



UNIVERSIDAD NACIONAL  
AUTÓNOMA DE MÉXICO

---

---

FACULTAD DE ESTUDIOS  
SUPERIORES CUAUTITLÁN

La contaduría para la toma de  
decisiones

**T E S I S**

Que para obtener el título de:

**licenciado en contaduría**

p r e s e n t a:

**Alvaro Gonzalez Mejia**

Asesor: L.C Luis Yescas Ramírez  
Cuautitlán Izcalli, Estado de México,  
2023



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **AGRADECIMIENTOS:**

A la Universidad Nacional Autónoma de México por brindarme sus aulas en las cuales recibí innumerables conocimientos.

A mis padres por haberme apoyado en cada una de mis etapas como estudiante de la carrera universitaria para hoy poder presentar este trabajo profesional para obtener el grado.

Al jurado por dedicar un poco de su tiempo, incluyendo al profesor Luis Yescas Ramírez por los conocimientos que día a día me transmitió para la realización de esta tesis de grado y contribuyó a lograr mi objetivo.

## La contaduría para la toma de decisiones

	Página
Objetivo.....	1
Planteamiento del problema.....	2
Hipótesis.....	3
Introducción.....	4
CAPÍTULO I. LA HISTORIA DE LA UNAM.....	5
1.1. Antecedentes.....	5
1.2. Creación de la UNAM.....	8
1.3. Concepto .....	10
1.4. Legislación .....	11
CAPÍTULO II. LA CARREA DE CONTADURIA.....	12
2.1. Antecedentes.....	12
2.2. Concepto.....	15
2.3. Perfil del contador.....	19
2.4. Tipos de contabilidad.....	21
2.5. Áreas de conocimiento que apoyan a la contaduría.....	23
2.6. Beneficios.....	24
2.7. Desventajas.....	27
CAPÍTULO III. LA CONTADURIA PARA LA TOMA DE DECISIONES.....	30
3.1. Importancia.....	30
3.2. Objetivo.....	31
3.3. Áreas de mejora dentro de una empresa.....	32
3.4. Utilidad en la vida.....	35
3.5. Transparencia.....	37
3.6. La toma de decisiones en base a análisis de datos.....	40

3.7. Ejemplo práctico.....	44
3.8. Cuestionario a contadores.....	52
<b>CAPÍTULO IV. LA PRÁCTICA DE ARTES MARCIALES MIXTAS COMO RECOMENDACION PARA LA TOMA DE DECISIONES.....</b>	<b>74</b>
4.1. Antecedentes.....	74
4.2. Concepto.....	76
4.3. Reglas.....	78
4.4. Riesgos.....	80
4.5. Beneficios.....	83
4.6. Recomendaciones.....	90
CONCLUSIONES.....	95
BIBLIOGRAFÍA.....	98

# ABREVIATURAS

CINIF. Consejo Mexicano para la Investigación y Desarrollo de las Normas de Información Financiera.

ONG. Organización no gubernamental.

PyG. Pérdidas y ganancias.

MMA Artes marciales mixtas.

## **Objetivo**

Dar a conocer la importancia de la toma de decisiones para cualquier empresa pues el no tomar decisiones acertadas y/o certeras puede afectar gravemente a esta.

## **Planteamiento del problema**

El no estar preparado en la vida para tomar decisiones acertadas nos puede traer consecuencias graves ya sea en el ámbito personal como en el ámbito profesional que a su vez termina desencadenando frustración, confusión y falta de dirección.



## **Hipótesis**

Los contadores no estamos del todo listos para tomar decisiones, a pesar de nuestra preparación y habilidades adquiridas durante el estudio de la licenciatura.

## Introducción

He decidido escoger este tema en mi trabajo de tesis ya que el contador regularmente pasa por grandes obstáculos a lo largo de su carrera que van mermando nuestras capacidades para triunfar, en el abarcamos los puntos negativos de este estilo de vida y como afecta de manera exponencial a nuestro rendimiento ya sea escolar o laboral y sobre todo descubrir las estrategias para atacar el problema.

Sabemos que en el ambiente profesional como en la vida personal es indispensable tomar decisiones acertadas, desgraciadamente cuando no logramos tomar esas decisiones acertadas entramos en un conflicto no solo con nosotros mismos, si no con nuestros superiores o jefes directos lo que nos desencadena el estrés y sabemos que este produce la ansiedad; esta a su vez es una emoción cercana al miedo o un subtipo de miedo, bastante difícil de lidiar y en casos extremos controlar los ataques de ansiedad que van acompañados de depresión y exclusión social en casos más severos.

El propósito de mi trabajo de investigación será descubrir la importancia de una correcta toma de decisiones para lograr un correcto perfil como contador cuando se desarrolla la profesión y aunado a la vida cotidiana puesto que ciertas adversidades pueden llegar a mermar nuestras capacidades de cognición, que a su vez nos perjudica negativamente en el cumplimiento de nuestras labores.

He estudiado a fondo estos problemas que tanto nos afectan y tratar de encontrar una solución a estos, no solo utilizando métodos científicos si no que voy a atacar los problemas desde diferentes vértices dando cabida a diferentes beneficios extras en nuestras vidas, esto a través de una investigación sobre los beneficios de practicar un deporte tan completo como lo son las artes marciales mixtas demostrando que se puede superar cualquier prueba y curar los trastornos provocados por la presión laboral y escolar en el caso de estudiantes, que podrían resultar en consecuencias graves.

# CAPÍTULO 1

## LA HISTORIA DE LA UNAM

### 1.1. Antecedentes

“Las primeras noticias acerca del interés del arzobispo fray Juan de Zumárraga de que la Nueva España contara con una universidad datan de 1536. Pronto se sumó a esta iniciativa el virrey Antonio de Mendoza y la Corona dio una respuesta positiva en 1547.

Pero no fue sino hasta el 21 de Septiembre de 1551 cuando se expidió la Cédula de creación de la Real y Pontificia Universidad de México.

Su apertura tuvo lugar el 25 de Enero de 1553. Se organizó a imagen y semejanza de las universidades europeas de tradición escolástica, particularmente la de Salamanca.

En 1778 fue abierta la Real Escuela de Cirugía y en 1792 el Real Colegio de Minería. Dos años más tarde fue establecida la Academia de San Carlos, para el estudio de las Bellas Artes.

Al sobrevenir la época independiente, se suprimió el título de Real, ya que el rey de España dejó de tener soberanía en el país. Se le llamó entonces Universidad Nacional y Pontificia, para después quedar sólo con el nombre de Universidad de México.

Fue cerrada en los años de 1833, 1857, 1861 y 1865. No fue bien vista por los liberales, que la hacían ejemplo del retroceso.

El emperador Maximiliano la reabrió para luego clausurarla. Existían establecimientos para el estudio de la medicina, la ingeniería, la teneduría de libros, la arquitectura y la jurisprudencia, a los que se sumó más adelante la Escuela de Agricultura.

En 1867 el doctor Gabino Barreda estableció la Escuela Nacional Preparatoria, cuyo plan de estudios estaba completamente inspirado en el pensamiento de Augusto Comte. Su

puesta en marcha extinguió los restos de educación colonial que habían sobrevivido hasta el siglo XIX.

Los antecedentes inmediatos de la universidad mexicana moderna datan del proyecto presentado por Justo Sierra en la Cámara de Diputados el 11 de Febrero de 1881.

El 7 de Abril siguiente, lo refrendó ante la Cámara, con el apoyo de las diputaciones de Aguascalientes, Jalisco, Puebla y Veracruz. Como es sabido, su proyecto no prosperó, pero Sierra jamás abandonó la idea de establecer en México una Universidad Nacional.

En dicho proyecto, Sierra incluyó, como partes integrantes de la nueva institución, a las escuelas de Bellas Artes, de Comercio y de Ciencias Políticas, de Jurisprudencia, de Ingenieros y de Medicina, a la Escuela Normal, a la de Altos Estudios y a la Escuela Nacional Preparatoria y la Secundaria de Mujeres.

Sierra presentó de nuevo su proyecto en la apertura del Consejo Superior de Educación Pública, el 13 de Abril de 1902, y lo reiteró tres años más tarde ante el mismo organismo.

En el año de 1905 la idea adquirió mayor fuerza, a partir del momento en que la Secretaría de Instrucción Pública fue una realidad al quedar escindida de la antigua Secretaría de Justicia. Sierra pasó de subsecretario a titular de la recién creada dependencia del Poder Ejecutivo. El 30 de Marzo de 1907, dentro del marco del centenario de la Independencia, anunció que el presidente de la República estaba de acuerdo con la apertura de la Universidad Nacional.

Para que el proyecto fuera realidad, la Secretaría envió al pedagogo Ezequiel A. Chávez a Europa y a los Estados Unidos, en tres ocasiones, "para que analizara el funcionamiento de varias universidades".

De los estudios llevados a cabo por Chávez surgió el proyecto definitivo de la Universidad Nacional de México."

(Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), 2015)

## 1.2. Creación de la UNAM

“1910, en el mes de abril, Justo Sierra presentó, primero, la Ley Constitutiva de la Escuela Nacional de Altos Estudios, que formaría parte de la Universidad; después, el día 26 del mismo mes, el proyecto para la fundación de la Universidad Nacional.

La nueva institución estaría constituida por las escuelas Nacional Preparatoria, de Jurisprudencia, de Medicina, de Ingenieros, de Bellas Artes en lo concerniente a la enseñanza de la arquitectura y de Altos Estudios. Por fin, después de aprobado el proyecto, el 22 de septiembre tuvo lugar la inauguración solemne de la Universidad Nacional de México. Fueron "madrinas" de la nueva universidad mexicana las de Salamanca, París y Berkeley.

El primer rector de la institución fue Joaquín Eguía y Lis. A partir de esa fecha, se convirtieron en universitarios los profesores y estudiantes de las escuelas nacionales ya existentes. La apertura de la Universidad Nacional fue recibida con repudio por la vieja guardia del positivismo ortodoxo. Agustín Aragón y Horacio Barreda, desde las páginas de la Revista Positiva, atacaron a Sierra por atentar contra el progreso, porque la universidad era una institución de la etapa metafísica del desarrollo humano, la cual ya estaba superada en México.

La joven Universidad vivió sus primeros días en medio del estallido de la Revolución. Poco a poco, la crisis política provocada por el levantamiento de Francisco I. Madero incidió en la Universidad, ya que en el mes de marzo Porfirio Díaz pidió la renuncia a casi todo su gabinete con la excepción del secretario de Hacienda, Limantour y ello incluyó a Don Justo y a su fiel colaborador, Ezequiel A. Chávez, quien fungía como subsecretario.

Sierra fue sustituido por el licenciado Jorge Vera Estañol. Sin embargo, dos meses después, el 25 de mayo, don Porfirio presentó su renuncia. Con el arribo del nuevo presidente, Francisco León de la Barra, el doctor Francisco Vázquez Gómez ocupó la cartera de Instrucción Pública.

El licenciado Eguía y Liz seguía siendo rector de la Universidad. Los positivistas ortodoxos, Aragón y Barreda, presentaron a la Cámara de Diputados una iniciativa en la que solicitaron la desaparición de la Universidad Nacional de México y de la Escuela de Altos Estudios, de manera que siguieran existiendo las escuelas profesionales y la preparatoria en forma independiente, ya que resultaba dispendioso invertir presupuesto en una escuela como la de Altos Estudios cuando había que atender la demanda escolar de una población que requería instrucción básica. La XXV Legislatura no dio curso a la petición.”

(Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), 2015)

### 1.3. Concepto

“La Universidad Nacional Autónoma de México ha desempeñado un papel protagónico en la historia y en la formación de nuestro país. Las tareas sustantivas de esta institución pública, autónoma y laica son la docencia, la investigación y la difusión de la cultura. En el mundo académico es reconocida como una universidad de excelencia. La UNAM responde al presente y mira el futuro como el proyecto cultural más importante de México. La UNAM es un espacio de libertades. En ella se practica cotidianamente el respeto, la tolerancia y el diálogo. La pluralidad de ideas y de pensamiento es apreciada como signo de su riqueza y nunca como factor de debilidad.”

(Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), 2015)

La Universidad Nacional Autónoma de México, o mejor conocida como UNAM es una universidad pública mexicana reconocida por ser una de las mejores universidades de América Latina y de las más activas en materia artística, tecnológica y de investigación, esto sin mencionar que es una de las pocas universidades públicas que hay en nuestro país.



#### 1.4. Legislación

“La Ley Orgánica de la UNAM es el máximo ordenamiento jurídico que regula su personalidad, su estructura y su vida interna. En el artículo primero de dicha norma se establece que "La Universidad Nacional Autónoma de México es una corporación pública, organismo descentralizado del Estado, dotado de plena capacidad jurídica y que tiene por fines impartir educación superior para formar profesionistas, investigadores, profesores universitarios y técnicos útiles a la sociedad; organizar y realizar investigaciones, principalmente acerca de las condiciones y problemas nacionales, y extender con la mayor amplitud posible los beneficios de la cultura".

(Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), 2015)

## CAPÍTULO 2

### LA CARREA DE CONTADURIA

#### 2.1. Antecedentes

"Historia de la contabilidad

En la historia cuando las operaciones comerciales se hacían con un simple trueque y no eran liquidadas en el momento de recibir o entregar la mercancía aparece la contabilidad. La contabilidad y los contadores fueron necesarios para registrar las transacciones comerciales en donde la operación no era pagada en el momento de recibirla o entregarla.

El primer libro que se conoce sobre contabilidad data de 1494 editado en Venecia, Italia y desarrollado por Fray Luca Pacioli intitulado *Computis Et Escripturnis* (Tratado de las cuentas y escrituras) en que aparece una explicación sobre diversas operaciones comerciales que representan la contabilidad por partida doble en la actualidad.

El descubrimiento de América trajo consigo un extraordinario desarrollo comercial principalmente entre España y sus colonias.

Con motivo del 155 Aniversario de la Escuela Superior de Comercio y Administración del Instituto Politécnico Nacional realicé una investigación de la Historia Técnica de la Contabilidad y la Información Financiera en México en la que se determinan tres épocas de desarrollo.

La primera época corresponde a la contabilidad de los siglos XVI a finales del XIX que fue normada principalmente por las Ordenanzas de Bilbao aprobadas y conformadas por Don Felipe V en 1737 y Don Fernando VII, en 1814.

La segunda época, Desarrollo de la Contabilidad Mexicana está identificada entre 1890 y 1959 iniciándose con la emisión del Tercer Código de Comercio Mexicano en la Presidencia de Porfirio Díaz sustituyéndose las Ordenanzas de Bilbao cuya doctrina regulaba las operaciones mercantiles de esa época en gran parte del mundo. En 1891, Francisco de Padua Diez Barroso padre del contador público Fernando Diez Barroso, primer contador público de México en el prólogo de su obra Tratado general práctico de cuentas corrientes e interés señala "ha llegado la época de preparar las diversas obras de enseñanza de que carecemos, para ampliar los conocimientos de nuestra juventud y hacerla apta para el desempeño de las funciones de la carrera comercial".

Lo anterior describe claramente el inicio de una nueva época de desarrollo de la contabilidad y la información financiera en nuestro país.

La tercera época moderna con normatividad internacional se inicia en 1959 con la creación de la Junta de Principios de Contabilidad en los Estados Unidos de América.

En 1969, la Comisión de Principios de Contabilidad del Instituto Mexicano de Contadores Públicos emite los primeros Boletines de Principios de Contabilidad y nace una estructura contable financiera mexicana.

A partir del 1 de junio de 2004, la Comisión de Principios de Contabilidad deja de emitir los Boletines de Contabilidad donde se establecieron los fundamentos de la Contabilidad Financiera Mexicana y a partir de esa fecha se crea el Consejo Mexicano para la Investigación y Desarrollo de las Normas de Información Financiera (CINIF) que afectan económicamente a una entidad y que producen sistemática y estructuralmente información financiera. Las operaciones que afectan económicamente a una entidad incluyen las transacciones, transformaciones internas y otros eventos.

El CINIF tiene como función importante homologar las Normas de Información Financiera Mexicanas con las del resto del mundo para que la información que se produzca sea semejante en cualquier parte del mundo y define que "La contabilidad es una técnica que se utiliza para el registro de las operaciones".

(FERNÁNDEZ, CONTABILIDAD FINANCIERA 1: CONTABILIDAD BÁSICA,  
2008)

## 2.2. Concepto

“Definición. Se ha dicho que la contabilidad es la técnica de las cuentas aplicadas a los negocios, o bien que por contabilidad debe entenderse el sistema adoptado para llevar la cuenta y razón de las operaciones de las empresas públicas y privadas.

