

Artículos

Tendencias y panorama del sector fitness en Colombia para el 2027

Trends and Overview of the Fitness Sector in Colombia for 2027

Mag. Camilo Morales ¹ & Mag. Viviana Gomez ²

Mag. Camilo Morales

AFS - Actividad Física Sistematizada Entrenamiento Personalizado. Bogotá, Colombia

tep.entrenador@gmail.com

ORCID <https://orcid.org/0000-0001-5042-4037>

Mag. Viviana Gómez

Cronos - Centro de Cultura Física. Bogotá, Colombia

cronoscolombia@gmail.com

ORCID <https://orcid.org/0000-0002-1748-6970>

RIAF. Revista Internacional de Actividad Física

Universidad de Guayaquil, Ecuador

Periodicidad: Semestral

Vol. 4, núm. 2, 2026

revista.riaf@ug.edu.ec

Recepción: 8 de junio de 2026

Aprobación: 12 de junio de 2026

Publicado: 25 de julio de 2026

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

DOI: <https://doi.org/10.53591/riaf.v4i2.3364>

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 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, disturber, 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.

Resumen: El sector fitness ha experimentado una notable expansión en los últimos años, lo que hace imprescindible analizar su situación actual. El presente estudio se plantea como objetivo identificar las principales tendencias fitness a nivel nacional para el año 2027. Con una metodología cuantitativa de tipo no experimental y enfoque descriptivo-comparativo, se analizan las dinámicas de adaptación y evolución de los centros de acondicionamiento físico frente a las crecientes demandas del mercado, caracterizado por usuarios más exigentes, digitales y orientados a resultados. Este escenario genera diversas preguntas sobre el futuro del sector; Estas inquietudes deben abordarse desde múltiples variables, como el crecimiento del sector, su visión estratégica, la gestión empresarial, la innovación en equipos y servicios, así como las necesidades y fidelización de los usuarios. Se establecen como resultados que el horizonte del fitness en 2027 apunta hacia el bienestar integral, un enfoque personalizado en los servicios, la integración de tecnologías como la inteligencia artificial (IA) y una mayor atención a grupos poblacionales específicos. Además, se prevé que la salud mental ocupará una posición preponderante en las estrategias del sector. Los servicios tenderán hacia modelos híbridos que combinen atención continua con herramientas innovadoras y metodologías creativas. Todo esto se orienta a garantizar resultados efectivos para los usuarios a través de un trabajo interprofesional y multidisciplinar.

Palabras claves: Fitness, Tecnología, Actividad Física, Salud, Encuesta

Abstract: The fitness sector has experienced remarkable expansion in recent years, making it essential to analyze its current situation. This study aims to identify the main fitness trends at the national level for 2027. Using a quantitative, non-experimental methodology and a descriptive-comparative approach, it analyzes the adaptation and evolution of fitness centers in response to growing market demands. characterized by more

demanding, digitally savvy, and results-oriented users. This scenario raises several questions about the future of the sector. These concerns must be addressed from multiple perspectives, such as sector growth, its strategic vision, business management, innovation in equipment and services, as well as user needs and loyalty. The findings indicate that the fitness landscape in 2027 points toward holistic well-being, a personalized approach to services, the integration of technologies such as artificial intelligence (AI), and greater attention to specific population groups. Furthermore, it is anticipated that mental health will occupy a prominent position in the sector's strategies. Services will tend towards hybrid models that combine continuous care with innovative tools and creative methodologies. All of this is geared towards ensuring effective results for users through interprofessional and multidisciplinary work.

Keywords: Fitness Trends, Technology, Physical Activity, Health, Survey

Introducción

El fitness se ha convertido en un pilar fundamental dentro del ámbito del movimiento y la corporalidad, dando lugar a una amplia gama de metodologías, equipos, actividades, diseños de infraestructura y conexiones interdisciplinarias. Según Pulgarín et al., (2023), es crucial realizar un análisis detallado del sector, considerando aspectos como la oferta, los servicios y el talento humano. Esto permite evaluar el impacto del fitness tanto a nivel individual como colectivo, orientando su desarrollo hacia mejoras continuas que promuevan la profesionalización y profundización de los procesos inherentes a esta disciplina.

