

Tendencias sobre la participación de las mujeres en el sector *fitness* de Colima, México

Trends on the Participation of Women in the Fitness Sector of Colima, Mexico

Ciria Margarita Salazar C.¹ 

Isela Guadalupe Ramos-Carranza² 

Claudia M. Prado-Meza³ 

Rossana Tamara Medina-Valencia⁴ 

Lino Francisco Jacobo Gómez-Chávez⁵ 



Palabras clave:

tendencias *fitness*,
mujeres en el *fitness*,
equidad de género,
Colima,
liderazgo en el deporte,
estereotipos de género

Artículo de Investigación

Fecha de recepción:
26 de agosto de 2024

Fecha de aprobación:
18 de diciembre de 2024

Fecha de publicación:
27 de diciembre de 2024

Creative Commons
Reconocimiento-
NoComercial-
SinObraDerivada 4.0
Internacional



Resumen

Problemática. Las mujeres representan una gran parte de la fuerza laboral en la industria del *fitness*. Históricamente, las mujeres han jugado un papel secundario en este campo, y sus competencias y profesionalismo han sido invisibilizados por la influencia de los estereotipos de género que aún se tienen en este ámbito y en la sociedad.

Objetivos. El presente estudio de tipo cuantitativo descriptivo tuvo el objetivo de identificar la participación de las mujeres y la tendencia de servicios en el sector *fitness* en Colima, México.

Materiales y métodos. Se utilizó una adaptación al contexto de Colima del *Questionnaire Worldwide Survey of Fitness Trends del American College of*

1 Doctora en Educación Física y Artística, Universidad de Extremadura. Universidad de Colima, Colima, México. ciria6@ucol.mx, @ciriamargarita, <https://orcid.org/0000-0001-8863-2309>

2 Doctora en Cultura Física, Universidad Autónoma de Nuevo León. Universidad de Colima, Colima, México. iramos5@ucol.mx @iselitarc, <https://orcid.org/0000-0002-0629-9635>

3 Doctora en Agricultura Sostenible, Certificada en Justicia Social en Educación Superior, Universidad Estatal de Iowa, EE. UU. Universidad de Colima, México. claudiaprado@ucol.mx, <https://orcid.org/0000-0002-9820-7995>

4 Doctora en Educación Física y Artística, Universidad de Extremadura. Universidad de Colima, Colima, México. rossanamedina@ucol.mx, <https://orcid.org/0000-0002-3664-9595>

5 Doctor en Ciencias para el Desarrollo y la Sustentabilidad, Universidad de Guadalajara. Universidad de Guadalajara, México. francisco.gomez@cuc.udg.mx, <https://orcid.org/0000-0002-8562-5880>



Sports Medicine (ACSM); el instrumento en formato en línea incluyó 56 potenciales tendencias *fitness*, incorporando algunas específicas para el contexto local, así como elementos sociodemográficos e indicadores económicos. La población estuvo integrada por profesionales del sector fitness del estado de Colima. La selección de la muestra de tipo aleatoria estuvo integrada por 340 especialistas y personas que se desempeñan al frente de grupos y programas públicos y privados en los diez municipios del estado; de dicha cantidad 122 eran mujeres, siendo la población con la cual se realiza el presente análisis. **Resultados.** Entre los resultados más relevantes podemos mencionar que el 45.9% de las mujeres que trabaja en el sector *fitness* tiene entre 22 y 34 años y cuenta al menos con cuatro años de experiencia en el ámbito. De otra parte, el 24.6% tiene grado universitario afín, el 7.4% cuenta con posgrado y el porcentaje restante, tiene certificaciones, formaciones en otras áreas profesionales o se ha formado de manera empírica. El 35.2% de las profesionistas no trabajaba en el fitness al momento de la aplicación del instrumento. Entre las que sí trabajaban, el 27.9% ganaba entre \$5.000 y \$10.000 mensuales. Las ocupaciones más comunes incluían instructoras de gimnasio (12.3%) y entrenadoras personales (5.7%). Entre las

Cómo citar este artículo /
To reference this article:

Ciria Margarita Salazar C., Isela Guadalupe Ramos-Carranza, Claudia M. Prado-Meza, Rossana Tamara Medina-Valencia, Lino Francisco Jacobo Gómez-Chávez (2024). Tendencias sobre la participación de las mujeres en el sector *fitness* de Colima, México. *Revista GEON (Gestión, Organizaciones Y Negocios)*, 11(2), e-1169. <https://doi.org/10.22579/23463910.1169>

tendencias de servicios que las mujeres gestionan y ofrecen están: los programas de ejercitación para la pérdida de peso, entrenamiento personal, funcional y programas de entrenamiento combinados con alimentación. **Discusión.** Los datos reflejan una realidad multifacética sobre la participación de las mujeres en la industria del *fitness* en Colima. Existe mayor diversidad en los servicios que ofrecen a diferencia de las décadas anteriores; actualmente también se ofrecen servicios de alta especialización y asociados a diversas ciencias aplicadas al ejercicio. A pesar de que constituyen una parte significativa de la fuerza laboral, su participación en roles de liderazgo y su reconocimiento profesional siguen siendo limitados, debido a los estereotipos de género que continúan reproduciendo en el mundo deportivo, bajo la idea de que los hombres son mejores entrenadores que las mujeres, hasta que los mejores espacios deportivos son los administrados y dirigidos por los hombres. **Conclusiones.** En conclusión, el análisis revela que, aunque la participación de las mujeres en la industria *fitness* ha aumentado, persisten desafíos significativos relacionados con estereotipos de género y desigualdad en roles de liderazgo, lo que puede llegar a obstaculizar el incremento de más profesionistas y profesionales en el sector *fitness*. **Contribución/originalidad.** El trabajo permite tener una referencia para la toma de decisiones en la generación de estrategias políticas, económicas y profesionales en el sector, por principio de cuentas, establecer políticas de igualdad en los centros *fitness*, desarrollo de programas deportivos con un rol de servicios equitativo y un programa amplio de formación y capacitación en áreas del sector que anteriormente no eran ocupadas por las mujeres: direcciones generales, por áreas, diseño de programas, clases en horarios estelares, entre otros

Cómo citar este artículo /
To reference this article:

