual será la principal fuente de ingresos. Sin embargo, es importante mencionar que este monto no se destinará íntegramente a beneficios netos, ya que se ha establecido un porcentaje para cubrir los costos variables asociados a la ejecución del proyecto.

Además, otro aspecto clave a tener en cuenta es la devolución de los autopréstamos de cada integrante del equipo. Estos préstamos, que han sido utilizados para financiar el proyecto en sus etapas iniciales, se espera que sean reembolsados en su totalidad en un plazo aproximado de 9 meses. Esta devolución se realizará con parte de los ingresos generados, lo que permitirá mantener un equilibrio financiero en el proyecto a largo plazo.

Por otro lado, es importante mencionar que, como parte de los costos fijos del proyecto, se contempla el pago de los sueldos de cada integrante del equipo. Estos sueldos son fundamentales para asegurar la continuidad y el compromiso

de los miembros del proyecto, ya que les permite dedicar su tiempo y esfuerzo de manera exclusiva a su desarrollo.

La inversión que se realiza solo al comienzo es de los elementos de fisioterapia:

- 3 pistolas de masaje: \$ 209.970
- 2 botas de presoterapia: \$ 1.099.980
- 3 camillas plegables: \$ 239.970
- 2 equipos tens portátiles: \$ 159.980

Los costos principales son materiales del uso mensuales como:

- 3 pots de crema de masaje \$ 30.000
- 1 pack de parche de electrodos \$ 7.000
- 2 cajas de guantes quirúrgicos \$ 8.000
- 5 rollos de sabanillas \$ 21.500

costo por persona dividiendo el costo total de cada material entre el número de usuarios (85 personas):

- Costo por persona de la crema de masajes: $\$30.000 / 85 = \$352,94$
- Costo por persona de los parches electrodos: $\$7.000 / 85 = \$82,35$
- Costo por persona de los guantes quirúrgicos: $\$4.000 / 85 = \$47,06$
- Costo por persona de las sabanillas: $\$21.500 / 85 = \$252,94$

Por lo tanto, el costo por persona de los materiales sería de aproximadamente:

- Crema: \$353
- Parches electrodos: \$82
- Guantes: \$47
- Sabanillas: \$253

Costo total por persona: \$735. El cual se multiplica por cantidad de usuarios atendidos al mes.

Los costos de la inversión inicial son solventados por el ingreso mensual de los servicios y los costos variables son transferidos a la corporación.

III.6) Análisis Estratégico

Fortaleza

- Entrega de servicio de calidad y confianza.
- Contar con profesionales capacitados y de experiencia en deportes.
- Contar con el equipamiento necesario para entregar un buen servicio
- Profesional inserto en corporación deportiva de Colina por otros servicios

Debilidad

- No contar con instalaciones propias para realizaciones de servicios
- Escasas formas de marketing

Amenaza

- Escaso fomento deportivo a nivel local
- Recursos limitados
- Competidores particulares

Oportunidad

- Entrega de servicios en deportes específicos.
- Poca competencia.
- Otros deportes dentro de la corporación como: Básquetbol, Vóleibol, etc.

En conclusión, las oportunidades identificadas son la entrega de servicios en deportes específicos, lo cual puede representar una ventaja competitiva al ofrecer una propuesta diferenciada y especializada. Además, la poca competencia en el mercado brinda la posibilidad de captar a los clientes y generar un crecimiento sostenible.

Por otro lado, las amenazas se centran en el escaso fomento deportivo a nivel local. Esto puede dificultar la promoción y el desarrollo de la actividad deportiva, limitando la demanda y el interés de la corporación por necesitar los servicios. Es importante considerar estrategias para superar esta barrera y promover la práctica deportiva a nivel local, ya sea a través de alianzas con entidades deportivas o campañas de concientización.

Fast Recovery es un proyecto de rehabilitación kinésica que se enfrenta a una competencia diversa en una comuna rural. Entre los competidores se encuentra la clínica Meds, Centro Médico Liray-Colina, Colina Salud, centros médicos que cuentan con atención kinésica. Además de estos centros, existen kinesiólogos particulares que brindan servicios de rehabilitación de manera independiente. También hay gimnasios en la comuna rural, donde se ofrece entrenamiento de acondicionamiento físico. Aunque no se especializan en rehabilitación kinésica, pueden atraer a personas que buscan mejorar su estado físico y recuperarse de lesiones a través de ejercicios de fortalecimiento. Además de estos competidores directos, es importante tener en cuenta otros factores externos, como la disponibilidad de recursos financieros y la conciencia de la población sobre los beneficios de la rehabilitación kinésica.

