

## ***Caracterización de centros de acondicionamiento físico: escenarios de promoción y prevención desde la cultura física***

### *Characterization of fitness centers: scenarios for promotion and prevention from physical culture*

**Camilo Andrés Morales Rincón**

[tep.entrenador@gmail.com](mailto:tep.entrenador@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0001-7131-9076>

**Cronos ccf, Bogotá, Colombia**

Artículo recibido: 08 de octubre 2024 | Arbitrado: 28 de octubre 2024 | Aceptado: 25 de noviembre 2024 | Publicado: 05 de enero 2025

#### **Palabras claves:**

Actividad física;  
Gimnasio; Salud;  
Servicio; Entrenamiento

#### **Resumen**

Los centros de acondicionamiento físico "CAF" son escenarios donde desde la cultura física, se logra aportar a procesos de promoción y prevención encaminados al bienestar y la salud; el objetivo del estudio es identificar las características de estos espacios y el impacto que logran en la población participante, se utiliza el método cuantitativo y descriptivo de corte transversal, se implementa una encuesta con 37 preguntas a entrenadores y usuarios; Como resultado se obtiene, que un alto porcentaje de los participantes tienen un alto grado de satisfacción al participar en estos escenarios, al igual que se cuentan con características genéricas en el componente de atención, estructura y actividades, esto permite ver los beneficios que ofrecen los CAF en cuanto a realización de actividad física sistematizada; en conclusión es fundamental conocer los rasgos característicos de los CAF e identificando, que tienen un impacto positivo en los participantes promoviendo estilos de vida saludable y previniendo hábitos como el sedentarismo.

#### **Keywords:**

Physical activity; Gym;  
Health; Service; Training

#### **Abstract**

The fitness centers "CAF" are settings where, from physical culture, it is possible to contribute to promotion and prevention processes aimed at well-being and health; the objective of the study is to identify the characteristics of these spaces and the impact they achieve in the participating population, the quantitative and descriptive cross-sectional method is used, a survey with 37 questions is implemented to trainers and users; As a result, it is obtained that a high percentage of the participants have a high degree of satisfaction when participating in these scenarios, as well as generic characteristics in the component of attention, structure and activities, this allows to see the benefits that the CAF offer in terms of carrying out systematized physical activity; in conclusion, it is essential to know the characteristic features of the CAF and to identify that they have a positive impact on the participants by promoting healthy lifestyles and preventing habits such as sedentary lifestyle.

## INTRODUCCIÓN

Es de destacar en el campo del movimiento y la corporalidad los escenarios que promueven la realización de la actividad física, como son los centros de acondicionamiento físico, también denominados gimnasios, fundamental conocerlos y explorarlos en los últimos años han presentado una amplia expansión permitiendo que las personas acudan y disfruten de las acciones y actividades que en estos espacios se realizan empleando diversas metodologías y herramientas; para el año 2025 se centran como una tendencia del sector fitness al mencionarla en el componente de participación por suscripción lo que da a entender que estos lugares han establecido una serie de estrategias y planes que han logrado tener un impacto positivo en los individuos y la comunidad logrando que se reconozcan e identifiquen los beneficios que se obtienen al participar en estos escenarios donde se cuenta con personal especializado en el área y elementos idóneos para la realización de una actividad física sistematizada adecuada y disminuyendo el riesgo de lesión por inadecuado uso o realización de ejercicios promoviendo la ejecución de una actividad física responsable y acompañando al cumplimiento de los objetivos particulares de cada individuo.

Aún frente a la situación que se planteó anteriormente se encuentra como situación polémica la baja difusión de los beneficios de los CAF partir de su caracterización en cuanto instalaciones servicios componentes genéricos y el impacto que estos tienen en la población, pues, no solamente se puede enfocar en la población asistente participante o cliente real, sino que hay que direccionar la información a toda la población visualizándola como un cliente potencial.

Para esto es fundamental conocer qué es, en qué consiste y cuáles son las características de los centros de acondicionamiento físico y qué impacto se tiene en la población; Como bien lo menciona el IDRD, (s.f) en Bogotá se han establecido algunos espacios para la práctica de actividad física con un enfoque de salud y bienestar. Dentro de los que se destacan los gimnasios al aire libre, que ellos direccionan hacia un grupo poblacional de adulto mayor, pero que realmente puede ser utilizado por

diferentes grupos poblacionales; que cuentan con una serie de maquinaria, no solamente se puede establecer como un escenario con gran infraestructura, sino que debe convertirse en un espacio de acompañamiento y de sensibilización hacia la cultura física a partir de la realización de actividad física y deporte responsable; Así que estos escenarios al ser una buena alternativa para la promoción de la realización de la actividad física también se debe direccionar el acompañamiento y la presencia de personal idóneo capacitado que acompaña la realización de las diferentes actividades.

El crecimiento y la expansión del sector fitness en Colombia ha sido representativo bien lo menciona, Vargas (2023) que indica que en el 2023, Se generó un aumento del 30% en la inscripción y participación en gimnasios, por su parte Moreno, (2024) da unas cifras más alentadoras para el año 2024 donde la afiliación de nuevos participantes en gimnasios se incrementa un 45% generando un alto grado de ingresos anuales al sector. En el periódico nacional Portafolio,(2022) representantes de la marca sport fitness dan a visualizar que posterior a la pandemia y aun durante el desarrollo de la misma a causa del covid-19, las personas tomaron mayor conciencia de la importancia de la salud y el bienestar adhiriendo procesos de realización de actividad física en su cotidianidad, lo que hace que surjan nuevos nichos de mercados y utilización de diversas herramientas para la práctica de actividades, lo que permite que el sector de los gimnasios no solamente se queden el área de servicio, sino que se empieza a visualizar en procesos de infraestructura, manufactura, entre otros.

A encontrar mayor demanda por parte de los participantes el sector de los centros de acondicionamiento físico ha tenido que establecer procesos de reingeniería, para dar cubrimiento a esas necesidades y características que han surgido en el sector; Quintero (2024), menciona que en el último informe de OBS Business School, se plantean unas características frente a los nuevos retos que se enfrentan los centros de acondicionamiento físico en general entre las que se destacan estan, el análisis de la economía global y

local estableciendo unos precios adaptables y flexibles competitivos en el mercado, la generación de una diversificación de las características de los clientes y la generación de nuevos servicios a través de la innovación y la creatividad.

La realización de actividad física y deporte, la asistencia y utilización de diversos escenarios y elementos que se direccionaban únicamente hacia unos procesos físicos motores se han comenzado a analizar y romper el paradigma, Izquierdo, (2022) menciona que ahora se enfocan hacia espacios de salud y bienestar, de mayor compromiso consigo mismo, de un complemento de salud física, emocional, productividad, integración, participación y socialización; lo que reafirma que existen varias oportunidades para que los centros de acondicionamiento físico se consoliden y se logre una transversalidad en el trabajo con otras áreas de acompañamiento en las ciencias humanas y de salud. Las nuevas formas de ver el fitness y de integrarse en este, ha generado que las personas se involucren empleando diferentes herramientas que los motiven y faciliten en la realización de actividades y consecución de sus objetivos, el periódico El Universal (2024), menciona que posterior a la pandemia ocasionada por el covid-19 las personas salieron de sus entornos de hogar y empezaron a visualizar otros espacios para la realización de actividad física logrando con esto, mayor relacionamiento social y utilización de nuevas herramientas a partir de acciones tecnológicas.

Cuando se genera una caracterización de los centros de acondicionamiento físico también se ha de visualizar hacia donde se encamina el futuro del sector, es así como Morales (2024), en el trabajo panoramas de las tendencias fitness, identifica que para las personas es fundamental que el acompañamiento de acciones y actividades en estos escenarios esté direccionada por personal cualificado y certificado, estos centros de acondicionamiento físico deben empezar a generar un mayor trabajo con diversas entidades estatales y privadas, en la búsqueda de atención integral de sus usuarios reales y potenciales; finalmente el sector de centro de acondicionamiento físico tendrá una expansión, debido a la demanda que va surgiendo y

a las nuevas necesidades y características de la población.

En cuanto al crecimiento económico que genera el sector deportivo donde se encuentran ubicados los centros de acondicionamiento físico, (Reyes, 2024) indica que el DANE en el informe de cuenta satélite de deporte Bogotá, permite evidenciar un amplio crecimiento en el 2023 del 11,0% en relación con el 2022 y respecto al 2018 el crecimiento fue de 62.8 % donde se visualiza todo el sector en componentes como: servicios, comercio, manufactura y construcción. Esto reafirma que el sector mantiene un crecimiento y que tendrá mayor expansión, lo que va a permitir consolidar y obtener un reconocimiento por diferentes sectores y población en general; frente a esto el (DANE, 2024) confirma que con apoyo del Ministerio del Deporte se contará con una cuenta satélite nacional para el 2025 donde se podrán evidenciar las cifras que el sector del deporte aporta al PIB de la nación.

Al hablar de la expansión que se ha generado en el sector del deporte y la actividad física en Colombia es fundamental comprender que se ha ido direccionando a unos procesos de cultura física en la población. (Edomex, 2024) "Se denomina así a las maneras y hábitos de cuidado corporal, mediante la realización de actividades como deportes o ejercicios recreativos, que no solo buscan la salud del cuerpo otorgándole actividad que lo aleja del sedentarismo y sus consecuencias, sino también persigue la búsqueda de plenitud y bienestar integral" con lo anterior podemos observar que la cultura física va más allá de saltar correr y lanzar, sino que busca la integralidad del ser humano a partir del movimiento a través de la herramienta del cuerpo y reconocimiento de la corporalidad.

Así es que desde la cultura física se dirige a unos procesos de salud. Que la (OMS,2019), define como "es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" de acuerdo a las situaciones que hoy en día a nivel social se están viviendo es importante identificar que no solamente se debe atender y prevenir esas dificultades y dolencias a nivel físico en cada individuo, sino que los procesos psíquicos emocionales deben presentar

una atención oportuna de esta manera la (OMS,2022), indica "La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad."

La salud mental es un componente fundamental para el desarrollo del individuo y de las sociedad, no se debe dejar de lado, todos y cada uno de los sectores desde diferentes áreas y enfoques deben buscar la manera de ayudar y atender a la mitigación de riesgo de situaciones de salud mental, la suma de una salud física adecuada y una salud mental acorde nos direccionan a que las personas cuenten con un bienestar en su vida, (Cigna, 2023) menciona "bienestar significa estar sano desde el punto de vista físico, mental y emocional." Esa búsqueda del equilibrio de los diferentes aspectos del desarrollo del ser humano y de las consolidaciones de la sociedad es lo que ha preocupado a la cultura física y a los diferentes escenarios de esta, como son los centros de acondicionamiento físico, donde se toma la actividad física como un medio en atención y prevención y de dónde surgen objetivos particulares e individuales.

Se encuentra diferente normatividad para el funcionamiento de los CAF entre las que se pueden destacar la ley 2210 del año 2022 denominada ley del entrenador deportivo donde se busca profesionalizar al personal que acompaña los procesos de planeación y ejecución de las actividades que se ejecutan en estos escenarios, Así mismo encontramos en la constitución política el artículo que habla del deporte y la recreación como una manifestación del ser humano y que debe ser fomentado por el estado, el control y acompañamiento de este tipo de escenarios se contempla en la ley 181 donde se establece que las instituciones de competencia deportiva a nivel distrital y nacional estarán generando la supervisión, la ley 1421 se direcciona a las medidas que se deben adoptar para el funcionamiento de los caf, en cuanto en la ley 721 se establece la creación de los caf y sus características y se tiene normatividad desde el área de la salud con la ley 1831 donde se indica que se debe contar con

algunos elementos de atención primaria en caso de accidentes.

Como objetivo del estudio se plantea el identificar las características de los CAF y el impacto que logran estos espacios en la población participante. La importancia que se establece en la realización del presente trabajo está dada en atender el objetivo, estableciendo las características de los centros de acondicionamiento físico, señalando las generalidades y particularidades desde la perspectiva de los diferentes actores como son entrenadores y usuarios, con esto se logre identificar los beneficios; que tienen estos escenarios en los participantes y el impacto que han ido logrando en el sector de la actividad física buscando generar nuevas estrategias para expansión y consolidación de estos centros como espacios de prevención y promoción en hábitos saludables.

## **MÉTODO**

En esta sección se explica de manera clara y detallada el proceso de investigación, incluyendo la elección del tipo de investigación, diseño, población, muestra, técnica e instrumentos. Se debe justificar la elección de una metodología innovadora y mencionar sus limitaciones si aplican.

Para la presente investigación se realiza el proceso de caracterización de los centros de acondicionamiento físico de acuerdo a la percepción y opinión de diferentes actores del sector cómo son entrenadores y practicantes de actividad física sistematizada, se emplea un método con enfoque cuantitativo y diseño descriptivo de corte transversal; debido a que mediante estos se permite emplear herramientas que a partir del análisis de datos numéricos, direcciona a identificar la prevalencia de un resultado en una muestra poblacional.

Se estructura un formulario compuesto por 37 preguntas divididas en 4 secciones: a) caracterización de participantes 11 preguntas, b) características generales de centros de acondicionamiento físico 24 preguntas, c) facilidad de identificación en el centro de acondicionamiento físico 1 pregunta con 11 ítems y d) oferta en el centro de acondicionamiento físico 1 pregunta con 13 ítems; la sección a y b contaban con opción de respuesta múltiple y la sección c y d los ítems fueron

evaluados en preguntas cerradas con respuesta sí o no.

El formato de la encuesta se desarrolló y compartió en metodología online direccionada a actores del sector, con una vigencia de un mes y medio de disponibilidad para su diligenciamiento, se contó al finalizar de este tiempo con 380 respuestas de los participantes. Se establece como objetivo el identificar las características de los centros de acondicionamiento físico - CAF, en la ciudad de Bogotá, Colombia; como escenarios de promoción en salud con enfoque en la Cultura Física

Seguidamente, se realiza el análisis de los datos obtenidos en las secciones; se generan las conclusiones pertinentes frente a la caracterización de los centros de acondicionamiento físico, su impacto en el sector del movimiento y corporalidad y en los distintos actores del mismo. A continuación se presenta en la tabla 1 la estructura de las secciones de la encuesta.

**Tabla 1.** Estructura de la Encuesta

Caracterización de Encuestados	Centros de Acondicionamiento Físico	Es fácil de identificar en el Centro de Acondicionamiento Físico	El Centro de Acondicionamiento Físico donde asiste ofrece
Participo voluntariamente de la encuesta	Formación entrenadores del CAF	Nombre	Áreas amplias
Sexo	Tipo de escenario del CAF	Año de apertura	Áreas delimitadas identificadas - marcadas
Rango de edad	Tipo modelo negocio CAF	Logo	Áreas limpias y en buena condición de uso
Grupo étnico	Numero de sedes del CAF	Eslogan	Maquinarias en buen estado y funcionamiento
Localidad de vivienda	Ubicación (Localidad Ciudad) del CAF donde asiste	Filosofía institucional	Elementos en buen estado y funcionamiento
Estrato socioeconómico	Antigüedad del CAF en el mercado	Sedes	Metodología diferencial
Tipo de encuestado	El CAF funciona en	Contáctenos	Planimetrías
Qué información cree usted es importante o en cuál se fija para la selección de un CAF	Población predominan que asiste (rango de edad), al CAF	Servicios	Protocolos de bióseguridad
Asiste y/o usa CAF	El mayor porcentaje (%) de asistentes / usuarios en el CAF es	Ofertas	Encuestas de percepción y satisfacción de los usuarios
Número de veces que asiste al CAF	Cuál cree que es el Objetivo principal de los asistentes	Recursos humanos	CAF ofrece y garantiza la protección y manejo de datos según normatividad
Motivo por el cual no Asiste Y/o usa CAF	Precio promedio de la mensualidad del CAF	Perfil de entrenadores	El proceso de entrenamiento en el CAF es acompañado por profesionales del área del movimiento y corporalidad
	Medio de pago empleado por el CAF		El personal es atento y está pendiente de su estadía en el CAF
	Tipo de planes MAS ofertados por el CAF		Cuenta con elementos de emergencia
	En el CAF Físico como generan el control y registro		
	El CAF que días está abierto		
	Horarios MAS REPRESENTATIVO del CAF		

Herramientas de marketing MAS usadas por el CAF		
Servicios complementarios que ofrece el CAF		
Servicio más requerido por los usuarios del CAF		
Principales desafíos que tiene el CAF		
Variable para el éxito del CAF		
Los CAF se encuadran en que sector		
Calificación de su experiencia en el CAF		
Color representativo del CAF		

Nota: Estructura encuesta 2024, diseñada por los autores, elaborado en Google forms  
\* CAF " Centro de Acondicionamiento Físico"

## RESULTADOS

Se observarán los resultados obtenidos en este trabajo desde los cuatro componentes que se

analizaron en la encuesta. Se obtiene en el primer componente caracterización de encuestada tabla 2

**Tabla 2.** Caracterización de Encuestados

		n° = 380	
Participo voluntariamente de la encuesta	Si	100%	
	No	0%	
Sexo	Mujer	42,63%	
	Hombre	48,95%	
	Intersexual	8,42%	
Rango de edad	18 a 28 años	33,16%	
	29 a 38 años	25,26%	
	39 a 48 años	20,53%	
	49 a 58 años	10,00%	
	59 a 68 años	6,32%	
	Mayor a 69 años	4,74%	
Grupo étnico	Gitano(a)	0,53%	
	Raizales	1,05%	
	Afro descendientes	5,26%	
	Indígenas	1,05%	
	Palenquero(a)	0,53%	
	Ninguno	91,58%	
Localidad de vivienda	Usaquén	14,74%	
	Chapinero	6,32%	
	San Cristóbal	6,58%	
	Usme	5,26%	
	Tunjuelito	3,95%	
	Bosa	6,58%	
	Kennedy	10,00%	
	Fontibón	3,95%	
	Engativá	6,84%	
	Suba	3,68%	
		Barrios Unidos	3,16%
		Teusaquillo	2,63%
	Antonio Nariño	4,21%	
	Candelaria	1,05%	
	Rafael Uribe Uribe	4,74%	
	Ciudad Bolívar	3,16%	
	Zona sabana Norte Bogotá	3,16%	
	Zona sabana Sur Bogotá	4,74%	

	Zona sabana Occidente Bogotá	5,26%
	1	17,11%
Estrato socioeconómico	2	28,42%
	3	23,95%
	4	30,53%
Tipo de encuestado	Practicante – participante de Actividad Física y/o Deporte	78,42%
	Profesional-Tecnólogo- Técnico de Actividad Física y/o Deporte	21,58%
Qué información cree usted es importante o en cuál se fija para la selección de un CAF	Referencia y comentarios de amigos y conocidos	31,58%
	Valores y costos	18,42%
	Ubicación	22,11%
	Instalaciones	10,00%
	Maquinarias y elementos	8,42%
	Tiempo en el mercado del acondicionamiento físico	9,47%
Asiste y/o usa CAF	Si	94,74%
	No	5,26%
Número de veces que asiste al CAF	1 a 2 días	9,17%
	3 a 4 días	31,94%
	5 a 6 días	34,72%
	7 días	14,44%
	Esporádicamente	9,72%
Motivo por el cual no Asiste Y/o usa CAF	Falta de tiempo	10,00%
	Falta de motivación	10,00%
	No me gusta la actividad física y/o deporte	5,00%
	Malas experiencias en la práctica de actividad física y/o deporte	50,00%
	Poca atención y acompañamiento por los entrenadores y personal	25,00%

Nota: Caracterización de Encuestados, diseñada por los autores, elaborado en Google forms

\* CAF " Centro de Acondicionamiento Físico"

En la tabla anterior se puede evidenciar que el 100% de los individuos participaron de manera voluntaria, obteniendo 380 respuestas con una variabilidad en el grupo poblacional tanto en género, edad, grupo étnico, zona de vivienda, entre otros

En cuanto al sexo de la población participante encontramos que el 48,95% fueron hombres, el 42,63% mujeres y el 8,42% intersexual; en cuanto al grupo de edad promedio que dieron respuesta a la encuesta observamos que el 33,16% corresponde al porcentaje más alto de respuestas, oscila en edades de 18 a 25 lo que puede dar a entender que posiblemente son el grupo poblacional con mayor asistencia a los servicios que ofrece los centros de acondicionamiento físico.

Aunque se tiene un porcentaje de 91,58% con no una identificación de un grupo étnico específico Se observa que se cuenta con participación de población gitana, raizales, afrodescendiente, indígena y palenquero, con esto se reafirma que los centros de acondicionamiento físico son un espacio de integración y participación multicultural abierta para todas aquellas personas que tengan un gusto

por la actividad física el movimiento y la corporalidad o que quieran explorar e incursionar en las diferentes acciones y actividades que se realiza; En cuanto a ubicación geográfica de los participantes, Se observa que provienen de todas las localidades de la ciudad de Bogotá. al igual que la estratificación económica, la actividad física está diseñada y se promueve para todas y cada una de las personas es una acción genérica y no excluyente.

Dentro del grupo de encuestados, el 78, 42% son usuarios y participantes de los centros de acondicionamiento físico, en cuanto el 21,58% son entrenadores de estos escenarios, lo que va a permitir tener diversos puntos de vista de las caracterizaciones de los caf.

En el grupo de respuestas encontramos que el 94,74% sí asiste a centros de acondicionamiento físico y el 5,26% no ante lo cual se reduce el tamaño de la muestra y para la caracterización de los caf se descarta el porcentaje de aquellos individuos que no asisten con la finalidad de obtener información más clara y precisa al momento de generar el proceso. Del grupo que asiste a los caf se encuentra que los porcentajes de participación más altos están dados

en asistencia de 5 a 6 días con el 34,72% y de 3 a 4 días con el 31,94%, en cuanto al grupo que no asiste a los centros de acondicionamiento físico encontramos que no es que no ejecuten o realicen actividad física sino que el escenario como tal no los atrae o motiva por diferentes situaciones entre la que se destaca con el 50% es las malas experiencias en la práctica de actividad física y deporte y con el 25% la poca atención y acompañamiento por parte de entrenadores y personal de los centros

ara finalizar esta sección se indaga frente a cuál es el componente para la selección o escogencia del centro de acondicionamiento físico y se destaca que el 31,58% asiste a un escenario específico por referencia o comentarios de amigos o conocidos, el 22,11% por la ubicación del caf y el 18,42% por los valores y costos de los servicios del caf.

En la sección 2 se indaga frente a las características generales de los centros de acondicionamiento físico tabla 3

**Tabla 3. Centros de Acondicionamiento Físico**

		n° = 360
Formación entrenadores del CAF	No Se	20,56%
	Profesional – Tecnico – Tecnólogo del área de Acondicionamiento Físico	55,56%
	Profesional – Tecnico – Tecnólogo del área de la salud	15,00%
	Profesional – Tecnico – Tecnólogo de otras áreas	8,89%
Tipo de escenario del CAF	Publico	16,67%
	Privado Corporativo	6,94%
	Privado Comercial	68,33%
	Privado Habitacional	8,06%
Tipo modelo negocio CAF	Boutique Fitness	0,83%
	Box – sala crossfi t	6,94%
	Centro multideportivo	19,17%
	Gimnasio barrial	12,50%
	Gimnasio de gran superficie y/o cadena	29,72%
	Gimnasio en espacio laboral / corporativo	6,94%
	Gimnasio premium y/o Club	3,33%
	Gimnasio Residencial y/o Club House	8,06%
	Sala y/o estudio Fitness especializado	6,94%
	Salón de clases grupales	5,56%
Numero de sedes del CAF	1 sede	33,33%
	2 a 3 sedes	58,33%
	4 a 6 sedes	5,56%
	7 a 10 sedes	2,78%
Ubicación (Localidad Ciudad) del CAF donde asiste	Usaquén	6,67%
	Chapinero	10,83%
	San Cristóbal	5,56%
	Usme	5,00%
	Tunjuelito	3,33%
	Bosa	6,39%
	Kennedy	12,50%
	Fontibón	6,39%
	Engativá	6,39%
	Suba	3,33%
	Barrios Unidos	6,67%
	Teusaquillo	3,89%
	Antonio Nariño	3,06%
	Candelaria	1,67%
	Rafael Uribe Uribe	3,89%
	Ciudad Bolívar	2,78%
	Zona sabana Norte Bogotá	2,50%
	Zona sabana Sur Bogotá	5,00%
	Zona sabana Occidente Bogotá	4,17%
Antigüedad del CAF en el mercado	Menos de 1 año	6,94%
	1 a 3 años	11,67%
	4 a 6 años	19,17%
	7 a 10 años	20,83%
	Mas de 10 años	17,78%
No se	23,61%	



El CAF funciona en	Al aire libre (calle-parque etc)	5,56%
	Dentro de un centro comercial	33,61%
	En un local independiente (Bodega, edificio etc)	45,83%
	Dentro de un entorno laboral (empresa)	6,94%
	Dentro de un entorno residencial (conjunto cerrado de viviendas)	8,06%
Población predominan que asiste (rango de edad), al CAF	Juventud (14 - 26 años)	43,89%
	Adultez (27- 59 años)	46,39%
	Persona Mayor (60 años o mas)	9,72%
El mayor porcentaje (%) de asistentes / usuarios en el CAF es	Mujeres	47,50%
	Hombres	52,50%
Cuál cree que es el Objetivo principal de los asistentes	Estética corporal	39,17%
	Musculación y capacidades físicas	35,83%
	Recomendación médica(física-mental)	6,94%
	Recreación y ocio	2,78%
	Relacionamiento Social	2,78%
	Rendimiento y competición	4,17%
	Salud y bienestar	8,33%
Precio promedio de la mensualidad del CAF	Menos de 50.000 mil pesos	8,89%
	Entre 50.000 y 100.000 mil pesos	43,89%
	Entre 100.000 y 200.000 mil pesos	40,00%
	Entre 200.000 y 300.000 mil pesos	7,22%
Medio de pago empleado por el CAF	App (nequi - daviplata, etc.)	16,39%
	Débito automático	23,33%
	Efectivo	33,33%
	Tarjeta crédito y/o débito	16,39%
	Transferencia bancaria	10,56%
Tipo de planes MAS ofertados por el CAF	Día	6,94%
	Mensualidad	51,11%
	Trimestre	12,50%
	Semestre	10,00%
	Vales de clases grupales (con vigencia)	5,00%
	Tiquetera de entrenamiento (con vigencia)	3,33%
	Entrenamiento Personalizado	11,11%
En el CAF Físico como generan el control y registro	Manual en planilla	7,78%
	No llevan registro	2,22%
	Planillas de Excel	10,56%
	Software desarrollado por el CAF (propio)	15,83%
El CAF que días está abierto	Software general	63,61%
	Lunes a Domingo	76,94%
	Lunes a Sábado	12,50%
	Lunes a Viernes	6,39%
	Sábados – Domingos y Festivos	4,17%
Horarios MAS REPRESENTATIVO del CAF	Abierto 24 horas	1,94%
	6:00 am a 4:00 pm Sábados – Domingos y Festivos	12,50%
	6:00 am a 9:00 pm de lunes a Sábado	20,83%
	5:00 am a 10:00pm Lunes a Viernes	55,00%
	Horario Partido (unas horas en la mañana y otras en la tarde exclusivamente)	9,72%
Herramientas de marketing MAS usadas por el CAF	Alianzas comerciales	7,78%
	Buscadores de internet	9,44%
	Campañas (volanteo – perifoneo – radio – televisión – mensajería – referidos)	24,72%
	Eventos	11,67%
	Redes Sociales	19,72%
Servicios complementarios que ofrece el CAF	Whatsapp – Telegram etc.	13,06%
	Youtube	13,61%
	Entrenamiento personalizado	30,28%
	Masajes	13,61%
	No ofrece servicios complementarios	12,50%
	Nutrición y/o Suplementación	18,06%
	Rehabilitación – Terapias	3,33%
Servicio más requerido por los usuarios del CAF	Ropa Deportiva	4,44%
	Spa (belleza y estética)	10,28%
	Zonas húmedas	7,50%
	Clases Grupales	15,83%
Principales desafíos que tiene el CAF	Entrenamiento funcional	8,61%
	Entrenamiento Personalizado	12,50%
	Zona Cardio (Trotadoras, elípticos, bicicletas, escaleras, remos, etc.)	29,72%
	Zona de Musculación (máquinas, pesos libres)	33,33%
	Captación de usuarios Nuevos	27,22%
Principales desafíos que tiene el CAF	Formación y Contratación de colaboradores	4,17%
	Manejo de Tarifas adecuadas y rentables	9,44%
	Mantenimiento y/o Mejoras de infraestructura y equipos	16,94%
	Nuevos servicios y/o innovación	11,67%
	Retención de Usuarios actuales	30,56%

Variable para el éxito del CAF	Creatividad e innovación	13,06%
	Focalización en el usuario	6,94%
	Infraestructura y maquinaria	10,83%
	Localización	9,72%
	Marketing y Publicidad	11,67%
	Servicios	16,39%
	Talento Humano	18,06%
	Tarifas y Planes	13,33%
Los CAF se encuadran en que sector	Bienestar	6,11%
	Deportes	66,67%
	Entretenimiento	6,94%
	Estética	6,94%
	Salud	3,33%
Calificación de su experiencia en el CAF	Otro	10,00%
	Totalmente Satisfecho	15,83%
	Muy Satisfecho	25,83%
	Satisfecho	43,61%
	Poco Satisfecho	10,56%
Color representativo del CAF	Nada Satisfecho	4,17%
	Amarillo	4,17%
	Azul	7,50%
	Blanco	9,72%
	Fucsia	19,17%
	Morado	7,22%
	Naranja	30,56%
	Negro	3,33%
	Rojo	9,72%
	Verde	4,44%
Otro	4,17%	

Nota: Centros de Acondicionamiento Físico, diseñada por los autores, elaborado en Google forms

\* CAF " Centro de Acondicionamiento Físico"

En cuanto al ítem de formación de los entrenadores, el 52,63% los encuestados indican que el personal que acompaña su proceso en los caf cuentan con un título profesional técnico o tecnológico en el área de acondicionamiento físico, el 19,47% no sabe cuál es la formación de sus entrenadores y el 14,21% menciona que tiene información en el área de la salud.

El tipo de escenario donde asisten los encuestados se ubica el 68,33% en centros privados y el 16,67% en escenarios públicos, siendo estos dos tipos de escenarios los de mayor porcentaje en la respuesta de los participantes, el modelo de negocio de los diferentes caf caracterizados; Tiene una amplia variabilidad encontrando en el sector privado de baja, mediana y grande superficie y en el sector público espacios como bioparques, parques vecinales y gimnasios al aire libre entre otros se destaca en el modelo de negocio los gimnasios de gran superficie o cadena con el 29,72% seguido de los centros multideportivos con el 19,17%; se ha de mencionar que también aparecen los gimnasios barriales, salones de clases grupales, salas fitness, gimnasios residenciales entre otros.

Se encuentra que el grupo de centros de acondicionamiento físico caracterizados de acuerdo a la respuesta de los participantes cuentan con una amplia antigüedad en el mercado del sector fitness identificando que el 20,83% llevan entre 7 y 10 años y el 19,17% entre 4 y 6 años en la oferta del servicio de actividad física aun así se destaca que el 23,61% de los encuestados no pudieron informar el tiempo de Antigüedad del centro de acondicionamiento por diferentes motivos no lo conocían, no es una información que les brinden al momento de la inscripción, es una información que ellos no ven relevante. A partir de eso se identifica el número de sedes con las que cuentan los diferentes centros de acondicionamiento físico identificando que el 58,33% tienen entre 2 y 3 sedes y el 33,33% una sede; esto indica que los centros de acondicionamiento caracterizados son de baja y mediana superficie o que de acuerdo a su tipo de modelo Se caracterizan y enfatizan en un componente de atención diferencial.

Con relación a la ubicación de los centros de acondicionamiento físico encontramos que hacen presencia en todas las localidades, A diferencia de la ubicación de vivienda de los encuestados algunas

localidades incrementan su porcentaje esto debido a que el participante pueda acudir a centros de acondicionamiento físico que no están ubicados en su área de residencia, sino que se acoplan más a unos procesos de actividades cotidianas como estudio trabajo entre otras lo que hace que ciertas localidades por su característica de población flotante cuente con mayor presencia de caf y las personas generen sus actividades en estas sedes; en el proceso locativo del espacio donde funcionan los caf se identifican que el 45,83% se establece en un local independiente y el 33,61% dentro de centros comerciales; aun así se pueden encontrar en otros espacios como al aire libre, en entorno laboral, y en entornos residenciales.

Al observar el personal que participa de los servicios, actividades que ofrecen los caf, se observa que son escenarios dirigidos a población que cuenta ya con una autonomía de independencia el 46,39% se ubica en rango de edades de 27 a 59 años, el 43,89% en edades de 14 a 26 años y el 9,72% en mayores de 60 años en cuanto al porcentaje de acuerdo al sexo de los participantes encontramos que la diferencia entre hombres y mujeres es poca y que este paradigma se ha ido rompiendo permitiendo que tanto hombres como mujeres se adhieran a la actividad física encuentren los beneficios que esto ofrece en diversos espacios.

Algo que llama bastante la atención en los cafés es identificar cuál es el objetivo principal de las personas que participan encontrando que el 39,17% indican un objetivo estético corporal, el 35,83% musculación y capacidades físicas y el 8,33% salud y bienestar; cabe mencionar que el objetivo de cada individuo parte de la particularidad del mismo y que se puede encontrar una amplia diversidad de metas y finalidades de asistencia a estos escenarios.

Algo que juega un papel importante en la sociedad actual es el proceso económico y se pregunta frente a cuánto es el promedio de inversión que generan los usuarios de los caf hallando que el 43,89% indica que el costo mensual de su afiliación al caf oscila entre 50,000 y 100,000 pesos y el 40% menciona inversión entre el 100 000 y 200,000 pesos mensuales. Para la realización de estos pagos se utilizan desde modelos tradicionales hasta la aplicación de nuevas herramientas tecnológicas aun

así el 33,33% indica que el pago lo realiza en efectivo en cuanto el 23,33%, lo genera a través de un débito automático y el 16,39% utilizan aplicaciones o bien tarjetas de crédito y débito.

Se identifica que existe una variación en horarios y días de funcionamiento de los centros de acondicionamiento físico encontrando que estos están abiertos al público en un porcentaje del 76,94% de lunes a domingo en una franja horaria desde las 5 o 6 a.m hasta las 9 o 10 p.m, Cabe destacar que algunos usan modelos de bloque de apertura teniendo disposición horaria en la mañana a.m y en la tarde noche p.m y también el modelo de 24 horas disponible.

Para que un caf se dé a conocer se deben generar estrategias de marketing que busquen consolidarse en el mercado mantener la permanencia de sus usuarios y buscar captar nuevos esto se ha generado a través de la utilización de modelos base como la implementación de estrategias digitales el grupo de encuestado menciona que estrategias como las campañas tienen un 24, 72% de realización, seguido por la utilización de redes sociales con el 19,72% y posteriormente la realización de eventos con el 11,67%.

Cuando se ha logrado el reconocimiento de la población se debe seguir fortaleciendo y Esto se logra al generar una serie de servicios complementarios que están fuera de aquellas acciones que son genéricas y tradicionales se encuentra que el servicio complementario que más se ofrece dentro de los caf es el entrenamiento personalizado con un 30,28% seguido, de masajes estéticos o deportivos con el 13,61% y el 12,50 % indica que el caf donde acude no ofrece servicios complementarios; se encuentra que dentro de los servicios que generalmente se ofrece en estos centros el más requerido es la zona de musculación con el 33,33% en cuanto la zona cardiovascular tiene un porcentaje de 29,72% y las clases grupales el 15,83%.