El reconocimiento del sector fitness ha sido posible gracias al esfuerzo conjunto de sus diferentes actores, quienes han contribuido al crecimiento y consolidación del mismo. A lo largo del tiempo, se ha logrado generar una mayor sensibilización frente a los beneficios de las actividades físicas y su impacto positivo. En este contexto, La Rosa y Vilchez (2024) destacan cómo la actividad física puede incidir significativamente en la salud pública, promoviendo estilos de vida activos que previenen enfermedades crónicas y fortalecen el bienestar integral. Además, subrayan la importancia de diseñar actividades que respondan a las necesidades específicas de diversos grupos y contextos, enfatizando la necesidad de producir conocimiento científico adaptable a distintos entornos.

El enfoque científico en el fitness tiene como base los aportes del Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM), que ha promovido el desarrollo técnico, científico y tecnológico en esta área para construir una sociedad más activa basada en fundamentos académicos sólidos. Por ejemplo, Cardona et al., (2021) realizaron un estudio sobre prácticas deportivas emergentes en Medellín, identificando un auge de estas nuevas actividades. Su investigación concluye que es necesario estructurarlas, analizarlas y profesionalizarlas para maximizar sus beneficios y reducir riesgos asociados a su práctica. Esta conclusión se extiende al ámbito del fitness, donde la proliferación de disciplinas exige un enfoque más riguroso para su desarrollo efectivo y seguro.

Desde 2006, el sector fitness cuenta con una encuesta internacional sobre tendencias liderada por

Thompson (2019,2021,2022,2023). Este estudio presenta anualmente un ranking de las 20 actividades más relevantes del momento, lo que permite evaluar sus resultados e implementar estrategias de mejora continua. Franco et al., (2024), en uno de los estudios más recientes basados en esta encuesta, resaltan los beneficios integrales de fomentar la actividad física como hábito saludable. Insisten en la necesidad de unificar procesos comunicativos dentro del ámbito del movimiento y la corporalidad mediante políticas y programas educativos que refuercen su práctica responsable más allá del mero componente muscular, apostando por el desarrollo integral del ser humano. Para alcanzar este objetivo, cada actor involucrado — entrenadores, dinamizadores y practicantes, entre otros — debe asumir un papel activo en la difusión y promoción de la actividad física en todos los contextos posibles.

En Colombia, como parte de la novena edición de esta encuesta global, se planteó el objetivo de analizar el panorama nacional del sector fitness, evaluando las características de sus profesionales y proyectando tendencias hacia 2027. Se busca involucrar a diversos actores clave para profundizar en el análisis de procesos y actividades en curso, conectando las iniciativas académicas con las necesidades y acciones concretas del mercado. Con ello, se pretende lograr una visión integral que fortalezca cada uno de los espacios que conforman el sector a nivel nacional.

La expansión y proyección internacional del sector fitness también se evidencia mediante la replicación de encuestas similares en diferentes países. España fue pionera en esta práctica según Cámara et al., (2020), mientras que Veiga et al., (2017,2026) dieron continuidad a este esfuerzo en diferentes periodos. Asimismo, México (Gómez et al., 2020-2026) y Portugal (Franco et al., 2021-2023) se han sumado a estos estudios, reflejando el interés global por establecer parámetros comunes y compartir conocimientos que

potencien el desarrollo del fitness a nivel internacional.

La expansión y visibilidad del sector fitness están claramente reflejadas en la implementación de encuestas realizadas en diferentes años y su adaptación en diversas naciones. Ejemplos destacados incluyen a España, que se posicionó como el primer país en replicar el estudio de Cámara et al., (2020), seguido por Veiga et al. (2017, 2026). Este esfuerzo se extendió a México con Gómez et al. (2020,2026), Portugal con Franco et al., (2021, 2023, 2024) y Colombia con Valcarce et al., (2021,2022) y Morales & Gómez (2022,2026). Estos estudios proporcionaron un análisis integral de las tendencias globales en el ámbito del fitness, tal como lo ilustran investigaciones de Ketcher et al., (2021,2023), Newsome et al., (2024, 2025) y McAvoy et al., (2026).

Lograr una caracterización única en el sector fitness es crucial para el reconocimiento y posicionamiento. Según Ruiz (2020), el desarrollo de una marca personal sólida dentro de este ámbito permitirá destacarse y obtener éxito. Esta marca debe incluir características generales junto con un componente distintivo y auténtico capaz de marcar la diferencia. En un panorama donde tanto la oferta como la demanda crecen vertiginosamente, los centros de acondicionamiento físico y los entrenadores necesitan implementar estrategias diferenciadoras que les permitan escalar, posicionarse y sobresalir.

Un elemento clave en el éxito del sector son los profesionales que orientan y supervisan los procesos dentro de las actividades físicas, comúnmente llamados entrenadores o instructores.

Estos expertos no solo deben desarrollar conocimientos técnicos y científicos relacionados con el movimiento y la corporalidad, sino también fortalecer habilidades interpersonales o blandas. Simón (2020), en su estudio, destaca que los profesionales de la salud están expuestos a factores estresantes durante la ejecución de sus

labores, lo que hace esencial prestar atención al desarrollo de su inteligencia emocional.

Esto incluye reforzar habilidades como la gestión emocional, el afrontamiento de situaciones complejas y la expresión adecuada de emociones. Los usuarios buscan no solo un acompañamiento profesional basado en ciencia y tecnología, sino también un enfoque integral que abarque aspectos emocionales, ofreciendo así un servicio que promueva tanto su bienestar como el del entrenador.

En este sector se observa una gran diversidad de ofertas dirigidas a distintos grupos poblacionales e individuos con necesidades específicas. Suárez & Velasco (2020) identificaron factores que limitan la adopción de hábitos de actividad física, como la falta de motivación, recursos económicos y tiempo. Sin embargo, también señalaron cómo muchas personas aspiran a establecer estilos de vida más saludables mediante estas actividades. Los centros de acondicionamiento físico juegan un papel fundamental para abordar estos desafíos al incorporar no solo ejercicios básicos, sino también la caracterización de las poblaciones actuales o potenciales. Esto permite diseñar actividades flexibles que puedan adaptarse a distintos perfiles, buscando integrar lentamente la práctica responsable de actividades físicas en la rutina diaria de los usuarios. Además, identificaron otros espacios o modalidades destacadas como gimnasios de bajo costo, salones especializados o actividades al aire libre.

La motivación es un factor determinante para garantizar una práctica física regular y satisfactoria. Ruiz et al., (2021), aunque centraron su investigación en variables antropométricas y niveles de actividad física, subrayaron la importancia de promoverla especialmente entre población infanto-juvenil para construir una sociedad más activa y saludable. Esto tiene un impacto directo en las dinámicas del sector fitness al fomentar la participación en diferentes actividades y espacios destinados a esta

población. Por su parte, De Vargas (2020) analizó cómo los procesos motivacionales varían entre géneros en adolescentes, encontrando mayor interés en varones hacia la práctica regular de actividad física y la educación física formal.

Este hallazgo destaca la necesidad de implementar estrategias para despertar motivación y generar experiencias significativas que promuevan la adherencia juvenil a estas prácticas, logrando que formen parte esencial de sus hábitos diarios como un aspecto clave para llevar un estilo de vida saludable.

El rol del entrenador en el sector fitness es fundamental y trasciende lo deportivo, siendo considerado un modelo a seguir para sus usuarios. No obstante, esta percepción puede convertirse en un factor de riesgo para los propios entrenadores. Según Bustos et al., (2023), debido a la constante exposición a tensiones psicosociales como dismorfia corporal, trastornos alimentarios, estrés o burnout, es crucial implementar un seguimiento efectivo al estado mental de estos profesionales. Los entrenadores son promotores de hábitos saludables y bienestar, por lo que deben desarrollar una visión integral que abarque tanto lo físico como lo emocional.

Actualmente, resulta indispensable que los profesionales del movimiento trabajen no solo los aspectos físicos, sino también el componente emocional del individuo, dado que este es estructural en el desarrollo cotidiano. Recomendaría garantizar la seguridad en su entorno laboral mediante condiciones justas: jornadas equilibradas, rotaciones equitativas, espacios adecuados de descanso y comidas, así como una remuneración adecuada.

Por otro lado, Franco et al., (2025) resaltan que la realización de encuestas y estudios en el ámbito del fitness a nivel nacional contribuye significativamente al crecimiento del mercado y a la identificación de sus características específicas. Gujer (2023) enfatiza la importancia de profesionales capacitados en los espacios de

entrenamiento físico y la necesidad de comprender las razones detrás de la decisión de algunas personas de no participar en estos entornos. Esto refuerza la relevancia de explorar, analizar e interpretar las dinámicas del sector para proponer soluciones eficaces

La tecnología ha desempeñado un papel crucial en esta industria, facilitando cambios tanto para entrenadores como para usuarios. Según Estrada et al. (2020), aunque esta herramienta ha demostrado ser útil y eficiente, no sustituye la labor de los profesionales en el acompañamiento y dinamización de actividades físicas. Estudios como los realizados por (Estrada et al., 2020; Valcácer 2020; Gómez et al., 2022) evidencian cómo la tecnología se ha integrado satisfactoriamente en el sector fitness, actuando como una herramienta flexible y adaptable que optimiza numerosas acciones operativas y mejora la experiencia tanto para entrenadores como para usuarios.

Metodología

En términos generales, el diseño de la encuesta nacional de Colombia prevista para el año 2027 se fundamenta en un modelo internacional adaptado a las particularidades del sector y la población del país. Este proceso incluye ajustes derivados de la experiencia obtenida a través de encuestas previas realizadas a nivel nacional, considerando el progreso registrado en las dinámicas del sector y orientándose hacia un análisis integral de la oferta y la demanda en el mercado. El enfoque metodológico empleado en la encuesta nacional "Tendencias y panorama sector fitness Colombia 2027" se alinea con la estructura propuesta por el Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM).

El instrumento principal será un cuestionario diseñado específicamente para recabar datos que respondan al objetivo principal de la investigación: explorar y establecer un diagnóstico exhaustivo del panorama del sector fitness, junto con las características profesionales

predominantes para el año 2027. De igual manera, se busca identificar las tendencias más destacadas que marcarán al sector durante dicho período.

El método de investigación seleccionado es de corte cuantitativo, no experimental y descriptivo-comparativo, siguiendo los lineamientos propuestos por Guevara et al., (2020). Esta estructura investigativa facilita la recopilación de datos y la comparación descriptiva a partir de la observación de fenómenos dentro de un entorno natural.

Los resultados se obtienen mediante el análisis basado en las percepciones, conocimientos y experiencias de los participantes, quienes interactúan directamente con el contexto real del sector fitness en Colombia. Posteriormente, los datos recolectados son analizados en función de las ediciones anteriores de la encuesta nacional, lo que permite evaluar la evolución de los procesos realizados dentro del sector y generar conclusiones sustanciales respecto a dicho avance.

El cuestionario está estructurado en una modalidad online utilizando Google Forms y se organiza en cuatro secciones con objetivos específicos. La primera sección aborda la caracterización demográfica de los participantes, incluyendo once preguntas de opción múltiple relacionadas con aspectos como sexo, edad, experiencia laboral en el sector, ocupación, situación laboral y número de horas trabajadas.

La segunda sección evalúa las perspectivas sobre el panorama del sector fitness para el 2027 mediante quince preguntas cerradas del tipo Sí/No, centradas en temas como infraestructura, actividades y recursos humanos desde la experiencia y percepción de los participantes.

En la tercera sección, se examina el perfil profesional requerido por los facilitadores del sector fitness. Esta parte consta de veinticuatro ítems que se valoran según una escala de importancia del 1 al 5, permitiendo a los participantes expresar cuáles consideran las cualidades esenciales para los profesionales que

dinamizan y acompañan actividades en este campo.

Finalmente, la cuarta sección se dedica a valorar un listado de cuarenta y ocho tendencias distribuidas en siete subcategorías: elementos y actividades, escenarios y contexto, modelos de negocio, población atendida, programas, tecnología y terapias. Cada tendencia se evalúa utilizando una escala de importancia que va del 1 (baja importancia) al 10 (muy alta importancia), en función del análisis realizado previamente sobre el sector y las ediciones anteriores de la encuesta. Este diseño busca reflejar tanto las demandas como las ofertas que han caracterizado al mercado fitness durante su evolución.

El modelo desarrollado para la encuesta 2027 ha sido refinado según los avances observados en el sector fitness en años recientes. Este enfoque permite consolidar estrategias que fomenten mejoras sostenibles, progreso continuo y adhesión transversal entre sus diferentes áreas. La participación para completar el cuestionario estará abierta entre el 1 de mayo y el 5 de junio del año 2026

La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo no probabilístico, considerado adecuado para el objetivo del estudio por su practicidad y su capacidad de captar una amplia gama de percepciones provenientes de diversos actores implicados en el fenómeno analizado. Para ello, se seleccionaron perfiles representativos del sector fitness, como entrenadores, docentes, usuarios y practicantes. La diferenciación entre estos grupos se consideró clave para evaluar de manera integral la percepción general del sector y sus componentes. Los criterios de inclusión establecieron que los participantes debían ser mayores de edad, contar con experiencia y vinculación activa en el ámbito del fitness, además de disponer del tiempo necesario para completar el instrumento de recolección de datos. Por otro lado, los criterios de exclusión contemplaron aspectos como la minoría de edad, la falta de disponibilidad de

tiempo o no desempeñar un rol activo dentro del sector.

Resultados

En los resultados de la encuesta nacional sobre el sector fitness en Colombia, se recopilieron un total de 578 respuestas. La tabla 1 permite analizar la caracterización demográfica de los participantes que diligenciaron el cuestionario, destacando su carácter heterogéneo. Esto refleja la riqueza de experiencias, perspectivas y conocimientos diversos dentro del sector, lo cual contribuye a un análisis más profundo sobre su impacto y desarrollo.

En relación con la participación según el sexo, se observó un mayor porcentaje de hombres. No obstante, la participación femenina ha aumentado considerablemente en los últimos años, evidenciando esfuerzos por promover la equidad de género en el sector. Se reconoce que las mujeres han desempeñado un papel fundamental en el crecimiento y expansión del ámbito fitness.

En cuanto a los rangos de edad, el 38,9% de los participantes tiene entre 22 y 34 años, mientras que el 24,9% está en el rango de 18 a 29 años. Esto indica que jóvenes y adultos jóvenes son quienes predominan en el sector. Esta participación constante de nuevas generaciones sugiere un cambio generacional dinámico y permite incorporar enfoques innovadores. Además, fomenta la actualización en los procesos comunicativos del sector, alineándose con las demandas y características de las sociedades contemporáneas.

Tabla 1.
Caracterización Demográfica

Ítem	Variable	Porcentaje
¿Cuál es su sexo?	Hombre	54,0%
	Mujer	40,5%
	No binario	5,5%
¿Qué edad tiene?	22 a 34 años	38,9%
	18 a 21 años	24,9%
	35 a 44 años	19,4%
	Ninguno	91,9%
Grupo étnico	Afro descendientes	6,6%
	Raizales	1,0%
	Profesional del área / sector	27,7%
¿Cuál es su preparación académica?	Técnica del área / sector	27,0%
	Estudiante actualmente del área /sector	17,6%
¿Cuántos años ha trabajado en el ámbito del fitness?	De 3 a 5 años	36,7%
	De 1 a 3 años	25,1%
	De 0 a 1 año	16,4%
	Entrenador/a planta	29,1%
¿Qué posición ocupa en el ámbito del fitness?	Entrenador/a personal	17,6%
	Estudiante del sector	17,6%
	Centro privado	34,4%
¿En qué tipo de institución labora?	Centro pública	21,6%
	A domicilio	11,6%
Expresar su condición de trabajo actual en relación al ámbito del fitness.	Trabajo a tiempo completo en el sector del fitness	32,0%
	Trabajo a tiempo parcial en el sector del fitness y no tengo otro trabajo	28,0%
	Trabajo a tiempo parcial en el sector del fitness y tengo otro trabajo	11,2%
¿El empleo que realizo en la industria implica una dedicación semanal de?	40 horas a la semana o más	44,9%
	De 20 a 29 horas a la semana	39,3%
	De 30 a 39 horas a la semana	8,0%
¿Qué ingresos mensuales obtiene trabajando en el sector fitness?	1 a 2 salarios mínimos	63,8%
	3 a 4 salarios mínimos	30,1%
	Menos de 1 salario mínimo	2,7%
¿Dónde está ubicado su principal centro o sitio de trabajo? (señale la Region)	Andina.	65,9%
	Caribe.	19,7%
	Pacífico	13,5%

Nota: Cuestionario de caracterización demográfica de la muestra diseñado por los autores, elaborado en Google forms. En cada *En cada Ítem se presentan los tres componentes con mayor representatividad
 * De acuerdo al Decreto 159 de 2026 expedido por el Ministerio de Trabajo y la Presidencia de la República. Para el año 2026 el salario mínimo fue de \$1.750.905 + auxilio de transporte de \$249.095, para un total de \$2.000.000. Para el 2027 se debe esperar el alza que el gobierno nacional estipule a partir del primero de enero de ese año

Respecto a la distribución étnica, se observa que el 91,9% de los encuestados no se identifica con un grupo étnico específico, mientras que el 6,6% pertenecen a la población afrodescendiente y el 1% son raizales. Esto demuestra una participación diversa dentro del sector fitness,

generando una mayor capacidad de adaptación y flexibilidad para responder a distintas necesidades contextuales y regionales, impulsando así una oferta más inclusiva y segmentada.

En términos de formación y capacitación de los profesionales que desempeñan roles como

facilitadores en actividades físicas sistematizadas, hay un énfasis significativo en los procesos académicos: el 27,7% cuenta con formación profesional, el 27% con formación técnica y el 17,6% son estudiantes activos en el área. Estos datos reflejan un avance hacia la profesionalización del sector con miras a garantizar prácticas seguras y servicios de calidad.

En lo que respecta a la experiencia laboral en el sector fitness, un notable 36,7% de los encuestados tiene entre 3 y 5 años trabajando en el área, mientras que el 25,1% cuenta con entre 1 y 3 años de trayectoria.

Esto sugiere que la información recogida en la encuesta no solo es relevante por su valor experiencial y académico, sino también por haber sido aportada por profesionales con conocimiento práctico en el campo. Los resultados obtenidos constituyen una base valiosa para diseñar estrategias futuras.

Sobre las ocupaciones predominantes dentro del sector fitness, se destaca que el 29,1% de los participantes son entrenadores de planta, seguido por un 17,6% que trabaja como entrenadores personales. Interesantemente, una proporción similar (17,6%) corresponde a estudiantes en proceso de formación y el 15,2% se desempeña como instructores en clases grupales. Asimismo, un 9,2% proviene del ámbito médico-sanitario, mostrando una perspectiva interdisciplinaria que enriquece la diversidad de enfoques dentro del sector.

Finalmente, se analizaron los escenarios donde se desarrollan las actividades del sector fitness. Según los datos obtenidos, el 34,4% trabaja en centros privados, mientras que un 21,6% lo hace en espacios públicos y un notable 11,6% presta servicios a domicilio directamente en los hogares de los usuarios.

Esto refleja la diversidad de entornos disponibles para implementar actividades relacionadas con el fitness en el país.

Es evidente que el sector fitness constituye un factor significativo en el desarrollo económico, tanto a nivel nacional como global. Este impacto

se refleja no solo en su crecimiento y diversificación, sino también en su capacidad para incursionar en diversos mercados y generar nuevas ofertas.

En este sentido, los datos demuestran que el 71.3% de los encuestados está vinculado al sector fitness, de los cuales el 32.0% trabaja a tiempo completo, el 28.0% lo hace a tiempo parcial, y el 11.2% combina su labor en dicho sector con otro.

Estos hallazgos evidencian el papel del sector fitness en la generación de empleo y en el desarrollo profesional. Sin embargo, aún se registra un 28.7% de encuestados que no trabaja en este ámbito; dentro de este grupo, el 12.6% se encuentra en procesos formativos y un notable 11.8% se reporta como desempleado. Esto demanda una evaluación profunda desde la formación académica y las necesidades de la industria, a fin de optimizar la inserción laboral en el sector.