Los rivales de Fast Recovery tienen formas de competir muy definidas como es el caso de la Clínica Meds la cual tiene como característica principal atención de gran volumen, atiende muchos pacientes por hora y tiene un alto flujo de ellos. Y los kinesiólogos particulares dan un servicio especializado y paciente por paciente, algo totalmente distinto a lo que ofrece la clínica Meds. Por tanto, una de las estrategias de la competencia es la gran cantidad de volumen y la otra es la especificidad del usuario.

Una de las principales ventajas del proyecto es su enfoque en brindar una atención individualizada a cada paciente. Los profesionales se toman el tiempo para comprender las necesidades y objetivos específicos de cada persona, desarrollando planes de rehabilitación personalizados y adaptados a su situación única. Esta atención personalizada permite un tratamiento más efectivo y garantiza que cada paciente reciba la atención y el seguimiento necesarios para su recuperación.

Otra ventaja es la calidad de sus profesionales. El equipo está compuesto por expertos altamente capacitados en la rehabilitación kinésica. cuentan con los conocimientos y habilidades necesarios para ofrecer un tratamiento de calidad, basado en las últimas investigaciones y mejores prácticas en el campo de la rehabilitación.

Además, se destaca por contar con el equipamiento necesario para llevar a cabo la atención adecuada a sus pacientes. Desde equipos de última generación hasta herramientas especializadas, esto garantiza que los pacientes reciban una atención de calidad y se sientan confiados en el proceso de rehabilitación.

III.7) Evaluación Económica

La creación de este proyecto tuvo la inversión de tres personas las cuales crearon Fast Recovery, para comenzar con la compra de los materiales necesarios y entregar un servicio de alta calidad. Para ello se utilizó capital monetario de cada uno de los participantes del proyecto para generar un total de \$ 4.000.000, los cuales se utilizaron para la compra elementos kinésicos como pistolas de masoterapia, botas de presoterapia, etc. Para abarcar un mayor beneficio en la recuperación de deportistas. Además de elementos de uso diario como son los insumos básicos, como lo son cremas, guantes, sabanillas, etc. De ese capital inicial se utilizaron \$1.709.900 para lo antes dicho, y el remanente se dejó para tener un flujo de caja y poder afrontar alguna eventualidad referente a los bienes capitales primordiales para la entrega del servicio.

Cabe destacar la devolución del dinero de inversión será en su totalidad correspondiente a los 4.000.0000, para así contemplar el flujo de caja constante.

Fast Recovery, una empresa especializada en servicios de recuperación, realiza una depreciación normal de sus activos fijos. Estos activos, que se clasifican como herramientas livianas, tienen una vida útil estimada de 5 años. La depreciación anual de estos activos alcanza la suma de \$341,980, cubriendo todos los bienes adquiridos destinados a la prestación de servicios.

La depreciación anual de \$341,980 permite a Fast Recovery mantener un registro preciso de los costos asociados con sus herramientas livianas. Esto les permite calcular de manera efectiva los márgenes de beneficio, establecer precios competitivos y tomar decisiones informadas sobre inversiones futuras en nuevos activos.

Al tener en cuenta esta depreciación en los costos operativos y la planificación financiera, Fast Recovery mantiene un control preciso de los gastos y asegurarse de que sus recursos estén adecuadamente asignados para brindar servicios de calidad a sus clientes.

El volumen de ventas no aplica en el proyecto ya que el monto de ingreso será fijo independiente de la cantidad de usuarios atendidos.

Fast Recovery para la corporación de Colina Deportes tiene un costo de \$4.760.000 bruto.

El costo fijo de Fast Recovery está íntimamente ligado a las compensaciones salariales de cada kinesiólogo que forma parte de la empresa. Cada profesional recibe una remuneración bruta mensual de \$1.000.000. Además, durante los primeros 9 meses, este costo fijo se ve impactado por el desembolso destinado a la devolución de la inversión, que asciende a una cuota mensual de \$160.000 para cada uno de los kinesiólogos.

Es vital resaltar que estas remuneraciones y pagos de devolución de inversión constituyen una parte esencial de los gastos fijos que Fast Recovery debe afrontar. Dichos gastos deben considerarse minuciosamente en el proceso de planificación financiera y en el cálculo de los costos operativos. Al tener en cuenta detalladamente estos costos fijos, Fast Recovery puede llevar a cabo una asignación adecuada de recursos y garantizar la solidez financiera de la empresa a largo plazo. Además, esta consideración permite una gestión financiera eficiente, lo cual es fundamental para el crecimiento sostenible y el éxito continuo de la organización.

