

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE
CAMPUS TAPACHULA**

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

TALLER DEL EMPRENDEDOR

**INFOGRAFÍA
ESPÍRITU EMPRENDEDOR**

**DOCENTE: M.V.Z MARIA DE LOURDES
DOMÍNGUEZ FIGUEROA**

**ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO
ZEPEDA**

NOVENO CUATRIMESTRE

MAYO, 2025

HABLEMOS SOBRE

I COOK

SERVICIO DE ALIMENTOS
HEALTHY FOOD



PROBLEMÁTICA LOCAL



MUCHAS PERSONAS EN COMUNIDADES URBANAS TIENEN DIFICULTADES PARA PLANIFICAR Y ORGANIZAR SU ALIMENTACIÓN, EXISTE POCO CONOCIMIENTO DE LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL, LO QUE CONDUCE A COMPRAR COMIDA RÁPIDA Y ULTRAPROCESADA, EL DESPERDICIO DE ALIMENTOS Y PREPARACIÓN DE COMIDAS POCO SALUDABLES, AFECTANDO LA CALIDAD NUTRICIONAL DE SUS DIETAS.

- MÁS DEL 75% DE LOS ADULTOS EN MÉXICO PRESENTAN SOBREPESO U OBESIDAD.
- EN NIÑOS Y ADOLESCENTES, LA PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD ALCANZA CERCA DEL 38% (ENSANUT 2020).
- MÁS DEL 50% DE LAS CALORÍAS DIARIAS PROVIENEN DE PRODUCTOS ULTRAPROCESADOS.
- EL 64% DE LOS ADULTOS NO CONSUME FRUTAS Y VERDURAS DIARIAMENTE.



SERVICIOS QUE SE OFRECEN:

COMIDA A DOMICILIO

- MENÚS SALUDABLES POR SEMANA DE TRES TIEMPOS Y UNA COLACIÓN.



TALLERES

- EDUCACIÓN NUTRICIONAL
- CLASES DE COCINA
- HUERTOS URBANOS
- FERMENTOS, KÉFIR Y ELABORACIÓN DE PAN DE MASA MADRE

APLICACIÓN MÓVIL

- RECETAS SALUDABLES
- COMUNIDAD VIRTUAL Y RED DE MOTIVACIÓN EN LA TRANSICIÓN DE UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.

IMPACTO SOCIAL DEL EMPRENDIMIENTO "I COOK"



LA DEMANDA EXISTE Y ESTÁ CRECIENDO, IMPULSADA POR EL DESEO DE MEJORAR LA SALUD Y LA FALTA DE TIEMPO.

LOS NIVELES DE ENFERMEDAD POR MALA ALIMENTACIÓN SON ALARMANTES Y REQUIEREN SOLUCIONES ACCESIBLES Y PRÁCTICAS.

HAY POCAS COMPETENCIAS ESTRUCTURADAS EN EL NICHOS DE COMIDA SALUDABLE CON ENFOQUE INTEGRAL (COMIDA + EDUCACIÓN + ASESORÍA).

LAS TECNOLOGÍAS DE ENTREGA, APPS Y PLATAFORMAS PERMITEN ESCALAR EL SERVICIO A BAJO COSTO, CREAR UNA COMUNIDAD Y RED DE APOYO EN LA TRANSICIÓN A UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE.

◆ Fuente: ENSANUT 2020, Organización Mundial de la Salud (OMS)

◆ Fuente: INEGI 2022, Observatorio del Sistema Alimentario Mexicano Nielsen México, Google Trends, Mintel Reports

<https://es.mintel.com/mintel-reports-analisis-de-mercado-nutrition>

