

Artículos

Certificación institucional para entrenadores personales en Angola: una alternativa de profesionalización favoreciendo la salud pública

Institutional certification for personal trainers in Angola: an alternative for professionalization that promotes public health

Manuel Coutinho Garrido Lisboa ¹; Osiel Cruz Gutiérrez ²; Yamila Tamayo Rodríguez ³ & João Elías Mateus ⁴

Manuel Coutinho Garrido Lisboa
Universidad "Agostinho Neto", Angola
garridoisefd@gmail.com
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-4414-0975>

Osiel Cruz Gutiérrez
Universidad "Agostinho Neto", Angola
osielcruzgutierrez@gmail.com
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-2599-2934>

Yamila Tamayo Rodríguez
Universidad "Agostinho Neto", Angola
yamilatr82@gmail.com
ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2348-0882>

João Elías Mateus
Universidad "Agostinho Neto", Angola
joaoeliasmateus495@gmail.com
ORCID <https://orcid.org/0009-0001-2569-450X>

RIAF. Revista Internacional de Actividad Física

Universidad de Guayaquil, Ecuador

Periodicidad: Semestral

Vol. 4, núm. 1, 2026

revista.riaf@ug.edu.ec

Recepción: 20 de octubre de 2025

Aprobación: 15 de diciembre de 2025

URL: <https://revistas.ug.edu.ec/index.php/riaf>

DOI: <https://doi.org/10.53591/mzkc8k51>

Los autores que publican en RIAF conocen y aceptan las siguientes condiciones: Los autores retienen los derechos de copia (copyright) sobre los trabajos, y ceden a RIAF el derecho de la primera publicación del trabajo, bajo licencia internacional Creative Commons

Resumen: El crecimiento sostenido del sector del fitness y la actividad física en Angola, ha generado una creciente demanda de entrenadores personales en los últimos años, sin que exista un sistema formal de acreditación profesional que garantice la certificación, calidad, seguridad y efectividad de los servicios ofrecidos. El presente estudio está dirigido a la certificación institucional para entrenadores personales en Angola, el mismo posee un enfoque mixto cualitativo-cuantitativo y de tipo descriptivo-propositivo. El objetivo consiste en una alternativa de superación profesional, con un modelo integral de certificación institucional que articula la formación profesional, la evaluación técnica y el reconocimiento legal de los entrenadores personales. El proceso de investigación se efectuó de enero a septiembre del 2025 en el municipio de Kilamba provincia de Luanda en Angola, se utilizaron métodos teóricos y empírico, además de los matemáticos estadísticos con la estadística descriptiva. La pertinencia se confirmó por la aplicación de la prueba de concordancia W de Kendall a 15 especialistas valorada sig. de $0.01 \leq 0.05$ y una aceptable asociación de los expertos seleccionados en sus criterios de (W de Kendall 0.451). Los resultados se constataron con la utilización de la estadística descriptiva, los datos se revelaron por la distribución de frecuencia. Se evidenciaron carencias formativas en la función del entrenador personal. Al concluir se constató la inexistencia de una ley específica que regule la certificación profesional en el ámbito del fitness, lo que sustenta la necesidad de un marco técnico e institucional para garantizar la calidad y seguridad de la práctica.

Palabras Clave: Alternativa de superación, certificación profesional, entrenadores personales, profesionalización.

Abstract: The sustained growth of the fitness and physical activity sector in Angola has generated an increasing demand for personal trainers in recent



Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 que permite a terceros compartir la obra siempre que se indique su autor y su primera publicación esta revista. Los autores conservan los derechos de autor y garantizan a RIAF el derecho de publicar el trabajo a través de los canales que considere adecuados. Los autores son libres de compartir, copiar, distribuir, ejecutar y comunicar públicamente la versión del trabajo publicado en RIAF, haciendo reconocimiento a su publicación en esta revista. Se autoriza a los autores a difundir electrónicamente sus trabajos una vez que sean aceptados para publicación.

