

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 3

Número 8

2024

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

Editora en Jefe: Ph.D.(c) Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Córdor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: Msc. José Julio Lara Reimundo

Ensayo

Comparativo tendencias fitness Colombia vs las tendencias fitness Internacionales 2024

Comparison of Colombian fitness trends vs. international fitness trends 2024

* Camilo Morales Rincón
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5042-4037>

* Centro de Cultura Física - Cronos, Colombia

Contacto:
* tep.entrenador@gmail.com

Recibido: 07-02-2024
Aceptado: 10-05-2024



Resumen

El sector fitness continúa con su consolidación y crecimiento tanto a nivel mundial como nacional, la encuesta de tendencias fitness que se realiza cada año para valorar y posicionar las diversas actividades que estarán en auge y presentes, ha permitido; interpretar el sector y los actores que intervienen, al igual que proponer planes y estrategias direccionados a un sector de mayor calidad en lo concerniente a, personal, escenarios, actividades, elementos, entre otros. El modelo de encuesta que plantea el ACSM logra vincular la ciencia, tecnología, mercado y desarrollo, al ser replicada en diferentes poblaciones y naciones, logra generar unión del sector a nivel mundial, estableciendo pautas y lineamientos para la ejecución de acciones en el sector con características profesionales, mitigación de riesgos, fundamento científico y encaminando a comunidades más activas y saludables, debido a esto es la importancia de generar la comparación del top 10 de la encuesta nacional Colombia con las encuestas internacionales.

Palabras clave: Tendencias, fitness, encuesta.

Abstract

The fitness sector continues its consolidation and growth both globally and nationally. The fitness trends survey carried out each year to assess and position the various activities that will be booming and present, has allowed; interpret the sector and the actors involved, as well as propose plans and strategies aimed at a higher quality sector in terms of personnel, scenarios, activities, elements, among others. The survey model proposed by the ACSM manages to link science, technology, market and development, when replicated in different populations and nations, it manages to generate union of the sector worldwide by establishing guidelines and

guidelines for the execution of actions in the sector with professional characteristics. , risk mitigation, scientific basis and leading to more active and healthy communities, due to this it is important to generate the comparison of the top 10 of the Colombian national survey with international surveys.

Keywords: Trends, fitness, survey

Introducción

El Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM, American College of Sports Medicine) enfocado en generar procesos de investigación frente al área de actividad física y el deporte ha establecido la encuesta anual de tendencias fitness con la finalidad de establecer el top 20 (Thompson, 2023).

Con esto se logró interpretar la demanda y oferta en el sector y el mercado del fitness, vinculando a los diferentes actores que intervienen en él, al igual que los diversos componentes. La profesionalización es fundamental para el desarrollo y establecimiento de alta calidad en las acciones y actividades que se desarrollan.

El estudio de las tendencias fitness a través de la encuesta, se ha venido generando anualmente, siendo replicado en diferentes países a nivel nacional. En la presente comparación se tomarán como referencia la encuesta internacional (Newsome et al., 2024) y las encuestas nacionales de España (Veiga et al., 2024), México (Gómez et al., 2024) y Colombia (Morales & Gómez, 2023).

La ejecución y análisis de esta encuesta permite visualizar el crecimiento, desarrollo y avances del sector en cuanto a tendencias, elementos, escenarios, profesionales, campo laboral

entre otros. Con esta información se pueden generar acciones de mejora, expansión y solidificación del sector con impacto en lo social y económico, fortaleciendo planes informativos, formativo y de réplica.

En el contexto colombiano se ha desarrollado la encuesta desde el 2018 generando el reconocimiento del top 20 de las tendencias, se ha logrado publicar los resultados desde el 2021, manteniendo como referencia la estructura y metodología de la encuesta internacional. Es importante mencionar qué tanto en Colombia como en las demás naciones donde se replica la encuesta se generan adaptaciones de acuerdo a las características de la población y desarrollo del sector lo que permite que al generar un comparativo entre las encuestas se cuente con información tanto homogénea como heterogénea lo que aporta a la obtención de un análisis amplio y una serie de propuestas significativa para la consolidación del sector a nivel nacional e internacional basadas en una argumentación clara. Estos antecedentes fundamentan el objetivo de la investigación la cual fue mostrar el top 10 de las encuestas de tendencia fitness para el 2024, indicando la comparación entre Colombia y las internacionales.

