



LARANA, INC.

PLANES Y

MODELOS

DE NEGOCIOS

DR. JORGE ARCADIO ESTRADA GALLEGOS.



INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDIOS FISCALES

**Grado: 1 y 3 er Semestre .
Grupo: "A"**

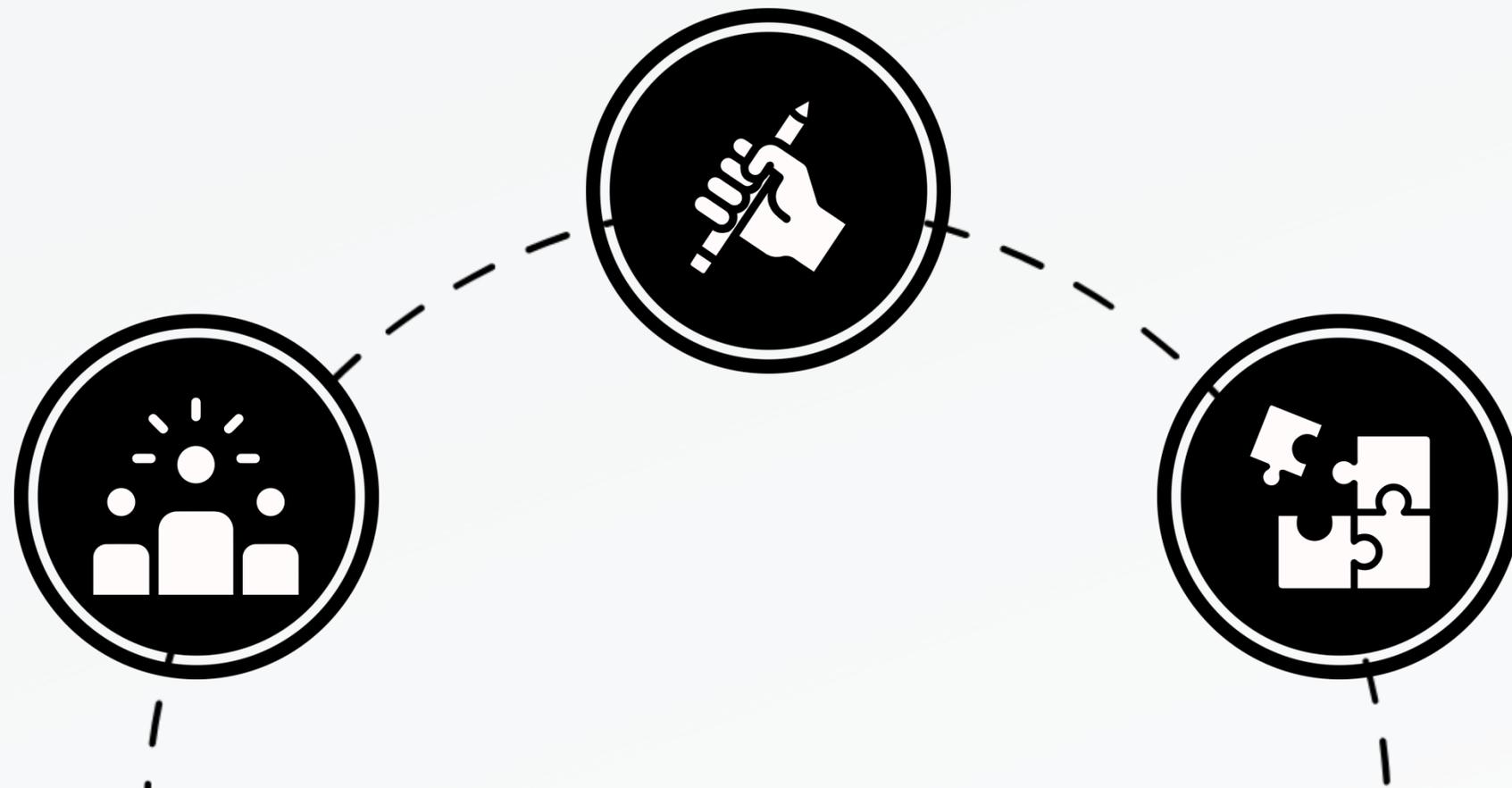
Licenciatura: Negocios.