Los conceptos anteriores, más que una definición, constituyen una explicación de uno de los objetos de la contabilidad, por lo cual consideramos que ésta debe definirse como la técnica que establece las normas y procedimientos para registrar, cuantificar, analizar e interpretar los hechos económicos que afectan el patrimonio de los comerciantes individuales (personas físicas) o empresas organizadas como sociedades mercantiles (personas morales).”

(F., 2006)

“La contabilidad es una técnica que produce sistemática y estructuralmente información cuantitativa expresada en unidades monetarias, sobre los eventos económicos identificables y cuantificables que realiza una entidad a través de un proceso de captación de las operaciones que cronológicamente mida, clasifique, registre y resuma con claridad.”

(FERNÁNDEZ, 2008)

“Se ha dicho que la contabilidad es el lenguaje de los negocios, y en cierto modo así es. Mediante la contabilidad es posible hacer una narración coherente del desarrollo de toda actividad en la que se maneje alguna riqueza, se persigan o no fines de lucro.

La actividad económica es muy variada. En términos generales, puede considerarse que comprende dos grandes grupos de empresas: aquellas dedicadas a la producción, transformación y distribución de bienes, y aquellas organizadas para proporcionar servicios.

En el primero de estos grupos se encuentran la explotación de la tierra en todos sus aspectos: la agricultura, la piscicultura y la minería como fuentes de productos primarios, las fábricas en las que se transforman o industrializan esos productos y, finalmente, el comercio, que los hace llegar al consumidor.

El segundo grupo, quizá más numeroso que el primero, está formado por las empresas de servicio:

1. del Estado: administración pública en todas sus ramas.
2. públicas en general: transportes, comunicaciones, energía.
3. privadas: bancos, fianzas, seguros, profesiones, oficios y empleos.
4. sociales: escuelas, hospitales, templos, instituciones de beneficencia, centros deportivos, culturales y recreativos, etcétera.

En cualquiera de estas actividades se maneja riqueza, con o sin un propósito mercantil, con o sin fines de lucro. Sin embargo, siempre será necesario llevar "cuenta y razón" - cálculo y explicación de las actividades realizadas. Ésta es la misión reservada a la contabilidad, independientemente del procedimiento que se adopte para llevarla."

(PRIETO, 2007)

"Existen diversas definiciones de Contabilidad, definiciones que, en el transcurso del tiempo, la describen como un arte, como una ciencia, como una disciplina, etc.

Es indudable que la Contabilidad ha llegado a un grado de depuración jamás alcanzado en épocas anteriores; y es en virtud de este refinamiento de sus normas y principios que se la describe fundamentalmente como un proceso de razonamiento e interpretación. La Contabilidad es un problema de juicio, no de Aritmética.

Una de las más autorizadas definiciones de Contabilidad dice que "es el arte de registrar, clasificar y resumir de manera significativa y en términos monetarios, transacciones que son, en parte al menos, de carácter financiero, así como de interpretar los resultados obtenidos".

Se trata, pues, de registrar las transacciones de manera "significativa y en términos monetarios", para después clasificarlas, resumirlas e interpretarlas.

Ahora bien, para hacer que el registro de una operación sea significativo habrá que describir la operación; y para expresarlo en términos monetarios, habrá que calcularla, computarla, contarla."

(PRIETO, PRINCIPIOS DE CONTABILIDAD, 1966)

"Se dice que profesión es "f. Acción y efecto de profesar. Género de trabajo habitual de una persona, oficio: ejercer una profesión. (Sinón. Actividad, arte, carrera, ocupación, oficio. Ver empleo.) Conjunto de intereses de la colectividad de personas que ejercen un mismo oficio..."

De lo expresado anteriormente, podemos ver con claridad que una profesión es cualquier actividad realizada por una persona o conjunto de personas, las cuales velan por el interés de la actividad que realizan y de ellos mismos. Ahora bien, la contaduría pública será entendida, para estos efectos, como aquella actividad profesional desarrollada por licenciados en contaduría, personas estudiosas de la disciplina y que, mediante su paso por la universidad, adquieren un conjunto de conocimientos, para obtener el título correspondiente.

Es pertinente aclarar desde este momento que una vez adquirido el título de licenciado en contaduría o de contador público y al dar inicio a su actividad profesional propiamente dicha, el profesional obtiene una remuneración por los servicios que brinda a la comunidad, lo cual es correcto y cierto, tal como se desprende del concepto de

profesional que nos señala: "adj. Perteneciente a la profesión: fomentar la enseñanza profesional. Com. Dícese del escritor, pintor, músico, jugador deportivo, médico, ingeniero, contador, etcétera, que realiza su trabajo mediante retribución...". Desde este momento, el estudiante que inicia su carrera profesional debe tener presente que de ella habrá de obtener la remuneración que será su sustento para toda su existencia.

Por ello es conveniente que la inicie con entusiasmo y dedicación, entendiendo que, entre mayor conocimiento, calidad y habilidad personal, mejor retribución económica, posición profesional y personal, lo cual redundará en una mejor calidad de vida."

(LÓPEZ, 2002)



### 2.3. Perfil del contador

#### “La contaduría pública

La Ley de Profesiones indica que para poder ejercer una profesión es necesario formar parte de un colegio de profesionistas. La profesión está integrada por más de 60 colegios en la República en la que los contadores públicos de las diferentes localidades forman parte integral de su colegio que atiende las necesidades profesionales de sus socios.

Los colegios forman parte del Instituto Mexicano de Contadores Públicos que representan una Federación de Colegios con más de 20 mil contadores públicos en todo el país.”

(FERNÁNDEZ, CONTABILIDAD FINANCIERA, 2014)

“Es un profesional de calidad a nivel internacional que asesora, elabora, analiza, proyecta, revisa e interpreta información de la empresa como entidad económica, para facilitar a la dirección general, con una visión de competitividad en un sistema de globalización de mercados, la toma de decisiones y el desarrollo de estrategias administrativas a corto, mediano y largo plazo.

El contador público debe poseer una visión universal de los negocios. No es suficiente el conocimiento si éste no está asociado a una percepción y ubicación estratégicas de los negocios dentro de un contexto universal. El modo de hacer negocios en la actualidad ha dejado la parte operativa en un segundo plano. En cambio, saber dimensionar el papel clave del recurso humano en la generación de valor para la empresa y la sociedad y pensar en función del beneficio potencial, es decir, en la permanencia de la empresa en el largo plazo, es más importante. Las empresas líderes a nivel mundial están conformadas por grandes hombres ligados a grandes ideales.”

(PRIETO, 2007)

“El profesionista universitario debe reunir los siguientes requisitos:

- Poseer un conjunto de conocimientos especializados, adquiridos en un proceso educativo de nivel superior, que le brinden las bases teóricas y habilidades prácticas para analizar, tomar decisiones y resolver problemas de gran complejidad, ya sea técnicos, humanísticos, científicos o sociales.
- Ser analítico, crítico, objetivo, reflexivo, abierto a diferentes alternativas, responsable, creativo, propositivo, emprendedor y, por ello, contar con autoridad profesional.
- Tener actitud de servicio que lo lleve a producir riqueza intelectual y material para contribuir tanto al mejoramiento de la vida social como a la solución de la problemática nacional en el ámbito de su competencia.
- Actuar ética y responsablemente en su desempeño profesional, a partir de la conciencia de que su actividad y sus decisiones tienen consecuencias en razón de la importancia de los asuntos que le son encomendados, así como de las repercusiones de sus acciones y conocimientos.
- Aunado al concepto de profesión, a los requisitos que debe poseer un profesional universitario y al conocimiento de que la contaduría pública es una actividad profesional que requiere el curso de esta licenciatura en una universidad, instituto tecnológico o cualquier centro educativo de nivel superior, es necesario que el estudiante conozca desde este momento los requisitos que demanda una profesión.”

(LÓPEZ, 2002)

“Podemos expresar que la contaduría pública, definida como una profesión, es aquella disciplina que satisface las necesidades de información financiera de los diversos usuarios o interesados en ella; la contabilidad, como rama de la contaduría pública, controla y presenta la información financiera mediante los estados financieros, mismos que son empleados por los directivos de tales entidades, para fundar y posteriormente tomar decisiones en beneficio de la empresa.”

(FERNÁNDEZ, CONTABILIDAD FINANCIERA 1: CONTABILIDAD BÁSICA, 2008)

## 2.4. Tipos de contabilidad

“La contabilidad tiene como propósito básico proveer información útil acerca del ente económico, para facilitar la toma de decisiones de los usuarios (accionistas, patrocinadores, órganos de supervisión y vigilancia corporativos, internos o externos, administradores, proveedores). Como resultado, ya que la contabilidad sirve a un conjunto de usuarios, se originan diversas ramas, entre las cuales figuran las siguientes, consideradas en forma enunciativa, no limitativa:

- Financiera
- administrativa
- fiscal
- de costos
- gubernamental.

A continuación, se identifica cada una, así como sus características más relevantes.

- Contabilidad financiera:

Está compuesta por una serie de elementos tales como sus normas de registro, criterios de contabilización, formas de presentación. Expresa en términos cuantitativos y monetarios las transacciones que realiza una entidad, así como ciertos acontecimientos económicos que le afectan, con el fin de proporcionar información útil y segura a usuarios internos y externos para la toma de decisiones. Los principales informes que emite son estados financieros: balance general, estado de resultados, estado de movimientos en las cuentas de capital y estado de cambios en la situación financiera.

- Contabilidad administrativa:

Es una clasificación de la contabilidad en la cual la información emitida se encuentra al servicio de las necesidades internas de la administración, orientada a facilitar las funciones administrativas internas de planeación y control, así como la toma de decisiones.

Los informes emitidos permiten comparar el pasado de la empresa (cómo era), con el presente (cómo es) y, mediante la aplicación de herramientas o elementos de "control",

prever y planear el futuro (cómo será) de la entidad. Estos son los principales informes que emiten: datos e informes operativos detallados como presupuestos, análisis de costos, informes de control.

- Contabilidad fiscal:

Sistema de información diseñado para dar cumplimiento a las obligaciones tributarias de las organizaciones respecto de un usuario específico: el gobierno.

Comprende el registro y la preparación de informes tendientes a la presentación de declaraciones y el pago de impuestos. La información que emite es todo tipo de declaraciones de impuestos.

- Contabilidad de costos:

Es una rama importante de la contabilidad financiera que, implantada e impulsada por las empresas industriales, permite conocer el costo de producción de sus productos, así como el costo de venta de tales artículos y, fundamentalmente, la determinación de los costos unitarios; es decir, el costo de cada unidad de producción, mediante el adecuado control de sus elementos. La información que emite corresponde al control de inventarios como materia prima, producción en proceso o producto terminado.

- Contabilidad gubernamental:

Incluye la contabilidad llevada por las empresas del sector público de manera interna (secretarías de Estado o cualquier dependencia de gobierno) y la contabilidad nacional en la cual se resumen todas las actividades del país, incluyendo sus ingresos y gastos.”

(PRIETO, 2007)

## 2.5. Áreas de conocimiento que apoyan a la contaduría

“Como todas las disciplinas sociales, la contaduría pública no es autosuficiente. El cumplimiento de sus objetivos se apoya en otras con carácter de auxiliares.

- a) Administración. Estudia la optimización de los recursos al servicio de una entidad económica.
- b) Derecho. Precisa el marco legal de una entidad económica.
- c) Economía. Indica los factores que conforman la riqueza de un país.
- d) Finanzas. Determina la óptima obtención y aplicación de los recursos materiales en una entidad económica.
- e) Fiscal. Establece la relación entre una entidad económica y el Estado; se encarga principalmente del pago de impuestos.
- f) Informática. Diseña e implementa los sistemas de información en general.
- g) Psicología. Evalúa la realidad individual de los recursos humanos en las entidades económicas.

De acuerdo a lo señalado anteriormente es de suma importancia la preparación en el área contable de otros profesionales del área de negocios (ingenierías, mercadotecnia...), algo necesario para establecer una comunicación efectiva con el área de contabilidad y finanzas.

Lo anterior reviste que un usuario conocedor de la contabilidad, de sus objetivos y bondades, utilizará la información contable para tomar las decisiones que mejorarán a la empresa.”

(PRIETO, 2007)

## 2.6. Beneficios

### “1. Independencia laboral

La contaduría pública es una de las carreras que brinda la facilidad para trabajar como independiente. Lo único que necesitas es ser realmente bueno en lo que haces y brindar un servicio único.

La contaduría pública te da la posibilidad rápidamente de ser un consultor contable, pues muchas empresas no obligan al contador a trabajar de planta, prefieren ser asesorados freelance; así que podrás trabajar desde tu casa u oficina.

Actualmente existen empresas que ofrecen alquiler de oficina por horas; por ejemplo, Wework. De esta forma no necesitas invertir dinero en establecimientos, tienes la libertad de ir a donde quieras y atender a tus clientes en cualquier lugar. De hecho, la mayoría de veces es el contador quien va a la oficina del cliente para atender sus solicitudes.

### 2. Tiempo para aprender

Ser contador público es una gran alternativa y a la vez un gran reto. Esta carrera requiere que te capacites constantemente. Las leyes y normas tributarias suelen cambiar; por lo tanto, debes estar actualizado con los cambios para responder a tiempo con todas las solicitudes de tus clientes.

Si trabajas como contador FreeLancer o independiente, tendrás tiempo para seguir aprendiendo y hacer más cosas que desees. Lo importante es que sepas organizar tu tiempo y lo aproveches al máximo.

Si decides ser contador independiente atenderás empresas de todo tipo y cada una tendrá requerimientos diferentes. Aunque esto exija que sigas formándote, también es una gran oportunidad para crecer profesionalmente porque adquirirás un gran conocimiento y una experiencia enorme.

### 3. Actualización tecnológica

Actualmente existen muchas herramientas tecnológicas para los contadores; como un software contable. Por ejemplo, Siigo tiene un software en la nube gratuito llamado Portal Contador, allí puedes registrarte y llevar asesorías sin ningún costo.

### 4. Ingresos altos

Puedes trabajar vinculado en una compañía y al tiempo asesorar empresas fuera de tu trabajo. Si haces esto, asegurarás buenos ingresos. No obstante, debes recordar que hacerlo demandará mucho tiempo, por lo tanto, es bueno que desde ya aprendas a administrar bien este recurso.

Si decides dedicarte exclusivamente a ser consultor contable, tu trabajo además de asesorar será conseguir nuevos clientes. Esta es la forma de aumentar tus ingresos. Conseguir nuevos clientes también demandará mucho tiempo de tu parte.

Es importante que cuentes con las herramientas adecuadas porque si haces todo manualmente llegará el punto de saturación. Y en algún momento no podrás con tanto trabajo. Por lo tanto, para que disfrutes siendo contador público complementa tu trabajo con estas herramientas.

### 5. Para un contador siempre habrá trabajo

Todas las empresas, organizaciones y entidades necesitan un contador público, esto quiere decir que es poco probable que te quedes sin trabajo. Recuerda que esto depende también de tu integridad como profesional.

Como contador público tienes diversas opciones para vincularte en el mundo laboral:

- Sector público;
- sector privado;
- ONG;
- fundaciones; y
- muchas más.

Al principio es importante adquirir experiencia, si estás pensando en ser contador independiente es bueno que primero tengas el conocimiento práctico que puedes adquirirlo vinculándote directamente en una compañía.

Ser contador público vale la pena porque tienes muchas salidas laborales y tienes varias opciones para elegir.”

(siigo, 2017)



## 2.7. Desventajas

“Al igual que toda carrera las desventajas de estudiar contabilidad lleva ciertas responsabilidades en cuanto al trabajo que se realiza en la profesión. Es por eso, que usted debe tomar las precauciones de alerta en caso de verse perjudicado o falta de preparación.

### 1. Actualizarse constantemente

El actualizarse quizás para algunas personas no llegue a ser una desventaja, debido a que les gusta mantenerse con conocimiento fresco. El contador público en el ejercicio de su profesión debe mantenerse actualizado, en cuanto a las nuevas normativas empresariales, reglamentos y decretos que aplican a la contabilidad, ya que es de su incumbencia conocerlas como profesional.

El manejar la tecnológica computarizada en la actualidad va de la mano con el profesional contable, debido a los nuevos sistemas que se utiliza para trabajar con la contaduría. Por otro lado, están las capacitaciones que aportan conocimiento al contador público y además mantiene su conocimiento al día para ponerlas en práctica en sus funciones laborales.

### 2. Ser ponderoso en algunas ocasiones

Como toda profesión requiere de un trabajo arduo y dedicado, la contabilidad también es de necesario esfuerzo laboral para obtener éxito profesional. Sin embargo, hay momentos pocos glamurosos donde el trabajo de la contabilidad puede ser pesado o vasto, debido al gran volumen en manejos numéricos y de análisis financiero. Pero, tomar en cuenta que para otras personas esto puede ser interesante y sacar una gran ventaja de ello, recuerde que es su fuente laboral y que dependerá de su trabajo los resultados como profesional.

### 3. Las épocas de trabajo

Las temporadas de mucho trabajo de un contador público por lo general son en el momento de cierre de gestión de cada empresa. Existen etapas de mucho trabajo que le obliga al contador profesional trabajar de manera extra para cumplir con la presentación de informes financieros de acuerdo a la fecha indicada en ley. Una de las desventajas poco agradable para el contador público son las fechas límites de presentación de información. Sin embargo, para sacar un beneficio de esta desventaja, una vez terminando con su presentación de cumplimiento, también entra la etapa de descanso del contador y se puede dar su tiempo de relajación en cuanto al trabajo.

### 4. El estrés

Un contador público autorizado es el encargado de manejar la situación financiera de una empresa y por lo tanto la responsabilidad que lleva en su poder puede causar el estrés personal, ocasionando problemas de salud mental y demás afectos perjudiciales para la profesión. Sin embargo, esta desventaja que tiene la profesión contable depende mucho de la responsabilidad y ocupación que tiene el contador público. Pero, de todas formas, es necesario tomar un equilibrio para no causar efectos secundarios que dañarían nuestra salud y profesión.”

(el contador profesional, 2021)

El estrés en la vida de un estudiante de la licenciatura de contaduría

“¿Sabías que, según estudios de la UNAM, alrededor de 60% de los alumnos universitarios en México sufren de estrés relacionado con sus estudios?

El estrés académico es cada vez más común entre estudiantes universitarios y es definido como aquel que genera las demandas propias del ámbito educativo.

Esto no quiere decir que el estrés sea algo negativo, al contrario, es una reacción natural que necesitamos en nuestro día a día para movilizarnos, crecer, cumplir con nuestras obligaciones y seguir desarrollándonos en lo personal y profesional. El estrés empieza a ser un problema cuando es una constante en nuestra vida o llega a niveles que nos paralizan o provocan otro tipo de reacciones y malestares.

Los expertos en el tema identifican varios aspectos que intensifican el estrés académico, entre estos encontramos: la presión por tener éxito académico, la incertidumbre del campo laboral, la competitividad cada vez mayor y la saturación de contenidos y materias de los planes de estudios. También se señalan algunos aspectos más personales que pueden provocar estrés, como la sensación de haber realizado una elección de carrera equivocada o no tener claro un perfil profesional personal.

Algunas consecuencias del estrés académico constante pueden ser: bajo rendimiento académico, falta de motivación para los estudios o actividades extracurriculares, enfermedades físicas (problemas estomacales, migrañas, infecciones, etc.), o mentales (ansiedad o depresión).

Comprender cuáles son los elementos que producen estrés en nuestra vida académica y cómo podemos afrontarlos y manejarlos, son herramientas que fortalecen nuestro quehacer académico, disminuyendo los efectos negativos de la presión a la que estamos sometidos como estudiantes universitarios. Esto también nos permite disfrutar nuestro trayecto formativo y las tantas actividades que podemos encontrar a su alrededor.”

(Filloy, 2019)

# CAPÍTULO 3. LA CONTADURIA PARA LA TOMA DE DECISIONES

## 3.1. Importancia

Los registros contables nos sirven como un récord histórico, informan sobre el comportamiento de la entidad a través del tiempo, nos permite comparar entre períodos determinados la situación del negocio, de un año a otro, con el presupuesto, por línea de producción, por distribución de productos, por centro de costo u otras comparaciones que se requiera, dependiendo de los requerimientos o de las motivaciones de la dirección o de la gerencia, la información contable permite crear y modificar la riqueza del empresario.

Podemos decir manifestando que la contabilidad no es un fin dentro una entidad, sino más bien es un medio para lograr un fin. Una contabilidad bien organizada informa oportunamente sobre los resultados del negocio, si se está ganando o perdiendo en la inversión que se efectuó.

(asociados, 2023)

La toma de decisiones es el proceso mediante el cual debemos considerar diferentes alternativas en diferentes situaciones con el fin de resolver cualquier tipo de circunstancia.

### 3.2. Objetivo

Una contabilidad correcta no solamente implica números, cargos y abonos, balanzas y estados financieros; detrás se encuentra el trabajo que nos ayudará a la toma de decisiones estratégicas para cada uno de los departamentos de la entidad económica, dependiendo directamente de las necesidades y objetivos de esta que sean alcanzables.

La contabilidad es información segmentada y clasificada de acuerdo a la naturaleza de la operación, debido a que se encarga de cuantificar, medir y analizar las operaciones que realiza cualquier empresa o entidad económica con la finalidad de hacer más sencilla la toma de decisiones financieras; debido que muestra de manera cuantitativa nuestros bienes, derechos y obligaciones.

No podemos olvidar que en la actualidad: la información es poder. Si esta información es usada de manera adecuada, nos permite que la empresa detecte debilidades, amenazas, así como fortalezas y oportunidades. Con la contabilidad, podremos proponer diferentes escenarios, enfocando la necesidad específica desde diferentes puntos; de esta manera se podrá ir descartando todo escenario o acción que resulte menos efectivo para la necesidad en cuestión.

(Alcala, 2019)

### 3.3. Áreas de mejora dentro de una empresa

En qué aspectos la contabilidad ayuda a tomar decisiones estratégicas

Es necesario entonces conocer los principales aspectos en los que influye la información proporcionada por la contabilidad financiera para la toma de las mejores resoluciones a mediano y largo plazo.

#### 1. Asignación de recursos

El manejo eficiente de cada una de las cuentas te indicará en todo momento los rubros a los que debes inyectar recursos, así como los medios adecuados para lograrlo. En términos simples, un análisis bancario minuciosamente detallado deberá ser contrastado con el informe de proveedores y acreedores antes de elaborar el calendario de pagos del siguiente periodo.

Por otra parte, el informe de movimientos de capital te indicará si es adecuado financiar algunas deudas con parte del mismo, o bien, si es posible esperar hasta la siguiente absorción de recursos financieros para llevar a cabo dicho financiamiento. Por esa razón es importante siempre que tengas estados financieros consolidados.

#### 2. Aprovechamiento de nuevas oportunidades

El análisis profundo de los activos y pasivos de la empresa te indicará la salud financiera de la misma. Por lo tanto, un resultado positivo traducido en utilidades netas te permitirá aprovechar oportunidades para invertir en nuevos mercados financieros sabiendo exactamente con qué cantidad de capital lo harás, y los beneficios potenciales que obtendrás.

#### 3. Producción de nuevos bienes y servicios

Una de las decisiones estratégicas más importantes que los CEO o altos mandos pueden tomar, basados en la información proporcionada por la contabilidad empresarial, es la producción de bienes y servicios alternativos que complementen a los actuales o los sustituyan totalmente. En esta resolución intervienen algunos factores:

## Análisis de inventarios

De acuerdo con nuestro giro principal observaremos el comportamiento de los principales productos para medir su rotación y nivel de ventas. Por ejemplo, una comercializadora de productos para la higiene personal, en base a estas cifras optará por retirar del mercado una línea de desodorantes que no genere las ganancias esperadas, mientras al mismo tiempo estudian la posibilidad de producir alguna novedosa crema facial limpiadora con suficientes posibilidades de éxito.

## Análisis de costos - volumen- utilidad

Es otro informe esencial para la toma de decisiones a largo plazo, entre las que se encuentran la fijación de precios de venta y estrategias específicas para cada tipo de mercado. En este análisis se detallan los márgenes de contribución de cada producto, lo que permite decidir en qué procesos de producción se asignaran más recursos y cuáles ya son obsoletos para los objetivos generales de la compañía.

## 4. Proyección de ventas y utilidades

Los datos históricos que la contabilidad muestra son el punto de partida para la planeación del siguiente ciclo productivo:

Los ingresos por producto o servicio son el dato más importante para la proyección de las cifras de venta del siguiente ciclo fiscal. De antemano ya sabes la demanda que cada uno de ellos tiene en cada estación del año, así como el comportamiento de tus principales clientes. Sin embargo, hay otros factores que también intervienen, tal como se explica en el siguiente punto.

Factores macroeconómicos. Deben ser tomados en cuenta para el resultado final y entre ellos se encuentran principalmente los niveles de inflación, tipos de interés y cambios en la legislación fiscal que influyan en tus procesos o políticas comerciales.

La combinación de los datos anteriores te permitirá realizar una adecuada proyección de ventas y utilidades netas con suficiente anticipación, siempre y cuando cada informe contable esté actualizado a la fecha más reciente.

## 5. Cambios importantes en instalaciones y bienes inmuebles en general

La información contable también te indica el momento exacto para realizar cambios sustanciales en este aspecto:

Venta, renta y adquisición de bienes inmuebles. La depreciación de este tipo de activos y la funcionalidad de los mismos ayudará a tomar la decisión de arrendarlos total o parcialmente, o bien venderlos en su totalidad a un tercero. De la misma forma, planearemos la adquisición de nuevos bienes que nos ayuden a cumplir con nuestras metas empresariales a largo plazo.

Mantenimiento de las instalaciones actuales. Es de suma importancia que todos y cada uno de los departamentos y plantas productivas operen con total eficiencia. Por lo mismo, resulta trascendental presupuestar el mantenimiento general y cambios necesarios en los mismos periódicamente, luego del análisis contable de cada uno de estos bienes raíces.

La contabilidad empresarial es la herramienta más valiosa para tomar aquellas decisiones que envuelven la mayor cantidad de tiempo y recursos, las mismas que afectarán directamente a la compañía durante un extenso periodo de tiempo. Por consiguiente, es necesario estudiar con cuidado las cifras y movimientos que te indicarán el camino a seguir en el momento que sea necesario.

(Herrera, 2023)



### 3.4. Utilidad en la vida

La contabilidad también influye en nuestras vidas diariamente, cuando hacemos algún negocio, adquirimos algún tipo de préstamos, y para obtener bienes tanto materiales como no materiales. En cualquier situación que se nos presente en la vida cotidiana necesitamos de la contabilidad.

El control de nuestros gastos en la familia resulta algo fácil de hacer ya que basta con un cuaderno en el cual anotemos nuestros ingresos y gastos más el dinero que tengamos para cualquier emergencia, esto puede resultar útil ya que tendremos el dinero controlado y podemos guardar dinero para que no se acabe antes de fin de mes.

Nosotros somos pequeñas empresas

El origen de la contabilidad resulta difícil de explicar, ya que su aparición fue lenta y a medida que la gente y los pueblos iban desarrollando sus economías, surgió la necesidad de tener un control de lo que se tenía lo cual tuvo como consecuencia un proceso evolutivo que los llevó a crear un sistema contable simple, para tener una mejor organización de sus pertenencias y obligaciones.

Esto nos demuestra la dimensión de la necesidad contable, que a pesar de no tener muchos de nosotros el conocimiento fundamental sobre esta ciencia la aplicamos a diario en nuestra vida.

Poco a poco esta herramienta se fue convirtiendo en algo útil. Hoy en día es un requisito que se debe tener en cuenta para manejar la parte financiera.

Cuando devengamos algún sueldo debemos hacer un presupuesto en base a nuestras obligaciones para que éste nos alcance a cubrirlas, como son: los servicios, la alimentación, la universidad, el alquiler, gastos médicos, entre otros.

En fin, la contabilidad es una herramienta necesaria no solamente en las empresas, sino también en nuestras vidas, porque todo gira en torno al dinero y la economía, lo ideal sería hacer un presupuesto de nuestros gastos para no sobre girarnos y no tener que recurrir a créditos innecesarios.

## LA CONTABILIDAD NO ES SOLO PARA UNA EMPRESA

(Persona jurídica)

Es de gran importancia porque en cualquier momento de mi vida estoy manejando la contabilidad, aunque uno no se dé cuenta como por ejemplo cuando vas de compra muchas veces solo piensas en ir de compras, pero no piensas en un presupuesto o en algunas cotizaciones o hasta en costos, gastos o en inversiones.

Lo mismo pasa cuando quieres sacar un crédito en un banco muchas veces lo único que preguntas a otras personas es si es bueno o no y ellas simplemente contestan de que si lo es o que te conceden el crédito rápido, ¿muy bueno cierto?

Pero no se dan cuenta de las tasas de interés o en plazo para el pago o la cantidad de dinero que tienen que depositar al mes.

Cuando te van a pagar el sueldo, ¿tienes en cuenta como lo vas a dividir? En gastos necesarios, innecesarios, inversiones y ahorros O simplemente lo tomas y pagas servicios, mercado, arriendo si lo tienes y lo demás lo malgastas. Cuando tú vas hacer un préstamo tú tienes que mirar bien el porcentaje de tasa de interés que vas a cobrar, que no sea ni tan alto o ni tan bajo.

(Leon, 2019)

### 3.5. Transparencia

Una buena gestión contable facilita la toma de decisiones a la dirección de la empresa, a las diferentes áreas funcionales y a los usuarios externos de la contabilidad.

Es fundamental que la contabilidad esté libre de errores, ya que, si estos existen y son relevantes, las decisiones que se tomen pueden no ser acertadas.

Una deficiente gestión contable y una contabilidad con errores distorsionarán la imagen fiel de la empresa y pueden surgir problemas por todos lados.

Problemas derivados de una deficiente gestión contable

Algunos problemas ocasionados por una contabilidad deficiente pueden ser los siguientes:

Problemas con Hacienda, al realizarse y determinar mal las liquidaciones tributarias.

Disgustos con los socios, que se pueden sentir engañados.

Problemas de liquidez, al dificultarse el acceso a la financiación.

Tensiones de tesorería, por deficientes previsiones de tesorería.

Problemas derivados de la toma de decisiones erróneas, etc.

Y es que la contabilidad va más allá que un “simple” asiento contable. Sin un correcto registro de los distintos apuntes contables, la empresa no dispondrá de información fiable para tomar decisiones y puede acabar teniendo graves problemas.

Una de las principales funciones de los directores financieros y jefes de contabilidad es convertir la contabilidad en información útil para la toma de decisiones.

Las cuentas anuales facilitan la toma de decisiones.

La contabilidad se resume en las cuentas anuales, que deben contener, como mínimo, los siguientes elementos:

Balance de situación. Es una fotografía del estado financiero de una empresa en una fecha determinada. En el balance se puede ver rápidamente lo que tiene la empresa

(activo), lo que debe (pasivo) y su capital (patrimonio neto). Si se sabe leer un balance, se puede ver si la estructura financiera de la empresa es la adecuada, pudiendo ver, por ejemplo, si los activos más líquidos que tiene la empresa son suficientes para hacer frente a los vencimientos de las deudas a corto plazo.

Cuenta de resultados o de pérdidas y ganancias (PyG). Es un instrumento de análisis de la posición económica de una empresa. En la cuenta de PyG se resumen todos los ingresos y gastos que genera una organización durante un ejercicio contable. En ella se puede apreciar la capacidad de la empresa para generar beneficios y su estructura de ingresos y gastos.

Memoria. La memoria amplía y comenta la información contenida en los otros documentos que integran las cuentas anuales. En ella se desglosan y detallan determinadas partidas del balance y de la cuenta de resultados, con el objeto de facilitar la comprensión de la situación patrimonial de la empresa, de sus resultados y conocer la aplicación de estos.

Con la información que nos proporcionan los datos contables que vamos registrando, podemos ver la contabilidad desde diferentes planos:

Contabilidad financiera: nos permite saber de forma fehaciente la situación y composición del patrimonio de nuestra empresa. Gracias a la contabilidad financiera podemos controlar la evolución de la empresa.

Contabilidad analítica: se dedica principalmente a captar, medir, registrar, valorar y controlar los costes internos de la empresa. Gracias a la contabilidad analítica podemos decidir nuestra política de producción, ventas, precios, etc.

Contabilidad desde el punto fiscal: nos ayudará a efectuar las liquidaciones de impuestos de nuestra empresa. Gracias a ella podemos cumplir con las obligaciones fiscales de la empresa.

Contabilidad presupuestaria: permite registrar, clasificar y resumir las operaciones relativas al presupuesto de nuestra empresa con la finalidad de ejecutar el presupuesto aprobado y cumplir con las metas y objetivos fijados en su plan operativo. Gracias a ella

podemos planificar los recursos de la empresa, detectar necesidades de financiación y analizar las desviaciones del presupuesto.

Contabilidad desde el punto de vista de la tesorería: Pero también tenemos que tener en cuenta otros conceptos como la gestión de la tesorería. Gracias a la contabilidad utilizada desde el punto de vista de la tesorería podemos cumplir con los compromisos de pago, aplicar excedentes de tesorería y detectar necesidades financieras a corto plazo.

(Cigoña, 2023)

### 3.6. La toma de decisiones en base a análisis de datos

La toma de decisiones en base a análisis de datos

Dentro de una empresa, teniendo un puesto de alto mando tenemos la responsabilidad de tomar decisiones acertadas en base a análisis de datos sobre las ventas y utilidad considerando el margen de utilidad que pueda tener cada producto en base a una razón financiera que nos permitirá planificar las estrategias de ventas más efectivas sinérgicamente sobre el progreso de actividades y el alcance de los objetivos que hayan sido establecidos con anterioridad.

A continuación, un ejemplo de un reporte de ventas utilidad

La empresa “las ricas aguas de Jamaica” es una pequeña empresa dedicada a la producción y venta de aguas de sabor, esta tiene planeado abrir una sucursal nueva, por lo que es necesario conocer la demanda de sus aguas por cada producto, para en base a eso tomar la mejor decisión en cuanto a costos de producción y que la apertura de la nueva sucursal sea todo un éxito.

La entidad presenta el siguiente reporte de ventas utilidad:

Al observar este reporte podemos afirmar lo siguiente:

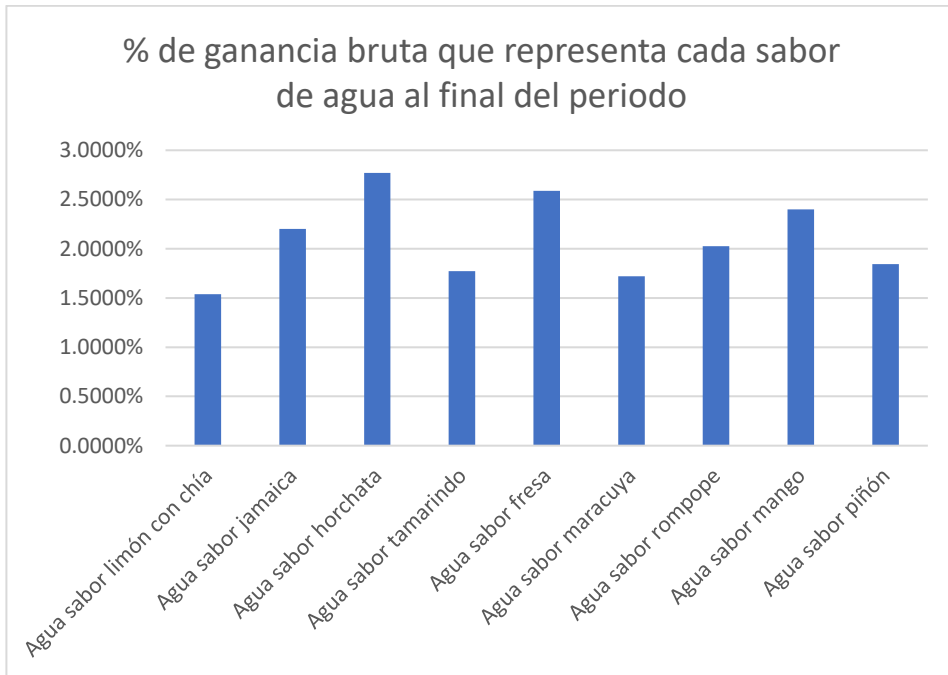
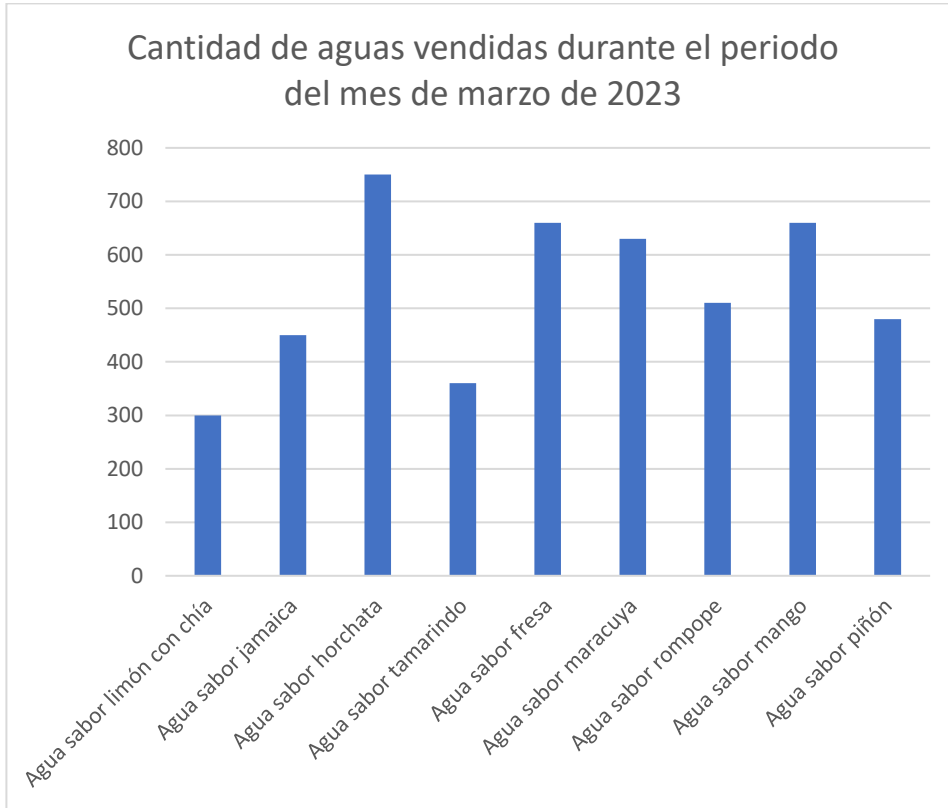
El costo del agua más económica por unidad es la de limón con chía, pero no necesariamente es la que nos da más utilidad al fin del mes.

El agua que más se vende es la de sabor horchata, que, comparada con su costo de producción, si es la que mayor rendimiento nos deja al final del mes.

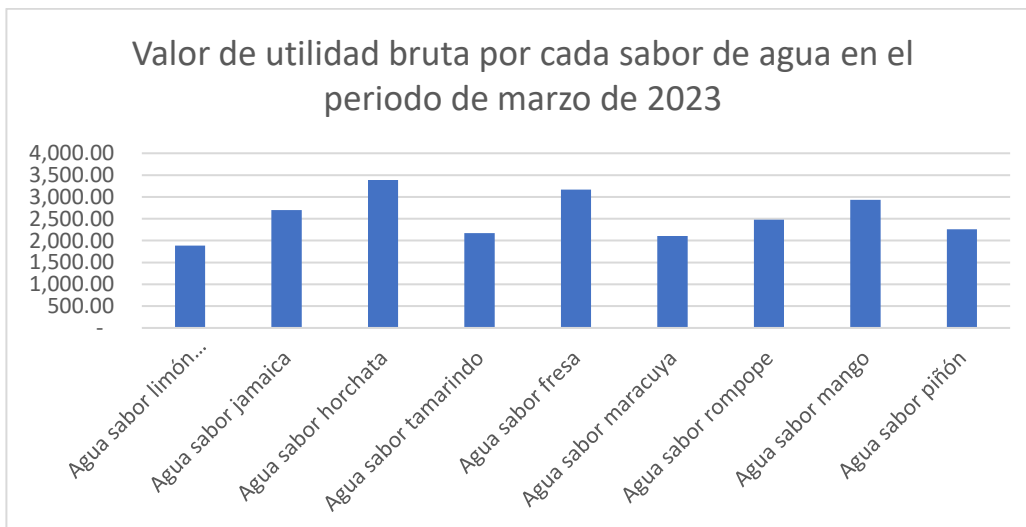
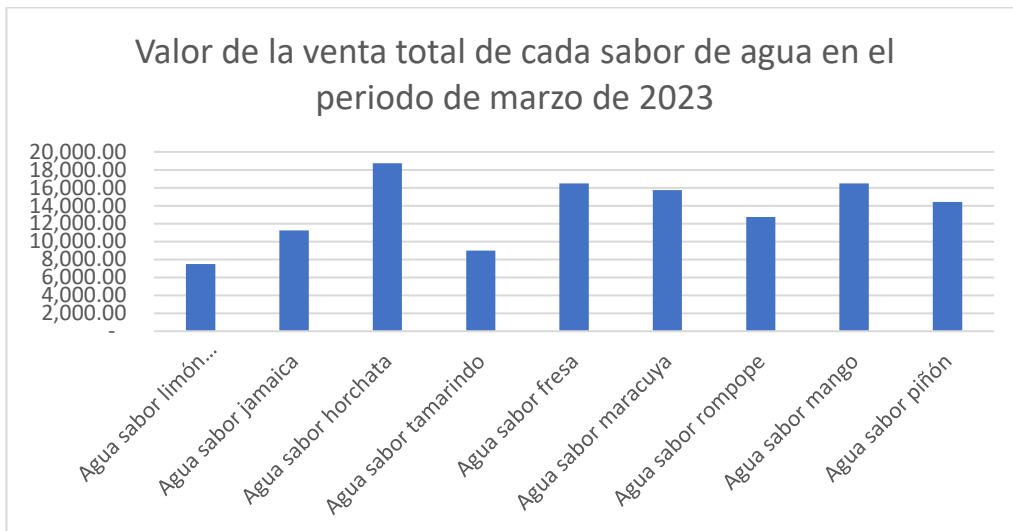
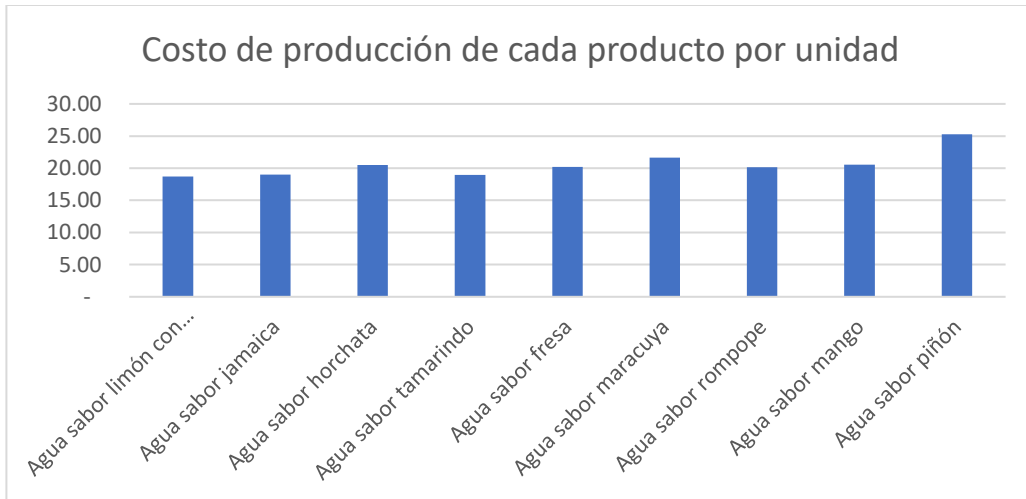
Entendido esto, para la apertura de la nueva sucursal la estrategia será darle prioridad a la producción de agua sabor horchata.

Reporte de ventas registrado durante el mes de marzo del año 2023									
Cantidad	producto	Costo por producto	Costo total	Precio de venta por unidad	Venta	utilidad bruta	% Ganancia bruta		
300	Agua sabor limón con chia	18.72	5,616.00	25.00	7,500.00	1,884.00	1.5392%		
450	Agua sabor jamaica	19.01	8,554.50	25.00	11,250.00	2,695.50	2.2022%		
750	Agua sabor horchata	20.48	15,360.00	25.00	18,750.00	3,390.00	2.7696%		
360	Agua sabor tamarindo	18.97	6,829.20	25.00	9,000.00	2,170.80	1.7735%		
660	Agua sabor fresa	20.20	13,332.00	25.00	16,500.00	3,168.00	2.5882%		
630	Agua sabor maracuya	21.66	13,645.80	25.00	15,750.00	2,104.20	1.7191%		
510	Agua sabor rompopo	20.14	10,271.40	25.00	12,750.00	2,478.60	2.0250%		
660	Agua sabor mango	20.55	13,563.00	25.00	16,500.00	2,937.00	2.3995%		
480	Agua sabor piñón	25.30	12,144.00	30.00	14,400.00	2,256.00	1.8431%		
4,800.00	Total	185.03	99,315.90		122,400.00	23,084.10			

Su interpretación gráfica es la siguiente:







### 3.7. Ejemplo práctico


Para la correcta toma de decisiones en el ámbito contable es esencial analizar los estados financieros de la empresa, en este caso tenemos aquí un estado de resultados de una empresa x en el cual podemos observar que tiene un buen costo de ventas de 40%.


El estado de resultados nos dice que tenemos los gastos de venta un poco altos los cuales se podrían reducir tal vez en los métodos de distribución de la entidad dependiendo el giro que tenga y los recursos de los que disponga para distribuir sus ventas, sus gastos de administración considero que están saludables pues se mantienen en un 16% en comparación con las ventas por lo que la decisión que podemos tomar sería reducir los gastos de ventas como lo podrían ser gasolineras, casetas, mejorar rutas de distribución entre otros factores relacionados directamente con las ventas.

ESTADO DE RESULTADOS DE LA ANONIMA SA DE CV DEL 1 AL 31 DE ENERO DEL 2023				
VENTAS ASIENTO DE AJUSTE	130,000.00			
MENOS:COSTO DE VENTAS	- 52,000.00			
UTILIDAD BRUTA		78,000.00		
GASTOS GENERALES:				
GASTOS DE VENTA	- 32,000.00			
GASTOS DE ADMINISTRACION	- 21,000.00			
PTU	- 2,400.00			
OTROS INGRESOS Y GASTOS NETOS	5,000.00	- 50,400.00		
UTILIDAD DE OPERACIÓN			27,600.00	
RESULTADO INTEGRAL DE FINANCIAMIENTO			- 6,000.00	
UTILIDAD ANTES DE IMPUESTOS				21,600.00
IMPUESTO A LA UTILIDAD (ISR)				6,480.00
UTILIDAD DEL EJERCICIO				15,120.00

Las notas que acompañan a los estados financieros son parte integral de éstos.

  
David Bojanini García  
Representante Legal

  
Luis Fernando Soto Salazar  
Contador  
T.P. 16951-T

  
Mariana Milagros Rodríguez  
Revisor Fiscal  
T.P. 112752-T  
Designada por Ernst & Young Audit S.A.S. TR-530  
(Véase mi informe del 14 de noviembre de 2019)

Analizando este estado de situación financiera de una empresa x podemos observar que tiene buena liquidez en el activo, tiene fondos de inversión por cualquier eventualidad no prevista que pudiese afectar la capacidad económica de la empresa haciendo énfasis en los cetes los cuales son un fondo de inversión muy seguro con un riesgo mínimo, vemos que su saldo en almacén es razonable pues no es muy alto, lo que significa que si tiene una rotación de mercancía idónea, si el saldo en almacén fuera muy alto tendríamos que averiguar por qué no está saliendo la mercancía y en base a eso tomar una decisión.

Podemos ver que la empresa invierte en publicidad, lo que nos da a entender que tiene buenas ventas, de no ser así tendríamos que indagar las razones de por qué no existirían las ventas esperadas, pues podrían existir desviaciones.

Fijándonos en el pasivo podemos observar nuestro saldo en proveedores un poco alto, lo cual significa que nos hemos tardado en pagar las mercancías que hemos adquirido a nuestros proveedores lo que nos obligaría a tomar una decisión de liquidar nuestras deudas a nuestros proveedores para así poder tener a futuro una mayor capacidad de crédito con nuestros proveedores.


Por el lado del capital podemos observar que nuestra utilidad es poca en comparación con lo que hemos invertido por lo cual tendríamos que indagar que es lo que está pasando en el núcleo de la empresa, principalmente en las ventas, porque no se están generando las utilidades esperadas, podría ser la falta de productividad de los empleados, la calidad en nuestros productos o servicios o quizás el desarrollo de nuevos productos o podría ser necesaria una diferenciación de los competidores.

**ESTADO DE SITUACION FINANCIERA DE LA POLAR SA DE CV AL 30 DE JUNIO DE 2023**

ACTIVO		8,000.00			PASIVO			
CIRCULANTE		102,000.00	110,000.00		A CORTO PLAZO			
CAJA		93,000.00			PROVEEDORES	74,000.00		
BANCOS		88,000.00			DOCUMENTOS POR PAGAR	27,000.00		
INVERSIONES EN ACCIONES	65,000.00				ISR POR PAGAR	12,000.00		
INVERSION EN CETES	7,000.00	58,000.00			PTU POR PAGAR	4,000.00	117,000.00	
CLIENTES		18,000.00						
MENOS: ESTIMACION DE CUENTAS INCOBRABLES		9,000.00	85,000.00		A LARGO PLAZO			
DOCUMENTOS POR COBRAR		90,000.00			DOCUMENTOS POR PAGAR A LARGO PLAZO	84,000.00		
DEUDORES		19,000.00			ACREEDOR HIPOTECARIO	155,000.00	239,000.00	
ALMACEN		12,000.00	121,000.00	497,000.00				
MERCANCIAS EN TRANSITO					CREDITOS DIFERIDOS			
MERCANCIAS EN CONSIGNACION					RENTAS COBRADAS POR ADELANTADO	6,000.00		
					INTERESES COBRADOS POR ADELANTADO	9,000.00	15,000.00	
NO CIRCULANTE					SUMA PASIVO			371,000.00
FIJO								
TERRENO		1,865,000.00			CAPITAL CONTABLE			
EDIFICIO	925,000.00				CAPITAL SOCIAL		3,195,800.00	
MENOS: DEP ACUM DE EDIFICO	46,000.00	879,000.00			MAS: UTILIDAD DEL EJERCICIO		24,000.00	3,219,800.00
EQUIPO DE OFICINA	16,000.00							
MENOS: DEP ACUM DE EQ. DE OFICINA	3,200.00	12,800.00						
EQUIPO DE COMPUTO	80,000.00							
MENOS: DEP ACUM DE EQ. DE COMPUTO	16,000.00	64,000.00						
EQUIPO DE TIENDA	64,000.00							
MENOS: DEP ACUM DE EQUIPO DE TIENDA	6,400.00	57,600.00	134,400.00	2,878,400.00				
INVERSIONES A LARGO PLAZO								
FONDO PARA ADICIONES Y MEJORAS			92,000.00					
DEPOSITOS EN GARANTIA			8,000.00	100,000.00				
INTANGIBLES								
FRANQUICIAS		28,000.00						
MENOS: AMORT ACUM DE FRANQUICIAS		3,000.00	25,000.00					
CREDITO MERCANTIL			28,000.00	53,000.00				
CARGOS DIFERIDOS								
GASTOS DE INSTALACION		36,000.00						
MENOS: AMORT ACUM DE GASTOS DE INSTALACION		3,600.00	32,400.00					
INTERESES PAGADOS POR ADELANTADO			12,000.00					
PUBLICIDAD PAGADA POR ADELANTADO			18,000.00	62,400.00				
TOTAL DE ACTIVO				3,590,800.00	SUMA PASIVO MAS CAPITAL			3,590,800.00

Las notas que acompañan a los estados financieros son parte integral de éstos.

  
David Bojanini García  
Representante Legal

  
Luis Fernando Soto Salazar  
Contador  
T.P. 16951-T

  
Mariana Milagros Rodríguez  
Revisor Fiscal  
T.P. 112752-T  
Designada por Ernst & Young Audit S.A.S. TR-530

## Ejemplo de Estado de variaciones en el capital contable

La empresa los colorines SA comenzó su ejercicio en el año 2020 con la siguiente integración de su capital contable:

Capital social	500,000
Reserva legal	50,000
Utilidades de ej. Ant.	340,000
Capital contable	890,000

Se efectuaron los siguientes movimientos en el capital contable:

1. se incrementó la reserva legal por un monto de 6,000 contra las utilidades de ejercicios anteriores
2. se pagaron dividendos provenientes de las utilidades anteriores por 200,000
3. se creó una reserva para reinversión de 8,000 proveniente de las utilidades de ejercicios anteriores
4. la utilidad neta del ejercicio 2020 fue de 35,000

Aquí vemos que la importancia de la toma de decisiones puesto que los socios accionistas y dirección general de la empresa previenen futuros acontecimientos en el futuro ya que han incrementado la reserva legal para sustentar posibles daños que puedan llegar a surgir en algún futuro.

Al mismo tiempo se creó una reserva para reinversión que les podrá servir para adquirir activos fijos en un futuro

**LOS COLORINES SA DE CV**

ESTADO DE VARIACIONES EN EL CAPITAL CONTABLE  
DEL 1 DE ENERO AL 31 DE DICIEMBRE DE 2020

	CAPITAL SOCIAL	RESERVA LEGAL	UTILIDADES EJERCICIOS ANTERIORES	RESERVA DE REINVERSION	CAPITAL CONTABLE
<b>SALDOS AL 1 DE ENERO</b>	500,000.00	50,000.00	340,000.00		890,000.00
AJUSTES RETROSPECTIVOS POR ERRORES					
<b>SALDOS AJUSTADOS AL 1 DE ENERO</b>	500,000.00	50,000.00	340,000.00	-	890,000.00
INCREMENTO RESERVA LEGAL		6,000.00	6,000.00		-
DIVIDENDOS DECRETADOS			200,000.00		200,000.00
CREACION DE RESERVA			8,000.00	8,000.00	-
RESULTADO INTEGRAL			35,000.00		35,000.00
<b>SALDO AL 31 DE DICIEMBRE</b>	500,000.00	56,000.00	161,000.00	8,000.00	725,000.00

## Ejemplo de un Estado de flujo de efectivo

El estado de flujo de efectivo nos informa acerca de los flujos de efectivo habidos durante el periodo, clasificándolos por actividades de operación, de inversión y de financiación por lo que con el podemos analizar de donde está saliendo más dinero o en otras palabras podemos ver en que estamos gastando más para en base en eso poder tomar decisiones financieras en el siguiente periodo.

(Mendoza, 2020)



<b>METODO INDIRECTO</b>	
<b>LA COMERCIAL SA DE CV</b>	
ESTADO DE FLUJOS DE EFECTIVO DEL 1 DE ENERO AL 31 DE DICIEMBRE DE 2020	
<b>ACTIVIDADES DE OPERACIÓN (A)</b>	
UTILIDAD ANTES DE IMPUESTOS DE OPERACIÓN	3,350.00
<b>PARTIDAS RELACIONADA CON ACTIVIDADES DE INVERSION</b>	
DEPRECIACION	450.00
UTILIDAD POR VENTA DE INMUEBLES, MAQUINARIA Y EQUIPO	- 10.00
INTERESES A FAVOR	- 50.00
DIVIDENDOS COBRADOS	- 100.00
<b>PARTIDAS RELACIONADAS CON ACTIVIDADES DE FINANCIAMIENTO</b>	
INTERESES A CARGO	400.00
<b>SUMA</b>	<b>4,040.00</b>
INCREMENTO EN CUENTAS POR COBRAR Y OTROS	- 500.00
DISMINUCION DE INVENTARIOS	1,050.00
DISMINUCION DE PROVEEDORES	- 1,740.00
IMPUESTOS A LA UTILIDAD PAGADOS	- 900.00
<b>FLUJOS NETOS DE EFECTIVO DE ACTIVIDADES DE OPERACIÓN</b>	<b>1,950.00</b>
<b>ACTIVIDADES DE INVERSION (B)</b>	
NEGOCIO ADQUIRIDO	- 650.00
INTERESES COBRADOS	50.00
DIVIDENDOS COBRADOS	100.00
ADQUISICION DE PROPIEDADES, PLANTA Y EQUIPO	- 350.00
COBROS POR VENTA DE PROPIEDADES	30.00
<b>FLUJOS NETOS DE EFECTIVO DE ACTIVIDADES DE INVERSION</b>	<b>- 820.00</b>
<b>EFFECTIVO EXCEDENTE PARA APLICAR EN ACTIVIDADES DE FINANCIAMIENTO ©</b>	<b>1,130.00</b>
<b>ACTIVIDADES DE FINANCIAMIENTO (D)</b>	
ENTRADA DE EFECTIVO POR EMISION DE CAPITAL	250.00
OBTENCION DE PRESTAMOS A LARGO PLAZO	250.00
PAGO DE PASIVOS DERIVADOS DE ARRENDAMIENTO FINANCIERO	- 90.00
INTERESES PAGADOS	- 270.00
DIVIDENDOS PAGADOS	- 1,200.00
<b>FLUJOS NETOS DE EFECTIVO DE ACTIVIDADES DE FINANCIAMIENTO</b>	<b>- 1,060.00</b>
<b>INCREMENTO NETO DE EFECTIVO Y DEMAS EQUIVALENTES DE EFECTIVO (E)</b>	<b>70.00</b>
<b>EFFECTIVO Y EQUIVALENTES DE EFECTIVO AL PRINCIPIO DEL PERIODO (F)</b>	<b>160.00</b>
<b>EFFECTIVO Y EQUIVALENTES DE EFECTIVO AL FINAL DEL PERIODO (G)</b>	<b>230.00</b>

### 3.8. Cuestionario a contadores

Para adentrarnos más en el tema, realicé un par de Encuestas analíticas buscando recabar y documentar las actitudes o condiciones presentes y el porqué de ellas a un par de contadores veteranos para conocer su opinión acerca de la toma de decisiones al ejercer la profesión en cuestiones de liderazgo y su repercusión y poder compararlo con mi experiencia propia.

## CUESTIONARIO 1

Nombre: Yamell Ruiz Rabiela

Oficio: Contadora.

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Puedes contribuir a la finalidad de realizar la mejor acción en favor del negocio, con los datos históricos para un futuro y poder cubrir las necesidades internas y externas.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Elegir que conviene mejor a tus intereses, qué camino te lleva a mejor resultado.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

Si.

4. ¿Por qué?

Porque tal cual eliges el rumbo de alguna acción en particular, pueden permitir la apertura de nuevas oportunidades de negocio.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

Por la falta de confianza entre los colaboradores o el tiempo para llevar a cabo una tarea o acción.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

Por la falta de atención, en los pros y contras de la misma, porque es tan rápido lo que debes decidir que corres el riesgo de equivocarte.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Siempre ha sido solo contribuir con la información suficiente y oportuna para que los socios o accionistas tomen la decisión conveniente.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si.

10. ¿Por qué?

Hay que tener presente que se puede o no salir bien de un camino elegido, que puede o no pegar un negocio.

## CUESTIONARIO 2

Nombre: CRISTIAN MARIO RODRIGUEZ PEREZ

Oficio: Contador.

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?  
Encontrar la mejor solución o alternativa ante una necesidad o situación determinada que afecta a la organización.
2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?  
A través de las decisiones que tomamos cambiamos el sentido de nuestra vida y abrimos nuevos espacios para el desarrollo y la obtención de resultados.
3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?  
Si.
4. ¿Por qué?  
De esta manera se determina la mejor solución a algún tema en particular.
5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?  
Desde el punto de vista personal, pudiera ser la falta de tiempo para llevar a cabo una acción, la estabilidad del mercado, la actitud de los colaboradores, la experiencia de los colaboradores también.
6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?  
Si.
7. ¿Por qué?  
Disminuye la capacidad de reacción, de pensamientos para elegir la mejor opción.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Cambiarme de residencia porque el trabajo también lo requería.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si.

10. ¿Por qué?

Puede incrementar o disminuir la capacidad de ver la mejor opción, de poder ver diferentes perspectivas de un objetivo en particular.

### CUESTIONARIO 3

Nombre: ROSA ELENA UTRERA MARTINEZ.

Oficio: Contadora.

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Es un proceso fundamental para el reflejo de las ventas y las utilidades.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Es importante porque nos ayuda a una mejor calidad de vida, tomar decisiones buenas para un presente estable y un futuro próspero que nos dé estabilidad emocional, física y económica.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

A veces si y a veces no.

4. ¿Por qué?

Creo que a lo largo del tiempo con los años y las experiencias he tenido más aciertos en la toma de decisiones.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

El tomar una decisión apresurada sin pensar las consecuencias y tener pros y contras de lo que se va a decidir es un aspecto negativo.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

Precisamente porque se toma muy apresurada la decisión y no se hace un análisis a consciencia o por lo menos se piensa fríamente el resultado.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Cuando decidí aceptar una oferta de trabajo que implicaba cambiar mi lugar de residencia y sola alejada de toda mi familia y gente de confianza, fue una decisión importante y me ayudó e impulsó en mi experiencia profesional, trabajar en una empresa de nivel internacional en el ramo del acero que es Arcelor Mittal México donde trabajé por 4 años.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si, claro.

10. ¿Por qué?

Creo que es muy importante tanto en lo profesional como en lo personal para tomar decisiones que ayuden a mejorar.



## CUESTIONARIO 4

Nombre: LYNDA SILVA

Oficio: CONTADORA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Buscar Obtener los mejores resultados o soluciones para el bien de la empresa.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Tener un crecimiento personal, libertad de expresión y disminución la frustración.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

Si.

4. ¿Por qué?

Al paso del tiempo he vivido más tranquila, puede que me equivoque en la toma de decisiones, pero creo que son menos además también de la aceptación de mi equivocación al tomar una mala decisión y tengo que tener el valor civil de que vendrá una consecuencia.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

No lo veo de esa manera, solo es aprendizaje. Si no lo aprendo obviamente se volverá a repetir. Por lo regular son las emociones las que vere afectada, como frustraciones, decepciones. Cualquier decisión que tome serán importantes en mi vida.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Definitivamente sí.

7. ¿Por qué?

Porque no estas emocionalmente bien.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Irme de una empresa donde no me sentía bien, no era tomada en cuenta. donde no podía tomar decisiones laborales para mejora de la empresa, dejando a un lado el miedo a iniciar de nuevo.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Definitivamente.

10. ¿Por qué?

Yo le llamaría fortaleza emocional. Porque si estamos sanos emocionalmente, mentalmente y físicamente estaremos bien con nuestro entorno. Listos para tomar decisiones más certeras. Me refiero como ejemplo si estoy enojada y tomo decisiones, no es mi cabeza la que piensa, es mi hígado el que actúa sin tener una conexión con la razón. Y el resultado será catastrófico.

## CUESTIONARIO 5

Nombre: ADRIANA IRANÍ RUIZ VAZQUEZ

Oficio: CONTADORA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

La toma de decisiones es de gran importancia en el área contable ya que se proporciona información relevante y oportuna para lograr los objetivos de la empresa y está debe ser clara y concisa.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Es muy importante ya que me permite tener un mejor control sobre mi vida diaria, y generalmente vivir mejor.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

Considero que soy buena tomando decisiones.

4. ¿Por qué?

Por qué establezco los criterios necesarios para posteriormente seguir los pasos que me lleven a el desarrollo de mi bienestar y el de las personas de mi alrededor.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

Por problemas personales como mi estado de ánimo, de salud o alguna distracción, confusión y/o falta de dirección.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

Por qué es un factor importante ya que en ese ambiente me desarrollo, y es influenciado como todos los aspectos cercanos a mi persona.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Renunciar a mi anterior trabajo, en el que tenía estabilidad económica y bastantes beneficios.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si.

10. ¿Por qué?

Por qué al tener la mente clara y firme se pueden tomar mejores decisiones, personalmente me enfoco más en lo que debe ser y no tengo distracciones que pueden desviar mi objetivo.

## CUESTIONARIO 6

Nombre: LUCÍA HERNÁNDEZ LÓPEZ

Oficio: CONTADORA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Es importante por qué me permite detectar problemas, y oportunidades de mejora, que beneficien a la compañía.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Es importante por qué me permite vivir más ordenadamente, y de forma disciplinada.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

Si.

4. ¿Por qué?

Creo que soy buena por qué lo veo en los resultados que tiene mi trabajo y mi vida cotidiana.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

Por falta de retroalimentación y práctica. Además del ambiente de trabajo.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

Por qué mantenerte cansado o estresado por el trabajo afecta la concentración y con ello una buena toma de decisiones.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

Tomar un nuevo puesto.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si.

10. ¿Por qué?

Al tener fortaleza mental, todo es más sencillo de digerir y de analizar por eso creo que se toman mejores decisiones.

## CUESTIONARIO 7

Nombre: DANIELA BARRERA GUERRERO

Oficio: CONTADORA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Intermedia.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Alta.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

En la vida laboral si, en lo personal no tanto.

4. ¿Por qué?

En lo laboral porque ya analicé los riesgos, y en mi vida personal, me da miedo ya que sobre pienso.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

Porque sobre pienso en escenarios catastróficos.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

Porque no dejo de pensar en mi trabajo, en todo momento estoy pensando en los pendientes y que pasaría si no tomo la decisión correcta dentro de mi proceso.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

El poder delegar actividades con personal bajo mi cargo.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si.

10. ¿Por qué?

Porque así la mente razona basado en lo real, no en algún supuesto.



## CUESTIONARIO 8

Nombre: MARÍA DE LOURDES PACHECO RIVERA

Oficio: CONTADORA PÚBLICA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?  
Mucha.
2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?  
En cada momento, pues de mi depende la estabilidad de mi familia.
3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?  
Pues con los años he aprendido y sigo en la lucha.
4. ¿Por qué?  
Pues tanto en lo laboral, como en lo personal a base de errores he aprendido a tomar mejores decisiones.
5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?  
Hacer un mal trabajo que perjudique el patrimonio de mis clientes.
6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?  
Algunas veces.
7. ¿Por qué?  
Con la presión de solucionar un problema a tiempo, no me permite ver otras soluciones.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

El dejar de trabajar en el ámbito de la construcción, pues es mucha la carga fiscal y administrativa, además de la responsabilidad que se enfrenta.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Si claro, te vuelves más analítico y miras los pros y los contras de cada decisión.

10. ¿Por qué?

Con el paso de los años y las experiencias que he tenido te vuelves más analítico y certero en tus decisiones.

## CUESTIONARIO 9

Nombre: BRENDA OLVERA MEDINA.

Oficio: CONTADORA

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?

Es una gran responsabilidad pues mis decisiones van directamente relacionadas con las finanzas de la empresa.

2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?

Es de gran importancia ya que mis decisiones recaen en mi familia.

3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?

Si.

4. ¿Por qué?

Tomo mis decisiones con la cabeza fría.

5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?

Tomar las decisiones apresuradamente.

6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?

Si.

7. ¿Por qué?

El estrés laboral hace que no pienses con claridad.

8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?

El cambiar de empleo para poder dedicarle más tiempo a mi hija.

9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Totalmente.

10. ¿Por qué?

Con la fortaleza mental generas una resistencia a las adversidades y te vuelves más serena en tu temperamento.

## CUESTIONARIO 10

Nombre: RODOLFO CONTRERAS NERI.

Oficio: CONTADOR

1. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu trabajo?  
Tiene importancia media.
2. ¿Cuál es la importancia en la toma de decisiones en tu vida diaria?  
Bastante grande la importancia.
3. ¿Crees que seas bueno tomando decisiones?  
Si.
4. ¿Por qué?  
Mis decisiones tienen repercusiones positivas.
5. ¿Cuál es el motivo por el que tu toma de decisiones pueda verse afectada negativamente?  
Estar mal psicológicamente.
6. ¿Crees que el estrés provocado por la carga de trabajo pueda afectar en tu toma de decisiones?  
Por supuesto que si.
7. ¿Por qué?  
El estrés no de deja pensar correctamente, te nubla.
8. ¿Cuál es la decisión más grande y/o importante que has tenido que tomar laboralmente hablando?  
Cambiar de residencia por motivos personales.

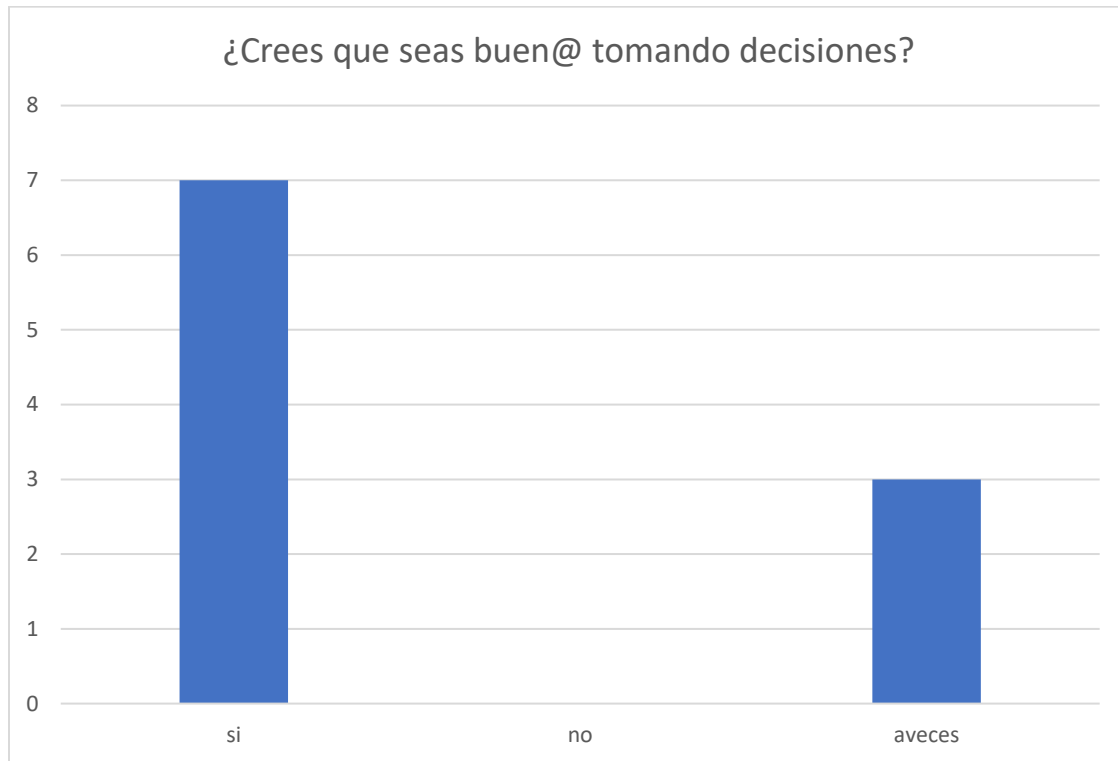
9. ¿Consideras que la fortaleza mental pudiera facilitar tu trabajo profesional o pudiera favorecer algunos aspectos de tu vida en base a la toma de tus decisiones?

Desde luego.

10. ¿Por qué?

Cuando estas fuerte mentalmente es cuando te quitas la venda de los ojos, en cualquier aspecto de tu vida.

Representación gráfica:



Podemos ver que muchos colegas necesitan dedicarse un poco de tiempo para ellos mismos para poder tener un buen criterio a la hora de tomar decisiones, necesitan un análisis retrospectivo de sus vidas combinado con sus emociones.

## CAPÍTULO 4

# LA PRÁCTICA DE ARTES MARCIALES MIXTAS COMO RECOMENDACION PARA LA TOMA DE DECISIONES

### 4.1. Antecedentes

“El origen de las Artes Marciales Mixtas ha sido relacionado con el “Pankration”, un deporte practicado antiguamente en Grecia e incluido en los Juegos Olímpicos de 648 a.C. Este era considerado un arte marcial que combinaba la lucha con el boxeo y habría sido parte del entrenamiento de algunos soldados griegos. Podemos encontrar algunas semejanzas, como la existencia de una señal para indicar la rendición. Los griegos habrían utilizado el gesto de un dedo levantado para lo que hoy se usa el “tap-out”. Además, morder y meter los dedos al ojo estaban prohibidos al igual que en las MMA hoy.

Otros las relacionan con el “vale tudo” —de origen brasileño— pues también acepta el uso de diversas técnicas para pelear. Sin embargo, el vale todo es considerado una disciplina independiente y se enseña como tal.

A pesar del parecido que puede tener con otras disciplinas, no podemos hablar del nacimiento de este deporte sin mencionar a Rorion Gracie. Según cuenta el propio Gracie en el documental “The Hurt Business” disponible en Netflix, en 1914 el japonés Mitsuyo Maeda llegó al Brasil como asistente militar y su familia lo ayudó a instalarse. Como agradecimiento, el maestro en jiu-jitsu le enseñó esta tradicional disciplina japonesa a su tío, Carlos Gracie.

De acuerdo a Rorion, su padre, Hélio Gracie, no era fuerte como su hermano Carlos, por lo que empezó a modificar por su cuenta las técnicas japonesas y así adaptarlas a sus habilidades. Es así como nace el “BJJ” o jiu-jitsu brasileño.



Estas técnicas fueron heredadas por Rorion, quien quiso expandir esta nueva disciplina y, años después, viaja a los Estados Unidos. Con la intención de demostrar la superioridad del BJJ, crea un torneo donde se enfrentan representantes de diferentes artes marciales. Así nace “The Ultimate Fighting Championship”.

“Si vas a depender de los golpes, un hombre 20 kg más pesado tiene una gran probabilidad de derribarte de un golpe. El jiu-jitsu quita ese factor de la ecuación. Lo esencial es crear posiciones de ventaja que permitan que alguien débil se vuelva muy bueno incluso frente a alguien más fuerte, más pesado o más rápido”, Rorion Gracie en “The Hurt Business”.

Nace UFC: En busca de la mejor arte marcial

El primer torneo de The Ultimate Fighting Championship (UFC) fue en 1993 en Denver, Colorado. El clásico ring de box fue cambiado por un octágono pues, según Rorion, así los deportistas no podían escapar cuando eran acorralados por sus oponentes.

Sin embargo, existían dos simples reglas: no morder y no meter los dedos a los ojos. No había categorías de peso ni uso obligatorio de guantes. Una pelea podía terminar solo por nocaut o sumisión, pero el árbitro no la podía detener.

Royce Gracie, hermano de Rorion, ganó el campeonato de 16 competidores y un premio de US\$50 mil. En sus inicios, las MMA fueron dominadas por el BJJ, pero conforme progresaba, representantes del muay thai, el box y la lucha fueron cobrando protagonismo.”

(ENTERARSE, 2019) (ENTERARSE, 2019)

## 4.2. Concepto

“Las Artes Marciales Mixtas (MMA por sus siglas en inglés) son una combinación de distintas artes marciales y deportes de combate como el jiu-jitsu, box, muay thai, taekwondo, judo, lucha, entre otros. A pesar de ser un deporte reciente, desarrollado en los 90, su rápido crecimiento hoy acerca el tamaño de su audiencia a las del box o la cadena WWE. Aun así, lo que vemos actualmente es el resultado de una rápida evolución del deporte.

Las MMA se definen como la combinación de distintas artes marciales y se suelen enseñar por separado.”

(ENTERARSE, 2019)

“Su uso viene determinado como forma de defensa personal, bien sea usada en competición o para ser practicada en instituciones públicas y/o privadas con el fin de formar, aprender e instruirse. En asignaturas del ciclo superior de Acondicionamiento Físico se estudian este tipo de deportes de contacto.

Se trata de una disciplina muy completa ya que alberga muchas artes marciales. Dentro del mismo combate se pueden llevar a cabo el uso y empleo de varias técnicas de pelea y estilos. Por este motivo existe gran variabilidad en los golpes, las llaves, los derribos y agarres. Se puede pelear tanto de pie como en el suelo, y en cada momento se pueden emplear diferentes técnicas en función de la posición en la que se encuentren.

De entre los recursos técnicos más destacados para pelear de pie encontramos: los puñetazos, las patadas, rodillazos, codazos y los lanzamientos o proyecciones. De igual manera, existen otros recursos para pelear en el suelo, por ejemplo: las luxaciones, las estrangulaciones y también los golpes descritos anteriormente.

## Las artes marciales como transmisoras de Valores

Para terminar, hemos de mencionar que las artes marciales son una disciplina en la que los valores sociales, el respeto y la solidaridad van de la mano pese a su agresividad.

Vamos a señalar unos muy importantes:

- El coraje. Hacer siempre lo que es justo, cueste lo que cueste, sin miedo al miedo.
- La bondad. Ser magnánimo y tolerante. Estar siempre dispuesto a perdonar.
- La cortesía. Las buenas maneras, así como el respeto en el trato con los demás y en el comportamiento individual.
- El desprendimiento. Actuar des interesadamente, sin egoísmo.
- La sinceridad. Decir siempre la verdad. Ser fiel a la palabra dada.
- El honor. El valor, el aprecio y la defensa de la dignidad propia.
- La modestia. No ser soberbio ni vanidoso.
- La lealtad. No traicionar a nadie ni tampoco a sí mismo.
- El auto dominio. Control de los pensamientos, las palabras, los actos y las emociones.
- La amistad. Saber compartir, colaborar y ayudar.”

(deporte, 2022)

### 4.3 Reglas

“El cambio inició cuando Rorian Gracie, quien no estaba de acuerdo con implementar nuevas reglas, vendió la empresa a los hermanos Lorenzo y Frank Fertitta y Dana White en el 2001 por US\$2,000,000.

Además de las reglas mencionadas hace un momento, se creó una lista de faltas que no se podían cometer dentro del octágono y que, junto con otras, hasta hoy se mantienen. Con estas regulaciones y el desarrollo del deporte, los peleadores empezaron a perfeccionarse en las distintas disciplinas. Ya no era solo un boxeador frente a un luchador, ahora se buscaba tener un perfil completo.

Actualmente, la pelea puede ser ganada de las siguientes maneras: nocaut, nocaut técnico, sumisión o decisión de los jueces.

Hoy, la UFC incluye las regulaciones de Nevada State Commission y la New Jersey State Athletic Control Board. Además, en el 2009 se crearon las “Reglas Unificadas para las Artes Marciales Mixtas” y, desde el 2015, están asociados a la USADA (Agencia Antidopaje de los Estados Unidos) y la WADA (Agencia Mundial Antidopaje).”

(ENTERARSE, 2019)

“¿Cuáles son las reglas generales?

A continuación, vamos a ver cuáles son algunas de las reglas más importantes y generales.

- Los peleadores han de salir a combatir con un calzón de lycra, protector bucal, coquilla y unos guantes debidamente homologados.
- Los luchadores se enfrentan según su peso (ligero, welter, medio, semipesado y pesado).

- La duración de los combates en modalidad amateur es de 2 asaltos de 5 minutos. En MMA profesional suelen tener entre 3 y 5 asaltos de 5 minutos, con 1 minutos de descanso entre cada uno.
- El combate puede finalizar por KO, por rendición del oponente (a causa de sumisión, por ejemplo) o por decisión de tarjetas.
- Prohibido golpear la parte trasera de la cabeza, la nuca, cuello, garganta, la columna o las partes íntimas del oponente.
- Estando de pie, no se pueden propinar patadas o rodillazos a un rival que está en el suelo.
- Patadas de talón al hígado.
- Se aceptan puñetazos, patadas, rodillazos o codazos, pero no cabezazos ya que en su momento se consideró que era un ataque que no requería de ninguna técnica y que provocaba combates demasiado sangrientos.
- Prohibido agarrar los dedos del oponente.
- Prohibido, arañar, pellizcar, meter los dedos en los ojos o tirar del pelo.
- No está permitido agarrar al oponente por los calzones, ni sujetarse a las rejas para evitar una caída o levantarse después de ésta.
- Escupir o insultar al rival o a su esquina.
- Rehusar el combate puede castigarse con la eliminación.”

(deporte, 2022)

## 4.4 Riesgos

“Aun con el enorme avance en los últimos años, muchos siguen creyendo que es el deporte de contacto más peligroso de todos. Diversos estudios y meta estudios han buscado identificar el riesgo de los deportes de contacto, sobre todo las lesiones relacionadas con problemas cognitivos a corto y largo plazo.

Según el estudio *Epidemiology of injuries in full-contact combat sports* publicado en la revista *Australasian Epidemiologist*, las Artes Marciales Mixtas tienen el mayor riesgo de lesión. Sin embargo, el box es el deporte de contacto con mayor porcentaje de contusiones a la cabeza (14% de todas las lesiones, mientras que las MMA representan un 4%).

De acuerdo a otro estudio publicado en *Clinical Journal of Sport Medicine*, a pesar de que los boxeadores tienen más probabilidades de salir sin lesiones, si estas suceden es más probable que sean graves. Por el contrario, los peleadores de MMA tienen mayor probabilidad de lesiones en general, pero probablemente sean menos severas. Así, los boxeadores tendrían casi el doble de probabilidades de sufrir una contusión que incluya pérdida de conocimiento.

El estudio *Incidence of Injury in Professional Mixed Martial Arts Competition*, publicado por investigadores de la Escuela de Medicina de la Universidad John Hopkins, explica lo anterior alegando que, además de un nocaut o nocaut técnico, las peleas de MMA pueden terminar por sumisión. Así, al incluir distintas disciplinas como la lucha o el judo, la prioridad de golpes a la cabeza baja.

Aunque el mismo estudio señala que las competencias de MMA no son particularmente más violentas que las de otros deportes de combate, esto no significa que estén exentas de riesgos. Los investigadores de John Hopkins analizaron 171 peleas en las que participaron 220 peleadores y encontraron que 78 de estos resultaron con por lo menos una lesión (en total hubo 96 lesiones). La lesión más común fue la laceración facial (47.9%), seguida de las lesiones de manos (13.5%). Los autores del estudio indicaron que hubo una tasa de 12.5 lesiones por cada 100 rounds de competencia.”

(ENTERARSE, 2019)

“En este deporte de contacto, son frecuentes las contusiones y los esguinces, pero también se corre el riesgo de sufrir problemas más graves si no tomamos las precauciones necesarias.

Una de sus características principales es el contacto, nos explica el doctor Juan Francisco Domínguez Bermúdez, del Servicio de Traumatología del Hospital Quirónsalud Campo de Gibraltar. "Por ello, son comunes las lesiones que surgen a raíz de golpes o patadas". Entre estas lesiones, las más habituales son los esguinces, que se producen cuando el movimiento fuerza la estructura natural de la articulación.

Asimismo, son habituales las lesiones en cabeza, tronco, dedos y muñecas, normalmente contusiones que afectan directamente a la musculatura que ha impactado contra una superficie dura. Dentro de las lesiones traumáticas, en ocasiones se producen luxaciones de codo y hombro, y, con menor frecuencia, lesiones de los ligamentos de la rodilla que pueden precisar tratamiento quirúrgico por parte de traumatología. Es el caso del luchador Connor MacGregor, apunta el especialista: "Se ha lesionado de forma grave al sufrir torsión sobre su pierna izquierda con fractura cerrada de la pierna izquierda (fractura diafisaria de tibia y peroné izquierdos), que precisará de tratamiento quirúrgico mediante enclavado endomedular de la misma".

Una lesión tan grave, afortunadamente, no es lo habitual en las MMA, ya que en los deportes de contacto la mayoría de las lesiones no suelen pasar de contusiones. Por ejemplo, en los deportes de suelo en que usamos llaves, como judo o 'jiu jitsu', las lesiones más comunes afectan a la espalda. Otros daños que pueden sufrir los luchadores, pero en menor medida, podrían ser hernias, lesiones de médula o cortes.

"Estas últimas lesiones son infrecuentes, pero el constante impacto físico al que se someten los luchadores aumenta la posibilidad de sufrirlas —continúa el doctor Domínguez Bermúdez—. Los cortes son algo más comunes en las MMA, normalmente suelen ser superficiales y se curan rápidamente, aunque también se producen cortes más profundos que requieren de sutura".

## Aprende a prevenir las lesiones

Hay ciertos consejos que cualquier persona que decida practicar MMA debería seguir para evitar, en la medida de lo posible, estos problemas:

- Hacerse un examen físico previo y aprender los riesgos inherentes a cada estilo.
- Entrenar y practicar el arte marcial elegido siempre bajo la supervisión directa de un maestro experimentado.
- Realizar en cada sesión las rutinas adecuadas de calentamiento y enfriamiento.
- Llevar el equipo de protección adecuado para cada estilo de arte marcial, es decir, guantes, protector bucal, protector de pecho, el relleno y/o refuerzos.
- En caso de que tengamos alguna preocupación acerca de las lesiones o si queremos conocer estrategias para prevenirlas, nos convendrá hablar con un profesional de medicina deportiva que nos oriente bien.”

(Brands, 2021)



## 4.5 Beneficios

“Los tipos de artes marciales se han expandido con el paso de los años y abarcan un número de deportes y disciplinas que promueven la salud física y mental, el autocontrol, la disciplina y la protección personal.

Al tratarse de muchas disciplinas, las artes marciales ofrecen muchos tipos de beneficios, pero en general se puede lograr una reducción del peso, tonificación muscular y un aumento en la resistencia cardiovascular a través de sesiones intensas de ejercicios.

En judo, por ejemplo, se pueden quemar más de 300 calorías en un enfrentamiento, además de mejorar el estado físico y de aumentar los niveles de balance, coordinación y flexibilidad.

En este caso se pueden aprovechar los movimientos para fortalecer los músculos del cuerpo, además de estimular la concentración lo que nos ayuda a tener serenidad para la toma de decisiones en la vida.

La Asociación Británica de Artes Marciales resalta que "al dominar un arte marcial las personas usan tanto el cuerpo como la mente, lo que no se puede decir de todos los tipos de ejercicio" (ejemplo: caminar o correr las cuales no son actividades que requieran de una conexión neural basta).

El organismo recomienda a las personas asistir a diferentes clases de artes marciales ya que hay muchos tipos, como kung-fu o capoeira, que pueden ser más beneficiosos para la coordinación, para el poder de control mental o para la tonificación muscular.”

(BBC Mundo, 2014)

“reduce el estrés; para nadie es secreto que en las artes marciales se golpea y patea al por mayor, por más primitivo que suene, estas acciones pueden llegar a ser muy terapéuticas cuando son realizadas con el equipamiento y técnica correcta.

Sentir como tu puño hace contacto con el saco de boxeo es más gratificante y relajante de lo que puedes imaginar.

Tiene un gran factor social; un artista marcial difícilmente logrará alcanzar su máximo potencial sin un buen compañero de entrenamiento. El trabajo en equipo, apoyo mutuo, inspiración y motivación suelen estar a la orden del día en muchas academias de Jiu-Jitsu o en los dojos de Judo.

Una de las muchas ventajas de practicar artes marciales es la de interactuar con diferentes tipos de personalidades, pesos, estaturas, filosofías de vida y culturas, te permitirás expandir tu círculo social o incluso establecer amistades duraderas.

Fortalece el valor del respeto; como mencionamos anteriormente, las artes marciales son producto de la guerra, por lo que su estructura jerárquica es lineal, como los militares.

Esto no quiere decir que tendrás que marchar y pararte firme saludando a tu capitán, pero en disciplinas como el kickboxing o el karate, existen rangos (cintas) según la experiencia y tiempo de práctica de cada alumno. Este sistema de jerarquías es lo que fortalece el sentido del respeto hacia nuestros superiores y personas mayores.

Es muy gratificante finalmente recibir ese deseado ascenso después de meses o incluso años de entrenamiento. Muchas academias entregan diplomas, el cual podrás anexar a tu currículum personal como una herramienta de vida más.

te instruyen en defensa personal; desafortunadamente, vivimos en un mundo lleno de peligros y personas mal intencionadas. Es un hecho, saber defenderse es una necesidad, desde identificar el lenguaje corporal de un potencial agresor, hasta reaccionar de manera eficiente ante un enfrentamiento.

Aprender artes marciales es un seguro de vida, dominando correctamente las técnicas podrás neutralizar una gran cantidad de amenazas que esperamos nunca debas afrontar. Sin embargo, es importante tener presente que; en una situación de riesgo que involucre un arma blanca o letal, lo prudente es no ofrecer resistencia.

Aumenta la fuerza; que la palabra “recreativa” no te engañe, las artes marciales son actividades de alta demanda física.

Practicar artes marciales se traduce en sesiones de entrenamiento que suelen iniciar o terminar con ejercicios de calistenia e incluso pesos libres son implementados en muchas escuelas de MMA (Artes Marciales Mixtas) para condicionar a sus estudiantes de manera efectiva, factor que te permite desarrollar a plenitud la madre de las valencias físicas, la fuerza.

Un cuerpo con un sistema músculo-esquelético fuerte es un cuerpo sano, libre de lesiones y dolencias.

Practicar incrementan tu resistencia cardio-respiratoria:

Bruce Lee no habría escalado tan alto solo valiéndose de su fuerza y un cuerpo tallado como la roca. Practicar artes marciales requiere de una altísima resistencia cardio-respiratoria, elemento que es desarrollado naturalmente al practicarlas.

Cualquier actividad física que involucre grandes grupos musculares y se realice por un periodo de tiempo mayor a tres minutos, es considerada por la ciencia del deporte como un trabajo aeróbico, del cual tu corazón y pulmones se verán beneficiados.

Esto se traduce en menos riesgo de infartos, hipertensión, fibrosis pulmonar, entre otras patologías que ningún ser humano quiere padecer.

Fomentan la autoestima; entre los muchos beneficios de practicar artes marciales se encuentra el que saber defenderte te empodera emocionalmente. Serás una persona más decidida y confiada, capaz de manejar situaciones de estrés con mayor facilidad.

La capacidad de protegerte genera un cambio de actitud automático, y las personas a tu alrededor podrán percibirlo de manera positiva.

Las mejoras estéticas que alcanzarás con un entrenamiento diligente, haciendo uso de artes marciales recreativas, se traducirán en un cambio de cómo te percibes a ti mismo, ¿A quién no le gustaría lucir un abdomen como el de Conor McGregor?

Mejoran tu entendimiento hacia otras culturas; desde Tailandia hasta Brasil, en oriente y en occidente, diferentes países y regiones desarrollaron técnicas de combate cuerpo a cuerpo con estilos muy diferentes. Todas están llenas de tradiciones, folklore, ritos, saludos, gestos, términos y vestimentas, las cuales aún son transmitidas en las escuelas de pelea más modernas del mundo.

Es solo cuestión de dejarte empapar por el rico contexto histórico que rodea a estas intrigantes prácticas, lo que sin duda alguna tendrá un gran aporte a tu entendimiento y aprendizaje multicultural.

¡Es divertido!; siempre y cuando la actividad sea guiada y desarrollada responsablemente por el Sensei o Maestro (y colegas de entrenamiento), ten por seguro que quedarás profundamente cautivado y entretenido por lo dinámico de cada sesión en cualquiera de las diferentes opciones que mencionamos a lo largo del texto.

Existen academias orientadas específicamente a la práctica deportiva y competitiva (alto rendimiento) de estas disciplinas, pero si investigas un poco en tu ciudad local, seguramente descubrirás alternativas enfocadas hacia la recreación y diversión de sus alumnos.”

(mundobiohacking, 2019)

“Así es como las artes marciales te ayudan a tener una buena salud mental.

Autoconocimiento, concentración, estabilidad interna... son sólo algunos de la larga lista de beneficios asociados a la práctica de estas disciplinas

Los beneficios del deporte o de cualquier actividad física son de sobra conocidos, pero, ¿sabías que las artes marciales pueden tener un fuerte impacto en la salud mental? Taekwondo, mugendo, karate, jiu jitsu... hay muchas y a veces cuesta incluso

distinguir las disciplinas no es lo más importante. Los expertos opinan que la esencia está en lo que hay detrás de las artes marciales.

“La actitud que proponen las artes marciales, que rescata las bases filosóficas de la cultura oriental, es sanadora en sí misma. El estado de no-mente que promueven no deja espacio para el deseo ni el miedo de perder o de ganar, en contraposición a cómo se practican muchos deportes occidentales en los que prevalece la competencia y el triunfo”, explica Lara Terradas Campanario, psicóloga y terapeuta Gestalt.

“En las artes marciales se busca superarse a uno mismo por encima de la comparación con la otra persona y de la búsqueda de aprobación externa. No se busca la ficticia sensación de placer que se encuentra en el ganar, sino que la búsqueda es hacia uno mismo, mediante el desarrollo de las habilidades y la superación de los propios límites”, añade Terradas Campanario.

Practicar artes marciales, según los expertos, puede tener muchos beneficios a la hora de ayudarnos a vivir ciertas emociones que quizá nos cueste más expresar, como por ejemplo la ira y el enfado: “Las artes marciales tienen un componente corporal explícito que puede ayudar a transitar ciertas emociones que cargo conmigo y que pueden ser nocivas. La conciencia o la conexión con el cuerpo es una vía directa al aquí y ahora, y desde este punto de vista, veo esta práctica como una meditación activa que, según la intensidad, tendrá un efecto u otro en nuestro estado anímico y en nuestra forma de gestionar esas emociones”, afirma Ángel Pachas, educador e instructor de artes marciales.

Lara  
Psicóloga y terapeuta Gestalt

Terradas

Campanario

Lara Terradas Campanario, que recomienda especialmente la práctica del Jiu Jitsu Brasileño –una fusión de arte marcial, sistema de defensa personal y deporte de combate–, explica que en nuestra cultura suele existir una disociación entre el cuerpo (emoción e instinto) y la mente (cognición), por lo que las artes marciales son una buena excusa para integrar estos dos aspectos. “Interesante es, además, que al practicarlas se ponen en

juego más de una habilidad a la vez, o sea, se usa el entrenamiento cruzado; esta forma de aprendizaje favorece el desarrollo del equilibrio, la fuerza, la flexibilidad, la resistencia y la coordinación”, detalla.

Practicar artes marciales también agudiza la concentración mediante el ejercicio de una atención focalizada y, en retroalimentación, se abre un campo de más estabilidad interna vacía de juicios y de discursos, “libre de ego”, en palabras de Terradas Campanario.

Eva Sandoval, autora de Tu poder ninja (Ediciones B) y experta en budo taijutsu, disciplina que aprendió en Japón, destaca que las artes marciales son un camino de autoconocimiento basado en el entrenamiento físico y mental. “Practicar artes marciales es conocer la naturaleza de nuestras emociones, experimentar miedo, frustración, rabia, odio... Es una forma de encontrarnos con lo que tenemos en nuestro interior y poder vivirlo en su justa medida para evitar que las emociones nos controlen; Transitar es una palabra mágica; transitar nuestras emociones es pasar por ellas, vivirlas. Cuando entrenas, emulas situaciones de batalla donde existen uno o varios enemigos a los que hay que sobrevivir. Así puedes sentir y actuar, en lugar de reaccionar, que es a lo que estamos habituados”, explica.

Los expertos también afirman que practicar estas disciplinas es particularmente beneficioso para mejorar la autoestima y la confianza. “Según distintas investigaciones, las personas que entrenan en artes marciales desarrollan más el propio poder interior y no se dejan llevar tanto por las influencias de sus emociones ni de las circunstancias externas”, afirma Lara Terrades.

Eva

Sandoval

Autora de Tu poder ninja

Eva Sandoval, que también imparte cursos de defensa personal para mujeres, explica que en sus clases intenta crear “un espacio sagrado” donde ellas puedan expresarse de forma segura. “Casi siempre escuchamos eso de que «no hay que tener miedo», pero cuando ya somos presa del miedo esa frase es inútil; podríamos decir que llega tarde. Lo que

hacemos en las clases es mirar al miedo, sentirlo, averiguar de dónde viene, discernir si es real o no y eso, de forma natural nos permite vivirlo. El cuerpo lo siente y, paradójicamente, el hecho de sentirlo –de ahí el entrenamiento– hace que se vaya transformando y solamente queden aquellos miedos que de verdad nos sirven para sobrevivir”, comenta.

Además, las clases de artes marciales también pueden usarse como herramienta terapéutica. Así lo cree Ángel Pachas, quien explica que “las usamos para contactar con el cuerpo, para hacer ejercicio y beneficiarnos de las endorfinas, para traer nuestro miedo o preocupaciones y enfrentarnos a ellos a nivel terapéutico, para darnos cuenta de lo que somos capaces, para poner límites y cuidarnos, para conectar con el dónde estoy y hacia dónde quiero ir”.

(CARMONA, 2019)

## 4.6 Recomendaciones

“Hay dos tipos de luchadores de MMA – los que entrenan por diversión y los que entrenan como profesión. No importa el tipo con el que te identificas, todo el mundo tiene que empezar en alguna parte. Ya sea que estés seguro que quieres lograr ser un peleador profesional de MMA o si simplemente deseas utilizar el entrenamiento como una manera de fortalecer los músculos, saber cómo empezar es la clave para todo.

Siga estos 10 consejos de capacitación para comenzar:

### 1. Haga su investigación

Antes de unirse a un gimnasio para empezar su entrenamiento de MMA, investigue sus opciones. Debe buscar un gimnasio o programa donde se practique o enseñe MMA. Considere ir a los sitios donde practican los luchadores profesionales de MMA.

### 2. Pruebe antes de comprar

Una gran cantidad de gimnasios ofrecen sesiones gratuitas de MMA, para que pueda probar antes de comprometerse. Aunque tenga experiencia de otras artes marciales, MMA podría no ser adecuado para ti. Dése un poco de tiempo para averiguar si el MMA es algo que realmente disfrute.

### 3. Sea honesto con tu persona

Si decides practicar este deporte, deberás ser bien honesto contigo mismo en cuanto a los niveles de actitud en que te encuentras. Tu entrenador tendrá que saber exactamente donde tiene que empezar; de lo contrario podrías terminar perjudicándote a ti mismo. No debes sentirte avergonzado – piensa solamente en que todo el mundo tiene que empezar en alguna parte. No importa si quedas muy abajo en la tabla de aprendizaje, lo importante es quedar y aprender de acuerdo a tu nivel.



#### 4. Siempre elongar

MMA no se trata sólo de la fuerza; la flexibilidad también juega un papel importante en esta disciplina. El estiramiento después de sus entrenamientos de MMA puede ayudar a mejorar su flexibilidad, y es probablemente llegar a convertirse en una de las partes más fáciles de su entrenamiento. Tendrá que mantenerlo, ya que si se salta la elongación esto puede llevarlo rápidamente de vuelta al punto de partida.

#### 5. Olvídate del Físico Culturismo

Físico Culturismo y MMA no se mezclan. Mientras que necesita un alto nivel de fuerza para dominar a los oponentes en el ring, el tener un físico con mucha musculatura limita drásticamente esta meta. El físico culturismo y MMA utilizan técnicas completamente diferentes, con MMA se requiere ser ágil y fluido mientras que con el físico culturismo se requiere ser más estático y de una sola articulación. Todavía tendrás que hacer algo de entrenamiento con pesas al hacer MMA, pero debes olvidarte de alcanzar el mismo tipo de músculos abultados como los levantadores de pesas profesionales.

#### 6. Trabaja tu potencia física

Mediante la formación de tu potencia física podrás aumentar el poder de tus golpes y patadas. Esto se debe a que toda la fuerza y poder se encuentran concentrados en el centro de tu cuerpo. Es desde este punto que proviene toda tu fuerza. Trata de hacer ejercicios que aumenten tu musculatura del abdomen tales como abdominales y sit-ups, más bien todos los ejercicios que te ayuden a hacer musculatura en el centro de tu cuerpo.

#### 7. Comer los alimentos correctos

La dieta de un luchador de MMA tiene que ser rica en proteínas, grasas y carbohidratos. Necesitarás tomar suplementos nutricionales para aumentar tu nivel de proteínas, y asegúrate de que estás consumiendo suficientes calorías por día para mantener tus niveles de formación. Come alimentos tales como:

- Pavo
- Huevos
- Pescado
- Legumbres
- Aguacates
- Nueces
- Aceites

#### 8. Sé paciente

Al igual que Roma no se construyó en un día, no te convertirás en un luchador de MMA durante la noche. Lo peor que podrías hacer sería precipitarse en tu entrenamiento y comenzar a hacer ejercicios que están por encima de tu nivel de habilidad. Siempre debes empujarte, pero ten presente que se necesita tiempo para construir los músculos, fuerza y flexibilidad.

#### 9. Descansa después de entrenar

Descansar lo suficiente después de un entrenamiento es clave para construir la fuerza necesaria. Tu cuerpo necesita tiempo para rejuvenecer después de un entrenamiento de alto impacto; de lo contrario los músculos en los que nos hemos concentrado no tendrán la oportunidad de construir musculatura.

#### 10. Conoce tus debilidades

Y, por último, ten siempre presente cuáles son tus debilidades con el fin de mejorar. Regularmente reevaluar tu régimen de entrenamiento para que puedas cambiar y cambiar dependiendo de qué partes del cuerpo necesitas trabajar. Se lo suficientemente modesto para admitirte a ti mismo si necesitas ayuda, y pide consejo a luchadores de MMA que estén más adelantados que tú.

Entrar en el campo de entrenamiento de MMA puede ser difícil, especialmente si no tienes ninguna idea de por dónde empezar. Con perseverancia y el esfuerzo continuado, podrás en corto tiempo notar las mejoras en tu cuerpo y estado físico.”

(VASQUEZ, 2015)

A la hora de pelear

“Primero, identificas lo que necesitas. Por ejemplo: “Necesito controlar mis pensamientos. Cuando me enojo, solo pienso en lastimar a mi rival, en lugar de buscar sus debilidades o buscar someterlo.”

Después, analizas y descubres qué es eso que estás dejando de hacer. Ya sabes que, si te enojas, pierdes la concentración. Este enojo podría detonarse de muchas formas, por ejemplo, si te atacan en una zona sensible para ti, como la espinilla.

“Mi atención se desvía, busco la manera de lastimar a mi rival y jugar sucio. Dejo de ver lo que está haciendo él y usualmente pierdo rápido cuando esto me sucede. “

En este deporte debes tener combatividad y atacar con determinación, pero eso no es igual a vengarse. Si solamente piensas en lastimar a tu rival, tu técnica de pelea podría perder efectividad y dejarte vulnerable.

A continuación, aplicas la técnica que te conviene en ese momento para adecuar tu reacción y recuperarte ante la adversidad. “Ahora sé que cuando me lastiman, lo primero que debo controlar es mi pensamiento.”

Existen muchas técnicas que te pueden ayudar a controlar tus pensamientos intrusivos. Podrías usar un anclaje o frases específicas que te ayuden cuando sientes golpes con mucho dolor.

También puedes sustituir tus pensamientos intrusivos por unos más positivos. Cambiar “anda jugando sucio, me quiere lesionar” por “usa esos golpes porque soy mejor, seguiré con mi estrategia”.

Por último, mantener una buena respiración también es importante. Usa tus pausas para recuperar el aliento. Con una buena respiración y tus pensamientos en orden, tendrás claridad mental y control sobre tus acciones.

Es justo como cuando ves a tu rival mal parado en la jaula y sabes qué movimiento usar y cómo aplicarlo; llave, guillotina, triángulo, etc. para someterlo. Solo que el verdadero rival son tus propios pensamientos.

## La Importancia de la psicología en MMA

Tener este conocimiento en tus habilidades, debilidades y fortalezas te brindará confianza en los momentos más críticos de tu pelea. Vas a aprender a utilizar tus pensamientos y emociones a tu favor.

Además, cuando dominas el control de tus pensamientos, emociones y actitud, tu concentración también aumenta. Y no solo eso, sino que se mantiene por periodos cada vez más largos.

Es así cuando sabes que has logrado generar tu propia fortaleza mental. Porque lograste conocerte a ti mismo y controlar todas las herramientas que tienes a tu favor. No es una habilidad, es un estado constante que requiere de distintas habilidades y capacidades que se pueden entrenar.

Tampoco necesitas afrontar una situación adversa o negativa para descubrir que eres fuerte mentalmente. Con la ayuda de un psicólogo del deporte puedes trabajar tu salud mental.

Como ves, puedes generar consecuencias positivas y una inercia favorable con entrenamiento mental. La psicología en MMA es una herramienta más para mejorar tu desempeño en este deporte.”

(Moreno, 2021)

## CONCLUSIONES

En este trabajo de grado, se ha aprendido la importancia de la toma de decisiones, la cual se pone en práctica desde que se estudia la carrera de contabilidad, de este modo, la licenciatura de contabilidad es una carrera en la que se desencadenan dos factores de gran importancia ya seas estudiante universitario o profesionalista;

1. Tenemos la necesidad de tener habilidades cognitivas y analíticas avanzadas para poder desempeñarnos adecuadamente en nuestro campo.
2. Tenemos al grave problema que ocasiona el simple hecho de estudiar contabilidad el cual es que generamos mucho estrés y ansiedad en nuestras vidas, el cual solo nos perjudica careciendo de las habilidades antes mencionadas.

Cuando no se toman las decisiones adecuadas ya sea en nuestra vida, en nuestra función laboral como contadores o incluso como estudiantes de la carrera de contaduría estamos condenados a sufrir de:

- Frustración: como respuesta emocional común a la oposición que a su vez nos desencadenará ira y decepción.
- Confusión a causa del estrés, la falta de sueño, la sobrecarga de información, la intoxicación o la exposición a nuevas situaciones.
- Falta de dirección y la pérdida de respeto pueden también resultar de la mala toma de decisiones.

Los equipos tienen que confiar en las decisiones de sus líderes, así como también los líderes tienen que ser capaces de confiar en que los empleados pueden manejar sus tareas y responsabilidades de ahí la importancia puesto que si un eslabón de la cadena. Por ejemplo, el área de una empresa, si esta no toma una decisión acertada lo más probable es que las áreas subsecuentes en las que de continuación algún proceso tenga conflictos de consistencia.

Queda demostrado y comprobado por experiencia propia que:

Ejercer la carrera de contabilidad nos causa ciertas limitaciones que nos merman el desempeño ya sea escolar si somos alumnos o el desempeño laboral en caso de estar ya ejerciendo, derivado en estrés cuando tenemos bastantes tareas por hacer, cuando tenemos temas escolares sin entender, en estar cansados por viajar distancias largas para ir hasta la escuela y/o trabajo, por malas evaluaciones obtenidas, por exámenes cercanos lo que a su vez nos provoca trastornos de ansiedad lo que nos lleva a problemas como tener deficiencias en la escuela y trabajo, aislamiento y una mala calidad de vida en general.

Utilizar el razonamiento para la toma de decisiones nos puede beneficiar en todos los aspectos de nuestra vida sea lo que sea pues nos dediquemos, de hecho, la misma psicología como ciencia considera la toma de decisiones como el proceso cognitivo que resulta en la selección de una acción posible entre varias acciones posibles, incluso clasifica el proceso como una secuencia en la forma de razonamiento y atribuye la falta de esta habilidad como un síntoma de la inmadurez de una persona en el desarrollo de capacidades psicosociales, lo cual lleva a la inseguridad y ésta desencadena en factores de autoritarismo y prepotencia.

A lo largo de mi vida he experimentado inseguridad por toma de decisiones incorrectas lo cual me ha desencadenado sensación de nerviosismo, malestar o ansiedad asociada a diversas situaciones y puedo decir que es horrible a nadie le recomiendo estar en esa situación puesto que pierdes una parte del rumbo de tu vida fallando en tus propósitos personales, y profesionales.

Por último, quiero concluir mi trabajo de tesis diciendo que las artes marciales mixtas las he utilizado como una herramienta terapéutica pues me ha ayudado mucho con mi salud mental y psicológica al realizar meditaciones activas pues elevo mi nivel de conciencia y puedo ver no solo lo que ocurre a mi alrededor, sino también en mi interior, al hacer esto reconozco mis capacidades y mis límites alcanzando un alto nivel de autoconocimiento que me permite vivir mejor pues me otorga autocontrol sobre mi vida ya que muchas de

las frustraciones que sufrimos con nosotros mismos se deben a no poder usar la propia mente para entender el problema de decisión, y el coraje para actuar en consecuencia.

Al entrenar artes marciales mixtas he desarrollado la capacidad de manejar situaciones de estrés con mayor facilidad, algo que se da siempre en la profesión, me ha ayudado a vivir ciertas emociones que quizá me cueste más expresar en el ambiente laboral, como por ejemplo la ira y el enfado los cuales definitivamente no podemos sacar dentro de un entorno profesional.

## Bibliografía:

BBC Mundo. (24 de noviembre de 2014). *¿Cuáles son los beneficios de practicar artes marciales?* Obtenido de [https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/11/141124\\_deportes\\_artes\\_marciales\\_inicio\\_comenzar\\_jmp#:~:text=Al%20tratarse%20de%20muchas%20disciplinas,de%20sesiones%20intensas%20de%20ejercicios.](https://www.bbc.com/mundo/noticias/2014/11/141124_deportes_artes_marciales_inicio_comenzar_jmp#:~:text=Al%20tratarse%20de%20muchas%20disciplinas,de%20sesiones%20intensas%20de%20ejercicios.)

el contador profesional. (2021). *Ventajas y Desventajas de ser un Contador Público.* Obtenido de <https://www.elcontadorprofesional.com/2019/11/ventajas-y-desventajas-de-ser-contador-publico.html>

ENTERARSE. (13 de septiembre de 2019). *El origen de las MMA: La búsqueda del mejor peleador.* Obtenido de [https://www.enterarse.com/20190913\\_0001-el-origen-de-las-mma-la-busqueda-del-mejor-peleador#:~:text=El%20origen%20de%20las%20Artes,entrenamiento%20de%20algunos%20soldados%20griegos.](https://www.enterarse.com/20190913_0001-el-origen-de-las-mma-la-busqueda-del-mejor-peleador#:~:text=El%20origen%20de%20las%20Artes,entrenamiento%20de%20algunos%20soldados%20griegos.)

mundobiohacking. (2019). *10 Beneficios de practicar artes marciales de forma recreativa.* Obtenido de <https://mundobiohacking.com/fitness/10-beneficios-de-practicar-artes-marciales-de-forma-recreativa/>

siigo. (22 de noviembre de 2017). *¿Por qué vale la pena ser contador público?* Obtenido de <https://www.siigo.com/blog/contador/ser-contador-publico/>

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2015). *Cronología Histórica de la UNAM.* Obtenido de <https://www.unam.mx/acerca-de-la-unam/unam-en-el-tiempo/cronologia-historica-de-la-unam/1910>

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2015). *Cronología Histórica de la UNAM.* Obtenido de <https://www.unam.mx/acerca-de-la-unam/unam-en-el-tiempo/cronologia-historica-de-la-unam>

Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2015). *Organización.* Obtenido de <https://www.unam.mx/acerca-de-la-unam/organizacion>



Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM). (2015). *Qué es la UNAM*. Obtenido de <https://www.unam.mx/acerca-de-la-unam/que-es-la-unam>

VASQUEZ, R. (4 de febrero de 2015). *10 Excelentes consejos de entrenamiento MMA para principiantes*. Obtenido de <https://mma.uno/10-excelentes-consejos-de-entrenamiento-mma-para-principiantes/>

Fillooy, L. M. (6 de marzo de 2019). Ibero Puebla. Obtenido de [https://www.iberopuebla.mx/noticias\\_y\\_eventos/noticias/estres-y-vida-estudiantil](https://www.iberopuebla.mx/noticias_y_eventos/noticias/estres-y-vida-estudiantil)

CARMONA, R. (10 de agosto de 2019). la vanguardia. Obtenido de <https://www.lavanguardia.com/vivo/lifestyle/20190810/463514697227/artes-marciales-mente-ayuda-salud-mental-beneficios.html>

deporte, F. (2022). MEDAC. Obtenido de <https://medac.es/blogs/deporte/artes-marciales-mixtas#:~:text=M%C3%A1s%20frecuentemente%20conocidas%20como%20MMA,m%C3%A1s%20tradicionales%20y%20otras%20modernas.>

Brands, E. (2 de septiembre de 2021). el confidencial. Obtenido de [https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/la-salud-del-deporte/2021-09-02/artes-marciales-mixtas-mma-lesiones-bra\\_3263210/#:~:text=En%20este%20deporte%20de%20contacto,no%20tomamos%20las%20precauciones%20necesarias](https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/la-salud-del-deporte/2021-09-02/artes-marciales-mixtas-mma-lesiones-bra_3263210/#:~:text=En%20este%20deporte%20de%20contacto,no%20tomamos%20las%20precauciones%20necesarias)

Moreno, M. (22 de julio de 2021). journey sports. Obtenido de <https://journey.app/blog/psicologia-en-mma/>

Alcala, M. (8 de abril de 2019). *Palcorporate*. Obtenido de <https://www.palcorporate.com.mx/es/articulos/la-importancia-de-la-contabilidad-para-la-toma-de-decisiones>

asociados, N. D. (23 de JUNIO de 2023). *Nuñez Dubon y asociados*. Obtenido de <https://www.nunezdubonyasociados.com/sitio/index.php/noticias/331-la-contabilidad-y-la-toma-de-decisiones-en-la-empresa>

Leon, V. (19 de Abril de 2019). *Linked In*. Obtenido de <https://es.linkedin.com/pulse/la-importacia-de-contaduria-en-vida-cotidiana-le%C3%B3n-chac%C3%B3n>

Herrera, Y. (14 de marzo de 2023). *Nubox*. Obtenido de <https://blog.nubox.com/contadores/como-la-contabilidad-ayuda-a-tomar-decisiones#:~:text=Una%20correcta%20contabilidad%20en%20tiempo,los%20departamentos%20de%20tu%20compa%C3%B1a%20Da>.

Cigöña, J. R. (19 de Enero de 2023). *sage*. Obtenido de <https://es.linkedin.com/pulse/la-importacia-de-contaduria-en-vida-cotidiana-le%C3%B3n-chac%C3%B3n>

## Libros:

F., C. M. (2006). *CONTABILIDAD UNO elementos de contabilidad*. ESTADO DE MÉXICO: ESFINGE.

PRIETO, A. (2007). *PRINCIPIOS DE CONTABILIDAD*. MÉXICO: LIMUSA.

FERNÁNDEZ, C. J. (2008). *CONTABILIDAD FINANCIERA 1: CONTABILIDAD BÁSICA*. MÉXICO: PATRIA.

FERNÁNDEZ, C. J. (2014). *CONTABILIDAD FINANCIERA*. MÉXICO: PATRIA.

LÓPEZ, A. J. (2002). *PRINCIPIOS DE CONTABILIDAD SEGUNDA EDICION*. MEXICO: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA.

PRIETO, A. (1966). *PRINCIPIOS DE CONTABILIDAD*. MÉXICO: BANCA Y COMERCIO.

Mendoza, C. C. (2020). *contabilidad intermedia*. Ciudad de México : Colegio mexicano de contadores públicos.