Ciria Margarita Salazar C., Isela Guadalupe Ramos-Carranza, Claudia M. Prado-Meza, Rossana Tamara Medina-Valencia, Lino Francisco Jacobo Gómez-Chávez (2024). Tendencias sobre la participación de las mujeres en el sector *fitness* de Colima, México. *Revista GEON (Gestión, Organizaciones Y Negocios)*, 11(2), e-1169. <https://doi.org/10.22579/23463910.1169>

Cómo citar este artículo /
To reference this article:

Ciria Margarita Salazar C., Isela Guadalupe Ramos-Carranza, Claudia M. Prado-Meza, Rossana Tamara Medina-Valencia, Lino Francisco Jacobo Gómez-Chávez (2024). Tendencias sobre la participación de las mujeres en el sector *fitness* de Colima, México. *Revista GEON (Gestión, Organizaciones Y Negocios)*, 11(2), e-1169. <https://doi.org/10.22579/23463910.1169>

Palabras clave: tendencias *fitness*, mujeres en el *fitness*, equidad de género, Colima, liderazgo en el deporte, estereotipos de género.

Códigos JEL: K10, K32, O10, R58

Abstract

Problem. Women represent a significant portion of the workforce in the fitness industry. Historically, however, they have played a secondary role in this field, with their skills and professionalis-often overlooked due to the influence of gender stereotypes that still persist both in the field and society. **Objectives.** This descriptive quantitative study aimed to identify the participation of women and emerging trends in the fitness sector in Colima, Mexico. **Materials and Methods.** For this purpose, an adapted version of the ACSM's Worldwide Survey of Fitness Trends Questionnaire was used, adapted to the local context of Colima. The online questionnaire included 56 potential fitness trends, incorporating some specific to the context, as well as sociodemographic questions and economic indicators. The study population consisted of fitness professionals across the 10 municipalities of Colima. A randomly selected sample included 340 specialists and individuals who lead public and private fitness programs, of 122 are women, the population analyzed in this study. **Results.** Among the most relevant findings, we can mention that 45.9% of the women working in the fitness sector were between 22 and 34 years old, with at least four years of experience. Similarly, 24.6% held a related university degree, 7.4% had postgraduate degrees, while the rest held certifications, had training in other professional areas, or have been trained empirically. At the time of the study, 35.2% were not actively working in fitness; among those who did work, 27.9% earned between \$5,000 and \$10,000 MXN per month. The most common occupations were gym instructors (12.3%) and personal trainers

(5.7%). Popular services offered included weight loss programs, personal training, functional training, and programs combining exercise with nutrition. **Discussion.** The data reveal a multifaceted reality regarding women's participation in the fitness industry in Colima. Compared to previous decades, there is greater diversity in the services they offer, many of which now provide highly specialized services associated with various sciences applied to exercise. However, despite representing a significant part of the workforce, women continue to face limited access to leadership roles and professional recognition, largely due to enduring gender stereotypes that continue to be reproduced in the sports world, such as the belief that men are inherently better trainers or that the best sports facilities are those managed and led by men. **Conclusions.** Although women's participation in the fitness industry has increased, significant challenges related to gender stereotypes, inequality and underrepresentation in leadership roles persist, which can hinder the growth of more female professionals in the fitness sector. **Contribution/Originality.** This study offers a reference point for decision-making in the development of political, economic, and professional strategies within the fitness sector. It supports the need to implement equality policies in fitness centers, create inclusive sports programs, and promote a comprehensive training in areas where women have historically been underrepresented, such as general management, program design, and classes during peak hours.

Keywords: *fitness trends, women in fitness, gender equity, Colima, leadership in sports, gender stereotypes.*

JEL Codes: K10, K32, O10, R58.

*Cómo citar este artículo /
To reference this article:*

Ciria Margarita Salazar C., Isela Guadalupe Ramos-Carranza, Claudia M. Prado-Meza, Rossana Tamara Medina-Valencia, Lino Francisco Jacobo Gómez-Chávez (2024). Tendencias sobre la participación de las mujeres en el sector *fitness* de Colima, México. *Revista GEON (Gestión, Organizaciones Y Negocios)*, 11(2), e-1169. <https://doi.org/10.22579/23463910.1169>

Introducción

La industria *fitness* es uno de los sectores de mayor crecimiento en el mundo por su relación directa con la salud; el desarrollo de estas modalidades de ejercicio centra su fuerza en la crisis de salud derivada del sedentarismo y los estilos de vida adoptados en la posmodernidad. Aparte de ser relevante para la salud pública, Gómez *et al.* (2020) señalan que este sector tiene impacto económico, financiero, laboral y empresarial. La importancia del sector aparte de ser social también repercute en los aspectos económico y empresarial.

Desde la década de los 70, las mujeres han jugado un papel importante en la expansión del movimiento *fitness* asumiendo roles prominentes como instructoras, creando propuestas o bien popularizando estilos que atrajeron a otras mujeres a los centros *fitness* (Stern, 2008). Sin embargo, en los últimos años las encuestas de tendencia de las diversas organizaciones revelan una presencia mayormente masculina en la dirección de las empresas *fitness*, potenciando modalidades predominantemente masculinas en la instrucción y dirección.

Una de esas encuestas es la del *American College of Sports Medicine* (ACSM) que en la última década ha publicado con periodicidad anual datos sobre las tendencias del *fitness* a nivel mundial, lo que permite observar tipos de entrenamiento y ejercicios, tecnología y equipamiento, modalidades de clase/entrenamiento, demografía y

participación, espacios y entornos de entrenamiento y tendencias emergentes en el sector (Thompson, 2006).

En México, desde hace cinco años el grupo de investigación “Determinantes de la Salud” de la Universidad de Guadalajara, Campus Vallarta, ha desarrollado de forma anual y longitudinal el estudio de la evolución y tendencia del sector *fitness* en el país (Gómez, *et al.*, 2020, 2021, 2023, 2024); sin embargo, las referencias que se tienen sobre la participación de las mujeres en este sector (Vallejo, *et al.*, 2023) son limitadas. Por lo anterior, el presente trabajo contribuye a describir la participación en específico de las mujeres colimenses en el sector, a partir del modelo del ACSM.

Esta investigación muestra la distribución de roles laborales entre las mujeres en el sector, las diferencias salariales, la prevalencia de trabajos a tiempo parcial, y su poca participación en roles de liderazgo. Se espera que los resultados de este estudio documenten la formulación de políticas públicas que promuevan la inclusión y el crecimiento de las mujeres en la industria del *fitness*.

Contexto teórico

Las investigaciones sobre la actividad física desde una perspectiva de género han contribuido a visibilizar la brecha existente tanto en la práctica deportiva entre mujeres y hombres, como en la realización de proyectos cuyo objetivo es identificar cómo estas brechas pueden ser disminuidas (Carmacho-Miñano y Girela-Rejón, 2016).

Esto subraya la necesidad de desarrollar investigaciones e intervenciones que fomenten una mayor participación de las mujeres en la actividad física o en la práctica de algún deporte.

Otro aspecto que se ha visibilizado es que la sociedad alienta a hombres y mujeres a participar en tipos de deportes de manera diferenciada: a los primeros se les anima a interesarse en deportes agresivos y competitivos, mientras que a las mujeres se les impulsa hacia aquellos considerados más estéticos (Rodríguez Torres *et al.*, 2022). Como consecuencia, la participación de las mujeres en actividades físico-deportivas ha estado limitada por estereotipos de género que determinan el tipo de actividad, la frecuencia con que se practica y si deciden incursionar de manera profesional y participar en torneos y competencias (Rodríguez Torres *et al.*, 2022). Estos estereotipos también impactan directamente en las oportunidades laborales de las mujeres en el sector *fitness*, donde se espera que ellas se especialicen en áreas como la pérdida de peso y el bienestar, limitando así su participación en otras áreas de crecimiento profesional.

Por lo tanto, no es de extrañar que en el 2021 la Encuesta Nacional de Tendencias *Fitness* para México mostraba la preferencia por el entrenamiento con peso corporal, y entrenamiento en línea recordando que este año era pospandemia, para el 2022 se pasó a un entrenamiento personalizado y ejercicios exclusivos para pérdida

de peso, en el 2023 comenzaron actividades al aire libre y la tecnología portátil así como entrenamiento de fuerza, y el año 2024 pasó la tendencia a HIIT (entrenamiento de intervalos de alta intensidad) y se mantuvo el entrenamiento de peso corporal, tal como lo señalan las investigaciones realizadas anualmente por Gómez-Chávez (2021), López-Haro (2022), Pelayo-Zavalza (2023) y Aguirre-Rodríguez (2024).

Es importante desarrollar proyectos que busquen una verdadera inclusión en el deporte, donde se aliente a las mujeres a participar activamente en cualquier actividad que ellas decidan, y que cuenten con condiciones adecuadas de infraestructura, entrenamiento, y apoyo social y financiero para asegurar igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres.

Para lograr lo anterior, Camacho-Miñano y Girela-Rejón (2016) mencionan que es necesario capacitar y formar en cuestiones de género a los profesionales, entrenadores y formadores en educación física, para que, paulatinamente, se dejen de reproducir las desigualdades de género. De esta forma, la participación de hombres y mujeres en actividades físico-deportivas será más equitativa.

Por su parte, Dosal-Ulloa, Mejía Ciro y Capdevila Ortis (2017) abordan cómo el deporte puede ser una vía para alcanzar derechos sociales básicos como la inclusión, equidad, aprendizaje social, vínculos y estilos de vida saludables. Esto impactaría en las

actividades que pueden realizar, asegurando que las necesidades, preferencias e intereses de las mujeres sean tomadas en cuenta en igual medida que las de los hombres, al mismo tiempo que se trabaja en eliminar estereotipos machistas (p. 122).

La eliminación de estos estereotipos resultaría en mujeres con trabajos dignos, de calidad y con prestaciones sociales, sin brecha salarial. Al regresar a casa, podrían dedicar el mismo tiempo que los hombres a las labores del hogar, con lo cual su capacidad productiva podría ser aprovechada al máximo, ya que no tendrían una posición subordinada (Dosal-Ulloa, Mejía Ciro y Capdevila Ortis, 2017).

Lo anterior también implicaría una población más sana, ya que supondría que niñas y mujeres tendrían las condiciones económicas y de tiempo necesarias para practicar algún deporte, aquel que más les interese. De esta manera, se iría eliminando poco a poco la separación artificial entre deportes para hombres y para mujeres (Dosal-Ulloa, Mejía Ciro y Capdevila Ortis, 2017).

No solo hay retos para incidir en el número de mujeres que se animan a hacer deporte, sino que aquellas que lo realizan de manera profesional también encuentran retos derivados de su condición de mujer. En la investigación publicada en 2022 por Trella *et al.*, se identificaron barreras de género experimentadas por las entrenadoras en áreas de trabajo y en el proceso de formación. Se encontró que hasta un 88% de las entrevistadas

había sufrido algún tipo de agresión a lo largo de su trayectoria laboral por parte de sus empleadores o supervisores por el hecho de ser mujeres, repercutiendo en su calidad de vida y en una disminución de su satisfacción laboral, lo que a su vez impacta en su desempeño profesional. En lo que respecta a agresiones por parte de colegas, compañeros de trabajo o de estudios, el 90% de las respondientes señaló haberlas experimentado al menos una vez a lo largo de su vida profesional. De nuevo, los autores del estudio identifican la educación como la herramienta para mejorar la situación, ya que los programas educativos pueden enseñar sobre la discriminación de género y promover un entorno de aprendizaje más justo, de manera que los hombres tengan un espacio para aprender y comprender la responsabilidad que tienen en la solución, especialmente porque la mayoría de los puestos directivos en actividades deportivas aún son ocupados por ellos (Trella *et al.*, 2022).

Otra barrera común en el campo del *fitness* está relacionada con el tratamiento de la imagen o la construcción visual de lo que socialmente debe cumplir una mujer en las salas de musculación para ser visibilizada o tener espacios centrales y horarios de promoción estelares. Este aspecto está fuertemente consolidado por la versión que tradicionalmente ha reforzado o refuerza de forma constante los medios de comunicación: a las mujeres no se les otorga los espacios estelares para la conducción, narración o transmisión de eventos depor-

tivos, lo cual provoca que su actividad sea menos visible y apoyada por la comunidad en general. En palabras de Peña y Sánchez (2020) los medios subestiman y legitiman la discriminación y, a su vez, refuerzan la invisibilidad de las mujeres deportistas.

Los estudios de tendencia de los últimos cinco años sobre la evolución y el panorama de desarrollo en el sector *fitness* en México, específicamente en el caso de las mujeres, indican que su participación ha cambiado la dinámica de los centros de entrenamiento y gimnasios. Estos han adaptado sus instalaciones y servicios para satisfacer sus necesidades y preferencias. Al mismo tiempo, se han desarrollado programas específicos que van desde entrenamiento de fuerza y resistencia hasta yoga y pilates, disciplinas que han ganado popularidad por sus beneficios integrales (Wang, Hsiao y Hsiung, 2022). Esta diversificación de la oferta ha hecho que más mujeres se sientan atraídas y cómodas participando en actividades físicas.

En cuanto al trabajo realizado por las naciones para contribuir activamente a la eliminación de las brechas mencionadas, se destaca la Declaración de Brighton, firmada en 1994 por 82 países, incluido México. Esta resalta la necesidad de un trabajo colectivo, coordinado y transversal para eliminar las brechas de género existentes en el deporte.

Entre los beneficios de apoyar que más mujeres ocupen posiciones de liderazgo en la esfera deportiva, un estudio dirigido por Wicker (2020)

menciona que cuando una junta directiva incluye mujeres, es menos común que los clubes deportivos sin fines de lucro enfrenten problemas organizacionales.

Para superar estos desafíos, es crucial implementar políticas públicas y programas que promuevan la inclusión de las mujeres en todos los niveles del sector *fitness*. La Declaración de Brighton (1994) en su punto seis subraya la importancia de desarrollar políticas que incrementen el número de mujeres en puestos de liderazgo deportivo. Además, aborda la importancia de educar a los profesionales del *fitness* sobre la discriminación de género y crear entornos de aprendizaje y trabajo más justos, los cuales son pasos esenciales para avanzar hacia una mayor equidad en la industria.

En el caso específico de Colima, en donde se ubica la presente investigación, se promueven estrategias públicas para favorecer la igualdad de género en el deporte y el ejercicio físico, con la finalidad de generar las condiciones de seguridad, justicia y oportunidad para la práctica deportiva (Instituto Colimense del Deporte, 2018). En el mismo sentido, la Universidad de Colima casa formadora de la gran mayoría de las mujeres que actualmente trabajan en el sector *fitness*, declara en el 2019 cero tolerancia a la discriminación y violencia y, en el 2021, la igualdad de género se convierte en un eje rectoral, lo que ha permitido crear espacios para la transversalización y la formación con perspectiva de género. En este sen-

tido se propuso el presente trabajo, para conocer el estado de la cuestión y participación de las mujeres y la tendencia de servicios en el sector *fitness*.

Materiales y métodos

La población estuvo integrada por los profesionales del sector *fitness* del estado de Colima; la selección de la muestra de tipo aleatoria estuvo integrada por 340 especialistas y personas que se desempeñan al frente de grupos y programas públicos y privados en los diez municipios del Estado (217 hombres y 122 mujeres); sin embargo, el presente artículo solo analiza la participación de las mujeres y las áreas de oportunidad para seguir construyendo espacios profesionales igualitarios.

Se utilizó una adaptación al contexto de Colima del cuestionario *Worldwide Survey of Fitness Trends del ACSM*. El instrumento incluyó 56 potenciales tendencias *fitness*, incorporando algunas específicas para el contexto local. Las participantes valoraron cada tendencia en una escala de 1 a 10. Es importante mencionar que el instrumento ha sido validado previamente en México y aplicado de forma anual a nivel nacional desde 2020 a la fecha por el grupo de investigación "Determinantes de la salud" de la Universidad de Guadalajara, Campus Vallarta.

La encuesta se distribuyó en formato electrónico a través de *Google Forms* durante un período de seis semanas entre mayo y junio de 2024. Se contó con la colaboración de una red de docentes universitarios y asociaciones

profesionales del sector *fitness* para su difusión, así como asistencia por parte de las investigadoras a los espacios y salas de musculación de toda la región.

En lo que respecta al análisis de los datos, se optó por considerar la estadística descriptiva básica basada en la moda y media a través de tablas cruzadas, utilizando los datos sociales, económicos y laborales de las participantes en el estudio. Para identificar las principales tendencias, se calculó la puntuación media de cada ítem y se ordenaron de forma decreciente, seleccionando las 20 primeras. Se utilizó el software SPSS 25 para el análisis estadístico. Este tipo de análisis descriptivo permite por su accesibilidad, la comparación con otras zonas del país y años previos o futuros, que permitirán identificar el crecimiento o movilidad del sector femenino que se desempeña en el sector *fitness*.

Resultados

En el análisis de los resultados se encontró la distribución porcentual de los encuestados según su grupo de edad. La mayoría de las participantes (45.9%) se ubica entre los 22 y 34 años y, un segundo grupo, son menores de 21 años con un 20.5%. La agrupación de mujeres de más de 54 años es la menos representada con un 3.3% (Ver Tabla 1). Por otro lado, los datos también describen la diversidad en la experiencia y la formación académica dentro del sector de actividad física. La mayoría de los profesionales tiene entre 1 y 4 años de experiencia, y una formación uni-

versitaria en actividad física o áreas relacionadas. Sin embargo, también existe una notable proporción de personas con experiencia práctica, con o sin certificaciones, y un grupo emergente de estudiantes y profesionales en formación.

Tabla 1. Características sociodemográficas

Características	%
Edad	
Menos de 21 años	20.5
22-34 años	45.9
35-44 años	19.7
45-54 años	10.7
Más de 54 años	3.3
Años de experiencia en el sector	
No tengo experiencia en el sector	18.9
< de 1 año	10.7
1-4 años	31.1
5-7 años	11.5
8-10 años	9.8
11-20 años	8.2
Más de 20 años	9.8
Formación académica	
Posgrado en actividad física o afines	7.4
Profesional con grado universitario en actividad física o carreras afines	24.6
Egresada/o de una licenciatura en actividad física o carreras afines sin título	16.4
Estudiante de una licenciatura en actividad física o carreras afines	21.3
Personal con experiencia práctica y certificaciones	12.3
Personal con experiencia práctica	12.3
Personal con grado universitario en nutrición, medicina, enfermería o terapia física	5.7

El 35.2% de las mujeres en el estudio no trabaja actualmente en el sector *fitness*, entre las que sí laboran en este momento (22.1%), el 27.9% gana entre \$5.000 y \$10.000, el 10.7% en-

tre \$11.000 y \$20.000, y el 9% más de \$20.000. Si se considera que para el 2024 el salario mínimo diario en Colima es de \$257 pesos, se podría decir que más de un 20% gana el salario mínimo por su trabajo.

Un porcentaje significativo trabaja a tiempo parcial en este sector (33.6%), lo que sugiere una tendencia hacia empleos menos comprometidos en términos de hora (ver Tabla 2).

Tabla 2. Ingresos mensuales y tipo de ocupación

Ingreso mensual promedio	%
No trabajo en el <i>fitness</i> en este momento	35.2
Menos de \$5.000	17.2
\$5.000-\$10.000	27.9
\$11.000-\$15.000	8.2
\$16.000-\$20.000	2.5
Más de \$20.000	9.0
Tipo de ocupación	%
Trabajo en el ámbito del <i>fitness</i> de tiempo completo	22.1
Trabajo en el ámbito del <i>fitness</i> a tiempo parcial	33.6
He trabajado en el sector <i>fitness</i> , pero en este momento no	15.6
Nunca he trabajado en el sector <i>fitness</i>	28.7

En cuanto a la ocupación laboral, un gran porcentaje de mujeres trabaja a tiempo parcial, lo que sugiere flexibilidad laboral y posiblemente una búsqueda de balance entre trabajo y vida personal, aunque también podría indicar que debido a los salarios existentes en el ramo no pueden dedicarse a tiempo completo al mismo. La mayoría de las mujeres que trabaja en el sector *fitness* gana entre \$5.000 y \$10.000, indicando que este rango

es común para quienes están activamente empleadas en el área. Entre las ocupaciones con mayor porcentaje de participación está la de instructora de gimnasio (12.3%) y entrenadora deportiva (12.3%), así como estudiantes de licenciatura en actividad física (15.8%) (Ver Tabla 3).

Los datos confirman lo encontrado por Trella *et al.*, (2022) en lo referente a la desigualdad salarial que existe entre los hombres y mujeres que laboran en el sector *fitness*, así como la alta prevalencia de trabajos a tiempo parcial, lo cual afecta la estabilidad económica y profesional de las mujeres, así como su acceso a servicios de seguridad social y prestaciones.

Referente a la participación de las participantes en roles de liderazgo, los hallazgos muestran que la ocupación femenina del sector está ocupada por instructoras de gimnasio o entrenadoras personales, pero solo el 4.9% son propietarias o gerentes. Resultados que van de la mano con lo encontrado en la declaración de Brighton, acerca de la importancia de desarrollar políticas, programas y estructuras que incrementen el número de mujeres en puestos de liderazgo deportivo.

Por tanto, es importante que las instancias gubernamentales de Colima encargadas de la transversalización de género en el deporte, incluyan en su agenda el diseño e implementación de políticas públicas encaminadas a apoyar a más mujeres a tomar posiciones de liderazgo en los deportes.

Tabla 3. Ocupación principal

	%
Propietario/a gerente director/a de gimnasio	4.9
Actividades administrativas en gimnasio	4.1
Emprendedor/a en el sector <i>fitness</i>	9.0
Entrenador/a personal	5.7
Instructor/a de gimnasio	12.3
Instructor/a de sesiones <i>fitness</i> grupales	7.4
Docente universitario/a de grado en actividad física o afines	6.6
Estudiante de licenciatura en actividad física o afines	15.6
Estudiante de posgrado en actividad física o afines	1.6
Profesor/a de educación física	10.7
Gestor/a o promotor/a deportivo	.8
Entrenador/a o instructor/a deportivo	12.3
Profesional del área de la salud (fisioterapia, gerontología, medicina, enfermería)	1.6
Nutrióloga/o	4.1
Entrenador/a de salud/bienestar	2.5
Salud y bienestar corporativo (en centros de trabajo)	.8

En el Top de las 20 de tendencias en Colima, de acuerdo a las mujeres que laboran en el sector *fitness* es la opción de “Programas de ejercicio y pérdida de peso” con una M= 9.02, en segundo y tercer lugar “Entrenamiento personal” M= 9.00 y “Entrenamiento Funcional” M= 8.87, lo que indica una fuerte preferencia por programas orientados específicamente a la reducción de peso y el acondicionamiento físico general, en otras palabras a servicios altamente especializados (combinación de ciencias aplicadas al deporte) (Ver Tabla 4).

Estas tendencias muestran una fuerte inclinación hacia programación de ejercicio orientados al peso (bajarlo) y al acondicionamiento físico general, lo que refleja que las mujeres se siguen especializando en áreas que

tradicionalmente han sido asociadas con el bienestar femenino, o lo que se espera que una mujer obtenga como resultado de realizar actividad física o practicar algún deporte.

Tabla 4. Top 20 de tendencias mexicanas en *fitness* para 2025

	Media	Desv. Desviación
1 Programas de ejercicio y pérdida de peso	9.02	2.06
2 Entrenamiento personal	9.00	1.75
3 Entrenamiento funcional	8.87	1.76
4 Programas de entrenamiento y alimentación	8.73	1.84
5 Dieta saludable	8.63	2.12
6 Equipos multidisciplinarios de trabajo (profesionales de actividad física, médicas/os, fisioterapeutas, nutriólogas/os)	8.55	2.05
7 Entrenamiento de fuerza	8.54	2.06
8 Entrenamiento específico para un deporte (desarrollo atlético)	8.53	1.90
9 Entrenamiento de caminata, running o en bicicleta	8.44	2.08
10 Programas de ejercicio para niños/as y adolescentes	8.40	2.10
11 Contratación de profesionales certificados	8.39	2.27
12 Contratación de profesionales graduados-as en actividad física o carreras afines	8.32	2.02
13 Ejercicios acuáticos (Aqua <i>Fitness</i>)	8.31	2.02
14 Entrenamiento con el peso corporal	8.30	1.98
15 Actividades <i>fitness</i> al aire libre	8.26	1.96
16 Entrenamiento de fuerza con pesos libres	8.26	2.02
17 Entrenamiento aeróbico	8.25	2.18
18 Pilates	8.23	2.17
19 Monitorización de los resultados de entrenamiento	8.21	2.24
20 Programas de ejercicio para salud y bienestar mental	8.21	2.61

Discusión

Los resultados nos permiten observar cinco brechas de género que viven las mujeres profesionales del *fitness* en el estado de Colima. Entendiendo la brecha de género como la disparidad sistemática y estructural entre hombres y mujeres en todos los aspectos de la vida laboral en el sector *fitness*

(Burtón, 2019), en Colima esta brecha incluye roles de liderazgo, desigualdad salarial, condiciones laborales, especialización limitada y formación avanzada.

En el presente artículo, la primera brecha tiene que ver con el rol de liderazgo, ya que en Colima solo el 4.9% de las mujeres que se desempeñan

en el *fitness* asume puestos de primer nivel o de toma de decisiones; a las mujeres las vemos asumiendo roles administrativos de segundo nivel (repcionistas, ventas y limpieza) o en actividades físicas estereotipadas (baile, yoga, pilates, danza aérea, *pole dance*). Estos datos coinciden con la *Sport Alliance y Women in Fitness Association* (WIFA), que muestra que solo el 29% de las mujeres son propietarias de gimnasios, en comparación con el 70% de los hombres (Debas, 2021). Bensaid y Brahimi (2023) coinciden en que a pesar de la participación activa de las mujeres en el sector siguen estando insuficientemente representadas en roles de liderazgo, por sexismo y subestimación de habilidades.

Comparando estos resultados con otros estudios, se observa una tendencia similar en diferentes contextos geográficos. En la Comunidad Autónoma del País Vasco, por ejemplo, la participación de las mujeres en asociaciones deportivas es significativamente menor que la de los hombres (15% vs. 34%). A nivel global, la ONU y la UNESCO han resaltado la importancia de promover la participación femenina en el deporte para alcanzar la igualdad de género.

La segunda brecha es la desigualdad salarial, el 27.9% de las mujeres colimenses en el sector gana entre 5.000 y 10.000 pesos mensuales (equivalente a: entre 238 y 476 dólares mensuales), siendo los hombres los que tienen los sueldos más altos. En el estudio de Fin y Parker (2019), se afirma la influencia del género en los salarios

de los entrenadores personales a diferencia de las mujeres y la disparidad salarial significativa incluso pasando por alto la formación y la experiencia.

Otra distancia observada es la que tiene que ver con las condiciones laborales. Sigue siendo el trabajo una segunda o tercera jornada para las mujeres; en Colima el 33.6% trabaja a tiempo parcial, por horas o por clase, lo que permite inferir la saturación del tiempo de las mujeres en actividades de orden doméstico y familiar o la baja demanda de sus servicios en el sector *fitness*. Esta segregación no es casual, sino que responde a estereotipos de género profundamente arraigados que limitan las oportunidades de las mujeres en ámbitos considerados masculinos (Burton, 2019).

La cuarta y quinta brecha están relacionadas con la especialización y la formación avanzada, ya que en el caso colimense solo el 7.4% tiene una alta formación, además, son las únicas representadas en profesiones de salud (nutriólogas y psicólogas), especializaciones dedicadas al rol de cuidadoras y que curiosamente, se relacionan con la tendencia *fitness* de pérdida de peso. Estas acciones pueden desincentivar a las mujeres a buscar la alta especialización y perpetuar la desigualdad (Fin y Parker, 2019)

Reminiscencias de estas brechas sin duda continúan perpetuando los estereotipos de género, en la participación como profesionales, pero también como usuarias en algunas manifestaciones físicas del sector. La participación en actividades depor-

tivas desde una edad temprana aumenta las probabilidades de que las mujeres continúen interesadas en el deporte a lo largo de su vida; de igual forma, la promoción del deporte en las instituciones educativas permite que la percepción positiva respecto a su práctica sea mayor (Cruz-Morales, *et al.*, 2022).

Las mujeres en el ámbito del *fitness* se enfrentan a estereotipos de género que afectan su autoridad y oportunidades laborales (Walter y Ede, 2023). Los usuarios tienden a preferir sesiones dirigidas por hombres, asumiendo que tienen más experiencia en musculación y en el ámbito del entrenamiento deportivo, lo cual es un micromachismo que desvaloriza la competencia de las mujeres en este ámbito. A esto se suma la interseccionalidad del sexo, como la edad, la forma física y la imagen de las mujeres (Vik y Cunningham, 2018).

Luego de conocer los hallazgos del presente estudio, sin duda las acciones de género que se emprendan en el sector deben promover la reducción de las brechas, aumentando la representación femenina en roles de liderazgo mediante programas de mentoría, cuotas de género y campañas que visibilicen sus logros (Nalevenko, 2024). Además, es clave cerrar la brecha de profesionalización e ingresos con becas, talleres de liderazgo y certificaciones con enfoque de género (Salazar, 2023).

Conclusiones

La participación de las mujeres en el sector *fitness* ha crecido significativamente en las últimas décadas, reflejando cambios sociales y culturales que promueven la equidad de género y la inclusión en diversos ámbitos. En el contexto de Colima, este fenómeno no es una excepción, y se observa un incremento notable en la presencia y protagonismo de las mujeres en gimnasios, clases grupales y actividades físicas en general.

Los resultados indican que las mujeres que se desempeñan en este sector tienen entre uno y cuatro años de experiencia, y una formación académica en actividad física o áreas afines. En cuanto a las principales tendencias el estudio refleja un enfoque en programas de ejercicio físico y pérdida de peso, entrenamiento personal y funcional, así como una creciente conciencia de la relación entre ejercicio físico y salud mental. Estas preferencias indican una demanda de servicios altamente especializados que atiendan las necesidades de las mujeres colimenses.

Por otro lado, a pesar del avance en la participación femenina, persisten desafíos significativos, como la falta de infraestructura adecuada y la persistencia de estereotipos de género que limitan las oportunidades laborales de las mujeres. A partir de los hallazgos del presente trabajo, relacionados con la participación, la edad, la profesionalización, el ingreso mensual y el desempeño de las mujeres en el sector *fitness*, se evi-

dencia la necesidad de implementar políticas de igualdad que involucren a los sectores gubernamental, civil y empresarial. Estas políticas deben enfocarse en generar oportunidades que reconozcan y valoren la profesionalización de las mujeres, impulsen su talento en diversas áreas dentro de las empresas privadas y organizaciones públicas del sector y promuevan su visibilización en los programas deportivos ofrecidos en los distintos espacios de ejercitación

Es por ello que es esencial seguir promoviendo estos estudios de tendencia e incidir para avanzar hacia una mayor igualdad de género en la industria del *fitness*. Además, es crucial desarrollar programas que no solo atraigan a las mujeres, sino que también les proporcionen las herramientas y el entorno necesario para sobresalir en este campo. Las mujeres participantes en este sector deben ser vistas no solo como participantes, sino también como líderes y agentes de cambio que puedan impulsar la industria hacia un futuro más inclusivo y equitativo, con lo cual podrán no solo participar activamente, sino también liderar e innovar.

Algunos aspectos que nos gustaría explorar en estudios posteriores están el impacto del trabajo a tiempo parcial en la estabilidad laboral y económica de las profesionales en el sector, y la evolución de las cinco

brechas de género observadas en el presente estudio.

Información Complementaria.

Contribuciones de autoría: CMSC redacción del documento y levantamiento de la información. IGRC análisis de los resultados y autora de correspondencia; RTMV levantamiento y sistematización de la información, CPM redacción del documento y análisis de la información con perspectiva de género, LFJG coordinador de la investigación y preparación de los instrumentos.

Conflictos de interés: las personas que participamos en la redacción del manuscrito y su presentación manifestamos no tener conflicto de interés.

Financiamiento: la investigación no tiene financiamiento asignado y hace parte de las actividades de los grupos de investigación institucionales.

References

- Bensaid, M., & Brahim, C. (2023). A meta-analysis of women professional evolution in sports leadership. *Problems and Perspectives in Management*, 21(4), 32-46. doi: 10.21511/ppm.21(4).2023.04
- Burton, L. J. (2019). Under-representation of women in sport leadership: A review of research. *Sport Management Review*, 22(3), 155-169. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2018.12.001>

- Camacho-Miñano, M. J., & Girela-Rejón, M. J. (2017). Evaluación de una propuesta formativa sobre género en Educación Física para estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 195–202.
- Cooky, C., Messner, M. A., & Hextrum, R. H. (2013). Women Play Sport, But Not on TV: A Longitudinal Study of Televised News Media. *Communication & Sport*, 1(3), 203–230. <https://doi.org/10.1177/2167479513476947>
- Cruz-Morales, K. N., Muñoz-Helú, H., Rios Mena Gaxiola, J. A., Guimarães-Mataruna, A. F., Mataruna-Dos-Santos, L. J., & Reynoso-Sánchez, L. F. (2022). Factores que influyen sobre las actitudes hacia la participación de la mujer en el deporte. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 8(3), 396–415. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.3.9077>
- Debas, A. (2021). Survey on gender diversity and equity in the fitness industry. *Sport Alliance*. <https://www.sportalliance.com/en/press/survey-on-gender-diversity-and-equity-in-fitness-industry/>
- Dosal Ulloa, R., Mejía Ciro, M. P., & Capdevila Ortis, L. (2017). Deporte y equidad de género. *Economía UNAM*, 14(40), 121–133. <https://www.scielo.org.mx/pdf/eu-nam/v14n40/1665-952X-eu-nam-14-40-00121.pdf>
- Fink, J. S., & Parker, H. (2019). The impact of gender on salary in the fitness industry: A study of personal trainers. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 19(3-4), 215–230. <https://doi.org/10.1504/IJSMM.2019.100202>
- Gómez-Chávez, L. F., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre-Rodríguez, L. E. (2021). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2020. *Retos*, 39, 30–37. doi.org/10.47197/retos.v0i39.78113
- Gómez Chávez, L. F. J., López Haro, J., Pelayo Zavalza, A. R., & Aguirre Rodríguez, L. E. (2021). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2021. *Retos*, 42, 453–451. <https://doi.org/10.47197/retos.v42i0.85947>
- Gómez, C. L. F. J. López-Haro, J., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre-Rodríguez, L. E. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2022. *Retos*, 44, 1053–1062. [doi:doi.org/10.47197/retos.v44i0.92028](https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.92028)
- Gómez, C. L. F. J. López-Haro, J., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre-Rodríguez, L. E. (2023). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2023. *Retos*, 48, 619–629. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97475>
- Instituto Colimense del Deporte. (2018). *Ley de estímulo y fomento al deporte y la cultura física*. <https://congresocol.gob.mx/web/Sistema/uploads/LegislacionEstatal/>

LeyesEstatales/estimulo_fomento-deporte_02jun2018.pdf

333-348. <http://doi.org/10.5281/zenodo.4278378>

International Working Group (IWG) on Women & Sport. (1994). *Brighton Declaration - IWG*. <https://iwgwomenandsport.org/brighton-declaration/>

Ramos, I. Almazán, J. y Medina, R. (2021). The Mexico *fitness* industry. En J. García-Fernández y P. Gálvez-Ruiz (Ed.), *The global private health and fitness business. A marketing perspective* (pp. 77-83). Emerald Publishing. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/978-1-80043-850-720211015/full/html>

López, M. y Castillo, A. (2017). Desafíos en la inclusión de mujeres en el sector deportivo. *Journal of Gender studies*, 12(3), 101-118.

MOPRADEF (2023). Módulo de práctica deportiva y ejercicio físico. *Comunicado de prensa* 34/22.

Rivera, D., Colchero, M. Luis, F., González, De., Aguilar, S. Hernández, L. y Barquera, S. (2019). La obesidad en México. Estado de la política pública y recomendaciones para su prevención y control. *INSP*. https://www.insp.mx/resources/images/stories/2019/Docs/190213_LaObesidadenMexico.pdf

Nalevenko, C. (2024). Why the *fitness* industry needs more female leaders. *Club Automation*. <https://www.clubautomation.com/resources/why-the-fitness-industry-needs-more-female-leaders/>

Nuviala, R. N., Ordás, R. P., Gámez, G. M., & Miguel, D. F. (2021). Incidencia del género y la edad sobre la calidad, satisfacción y valor percibido de los usuarios de actividades deportivas organizadas. *Retos*, (42), 37-46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986294>

Salazar-C., C. M. (2023). Mujer y deporte: comportamiento de la política pública mexicana de 2000-2022. *CienciaUAT*, 18(1), 141-157. <https://doi.org/10.29059/cienciauat.v18i1.1738>

Organización Mundial de la Salud (2024). *Global levels of physical inactivity in adults: offtrack for 2030*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240096905>

Siroya, A., Pallavi, D. R., Atmika, S., & Darshita, L. (2023). A Detailed Study About Women in the Sports Industry. *REST Journal on Data Analytics and Artificial Intelligence*, 2(2), 53-60. <https://doi.org/10.46632/jdaai/2/2/5>

Peña, M. C. V., & Sánchez, O. N. (2020). Mujer, fútbol e inequidad. *Utopía y praxis latinoamericana*, 25(11),

Sojo, B. (2024). Razones de la participación de mujeres en actividades físicas. *Revista electrónica de las sedes regionales de la Universidad de Costa*

- Rica, 25(51), 1-26. doi: 10.15517/issu-cr.v25i51.54805
- Stern, M. (2008). *The fitness movement and the fitness center industry, 1960-2000. In Business history conference. Business and economic history on-line: Papers presented at the BHC annual meeting* (Vol. 6, p. 1). Business History Conference. https://thebhc.org/sites/default/files/stern_0.pdf
- Torres-Flórez, D. (2020). La generación de valor entre las personas y las organizaciones. *Revista GEON (Gestión, Organizaciones y Negocios)*, 7(1), 4-8. <https://doi.org/10.22579/23463910.211>
- Thompson, W.R. (2006). Una encuesta mundial revela las tendencias de *fitness* para 2007. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 10(6), 8-14. doi:10.1249/01.FIT.0000252519.52241.39
- Thompson, W.R. (2022). Encuesta mundial sobre tendencias *fitness* para 2023. *Revista de salud y fitness de la ACSM*, 27(1), 9-18. doi: 10.1249/FIT.00000000000000834
- Torres, Á. F. R., Casanova, Y. E. S., & Mejía, A. S. S. (2022). Desigualdad de género en la actividad física y deporte: Revisión sistemática. *MEN-TOR Revista de investigación educativa y deportiva*, 1(3), 346-369.
- Trella, K., Games, K., Young, J., Drescher, M., & Eberman, L. (2022). Gender Microaggression and Macroaggression Experiences of Women Athletic Trainers. *Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*, 20(4). <https://doi.org/10.46743/1540-580X/2022.2228>
- Universidad de Colima. (2019). *Protocolo para la atención integral de la violencia de género en la Universidad de Colima*. <https://transparencia.ucol.mx/content/2021/protocolos-UCOL/Protocolo%20violencia%20de%20genero.pdf>
- Vick, AD, y Cunningham, G. (2018). Sesgo contra las mujeres latinas y afroamericanas que buscan empleo: un experimento de campo. *Deporte, negocios y gestión: una revista internacional*, 8 (4), 410-430. <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/SBM-11-2017-0073/full/html>
- Walters, K., & Ede, A. (2023). Explicit Weight Bias Concerns in the Fitness Industry: A Quantitative Analysis. *Journal of Kinesiology & Wellness*, 12(1), 57-68. <https://doi.org/10.56980/jkw.v12i1.126>
- Wang F-J, Hsiao C-H and Hsiung T-T. (2022) Marketing strategies of the female-only gym industry: A case-based industry perspective. *Frontiers in psychology*, 13, 928882. doi: 10.3389/fpsyg.2022.928882.
- Wicker, P., Feiler, S., & Breuer, C. (2022). Board gender diversity, critical masses, and organizational problems of non-profit sport clubs. *European Sport Management Quarterly*, 22(2), 251-271. <https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1777453>

BIODATA Autor1

Ciria Margarita Salazar C.

Doctora y Maestra en Educación Física y Artística por la Universidad de Extremadura, España. Maestra en Administración de Negocios Deportivos. Integrante del Sistema Nacional de Investigadores e Investigadoras Nivel 2 del CONAHCYT. Profesora Investigadora de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima, México. Intereses de investigación: mujer y deporte, formación de profesorado y calidad de vida y actividad física en contextos de vulnerabilidad. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8863-2309>

BIODATA Autor3

Claudia M. Prado-Meza

Es profesora investigadora en la Facultad de Economía de la Universidad de Colima, México, desde 2013. Doctora en Agricultura Sostenible, con un certificado en Justicia Social en Educación Superior por la Universidad Estatal de Iowa, EE. UU. Sus áreas de interés abarcan la sostenibilidad, los métodos cualitativos en la investigación empresarial y el género. Cuenta con perfil PRODEP, es nivel 1 del Sistema Nacional de Investigadores (SNI) y es la líder del Cuerpo Académico 109 "Estudios Transdisciplinarios de los Negocios". ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9820-7995>

BIODATA Autor2

Isela Guadalupe Ramos Carranza

Doctora en Ciencias de la Cultura Física y Maestra en Actividad Física y Deporte con orientación en Gestión Deportiva por la Universidad Autónoma de Nuevo León, Licenciada en Educación Física y Deporte por la Universidad de Colima. Profesora Investigadora a tiempo completo en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima. Líder del cuerpo académico UCOL- 85 "Educación y Movimiento". Miembro y Vicepresidenta de la Asociación Latinoamericana de Gerencia Deportiva (ALGEDE). Línea de investigación: cultura física y deporte. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0629-9635>

BIODATA Autor4

Rossana Tamara Medina Valencia

Doctora en Educación Física y Artística por la Universidad de Extremadura, España. Maestra en Administración del tiempo libre y recreación. Licenciada en Educación Física y Deporte. Integrante del Sistema Nacional de Investigadores e Investigadoras Nivel 1 del CONAHCYT. Profesora Investigadora de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Colima, México. Intereses de investigación: ocio y recreación, formación de profesorado, calidad de vida. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3664-9595>

BIODATA Autor5

Lino Francisco Jacobo Gómez Chávez

Doctor en Ciencias para el Desarrollo y la Sustentabilidad por la Universidad de Guadalajara, Profesor Investigador de Tiempo Completo adscrito al Centro Universitario de la Costa de la Universidad de Guadalajara, líder del cuerpo académico UDG-CA-1076-Determinantes de la salud. Integrante del grupo de investigación Worldwide fitness trends: future directions of the health and fitness industry feature del Colegio Americano de Medicina del Deporte, miembro del Sistema Nacional de Investigadoras/es y profesor con perfil deseable PRODEP-SEP. <https://orcid.org/0000-0002-8562-5880>