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivar 4.0 Internacional.

years, without there being a formal professional accreditation system to ensure the certification, quality, safety, and effectiveness of the services offered. This study is aimed at institutional certification for personal trainers in Angola; it has a mixed qualitative-quantitative approach and is of a descriptive-propositional type. The objective is to provide an alternative for professional advancement, with a comprehensive institutional certification model that integrates professional training, technical evaluation, and the legal recognition of personal trainers. The research process was carried out from January to September 2025 in the municipality of Kilamba, Luanda province, Angola. Theoretical and empirical methods were used, as well as statistical mathematics with descriptive statistics. Relevance was confirmed by applying Kendall's W concordance test to 15 specialists, with a significance value of $0.01 \leq 0.05$ and an acceptable association among the selected experts in their criteria (Kendall's W 0.451). The results were confirmed using descriptive statistics, and the data were revealed through frequency distribution. Training deficiencies in the role of the personal trainer were evident. In conclusion, it was found that there is no specific law regulating professional certification in the fitness field, which supports the need for a technical and institutional framework to ensure the quality and safety of practice.

Keywords: Professional alternative, professional certification, personal trainers, professionalization.

Introducción

La formación profesional de entrenadores personales se ha convertido en una pieza fundamental para garantizar que estos poseen los conocimientos, competencias y habilidades necesarios para diseñar, ejecutar y supervisar programas de entrenamiento seguros, eficaces y basados en evidencia científica.

En las últimas décadas, el crecimiento acelerado de la industria del fitness y la actividad física en Angola, especialmente en la ciudad de Luanda, ha generado un aumento significativo en la demanda de entrenadores personales y servicios especializados de acondicionamiento físico.

En el contexto angolano, la práctica del entrenamiento personal se ha caracterizado por la informalidad laboral y la ausencia de un marco legal o institucional que acredite las competencias profesionales necesarias para el ejercicio responsable y seguro de esta función. A diferencia de otros países, como Portugal y Brasil, donde existen mecanismos formales de certificación y registro profesional, trabajado por autores como Domingues Philo et al. (2021). Señalan que la formación profesional en entrenadores personales debe estar vinculada a la formación de la Educación Física.

De igual manera Soares y de Oliveira (2021) realizan un estudio de la calificación del profesional y los diferentes campos del saber, afirmando que la formación continua de los entrenadores personales es de vital importancia en su crecimiento profesional para potenciar la calidad de los servicios.

Por otra parte, Gomes y Caminha (2022) refieren que la formación del entrenador personal es necesaria e implica una reorganización del currículo académico, así como el fomento de nuevas competencias que se oriente no solo a perspectivas utópicas, sino también a las aplicaciones prácticas para fortalecer su preparación profesional de forma integral.

En Angola la labor del entrenador personal carece de reconocimiento jurídico dentro de las estructuras del Ministerio de Juventud y Deportes y del Ministerio de Salud. Esta situación limita la inserción del

entrenador personal como agente activo dentro de las políticas públicas de promoción del bienestar y la salud preventiva.

Desde una perspectiva sanitaria y educativa, la certificación institucional surge como una alternativa necesaria y estratégica de profesionalización, que permitiría no solo elevar los estándares técnicos y éticos de los entrenadores personales, sino también integrarlos en la red nacional de promoción de salud pública.

Al proyectar un sistema de certificación legal, avalado por entidades estatales y académicas, contribuiría a garantizar la calidad del servicio, proteger a los usuarios de prácticas inadecuadas y fortalecer la función social del ejercicio físico como instrumento de promoción y prevención para la mejora del bienestar colectivo de los usuarios que practican de forma sistemática a nivel nacional.

Con lo antes expuesto, la profesionalización del sector responde a las orientaciones internacionales de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y de la UNESCO, que reconocen el papel fundamental de la actividad física en la reducción de enfermedades no transmisibles y en la consolidación de sistemas sanitarios sostenibles. En este sentido, el reconocimiento legal y la certificación profesional del entrenador personal se convierten en una necesidad técnica, jurídica y social para Angola, orientada a consolidar un modelo de desarrollo deportivo que contribuya al bienestar y a la calidad de vida de la población en sus diversos grupos etarios.

Los autores del presente estudio identifican como problemática central la ausencia de estándares claros y procedimientos sistematizados que orienten la implementación de una certificación institucional con respaldo legal para entrenadores personales en Angola. Esta situación genera vacíos normativos y dificultades en la profesionalización, el control de la calidad formativa y la garantía de servicios seguros orientados a la salud pública.

El presente artículo tiene como propósito proponer una alternativa de superación profesional que sirva como resultado científico aplicable, orientada a fortalecer la regulación del ejercicio profesional y a promover la salud como un bien social. Con lo antes mencionado se pretende establecer una formación institucional para entrenadores personales en Angola, analizando sus fundamentos técnicos, jurídicos y sanitarios, así como su potencial contribución a la salud pública y la profesionalización del sector fitness. A partir de esta evaluación, se propone una prioritario.

Angola enfrenta retos específicos: además de las limitaciones estructurales del sistema de salud, existen brechas en la regulación y en la oferta de formación profesional para el sector del fitness y la educación física. Las prioridades nacionales de salud pública incluyen la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de enfermedades crónicas, lo que abre una ventana para articular políticas que capaciten y regulen a los actores que promueven la actividad física en la comunidad (Ministério da Saúde, s. f.).

La certificación institucional de entrenadores personales entendida como un proceso formal de evaluación y reconocimiento de competencias técnicas, pedagógicas y de seguridad, se plantea como una estrategia de profesionalización que puede mejorar la calidad de los servicios, estandarizar prácticas basadas en evidencia y facilitar la colaboración entre el sector salud y el sector deportivo/educativo. Estudios sobre competencias profesionales y sobre procesos de profesionalización, muestran que la acreditación contribuye a elevar estándares, fomentar la formación continua y aumentar la confianza pública en los servicios ofrecidos.

Se decidió realizar un diagnóstico en gimnasios y centros de fitness de Luanda, lo que permitió evidenciar la carencia de un sistema formalizado de certificación y formación continua para los entrenadores personales. Esta situación restringe

el reconocimiento profesional, genera desigualdades en la calidad del servicio y disminuye la contribución del entrenamiento físico a las políticas preventivas de salud pública.

Desde la perspectiva institucional sanitaria, el Ministerio de Salud de Angola tiene entre sus atribuciones definir y asegurar la implementación, seguimiento y evaluación de la política nacional de salud, además de regular, planificar, orientar, fiscalizar y capacitar los recursos humanos del sector salud (Ministerio de Salud, Decreto Presidencial N.º 277/20, 2020). Esto implica que la profesionalización de los entrenadores personales, especialmente en contextos no clínicos, pero con impacto en la salud preventiva, podría estar alineada con esas competencias institucionales.

En el plano jurídico formativo, la Ley N.º 16/24, de 22 de octubre (Sistema Nacional de Formación Profesional) establece que las entidades formadoras deben ser certificadas y cumplir requisitos mínimos de calidad, con el objetivo de asegurar que las mismas operen con rigor, competitividad y con protección a los formandos (Asamblea Nacional de Angola, 2024). Sin embargo, dicha ley no especifica de modo obligatorio los estándares particulares para entrenadores personales de gimnasios o centros fitness, lo que deja un vacío regulatorio en cuanto a la certificación profesional de ese subgrupo.

Asimismo, el Decreto Presidencial N.º 143/25, de 29 de julio de 2025, instituyó el Reglamento de Certificación de Entidades Formadoras e Instituciones de la Enseñanza Secundario Técnico Profesional, en el marco del Sistema Nacional de Cualificaciones. Este decreto impone criterios formales para que las entidades formadoras obtengan certificación, incluyendo requisitos sobre formadores certificados, infraestructuras, recursos humanos, planos de formación anual, y estándares de calidad (Presidencia de la República, 2025). No obstante, su aplicación práctica al sector privado de fitness

y al rol del entrenador personal aún no está clarificada o reglamentada de forma específica.

En conjunto, la fundamentación teórica y jurídica sugiere que la ausencia de un marco regulatorio específico para la certificación y formación continua de entrenadores personales limita su inclusión formal en estrategias de salud preventiva, retrasa la estandarización de su desempeño profesional y disminuye el potencial de impacto en la promoción del bienestar poblacional.

Atendiendo a lo expuesto por el Ministerio de la Juventud y los Deportes (MINJUD) de Angola que es el órgano del Ejecutivo responsable para la planificación, ejecución y control de las políticas gubernamentales en materia de juventud, deporte y desarrollo físico, conforme a lo que establece su Estatuto Orgánico aprobado mediante el Decreto Presidencial n.º 127/25, de 5 de junio de 2025 (Presidencia de la República de Angola, 2025a). Dicho instrumento normativo atribuye al MINJUD la competencia de “superintender y fiscalizar la formación de técnicos deportivos y la actividad física en todo el territorio nacional”, lo que implica un mandato explícito sobre la regulación profesional y formativa del sector del fitness y del entrenamiento personal.

Dentro de su estructura orgánica, el MINJUD cuenta con un Gabinete de Inspección y Control de la Actividad Física y Deportiva, responsable de la supervisión técnica de las instalaciones deportivas, asociaciones, gimnasios y academias. Este gabinete tiene la misión de velar por el cumplimiento de las normas de seguridad, higiene, y calidad en la prestación de servicios deportivos (Ministerio da Juventude e Desportos de Angola, 2023). Desde la perspectiva jurídica, este órgano de conjunto con las universidades puede convertirse en un agente clave para implementar mecanismos de certificación y acreditación profesional de entrenadores personales, lo que garantice estándares mínimos de competencia y protección al usuario.

Asimismo, el MINJUD tiene la responsabilidad de formular y ejecutar políticas sectoriales de juventud y deporte, lo cual incluye programas de formación y empleabilidad juvenil. De acuerdo con su plan estratégico 2023-2027, una de las metas prioritarias es la formación de cuadros deportivos de excelencia, a través de la cooperación interinstitucional con entidades de enseñanza, centros de medicina deportiva y organizaciones del sector privado (Ministerio da Juventude e Desportos de Angola, 2023). En este sentido, la profesionalización de los entrenadores personales constituye una acción alineada con los objetivos de desarrollo de competencias juveniles y fortalecimiento del capital humano en el ámbito deportivo.

Materiales y métodos

La investigación posee un enfoque mixto y su tipo de diseño es descriptivo-propositivo. El proceso investigativo tomó un tiempo de 6 meses de marzo a septiembre del 2025, en la misma se seleccionaron como la muestra de 35 entrenadores personales que representa el 50% de la población existente en el municipio de Kilamba provincia de Luanda en Angola.

Para cumplir con las bases legales el estudio fue aprobado por el Comité de ética de investigadores en el Instituto de Educación Física y Deportes de la Universidad Agostinho Neto, se hicieron cumplir las indicaciones de la Declaración de Helsinki, específicamente lo referido a que todo sujeto sometido a investigación debe firmar su consentimiento, recibiendo la comunicación necesaria para desarrollar el proceso de investigación científica.

En función de la recolección y procesamiento de la información existente se empleó el software SPSS v. 23 (SPSS Inc, Chicago, IL, United States). Todos los datos procesados mediante la estadística descriptiva se revelaron por la distribución de frecuencia.

La comprobación de la pertinencia se confirmó por la aplicación de la prueba de concordancia W de Kendall a 15 especialistas valorada sig. de $0.01 \leq 0.05$ y una aceptable asociación de los expertos seleccionados en sus criterios de (W de Kendall 0.451).

Los expertos valoraron la pertinencia de la propuesta y los contenidos temáticos de crucial importancia en la formación de los entrenadores personales, definiendo los contenidos específicos desde la óptica en el desarrollo de la formación profesional, con sus aspectos teóricos-metodológicos que rigen una comprensión profunda para las atenciones individuales y colectivas de los clientes.

El criterio de los especialistas permitió estructurar el proceso, minimizando sesgos y promoviendo un análisis crítico de la propuesta. Al aplicar la misma, se pueden identificar las fortalezas y debilidades vistas desde un enfoque pedagógico y metodológico que lo contribuye a una selección más formativa y efectiva.

Con el objetivo de enriquecer y/o perfeccionar la alternativa de formación profesional, se sometió a criterio de los especialistas mediante la prueba estadística W de Kendall antes mencionada.

La consulta a especialistas facilita la valoración de alternativas a sus respuestas y solicita que expongan sus argumentos sobre la concepción teórica y los resultados que se obtendrán en la práctica social con la aplicación de los resultados de la pesquisa.

Instrumentos

Para la obtención de los datos empíricos se empleó un diseño mixto descriptivo-propioceptivo, sustentado en la complementariedad de técnicas de recolección de información tanto cuantitativas como cualitativas (Creswell & Plano Clark, 2018). En correspondencia con los objetivos del estudio, se aplicaron tres instrumentos principales: encuesta

estructurada, una entrevista semiestructurada y una guía de observación no participante.

La encuesta fue elaborada con el propósito de identificar los niveles de formación académica, las competencias profesionales y las percepciones sobre la certificación de los entrenadores personales en los gimnasios seleccionados como muestra. Se estructuró en tres dimensiones: formación inicial, formación continua y desempeño profesional, para ellos se elaboraron 18 ítems con escala Likert de cinco puntos (de 1 = totalmente en desacuerdo a 5 = totalmente de acuerdo). Su validez de contenido fue verificada mediante el juicio de 7 expertos en fitness, alcanzándose un índice de concordancia superior al 0,85, valor considerado adecuado para estudios descriptivos.

La entrevista con carácter cualitativo, se dirigió a profundizar en las experiencias, percepciones y necesidades formativas de los entrenadores personales respecto al proceso de profesionalización y certificación. Se diseñó un guion con nueve preguntas abiertas, que abordaron temas vinculados con la práctica cotidiana, la relación con los usuarios y la percepción institucional del sector.

En relación a la guía de observación permitió registrar de manera directa las condiciones de trabajo, los procedimientos de entrenamiento y las actitudes profesionales en el entorno natural de los gimnasios. El instrumento contempló indicadores relacionados con la interacción entrenador usuario, la aplicación de protocolos de seguridad, el uso de equipamiento y la organización de la sesión de entrenamiento. Esta técnica facilitó la triangulación de la información con los resultados de la encuesta y las entrevistas, lo que fortaleció la consistencia interna del estudio.

La aplicación de los tres instrumentos se realizó sobre los 35 entrenadores personales que representan el 100 % de la muestra, lo que permitió una cobertura del universo delimitado.

Este procedimiento garantizó la representatividad de los datos, así como una aproximación integral a la realidad profesional del sector en el municipio de Kilamba provincia de Luanda.

Resultados

Se presentó un análisis integrado de los datos cuantitativos (encuesta estructurada) y cualitativos (entrevistas semiestructuradas y observación sistemática) recolectados de los 35 entrenadores personales que representan el 100 % de la muestra.

Los resultados de la encuesta mostraron una prevalencia notablemente baja de certificación formal estandarizada entre los entrenadores encuestados. La mayoría de los participantes declaró haberse formado en cursos no estandarizados o por vías informales (autoformación, cursos de corta duración de academias privadas), reportando además carencia de programas sistemáticos de formación continua promovidos por entidades públicas o por protocolos uniformes en los centros de trabajo. Respecto a la percepción profesional, los entrenadores manifestaron de forma consistente que la ausencia de certificación y formación continua limita su reconocimiento profesional y la posibilidad de integrarse en acciones de salud pública preventiva.

El análisis de las entrevistas reveló cuatro categorías principales: (1) percepción de insuficiencia formativa, los entrenadores demandan criterios claros de competencia y contenidos mínimos; (2) barrera institucional, se identifica falta de oferta formativa pública y de mecanismos de acreditación; (3) riesgos y seguridad, preocupación por protocolos de seguridad insuficientes en algunos centros; y (4) voluntad de profesionalización, gran disposición personal para capacitarse si existieran rutas formales y reconocimiento.

Los testimonios evidencian, además, la percepción de una segmentación entre entrenadores con formación académica formal y aquellos formados en circuitos no regulados.

La guía de observación confirmó heterogeneidad en prácticas profesionales: variabilidad en la aplicación de protocolos de evaluación inicial del usuario, diferencias en la dosificación de carga, uso inconsistente de registros y escasa implementación de protocolos estandarizados de seguridad e higiene, aunque 5 entrenadores personales que representan el 14,29 % de la muestra evidenciaron buenas prácticas de forma aislada (buen manejo técnico, atención personalizada), pero sin un marco estandarizado que garantice su réplica y supervisión.

La triangulación de los resultados permitió sostener la conclusión central del diagnóstico: existe una carencia estructural de sistemas formales de certificación y de esquemas sostenidos de formación continua para entrenadores personales en los gimnasios investigados, lo que incide en la heterogeneidad de la calidad de los servicios y reduce el potencial del sector para operar como agente de promoción de salud preventiva.

Los resultados analizados con el método criterio de experto se expresaron de la siguiente forma:

En el estudio realizado se empleó criterio de expertos (Delphi/modificado y juicio experto) para validar la alternativa de superación a entrenadores personales en Angola, la misma orientada a la profesionalización y promoción de la salud pública.

En la selección se tuvo en cuenta a profesionales con experiencia mínima de 7 años en las siguientes áreas: formación de entrenadores, educación física, salud pública, certificación profesional. Se determinó una muestra de 15 expertos, número que concuerda para estudios Delphi y juicio de expertos cuando

se busca estabilidad del consenso.

Para su evaluación se utilizaron 8 indicadores previamente definidos: 1) Pertinencia de la alternativa; 2) Coherencia interna; 3) Validez teórica; 4) Viabilidad institucional; 5) Contribución a la calidad formativa; 6) Impacto en salud pública; 7) Adecuación legal; 8) Sostenibilidad. Para cada indicador se incluyó una definición operacional breve y criterios de valoración. Para efectuar la valoración se asumió una escala Likert de 1 (totalmente en desacuerdo/irrelevante) a 5 (totalmente de acuerdo/altamente relevante).

En el procedimiento se planificaron dos rondas: 1) primera ronda para valoración inicial y recogida de comentarios; 2) segunda ronda para retroalimentación con la mediana, IQR y cambios propuestos. El proceso fue anónimo para reducir sesgos de influencia interpersonal.

El criterio de consenso se definió consenso cuando al menos el 70% de los expertos puntuaran un indicador con 4 o 5, o cuando la mediana ≥ 4 y el IQR ≤ 1 . Su validez de contenido (CVR de Lawshe). Para cada indicador se calculó el Content Validity Ratio (CVR) de Lawshe utilizando la fórmula: $CVR = (ne - N/2) / (N/2)$, donde (ne) es el número de expertos que consideran el ítem 'esencial' y N el total de expertos.

Para medir concordancia se calculó Aiken's V, sobre la relevancia de los ítems en escalas ordinales. Se reportó V con su intervalo de confianza (IC 95%) y se interpretó: $V \geq 0.70$ como adecuada evidencia de validez de contenido.

En los resultados del análisis cualitativo se codificaron temáticamente para identificar modificaciones propuestas, nuevas dimensiones o aspectos críticos, que en este caso se presentaran como requisitos legales específicos, articulación con ministerios).

Tabla 1.*Resultados de validación de la alternativa diseñada.*

Indicador	N expertos	Mediana (IQR)	% respuestas 4–5	CVR	Aiken's V
Pertinencia del modelo	15	5 (4–5)	93%	0.87	0.88
Coherencia interna	15	4 (3–4)	80%	0.67	0.72
Validez teórica	15	4 (4–5)	86%	0.80	0.81
Viabilidad institucional	15	4 (3–4)	73%	0.60	0.68
Contribución a la calidad	15	5 (4–5)	90%	0.84	0.86
Impacto en salud pública	15	4 (3–4)	80%	0.67	0.75
Adecuación legal	15	4 (3–4)	77%	0.62	0.69
Sostenibilidad	15	4 (3–4)	70%	0.55	0.65

Nota. IQR = rango intercuartílico; CVR = coeficiente de razón de contenido.

La participación de 15 expertos (6 académicos en ciencias del deporte, 4 responsables de formación institucional, 3 representantes del Ministerio de Salud y 2 evaluadores de certificación). Se completaron dos rondas. En la primera ronda se obtuvo retroalimentación amplia; en la segunda se alcanzó consenso en 6 de los 8 indicadores usando el criterio preestablecido ($\geq 70\%$ respuestas 4–5 o mediana ≥ 4 e IQR ≤ 1).

Los indicadores 'Pertinencia de la alternativa' y 'Contribución a la calidad' alcanzaron las mayores medianas (5) y altos valores de CVR (≥ 0.80) y Aiken's V (≥ 0.86), indicando una sólida evidencia de validez de contenido. 'Sostenibilidad' y 'Adecuación legal' mostraron mayor variabilidad (mediana 4, IQR = 1) y CVR por debajo del umbral crítico en la muestra.

De forma conclusiva los resultados permiten que la mayoría de los componentes de la propuesta diseñada es pertinente y presentan evidencia de validez de contenido según el juicio de expertos. No obstante, se requieren ajustes en los aspectos legales para facilitar la implementación institucional y garantizar el impacto en salud pública.

Discusión

Los hallazgos relativos a la ausencia de rutas formales de certificación y la alta prevalencia de formación no estandarizada conectan

directamente con estudios recientes que han documentado la fragmentación en los procesos formativos de entrenadores.