Metodología

Las encuestas nacionales toman como referencia la encuesta internacional elaborada por ACSM, se establece un formulario y metodología online que es compartido a profesionales del sector durante un tiempo determinado, cuenta con espacios de caracterización de la población y valoración de las tendencias en una escala de 1 a 10 en grado de importancia, con esto se busca realizar la ubicación de cada tendencia en el listado y determinar el top 20 en cada encuesta.

En las encuestas de tendencias fitness para el 2024 se estableció un listado de 45 tendencias para ser valoradas en la encuesta internacional (Newsome et al., 2024), España con 54 tendencias en el listado (Veiga et al., 2024), México con 51 tendencias en el listado (Gómez et al., 2024) y Colombia con 50 tendencias en el listado (Morales & Gómez, 2023).

Las encuestas son direccionadas y acompañadas de manera autónoma por diferentes instituciones en cada país, posterior a la recolección de los datos se prosigue con la interpretación y análisis de los mismos, obteniendo los resultados y el top 20, estos son compartidos y difundidos en diversos canales y portales.

Al estar publicado los resultados por parte de cada institución nacional e internacional se genera el comparativo en relación con el top 10, se tiene en cuenta el número de participantes en cada encuesta. Que para este año fueron encuesta internacional 1997 respuestas (Newsome et al., 2024), España, 511 respuestas (Veiga et al., 2024), México, 1266 respuestas (Gómez et al., 2024) y Colombia 1050 respuestas (Morales & Gómez, 2023). Este comparativo permite observar la semejanza en la metodología, en la ejecución de la encuesta, el desarrollo de las tendencias y la consolidación global de algunas en el mercado, además de establecer las diferentes tendencias base en cada nación.

Resultados

En la tabla 1 se indicará el top 10 de las encuestas nacionales de España (Veiga et al., 2024), México (Gómez et al., 2024), Colombia (Morales & Gómez, 2023) y la encuesta

internacional (Newsome et al., 2024) generando el comparativo y estableciendo las similitudes en los resultados de las encuestas.

Tabla 1

Comparación del Top 10 de la encuesta nacional colombiana, con las encuestas internacionales del año 2024

	Tendencias Encuesta Colombia 2024 / (Morales & Gómez, 2023)	Tendencias Encuesta Internacional 2024 / (Newsome et al., 2024)	Tendencias Encuesta España 2024 / (Veiga, O. et al., 2024)	Tendencias Encuesta México 2024 / (Gómez, F. et al., 2024)
1	Regulación ejercicio de los profesionales del fitness	Tecnología usable	Entrenamiento funcional de fitness	<i>Programas de ejercicio y pérdida de peso</i>
2	<i>Programas de fitness para adultos mayores</i>	Promoción de la salud en el lugar de trabajo	Contratación de profesionales	Entrenamiento personal
3	Entrenamiento personal	<i>Programas de acondicionamiento físico para adultos mayores.</i>	Entrenamiento ("personal") en pequeños grupos	Entrenamiento tradicional de fuerza
4	<i>Equipos multidisciplinarios de trabajo</i>	Ejercicio para bajar de peso	Entrenamiento personal	Programas de entrenamiento y alimentación
5	Programas de ejercicio para niños/as y adolescentes	Reembolso para profesionales calificados del ejercicio	Regulación ejercicio de los profesionales del fitness	Entrenamiento funcional
6	Programas de ejercicio para la salud psicológica/mental	Emplear profesionales certificados en ejercicio	<i>Programas de ejercicio para la pérdida de peso</i>	Entrenamiento específico para un deporte
7	Entrenamiento Interválico de Alta Intensidad (HIIT)	Aplicaciones móviles de ejercicio	<i>Programas de fitness para adultos mayores</i>	Entrenamiento de fuerza con pesos libres
8	Tecnología portátil para "vestir"	Ejercicio para la salud mental	Entrenamiento funcional de alta intensidad (HIFT)	Dieta saludable
9	<i>Programas de ejercicio para combatir la obesidad y pérdida de peso</i>	Desarrollo atlético juvenil	<i>Equipos multidisciplinarios de trabajo</i>	<i>Equipos multidisciplinarios de trabajo</i>
10	Entrenamiento con el peso corporal	Entrenamiento personal	Entrenamiento de fuerza tradicional	Entrenamiento con el peso corporal

Nota: Diseñado por los autores, Las tendencias en "negrita" muestran las tendencias que se repiten cuatro veces en relación a la encuesta colombiana, española, mexicana e internacional; en "cursiva" aquellas tendencias se repiten tres veces; y en "subrayado" la que se repiten dos veces entre las encuestas.