Al indagar frente al desafío que los encuestados ven que tienen los caf se encuentra que la retención del usuario es el principal con el 30,56% seguido de captación de nuevos usuarios con el 27,22% y se ubica en tercer lugar el mantenimiento y mejora de infraestructura y equipos con el 16,94%.; Así

mismo indican que la variable para el éxito de un caf está dado en talento humano 18,6%, servicio al cliente 16,39%, creatividad de innovación con el 13,6%, manejo de tarifas con el 13,33%, siendo estas las cuatro variables que más porcentaje presentan al momento de indicar cómo los caf, pueden obtener o direccionarse hacia el éxito. Al momento de preguntar En qué sector de la economía se ubican los centros de acondicionamiento físico el 66, 67% indica que al sector deporte situación que puede ser real pero que es importante comprender que este tipo de escenarios aporta a otros sectores económicos y que debe empezar a tener una transversalidad para la consolidación desarrollo y afianzamiento de los mismos centros.

Dentro de los procesos de servicio y autoevaluación de las instituciones están los procesos de satisfacción del cliente que se realizan a través de encuestas que brindan información del sentir del participante en las diferentes actividades y escenarios del caf de las personas encuestadas el 43,61% indica estar satisfecho en el centro de acondicionamiento físico donde se encuentra lo que nos permite comprender que se está realizando un trabajo adecuado direccionado a acompañar al usuario desarrollar actividades interesantes y establecer espacios de comodidad para el desarrollo de actividad física sistematizada.

Finalizando esta sección encontramos el color representativo del caf donde se encuentra que el 30,56% indica que el color de identificación del centro donde asiste es el naranja, seguido del 19,17% fucsia.

En la sección 3 se establece el componente de facilidad de identificar en el centro de acondicionamiento físico, Tabla 4, en esto se hace referencia a la importancia de que la persona tenga información actualizada y verídica del caf además de ser una estrategia de promoción, en este espacio se evalúan 11 ítems obteniendo resultados; el 97,22% refiere que es fácil identificar el nombre del caf, el 66,67% no tiene claridad o no se identifica el año de apertura, el 83,83% identifica el logo, el 58,33% no cuenta con eslogan, el 55,56% no es fácil de identificar la filosofía institucional, 79,16% se identifica y reconoce la ubicación de las distintas sedes, 86,86% cuenta con un espacio de contacto, 84,72% presenta los servicios que ofrece, 80, 28% da con claridad las ofertas en valores y planes, 86,67% se reconoce el recurso humano en cuanto a personal de apoyo y entrenadores y 66,67% no es fácil identificar el perfil de los entrenadores. El reconocimiento de estos componentes le permite al usuario participante y al usuario potencial reconocer la organización y estructura del caf y poder seleccionar el que más se ajuste a sus objetivos y necesidades además de hacer diferencia en el sector y posicionar al caf como un escenario diferencial.

**Tabla 4.** *Identificar en el Centro de Acondicionamiento Físico*

	n° = 360	
	Si	No
Nombre	97,22%	2,78%
Año de apertura	33,33%	66,67%
Logo	83,33%	16,67%
Eslogan	41,67%	58,33%
Filosofía institucional	44,44%	55,56%
Sedes	79,17%	20,83%
Contáctenos	86,67%	13,33%
Servicios	84,72%	15,28%
Ofertas	80,28%	19,72%
Recursos humanos	86,67%	13,33%
Perfil de entrenadores	33,33%	66,67%

Nota: Es fácil de identificar en el Centro de Acondicionamiento Físico, diseñada por los autores, elaborado en Google forms

En cuanto a la sección 4 se enfoca a lo que ofrece el caf, tabla 5, dentro de lo más relevante se encuentra, se cuenta con áreas amplias 86, 11%, áreas identificadas y marcadas 81,66%, áreas limpias y en buena condición de uso 87,5%, maquinaria en buen estado 88,88%, elementos en buen estado 91,66%, metodología diferencial no cuenta con un proceso distinto 66,67%, presenta planes de entrenamiento particulares 58,33%, promoción de bioseguridad se encuentra en acciones divididas 50% sí y 50% no, se generan encuestas de satisfacción 66,67% no, garantiza protección de datos 77,78% sí, acompañamiento por profesionales del área de actividad física 86,11% sí,

servicio y atención 81,94% sí Y cuenta con elementos de emergencia 77,78% sí; esto permite analizar qué ofrece en generar los centros de acondicionamiento físico encontramos que

se tiende hacia el área positiva de contar con diferentes recursos, acompañamiento entre otros, pero también se tiene algunos aspectos por mejorar como la realización de encuestas, la promoción de procesos de bioseguridad como la generación de planes de entrenamiento particulares acciones que van a permitir que se empiece a estructurar planes estratégicos de mejora que consoliden a los centros de acondicionamiento físico como escenarios de bienestar y salud.

**Tabla 5.** El Centro de Acondicionamiento Físico donde asiste ofrece

	n° = 360	
	Si	No
Áreas amplias	86,11%	13,89%
Áreas delimitadas identificadas - marcadas	81,67%	18,33%
Áreas limpias y en buena condición de uso	87,50%	12,50%
Maquinarias en buen estado y funcionamiento	88,89%	11,11%
Elementos en buen estado y funcionamiento	91,67%	8,33%
Metodología diferencial	33,33%	66,67%
Planimetrías	58,33%	41,67%
Protocolos de bioseguridad	50,00%	50,00%
Encuestas de percepción y satisfacción de los usuarios	33,33%	66,67%
CAF ofrece y garantiza la protección y manejo de datos según normatividad	77,78%	22,22%
El proceso de entrenamiento en el CAF es acompañado por profesionales del área del movimiento y corporalidad	86,11%	13,89%
El personal es atento y está pendiente de su estadia en el CAF	81,94%	18,06%
Cuenta con elementos de emergencia	77,78%	22,22%