**Presentan:
Fanny Tadeo.
Ángeles Monterrosa.
Fernanda Gómez.**

¿CUAL ES EL PROBLEMA O LA NECESIDAD?

ESTRES

Es un sentimiento de tensión física o emocional que puede provenir de cualquier situación o pensamiento de frustración, enojo o nervios.



¿QUIEN TIENE ESE PROBLEMA O NECESIDAD?

De acuerdo con una encuesta, casi tres cuartas partes de la población mexicana sufre de estrés al menos una vez en el transcurso de cada semana, lo cual podría ser perjudicial para su salud.

Datos de la encuesta arrojaron que entre las situaciones más estresantes para los mexicanos están la inseguridad con el 73% y la situación económica, tanto la personal como la del país, con el 65%.



El estar desconectado de las redes sociales y tratar de cumplir las expectativas de otros también resultaron factores estresantes con el 63 y 34% respectivamente, detalló la universidad mediante un comunicado. Además, 42% señaló que la posibilidad de perder su principal fuente de empleo es una causa constante de estrés, mientras que el 37% indicó que la carga de trabajo es siempre un factor estresante y para para el 21% lo es la relación con su jefe.

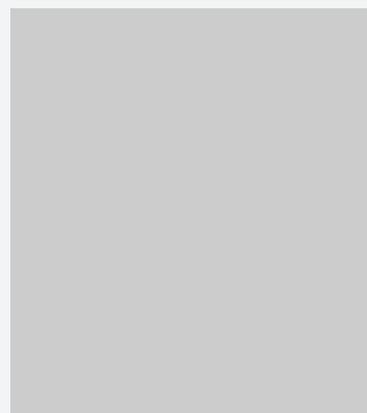




¿QUÉ TAN RELEVANTE ES ESE PROBLEMA O NECESIDAD LA VIDA COTIDIANA?



La relevancia acerca de este problema es bastante fuerte y que un alto índice de individuos la presentan. Individuos de todas partes del mundo, especialmente para las zonas urbanas.



¿QUÉ IMPACTO TIENE ESE PROBLEMA O NECESIDAD A NIVEL INDIVIDUAL, LOCAL, NACIONAL E INTERNACIONAL?



El 95% de población sufre estrés.
El estrés incluso, se ha disminuido los rangos de edad en los que se presenta, no discrimina oficio, ni clases sociales.
INDIVIDUAL Y LOCAL.



75% de los mexicanos padecen estrés: OMS
NACIONAL.



los niveles de estrés aumentaron, con un "récord del 40% de los adultos de todo el mundo"
INTERNACIONAL.



LOS SÍNTOMAS DE ESTRÉS PUEDEN AFECTAR EL CUERPO, LOS PENSAMIENTOS Y SENTIMIENTOS, Y EL COMPORTAMIENTO.

En tu cuerpo: dolor de cabeza, tensión o dolor muscular, dolor en el pecho, fatiga, cambio en el deseo sexual, malestar estomacal y problemas de sueño.

En tu estado de ánimo: ansiedad, inquietud, falta de motivación o enfoque, sentirte abrumado, irritabilidad o enojo, tristeza o depresión.

En tu comportamiento: consumo de comida en exceso o por debajo de lo normal, arrebatos de ira, drogadicción o alcoholismo, consumo de tabaco, aislamiento social y práctica de ejercicio con menos frecuencia.

PROPUESTAS DE SOLUCIÓN.

1. Hacer una prenda o accesorio con olor a lavanda para disminuir el estrés en las personas.
2. Hacer un guante para calentar las manos, ya que cuando una persona tiene estrés la sangre sube dejando las extremidades frías.
3. Crear una aplicación para controlar la respiración y disminuir el estrés.
4. Centros de relajación con un toque natural.



BIBLIOGRAFIAS

<https://www.mayoclinic.org/es/healthy-lifestyle/stress->

Más de 73% de los mexicanos tiene estrés: encuesta •
Actualidad • Forbes México

MN
MEGANOTICIAS

MEGANOTICIAS

Las últimas noticias locales, nacionales e internacionales.
Entérate de lo más relevante del país y tu localidad con
información veráz y al momento.

MN MEGANOTICIAS



**75% de los mexicanos padecen estrés:
OMS**

Comunicado. La OMS estimó que México tiene 75%
de prevalencia de estrés en su fuerza laboral, lo