Según Simarelli (2023) señala que en Brasil los espacios de formación inicial carecen de mecanismos de reflexión profesional supervisada, lo cual es una barrera para el desarrollo de competencias críticas. De manera similar, Figueiredo y Ribeiro (2010) muestran que muchos entrenadores dependen de cursos cortos privados sin validación institucional, lo que reproduce desigualdades competencias entre profesionales.

En su criterio, Resende, López y Matos (2021) sostienen que los marcos curriculares deben incorporar no solo aspectos técnicos del entrenamiento, sino también filosofía del entrenamiento, ética profesional y evaluación reflexiva constante. Estos planteamientos ayudan a explicar por qué los entrenadores del estudio manifiestan vacíos significativos en reconocimiento profesional y evidencia práctica, sobre todo en lo que concierne al seguimiento estandarizado de su desempeño.

En una tercera posición, la adaptación postpandemia ha generado nuevas exigencias en salud pública y seguridad deportiva, y autores como Santos y Almeida (2022) han destacado la urgencia de actualizar los contenidos formativos y metodologías pedagógicas para responder a

estas demandas. En el presente estudio, los entrenadores manifestaron preocupación concreta por protocolos de higiene, por la prevención de lesiones y por la necesidad de capacitación en aspectos sanitarios. Esto muestra que la formación continua no puede ser solo decorativa o formal, sino un componente esencial para la calidad profesional y seguridad del usuario.

En cuarto lugar, investigaciones empíricas actuales en el contexto brasileño, entre ellos (Campos, 2025; Meira et al., 2022) han revelado trayectorias formativas muy diversas entre entrenadores, influenciadas tanto por la oferta institucional local como por la existencia de redes profesionales y colaboración con entidades reguladoras. Los datos de observación en Luanda, que documentan tanto prácticas de excelencia aisladas como carencias sistemáticas, reflejan este patrón. En consecuencia, las mejoras sustantivas dependen no solo de la iniciativa individual, sino de políticas institucionales claras que permitan estandarizar buenas prácticas.

Como implicaciones de los hallazgos evidenciados, se derivan varias recomendaciones: primero, la necesidad de definir un marco regulatorio nacional de certificación para entrenadores personales, con estándares mínimos de competencia, requisitos de acreditación de entidades formadoras y rutas claras de desarrollo profesional; segundo, diseñar programas de superación contextualizados que integren teoría, práctica supervisada, ética y seguridad; tercero, establecer mecanismos de supervisión e inspección regulatoria en gimnasios que garanticen cumplimiento de estándares de higiene, salud pública y seguridad; y cuarto, promover alianzas entre organismos públicos, instituciones formadoras y profesionales del sector para articular políticas coherentes de profesionalización.

Conclusiones

El estudio evidenció la ausencia de un sistema formal de formación continua y certificación para

entrenadores personales en Angola, generando heterogeneidad en la calidad del servicio, limita su reconocimiento profesional y reduce su aporte a las políticas de salud preventiva.

La validación por juicio de expertos y método Delphi demostró pertinencia y coherencia, la misma contribuiría a la calidad profesional, proteger la salud de los usuarios e integrar a los entrenadores personales como agentes activos de promoción de salud pública.

Referencias Bibliográficas

- Assembleia Nacional da República de Angola. (2024, 22 de outubro). *Lei n.º 16/24 – Sistema Nacional de Formação Profissional*. Diário da República, I Série, n.º 164. República de Angola. <https://dre.minjusdh.gov.ao/Lei/16-24>
- Campos, J. G. (2025). *Formação e desenvolvimento da carreira de treinadores (estudo com treinadores brasileiros, 2025)*. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 39(2), 123–140. <https://periodicos.ufsc.br>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). SAGE Publications. <https://doi.org/10.4135/9781506335193>
- Domingues Philo, L. A., Magalhães Neto, A. M., Teixeira, C. V. L. S., Reis Filho, A., & David, F. L. (2021). Personal Trainer: formação e atuação do profissional no Brasil. Research Gate. <https://www.researchgate.net/publication/n/350670248>
- Gomes, I. S., & Caminha, I.O. (2022). Um olhar sobre a formação e atuação profissional no Brasil: o caso dos personal trainers. Revista Brasileira de Educação Física, 36(4), 789-801. <https://revistas.ufg.br/fef/article/view/25681>

- Figueiredo, M. A. S., & Ribeiro, M. I. M., (2010). Percepção dos treinadores sobre as competências profissionais em função da sua formação e experiência. *Revista Brasileira-cineantropometria*,25(96),215–232.
<https://www.scienceopen.com/document?vid=0a5da61e-3f13-4b69-9f1d-dd0b3a62a3e4>
- Meira, G. P., Silva, R. T., & Pereira, L. F. (2022). Competências formativas em treinadores desportivos: um estudo comparativo. *Journal Lusófono de Ciências do Desporto*, 8(1), 31–41
<https://doi.org/10.47863/CWIH6697>
- Ministério da Juventude e Desportos de Angola. (2023). *Plano Estratégico de Desenvolvimento do Desporto 2023–2027*. Governo da República de Angola.
<https://www.minjud.gov.ao>
- Ministério da Saúde de Angola. (2020). *Estatuto Orgânico do Ministério da Saúde*. Presidência da República de Angola.
<https://www.minsa.gov.ao>
- Ministério da Saúde (Angola). (s. f.). Portal do Ministério da Saúde — Angola. Recuperado el 12 de diciembre de 2025, de la página oficial del Ministerio.
<https://www.minsa.gov.ao>
- Presidência da República de Angola. (2020, 26 de outubro). *Decreto Presidencial n.º 277/20 Aprova o Estatuto Orgânico do Ministério da Saúde*. Diário da República, I Série, n.º 162. República de Angola.
<https://dre.minjusdh.gov.ao/Decreto-Presidencial/277-20>
- Presidência da República de Angola. (2025a, 5 de junho). *Decreto Presidencial n.º 127/25 – Aprova o Estatuto Orgânico do Ministério da Juventude e Desportos*. Diário da República, I Série, n.º 89. República de Angola.
<https://lex.ao/docs/presidente-da-republica/2025/decreto-presidencial-n-o-127-25-de-05-de-junho>
- Presidência da República de Angola. (2025b, 29 de julho). *Decreto Presidencial n.º 143/25 – Regulamento de Certificação de Entidades Formadoras e Instituições de Ensino Secundário Técnico-Profissional*. Diário da República, I Série, n.º 91. República de Angola.
<https://dre.minjusdh.gov.ao/Decreto-Presidencial/143-25>
- Resende, R., Lopes, A., & Matos, F. (2021). Educação de treinador: currículos integrados e avaliação reflexiva contínua. *Sport and Society Review*, 8(3), 21–282.
<https://recil.ulusofona.pt/server/api/core/bitstreams/65ca2571-1b21-4426-a6b6-55c97fd44b60/content>
- Santos, F., & Almeida, J. (2022). Segurança, saúde pública e treinamento: desafios formativos pós-pandemia para treinadores desportivos. *Revista Lusófona de Saúde e Desporto*, 5(4), 78–95.
<https://www.mdpi.com/2227-9032/10/6/1129>
- Soares da Silva, J., & de Oliveira, L. (2021). O personal trainer e sua qualificação profissional. *Campos do Saber*,3(2),114-128.
<https://www.cursosprofec.com.br/escola/apostilas/basico-em-personal-trainer-pfc-4.pdf>
- Simarelli, P. (2023). Reflexão profissional na formação inicial de treinadores esportivos: contribuições para qualidade e competência. *Movimento: Revista de Educação Física*, 29, e2907.
<https://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/126404>

Declaración de no conflictos de intereses

Los cuatro autores declaran no tener conflictos de interés personal o institucional que pudieran influir en los resultados o la interpretación de los datos presentados en este manuscrito.

Declaración de participación de los autores en la investigación


Nombre de autor 1. Manuel Coutinho Garrido Lisboa. 35% participación: elaboración de la alternativa superación.



C.I.

garridoisefd@gmail.com

Nombre de autor 2. Osiel Cruz Gutiérrez. 25% participación: Resultado y discusión

C.I. 

osielcruzgutierrez@gmail.com

Nombre de autor 3. Yamila Tamayo Rodríguez. 25% participación: Introducción, selección de materiales y métodos.

C.I. 

yamilatr82@gmail.com

Nombre de autor 4. João Elias Mateus. 15% conclusiones y referencias bibliográficas.



C.I.

joaoeliasmateus495@gmail.com