Nota: El Centro de Acondicionamiento Físico donde asiste ofrece,, diseñada por los autores, elaborado en Google forms

\* CAF " Centro de Acondicionamiento Físico"

## DISCUSIÓN

El trabajo que se realiza en el proceso de caracterización de centros de acondicionamiento físico en la ciudad de Bogotá en el año 2024 tiene una amplia relación con ejercicios del mismo corte que se han establecido o generado en otras áreas de Colombia permitiendo encontrar similitud frente a la estructura organización y características generales del sector de los caf, dejando en claro que cada uno de estos centros presentan una filosofía institucional particular e individual con un enfoque de atención diferencial lo que hace que se encuentre una diversidad de metodologías y estructuras en el mercado que le permite al practicante de actividad física poder seleccionar a cuál escenario acudir; El conocer las características y procesos que se desarrollan en los centros de acondicionamiento

físico son esenciales para los participantes de esta manera (Pulgarín et al., 2023), genera una caracterización de CAF en la ciudad de Bucaramanga Colombia

donde identifica, que estos espacios promueven procesos de hábitos saludables ofreciendo una serie de actividades diferenciales, encontrando centros de mediana y baja capacidad y de contar con personal de entrenadores capacitados en el área de movimiento y corporalidad, lo que permite identificar que dentro de estos centros es importante lo relacionado con; actividades que se ofrecen, instalaciones y personal que acompaña esto lo observaremos también en el análisis de caracterización de caf que se genero en Bogotá. Por su parte (Campo et al., 2023), realiza un análisis

frente al motivo que direcciona a los participantes a asistir a un caf esto en la ciudad de Cali Colombia, donde concluye que en el grupo poblacional que fue analizado tenía como motivación de mayor impacto el mantenimiento de salud y el rendimiento deportivo aun así observa una gran variedad de motivos que direccionan a la asistencia en estos escenarios como son armonía corporal, estado saludable y calidad de vida, Algo que se relaciona con lo encontrado en la caracterización de caf en Bogotá donde se encuentra una variación en el objetivo que establecen los participantes para asistir Así es que ese entorno que se genera en el espacio de los caf tiene una heterogeneidad en el individuo que ese transversaliza con un enfoque de población más activa y saludable a partir de componentes de cultura física direccionados a la salud y al bienestar.

### CONCLUSIONES

La caracterización de los centros de acondicionamiento físico permite identificar los avances logrados y el aporte brindado al sector del movimiento y la corporalidad; Asimismo, el impacto que se logra en el individuo participante a través de las acciones, actividades y servicios que se ofertan; el establecerse como un espacio de promoción de hábitos de vida saludable y prevención de situaciones de riesgo de enfermedad, permite que se empiecen a visualizar los beneficios de acudir y generar actividad física sistematizada responsable, a partir de las características de cada individuo y el establecimiento de objetivos claros desde diferentes áreas física, cognitiva, social, entre otras; la consolidación de estos escenarios teniendo en cuenta la identificación y reconocimiento de las características y necesidades actuales de la sociedad y la transversalidad con otras áreas permite que se llegue a diferentes áreas y zonas donde anteriormente no se consolidaban estos espacios y escenarios y se vincule diferentes grupos poblacionales desde una atención específica a sus requerimientos; finalmente la importancia de esta caracterización permite que se identifiquen los caf como centros de aporte social desde el movimiento y corporalidad encaminados a una población más activa y saludable.

### REFERENCIAS

- Campo-Lucumí, F., Isaza-Gómez, G. D., Osorio-Roa, D. M. ., & González-Valencia, H. . (2024). Motivos de asistencia al centro de acondicionamiento y preparación física de una institución universitaria en la ciudad de Cali – Colombia, *Retos*, 51, 578–589. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.10023>
- Cigna, (2023), ¿Qué es el bienestar?
- Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte, (2024). *Cultura física, un medio para vencer problemas sociales y de salud*. Gob.mx. Programa “Muévete
- DANE, (2024), *Colombia tendrá una Cuenta Satélite del Deporte a nivel nacional*.
- Edomex, (2024), *Cultura Física, Dirección General de Cultura Física y Deporte, Gobierno del Estado de México*
- El Universal., (2024), *El Fitness: un sector en crecimiento y lucrativo en la economía nacional*.
- IDRD, (s.f), *Gimnasios al aire libre en Bogotá, Instituto Distrital de Recreación y Deporte*
- Izquierdo, A., (2022), *El fitness, la experiencia de usuario y el reto de los gimnasios en Colombia*. *Revista PYM; Revista P&M*.
- Morales Rincón, C. A. (2024). *Panorama de las Tendencias Fitness en Colombia para el 2025*. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 3(9), 1001–1020. <https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8405>
- Moreno, Cristian, (2024), *Nuevos propósitos hacen que en enero suban las afiliaciones de gimnasios hasta 45%*, *Diario La República*
- OMS, (2019), *Preguntas más frecuentes*, *Who.int*.
- OMS, (2022), *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. *World Health Organization: WHO*.
- OMS, (2024), *Actividad física*. *Who.int; World Health Organization: WHO*.
- Portafolio, (2022), *La industria de los gimnasios en Colombia tiene buena salud*.

- Pulgarín-González, C. ., Puentes-León, D. ., Ortiz-Fonseca, N. ., & Almeyda-Gómez, J., (2023). Caracterización de gimnasios y centros de acondicionamiento y preparación física privados de la ciudad de Bucaramanga - Santander, Colombia. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 10(1). <https://doi.org/10.31910/rdafd.v10.n1.2024.2414>
- Quintero, I. (2024, April 4). El Fitness en Colombia: un negocio en crecimiento. *Revista Cumbre Latina*; Blogger.
- Reyes, T, Mariana, (2024). DANE - Cuenta Satélite del Deporte de Bogotá (CSDB). [Dane.gov.co](http://Dane.gov.co).
- Vargas, N. (2023) La demanda de afiliaciones en los gimnasios aumentó 30% en el primer mes de 2023. *Diario La República*