Se establece como similitud entre las encuestas en el top 10, lo siguiente:

En las cuatro encuestas se encuentran 10 similitudes, entre la encuesta nacional de España y la de Colombia se establece 6 similitudes, Encuesta Nacional de México y de

Colombia 4 similitudes y la encuesta internacional y la nacional de Colombia se observan 6 similitudes. Las tendencias que coinciden en las encuestas corresponden al 25,0%, Qué listado del Top 10 de las encuestas el posicionamiento de las mismas es variado encontrando un bajo porcentaje en similitud en ubicación en el listado, se destaca que entre la encuesta de Colombia y México la posición número 10 se encuentra ocupada por la tendencia Entrenamiento con peso corporal. En las encuestas de España y México en la posición 9 la tendencia Equipos multidisciplinarios de trabajo.

Conclusiones

Se puede encontrar una consolidación de tendencias a nivel global en el top 10, al igual que una semejanza en las encuestas nacionales e internacionales, algunas tendencias diferenciales en cada nación, que puede ser interpretado a partir de las particularidades, características y necesidades de cada población y del sector nacional fitness específico.

Al realizar la comparación del listado del Top 10 de las tendencias encontramos que en el caso de Colombia el 100% del top se encuentra reflejado en el listado de las tendencias internacional, española y mexicana, En su mayoría teniendo diferente posicionamiento. En cuanto a similitud en el top 10 de las cuatro encuestas, ubicamos que entrenamiento personal se repite en las cuatro, Programas de entrenamiento fitness para adulto mayor, equipo multidisciplinario de trabajo y programas de ejercicio de pérdida de peso se repiten en 3 top y Regulación del ejercicio profesional del fitness, ejercicio para la salud mental, tecnología usable, y entrenamiento con peso corporal se repiten en el top dos veces.

En cuanto a la similitud, la del top 10 de Colombia con las demás encuestas, encontramos que con España se tiene una similitud de 6 tendencias, con México similitud de cuatro tendencias y con la encuesta internacional similitud de 6 tendencias. Se establecen 16 tendencias en las cuatro encuestas que no presenta similitud esto se puede reflejar las características, necesidades y enfoques propios de cada nación frente a la actividad física y el deporte, en general se continúa empleando la tecnología, se están abriendo espacios para él trabaja al aire libre después de la situación sanitaria vivida en años anteriores, se continúa con un enfoque de salud y bienestar direccionado a diversos grupos poblacionales, se busca la individualización, acompañamiento y seguimiento de los programas de entrenamiento al igual que la claridad y funcionalidad de los mismos y se enfatiza en la profesionalización del personal que direccional las acciones de movimiento y corporalidad.

Referencias Bibliográficas

- Gómez, F., Lopez-Haro, J., Pelayo, A., Aguirre, L., Cortés Almanzar, P., & Valencia, A. (2024), *Fitness trends MX 2024, BOOK*, <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.2.14717.74726>
- Morales rincón, C. A., & Gómez Reyes, V. (2023). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness en Colombia, año 2024. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva* , 2(6), 1104–1134. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6520>
- Newsome, A'Naja M., Reed, Rachelle, Sansone, Jessica, Batrakoulis, Alexios, McAvoy, Cayla, Parrott, W Matthew, (2024), 2024 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions

<https://doi.org/10.56200/mried.v3i8.7372>
<https://revistamentor.ec/index.php/mentor>

of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal* 28(1),14-26.

<http://dx.doi.org/10.1249/FIT.0000000000000933>

Thompson, W. (2023). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2023. *ACSM's Health & Fitness Journal* 27(1), 9-18. <http://dx.doi.org/10.1249/fit.0000000000000834>

Veiga, O. L., Palos, J. J., & Valcarce-Torrente, M. (2024). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2024 (National Survey of Fitness Trends in Spain for 2024). *Retos*, 51, 1351–1363. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.101717>

Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos