

## **CARACTERIZACIÓN DE LOS CENTROS DE ACONDICIONAMIENTO Y PREPARACIÓN FÍSICA Y GIMNASIOS DEL ÁREA METROPOLITANA DE BUCARAMANGA**

Characterization of the fitness centers and gyms of the metropolitan area of  
Bucaramanga

Caracterização dos centros de condicionamento e preparação física e academias  
de ginástica da área metropolitana de Bucaramanga

**Oscar Ferney Vanegas Prieto<sup>1</sup>**

**Juan Carlos Sánchez Delgado<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Estudiante, [ovanegeas\\_16@hotmail.com](mailto:ovanegeas_16@hotmail.com)

<sup>2</sup> Universidad Santo Tomás y Universidad de Santander, [juancarlossanchezd@gmail.com](mailto:juancarlossanchezd@gmail.com)

### **Resumen**

Objetivo: caracterizar los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física (CAPF) y gimnasios del área metropolitana de Bucaramanga a partir del nivel de cumplimiento de la Normatividad Colombiana del Deporte. Metodología: estudio transversal descriptivo, realizado en 40 establecimientos a los cuales se les evaluó aspectos relacionados con servicios administrativos, recursos humanos, bioseguridad e infraestructura. Resultados: el 46,5% (n=19) de los establecimientos evaluados fueron CAPF y el 55% (n=22) se localizaron en Bucaramanga. El incumplimiento de la normatividad en el área administrativa se presentó principalmente en los ítems de capacitación de los empleados, venta de ayudas ergogénicas y la exigencia de la afiliación al Sistema de Seguridad. Por otra parte, no todos los establecimientos incluían dentro de sus recursos humanos a los profesionales señalados por la normatividad, tampoco evidenciaban el

cumplimiento de principios de bioseguridad como la valoración pre-participativa, rutas de evacuación, personal capacitado en primeros auxilios y presencia de cardiódefibrilador.

**Palabras clave:** *Ejercicio; Aptitud física; acondicionamiento físico humano.*

### Abstract

Aim: To characterize the Fitness Centers and gyms of the metropolitan area of Bucaramanga. Methodology: Descriptive study, where were evaluated aspects related to administrative services, human resources, biosecurity and infrastructure of 40 establishments. Results: 46.5% (n = 19) of the establishments evaluated were CAPF and 55% (n = 22) were located in Bucaramanga. Failure to comply with the regulations in the administrative area was presented mainly in the employee training items, the sale of ergogenic aids and the requirement of affiliation to the Security System. Also, not all establishments included, within their human resources, the professionals designated by Colombian law; nor did they demonstrate compliance with biosafety principles such as pre-participatory assessment, evacuation routes, personnel trained in first aid and presence of cardio defibrillator.

**Keywords:** *Exercise; Physical fitness; Human physical conditioning.*

### Resumo

Objetivo: Caracterizar os Centros de Condicionamento e Preparação Física e academias de ginástica da região metropolitana de Bucaramanga, a partir do nível de cumprimento do regulamento esportivo colombiano. Metodologia: Estudo transversal descritivo, realizado em 40 estabelecimentos, os quais foram avaliados em aspectos relacionados aos serviços administrativos, recursos humanos, biossegurança e infraestrutura. Resultados: 46,5% (n = 19) dos estabelecimentos

avaliados foram Centros de Condicionamento e Preparação Física e 55% (n = 22) estavam localizados em Bucaramanga. O descumprimento das regulamentações na área administrativa se apresentou principalmente nos itens de capacitação dos funcionários, venda de produtos anabolizantes e a exigência de afiliação ao Sistema de Segurança. Por outro lado, nem todos os estabelecimentos incluíam em seus recursos humanos os profissionais designados pelo regulamento, nem demonstravam o cumprimento de princípios de biossegurança, como avaliação pré participação, rotas de evacuação, pessoal treinado em primeiros socorros e presença de cardio-desfibrilador.

**Palavras-chave:** *Exercício; Aptidão física; condicionamento físico humano*

### 1. Introducción

El deporte, así como la práctica del ejercicio físico en las diferentes modalidades, son considerados entre los fenómenos socioculturales más importantes del siglo XXI. Ejemplo de su importancia, lo describe la Health, Raquet & Sportclub Associaton (IHRSA), que indica la existencia de aproximadamente 65.800 gimnasios o academias en toda Latinoamérica, negocio que mueve alrededor de 6 mil millones de dólares por año. Según Camilo Herrera Mora, experto en tendencias de consumo y presidente de la firma Raddar, los hogares colombianos usan el 2% de sus gastos para acceder a los servicios de un gimnasio, lo cual parece poco, pero esto representa aproximadamente 12 billones de pesos al año, mucho más de las ventas anuales del Grupo Éxito en el país (Morales, 2017).

A pesar de esta tendencia, en Colombia no existen estudios que exploren el cumplimiento de la normatividad colombiana, fundamentada en la Ley 181 de 1995 y la Ley 729 de 2001, por parte de los gimnasios o CAPF más influyentes de Bucaramanga y su área metropolitana.

### 2. Método

Estudio transversal descriptivo realizado en 40 establecimientos, a los cuales se les evaluó aspectos relacionados con servicios administrativos, recursos humanos, bioseguridad e infraestructura. Se utilizó el programa Stata 14.0, para el análisis de los datos, se calcularon medidas de tendencia central y de dispersión para las variables cuantitativas, y frecuencias absolutas y relativas para las variables cualitativa. Las diferencias en los resultados de las variables de interés por razón social fueron realizadas mediante la prueba de chi2.

### 3. Resultados y discusión

En la tabla 1 se observa que el n=22 (55%) de establecimientos estuvieron localizados en Bucaramanga, lo cual puede ser coherente con el mayor tamaño de la población y demanda de usuarios radicados en esta ciudad. La razón social más frecuente fueron los CAFP, n=19 (45.5%), establecimientos que tienen una mayor responsabilidad legal en la prestación de servicios.

El promedio de asistencia por usuario para el 57,5% de las razones sociales evaluadas, estuvo entre 3 a 4 sesiones a la semana, lo que sugiere una aceptable participación de los ciudadanos en estos recintos; no obstante, por la naturaleza del estudio, no es posible corroborar la hipótesis de que “los gimnasios viven de los que se inscriben y no vuelven”, premisa que ha sido justificada por la falta de adherencia que tienen los usuarios a los programas de ejercicio físico (Findorff *et al.*, 2009; Ayala, 2008).

**Tabla 1. Características generales de los establecimientos evaluados**
**Tabla 1. Características generales de los establecimientos evaluados.**

Variable	n=40	%
Razón Social	CAPF	19 46.5
	Gimnasio	13 32.5
	Funcional	4 10
	Crossfit	2 5
	Otro	2 5
Localización	Bucaramanga	22 55
	Floridablanca	12 30
	Piedecuesta	5 12
	Girón	1 2.5
Usuarios activos	10 a 40	1 2.5
	41 a 70	5 12.5
	71 a 100	3 7.5
	101 a 200	13 32.5
	201 a 300	5 12.5
Promedio de asistencia del usuario por semana	>300	1 2.5
	3-4 sesiones	23 57.5
	5-6 sesiones	14 35
	Toda la semana	3 7.5

En la tabla 2, se observa que el 89% de los CAPF, el 85% de los gimnasios y el 100% de otros establecimientos, ofertan capacitaciones y actualizaciones a sus empleados. Los resultados descritos en el presente estudio se asemejan a los reportados por Correia *et al.* (2017), quienes observaron que en la ciudad de Recife se construyen iniciativas dirigidas a mejorar la capacidad intelectual del equipo de trabajo, ya sea a través de entrenamientos, cursos, conferencias y seminarios. No obstante, diferentes investigadores (Buffart *et al.*, 2009; Giraldo & Castaño, 2011; Sánchez *et al.*, 2016) sugieren que los profesionales encargados de recomendar o prescribir actividad física reciben un nivel insuficiente de formación universitaria en este tópico y que las capacitaciones no formales son bajas.

En cuanto a la responsabilidad de generar y fomentar actividades de promoción de la salud y prevención de enfermedades a la comunidad, como bien lo cita el



decreto sobre definiciones, funciones y deberes de los gimnasios en Colombia en su Artículo 4º, se observó que el 100% de los establecimientos constituidos como salones funcionales y de Crossfit generan este tipo de programas, así también el 62% de los gimnasios y el 89% de los CAPF. A pesar de que estos últimos tienen una mayor responsabilidad legal en la prestación de servicios, no todos cumplen con esta normatividad.

En el estudio se observó que el 47% de los CAPF, el 46% de los gimnasios y el 75% de las sales de Crossfit, venden y distribuyen dentro de sus establecimientos sustancias ergogénicas o farmacológicas, a pesar de que la normatividad colombiana en el decreto definiciones y funciones de los gimnasios 2005, hace referencia a que estos establecimientos no pueden vender dentro de sus instalaciones o suministrar a sus usuarios sustancias ergogénicas o farmacológicas.

**Tabla 2. Cumplimiento normatividad - Servicios área administrativa**

Variable	CAPF n=19	Gimnasio n=13	Funcional n=4	Crossfit n=2	Sin RS n=2
<b>Tiempo de funcionamiento</b>	<b>Mediana/RIC</b>	6 (2-15)	3 (2-9)	1,5 (1-2)	2,5 (2-3)
Supervisión profesional permanente		17 (89%)	12 (92%)	4 (100%)	4 (100%)
Horario de supervisión	<b>Todo el día</b>	2 (11%)	1 (8%)	0 (0%)	0 (0%)
	<b>Hora pico</b>	17 (89%)	12 (92%)	4 (100%)	2 (100%)
Prevención y Promoción de la salud en la comunidad		17(89%)	8(62%)	4 (100%)	2 (100%)
Capacitación a empleados		17(89%)	11 (85%)	4 (100%)	2 (100%)
<b>Tipo de capacitación</b>	<b>Diplomados</b>	3(16%)	1(8%)	2(50%)	0(0%)
	<b>Seminarios</b>	15(79%)	8(62%)	4(100%)	2(100%)
	<b>Cursos cortos*</b>	16(84%)	7(54%)	2(50%)	0(0%)
	<b>Otros</b>	8(42%)	4(30%)	1(25%)	0(0%)
<b>Frecuencia de capacitación</b>	<b>Mensual</b>	7(41%)	0 (0%)	0 (0%)	1(50%)
	<b>Trimestral</b>	4(24%)	5 (45%)	2 (50%)	0 (0%)
	<b>Semestral</b>	5(29%)	4(36%)	2(50%)	2 (100%)
	<b>Anual</b>	1(6%)	2(18%)	0 (0%)	0 (0%)
Evaluación y seguimiento a los programas		19(100%)	13(100%)	4(100%)	2(100%)
<b>Venta y suministro de productos</b>	<b>Ergogénicas</b>	9(47%)	6(46%)	3(75%)	0(0%)
	<b>Ambas</b>	0(0%)	1 (8%)	0(0%)	0(0%)
	<b>Ninguna</b>	10(53%)	6(46%)	1(25%)	2(100%)
Afiliación SSSS del usuario		14(74%)	8 (62%)	3 (75%)	2 (100%)
PQR		15(79%)	6 (46%)	2 (50%)	0(0%)

RIC: Rango Intercuartílico; P y P: Promoción y Prevención; SSSS: Sistema General de Seguridad Social en Salud

En la tabla 3, se evidenció que el porcentaje de cumplimiento en este punto de la normatividad, solo el 26% de los CAPF incluyen médicos generales, el 32% médicos deportólogos, el 53% nutricionistas y fisioterapeutas, un porcentaje preocupante ya que son los centros médicos deportivos, quienes deben dar cumplimiento pleno a esta conducta.



**Tabla 3. Cumplimiento normatividad recursos humanos**

Variables	CAPF n=19	Gimnasio n=13	Funciona l n=4	Crossfit n=2	Sin RS n=2
<b>Talento Humano</b>	Med. General	5(26.3%)	1 (7.6%)	0 (0%)	0 (0%)
	Deportólogo	6 (32%)	1 (8%)	0 (0%)	1 (50%)
	Nutricionista	10 (53%)	3 (23%)	1 (25%)	0 (0%)
	Fisioterapeuta	10 (53%)	5 (38%)	3 (75%)	2 (100%)
	Profesional Dep.	15 (79%)	10 (77%)	3 (75%)	2 (100%)
<b>Servicios</b>	Tecnólogo	15 (79%)	10 (77%)	1 (25%)	2 (100%)
	Médico	10 (53%)	1 (8%)	1 (25%)	0 (0%)
	Rehabilitación	11 (58%)	8 (62%)	4 (100%)	0 (0%)
	Nutrición*	17 (89%)	4 (31%)	1 (25%)	2 (100%)
	Spa Wellness	3 (16%)	2 (15%)	0 (0%)	0 (0%)
Otros					
8 (42%)					
3 (23%)					
0 (0%)					
0 (0%)					

\*p<0,05; diferencias significativas. R.S: Razón Social.

En la tabla 4, se observa que sólo el 53% de los CAPF y el 31% de los gimnasios cumplen con exigir a los trabajadores la renovación anual del certificado de primeros auxilios. En cuanto a la presencia de una ruta de evacuación, el 85% de los CAPF y el 75% de los gimnasios contaban con ruta de evacuación delimitada. El 84% de los CAPF, 75% de los salones funciones y el 100% de los demás establecimientos cuentan con un botiquín de primeros auxilios. En cuanto a la presencia de cardio-desfibrilador, la Ley 1831 regula el uso del Desfibrilador Automático (DEA) en lugares de alta afluencia de público tales como gimnasios y clubes deportivos. Sólo el 16% de los CAPF y un establecimiento que no contaba con razón social, conocían sobre la existencia de este dispositivo, por lo cual hacían uso de él y lo tenían a la disposición del usuario.

**Tabla 4. Cumplimiento de normatividad Bioseguridad**

Variables	CAPF n=19	Gimnasio n=13	Funcional n=4	Crossfit n=2	Sin RS n=2
<b>Certificado primeros auxilios*</b>	10 (53%)	4 (31%)	4(100%)	0(0%)	0(0%)
<b>Certificaciones expuestas</b>	2 (10%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)	0(0%)
<b>Médico</b>	8 (42%)	4 (31%)	0(0%)	1 (50%)	1 (50%)
<b>Nutricionista</b>	10 (52%)	3 (23%)	1 (25%)	0(0%)	1 (50%)
<b>Fisioterapeuta</b>	10 (52%)	4 (31%)	3 (75%)	2 (100%)	1 (50%)
<b>P. Deportes</b>	13 (68%)	9 (69%)	2 (50%)	0 (0%)	2 (100%)
<b>Tecnólogo</b>	10 (52%)	4 (31%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)
<b>Ruta de evacuación</b>	16 (84%)	9 (69%)	3(75%)	2 (100%)	2(100%)
<b>Limpieza equipos y máquinas</b>	19(100%)	13(100%)	4(100%)	2(100%)	2(100%)
<b>Extintores</b>	18(94%)	11 (85%)	2 (50%)	2 (100%)	1(50%)
<b>Botiquín</b>	16(84%)	13 (100%)	3(75%)	2(100%)	2(100%)
<b>Cardiodesfibrilador</b>	3 (16%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)	1 (50%)
<b>Protocolo de manejo evento adverso</b>	11 (58%)	3(23%)	1 (25%)	2 (100%)	1(50%)

\*p<0,05; diferencias significativas. R.S: Razón Social.

#### 4. Referencias

Ayala J.E. (2008). *Motivos de adherencia y deserción de los usuarios de los centros de ejercicio físico (gimnasios) de la ciudad de Manizales* (Tesis de grado). Manizales, Colombia: Universidad de Caldas.

Buffart, L., Ploeg, H., Smith, B., Kurko, J., King, L., & Bauman, A. (2008). General practitioners' perceptions and practices of physical activity counselling: changes over the past 10 years. *British Journal of Sports Medicine*, 43(14), 1149-1153.

Congreso de la República. *Ley 181 de 1995. Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del Deporte, la Recreación, el Aprovechamiento del Tiempo Libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte*. Colombia: El Congreso.

Congreso de la República. *Ley 729 de 2001. Por medio de la cual se crean los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en Colombia*. Colombia: El Congreso.

Congreso de la República. *Ley 1831 de 2017. Por medio de la cual se regula el uso del Desfibrilador Externo Automático (DEA), en transportes de asistencia, lugares de alta afluencia de público, y se dictan otras disposiciones*. Colombia: El Congreso.

Correia, M., Pedroso, C., Silva, V., & Miranda, Y. (2017). O perfil dos gestores e as características das academias de ginástica de pequeno, médio e grande porte da cidade do Recife-PE. *Revista Intercontinental de Gestão Desportiva*, 7(3), 254-274.

Findorff, M.J., Wyman, J.F., & Gross, C.R. (2009). Predictors of long-term exercise adherence in a community-based sample of older women. *Journal of Women's Health*, 18(11), 1769-1776.

Giraldo, J., & Castaño, P. (2011). *Conocimientos y actitudes, para la promoción y prescripción de la actividad física de los médicos generales de la nueva EPS en Pereira-Dosquebradas* (Tesis). Pereira, Colombia: Universidad Tecnológica de Pereira.

Morales, G. J. (2017, Julio 26). ¿Cuánta plata mueven los gimnasios en Colombia? *Periódico El Colombiano*. Recuperado de <http://www.elcolombiano.com/negocios/fiebre-de-gym-mueve-12-billones-al-ano-en-el-pais-EG6976314>

Sánchez, J., Escobar, S., Veja, J., Porras, A., & Angarita, A. (2016). Actitudes hacia el ejercicio físico y práctica de actividad física en profesionales de la salud: estudio de corte transversal, 2015. *Archivos de Medicina*, 16(2), 237-245.