Los costos variables están asociados a los elementos esenciales necesarios para brindar el servicio requerido, como los envases de cremas, los paquetes de parches de electrodos, las cajas de guantes quirúrgicos y los rollos de sabanillas.

Se estima que la cantidad máxima de personas que podrían recibir el servicio es de aproximadamente 85, pero este número es variable y puede fluctuar.

Estos insumos mencionados son indispensables para garantizar la calidad y la efectividad del servicio ofrecido. Al ser costos variables, su cantidad y costo dependen directamente de la demanda y del número de personas que se beneficien del servicio en un período determinado.

Es importante tener en cuenta que estos costos variables deben ser considerados en la planificación financiera y en el cálculo de los costos operativos. La estimación de la cantidad de personas que podrían recibir el servicio es fundamental para determinar la cantidad adecuada de insumos necesarios y para garantizar que se satisfagan las necesidades de los clientes de manera eficiente.

En cuanto al año 0 tan solo se realizó la inversión de \$1.709.000 y un capital de trabajo de \$ 3.379.562. Lo que deja un fijo de caja anual de - \$5.089.462. Para el año 1, ya los ingresos totales son de \$57.120.000 a lo que se le comienza a descartar costos fijos de \$ 40.320.000, costos variables de \$ 798.000, la depreciación anual de 341.980. La utilidad antes del impuesto del periodo y la utilidad neta por ser el primer año son las mismas, un monto de \$ 15.660.020. Y a la depreciación de \$341.980 se le resta el capital de trabajo de ese año que es de \$41.140. Dando un total de flujo de caja de \$15.960.860.

Para el segundo año se espera un ingreso total de \$64.602.720, teniendo como costos fijos \$ 40.716.000, costos variables \$ 902.538, depreciación \$ 341.980, una utilidad antes del impuesto de \$ 22.642.202 con un impuesto de \$ 10.341.600, dejando una utilidad neta de \$ 12.300.602, con un capital de trabajo de \$ 448.112, dejando un flujo de caja total de \$ 12.194.470.

Para el tercer año se espera un ingreso total de \$ 73.065.676, teniendo como costos fijos \$ 46.049.796, costos variables \$ 1.020.770, depreciación \$ 341.980, una utilidad antes del impuesto de \$ 25.653.130 con un impuesto de \$ 6.926.345,

dejando una utilidad neta de \$ 18.726.785, con un capital de trabajo de \$ 506.815, dejando un flujo de caja total de \$ 18.561.950.

Para el cuarto año se espera un ingreso total de \$ 82.637.280, teniendo como costos fijos \$ 52.082.319, costos variables \$ 1.154.491, depreciación \$ 341.980, una utilidad antes del impuesto de \$ 29.058.489 con un impuesto de \$ 7.845.792, dejando una utilidad neta de \$ 21.212.697, con un capital de trabajo de \$ 573.207, dejando un flujo de caja total de \$ 20.981.470.

Y para el quinto año se espera un ingreso total de \$ 93.462.764, teniendo como costos fijos \$ 58.905.103, costos variables \$ 1.305.730, depreciación \$ 341.980, una utilidad antes del impuesto de \$ 32.909.951 con un impuesto de \$ 8.885.687, dejando una utilidad neta de \$ 24.024.264, con una recuperación del capital de trabajo de \$ 4.948.836, dejando un flujo de caja total de \$ 29.315.080.

Al evaluar los valores descriptivos de los flujos de caja, es importante destacar que se estima un aumento positivo en la cantidad de ingresos o capital circulante dentro de la empresa. Esta estimación muestra un crecimiento continuo a lo largo de los años, excepto en el segundo año, que corresponde al primer año de pago de impuestos en el periodo del año 1 y 2.

Los indicadores económicos del proyecto son valores positivos. Es importante resaltar que el proyecto Fast Recovery cuenta con un ingreso fijo mensual, lo cual nos brinda estabilidad financiera. Además, los costos variables de inversión para la ejecución de nuestros servicios son reducidos, lo que contribuye a la rentabilidad del negocio. Cabe mencionar que no se está sometido a pagos de créditos bancarios para la adquisición de nuestros instrumentos, lo cual nos otorga una mayor flexibilidad y libertad financiera.

Estos factores nos permiten apreciar con confianza los indicadores VAN y TIR, los cuales proyectan una total viabilidad y rentabilidad del Proyecto. La representación monetaria de la rentabilidad del proyecto indica que aplicando un 15% de tasa de

descuento al VAN, obtendríamos una ganancia de \$56,786,101. Si aumentamos la tasa de descuento al 20%, la ganancia sería de \$49,320,958, y si la aumentamos al 25%, la ganancia sería de \$43,187,381.

Además, es importante mencionar que nuestro indicador Porcentual en el indicador TIR es del 304%, lo cual demuestra la alta rentabilidad y viabilidad del proyecto.

Los indicadores económicos reflejan el éxito y la rentabilidad del emprendimiento. Esto se debe a la combinación de un ingreso fijo mensual, costos variables de inversión reducidos y la ausencia de pagos de créditos bancarios. Los indicadores VAN y TIR confirman la viabilidad y rentabilidad del proyecto, y el indicador Porcentual en el indicador TIR demuestra un retorno significativo de nuestra inversión.

El punto de equilibrio en los ingresos mensuales, así como los costos fijos y variables, se reducirá durante el primer año del proyecto. En el mes 9, se alcanzará el punto de equilibrio en términos de costos e ingresos, tomando en cuenta las ganancias acumuladas durante los meses siguientes del primer año.

Según las proyecciones, se estima que, para los meses posteriores, específicamente en el mes 8, se logrará el punto de equilibrio anual. Esto significa que los ingresos serán iguales a los costos, teniendo en cuenta las ganancias generadas hasta ese momento. Por tanto, durante el primer año del proyecto, se espera alcanzar el punto de equilibrio.

IV) CONCLUSIONES

El proyecto "Fast Recovery" tiene como objetivo principal mejorar la prevención y recuperación de lesiones en los deportistas, brindando una atención personalizada y profesional. A través de la implementación de tratamientos específicos y evaluaciones rigurosas, se busca optimizar el rendimiento deportivo y garantizar la salud y bienestar de los participantes.

El enfoque integral del proyecto se centra en dos aspectos fundamentales: la intervención kinésica después de cada entrenamiento intenso y competencia, y la implementación de tratamientos preventivos durante los partidos oficiales o previo a ellos.

Además, el proyecto ofrece el servicio de equipamiento móvil, lo que permite proporcionar estos tratamientos incluso después de los viajes de competencia. Esto favorece la recuperación y preparación de los deportistas para su próximo desafío, evitando así un aumento en el número de lesiones.

El proyecto tiene una alta probabilidad de ser viable, debido a la necesidad que cubre respecto a la organización deportiva y de la forma en que lo realiza, ya que abarca todas las aristas que necesita un equipo deportivo.

V) BIBLIOGRÁFICAS

1. Danes-Daetz, C., Rojas Toro, F., Tapia Mendoza, V. (2020). Sports injuries in Chilean university athletes. Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física, 38(490-496), 1988-2041. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.74745>
2. Nahar, N., Martínez-Sánchez, J.A., Cara-Muñoz, J.F., Berral de la Rosa, F.J. (2020). Rodilla del nadador. Principal zona de lesión en el estilo braza. Revisión Sistemática. Logía: Educación Física y Deporte, 1(1), 42-56. <https://logiaefd.com/wp-content/uploads/2020/09/Rodilla-del-nadador.-Principal-zona-de-lesi%C3%B3n-en-el-estilo-braza.-Revisi%C3%B3n-Sistem%C3%A1tica.pdf>
3. Mugele, H., Plummer, A., Steffen, K., Stoll, J., Mayer, F., & Müller, J. (s/f). Programa de Prevención de Lesiones Específico del Deporte versus General en Deportistas: Una Revisión Sistemática del Efecto sobre los Índices de Lesiones General Versus Sports-Specific Injury Prevention Programs in Athletes: A Systematic Review on the Effect on Injury Rates. Onlineeducation.center. Recuperado el 21 de mayo de 2023, de https://journal.onlineeducation.center/api-oas/v1/articles/sa-15d1529938fb66/export-pdf/programa-de-prevencion-de-lesiones-especifico-del-deporte-versus-general-en-deportistas-una-revision-sistemica-del-efecto-sobre-los-indices-de-lesiones-2579?_gl=1*1698vhk*_ga*MTM2MzE1MDM5My4xNjg0NjI0NDQx*_ga_VZZRDR12S5*MTY4NDcwNjk4OC4yLjEuMTY4NDcwNjk4OC42MC4wLjA.&_ga=2.36989536.1144555408.1684624442-1363150393.1684624441
4. Gómez Cárdbaba, A., Magni Cruz, A., & Mecías Calvo, M. (2022). Incidencia lesional en el fútbol. MILS Sport Research, 2(1), 72-80. <https://www.mlsjournals.com/Sport-Research/article/view/663>
5. Sebastián Yáñez R., Cristóbal Yáñez R.; Mauricio Martínez M.; Matías Núñez S.; Carlos De la Fuente C. (2021). Lesiones deportivas del plantel profesional de fútbol Santiago Wanderers durante las temporadas 2017, 2018 y 2019. Revista Archivos de la Sociedad Chilena de Medicina del Deporte, 66 (1), 1-15. <https://revistasochmedep.cl/index.php/Revista/article/view/16>
6. Alfonso Mantilla J., (2022). Monitorización y periodización del rendimiento desde la fisioterapia deportiva. ¿hacia dónde vamos?. Revista iberoamericana de ciencias de la actividad física y el deporte, 66(1), 31-43. <https://revistas.uma.es/index.php/riccafd/article/view/14741/15263>

7. Calero Saa P., (2020). Modelos teóricos en fisioterapia deportiva y actividad física. Universidad Santiago de Cali. cap. 4, 77-113. <https://libros.usc.edu.co/index.php/usc/catalog/download/145/383/5764?inline=1>
8. Zamorano Villar P (Ed.). (2022). Lesiones de hombro en nadadores de competición. Facultad de ciencias de la actividad física y del deporte. https://titula.universidadeuropea.com/bitstream/handle/20.500.12880/1720/tfg_PaulaZamoranoVillar.pdf?sequence=1&isAllowed=y
9. Riemann, B., Witt, J. y Davies, G. (2011). Glenohumeral joint rotation range of motion in competitive swimmers. *Journal of Sports Sciences*, 29(11), 1191-1199. DOI: 10.1080/02640414.2011.587441. <http://dx.doi.org/10.1080/02640414.2011.587441>.
10. Tate, A., Turner, G., Knab, S., Jorgensen, C., Strittmatter, A. y Michener, L. (2012). Risk factors associated with shoulder pain and disability across the lifespan of competitive swimmers. *Journal of Athletic Training*, 47(2), 149-158. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22488280/>
11. Tbsaro, M., Granzotto, G., Poser, A., Plebani, G., y Rossi, A. (2017). Shoulder Pain in Competitive Teenage Swimmers and It's Prevention: A Retrospective Epidemiological Cross Sectional Study of Prevalence. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 12(5), 798–811. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29181257/>

VI) ANEXOS

Encuesta de satisfacción

Estimado participante

Nos gustaría conocer su opinión sobre su experiencia con Fast Recovery para poder mejorar nuestros servicios. Por favor, tómese unos minutos para responder a las siguientes preguntas. Sus respuestas serán tratadas de manera confidencial.

1. ¿Cuál es su grado de satisfacción con el kinesiólogo del club de fútbol?
 - a) Muy satisfecho/a
 - b) Satisfecho/a
 - c) Neutral
 - d) Insatisfecho/a
 - e) Muy insatisfecho/a
2. ¿Cómo calificaría la atención y el trato recibido por parte del equipo de kinesiólogos?
 - a) Excelente
 - b) Buena
 - c) Regular
 - d) Mala
3. ¿El kinesiólogo ha sido efectivo en el tratamiento y cuidado de su lesión o condición física?
 - a) Muy efectivo
 - b) Efectivo
 - c) Poco efectivo
 - d) Inefectivo
4. ¿Recomendaría a Fast Recovery a otros equipos?
 - a) Sí, definitivamente
 - b) Sí, probablemente
 - c) No estoy seguro/a
 - d) No, definitivamente no
5. ¿Cómo calificaría la comunicación y la disponibilidad del kinesiólogo?
 - a) Excelente
 - b) Buena
 - c) Regular
 - d) Mala
6. ¿Hay alguna sugerencia o comentario adicional que le gustaría compartir sobre el equipo?

Gracias por su participación. Sus respuestas son muy valiosas para nosotros y nos ayudarán a evaluar y mejorar los servicios del equipo. Si desea recibir los resultados de esta encuesta o tiene alguna pregunta adicional, por favor, no dude en ponerse en contacto con nosotros.

Atentamente, Fast Recovery