La vinculación laboral en el sector fitness permite analizar tanto las horas dedicadas como los ingresos de los trabajadores. Es relevante señalar que la implementación gradual de la Ley 2101 de 2021 en Colombia reducirá la jornada laboral semanal de 48 horas en 2022 a 42 horas para julio de 2026.

Según los datos recolectados, el 44.9% de los participantes trabaja 40 horas o más por semana en este sector, mientras que el 39.3% dedica entre 20 a 29 horas semanales, y el 8% labora entre 30 y 39 horas.

En términos de ingresos, el 63.8% percibe entre uno y dos salarios mínimos, el 30.1% entre tres y cuatro salarios mínimos, y el 2.7% reporta ingresos menores a un salario mínimo; esta última cifra puede estar relacionada con factores como la naturaleza contractual y las horas trabajadas.

En relación con las proyecciones para el sector hacia el año 2027, los resultados presentados en la Tabla 2 destacan un escenario de consolidación y expansión para el ámbito fitness en Colombia. Se prevé un enfoque más pronunciado hacia la salud y el bienestar mediante la colaboración estrecha con profesionales del ámbito sanitario.

Este desarrollo es especialmente relevante, ya que posiciona al sector fitness como un agente clave en la promoción de hábitos saludables entre la población.

Además, se subraya la importancia de fortalecer los procesos de formación y profesionalización para adecuarse a las normativas vigentes, como la Ley del Entrenador, y garantizar la adecuada orientación por parte de personal altamente capacitado.

Este enfoque busca mejorar la calidad de las actividades físicas sistematizadas, mitigar riesgos asociados y ofrecer atención responsable y oportuna.

Por otro lado, se vislumbra una mayor atención a los distintos grupos poblacionales, adaptándose a sus características y necesidades específicas.

Esto implica diseñar programas innovadores que promuevan la integración y fomenten la participación en actividades físicas como un componente esencial del bienestar y salud cotidiana.

En la tabla 2 se muestran los resultados frente al panorama que se visualiza del sector para el 2027 destacando:

Tabla 2.

Panorama Tendencias Fitness 2027

n=578

Posición	Ítems	Si	No
1	Debería orientarse hacia actividades enfocadas en la salud, el bienestar y la colaboración con el equipo sanitario.	84,6%	15,4%
2	Habrà un aumento en la demanda de profesionales capacitados y certificados	82,4%	17,6%
3	Es necesario enfocarse en los diferentes tipos de usuarios y grupos poblacionales.	81,1%	18,9%
4	El desarrollo y aplicación de la tecnología deben continuar avanzando.	75,3%	24,7%
5	El sector del fitness debe ser considerado, por parte de los diversos agentes estatales, como un ámbito para la promoción de estilos de vida saludables.	71,3%	28,7%
6	Se dirigirá a procesos mediante acciones y actividades orientadas a la salud y el bienestar integral (físico, psíquico y emocional).	69,4%	30,6%
7	La inteligencia artificial tendrá un impacto considerable y significativo.	68,9%	31,1%
8	Se incrementarán las características de personalización e individualización en los entrenamientos.	67,8%	32,2%
9	Se seguirá implementando protocolos de bioseguridad.	66,6%	33,4%
10	Es necesario establecer una mayor regulación respecto a situaciones y actividades.	65,4%	34,6%

Nota: Cuestionario de Panorama sector Fitness Colombia 2027; diseñado por los autores, elaborado en Google forms / se presentan los diez componentes con mayor representatividad

La integración tecnológica representa otro desafío clave para el sector fitness. Su utilización no solo optimizará áreas como mercadeo, planificación y gestión administrativa, sino que también deberá orientarse a flexibilizar y adaptar los servicios a las demandas cambiantes de los

usuarios y contextos contemporáneos.

Es fundamental resaltar que estas herramientas tecnológicas no deben desplazar a los profesionales del sector, sino complementarlos mediante procesos que mantengan la humanización del servicio y

prioricen la atención cercana al cliente.

Finalmente, es imperativo que el sector fitness sea reconocido dentro de las políticas públicas como un pilar esencial para promover estilos de vida activos y saludables. La atención integral a los practicantes garantiza aportes significativos tanto al desarrollo individual como al bienestar colectivo.

Asimismo, se espera que tecnologías emergentes como la inteligencia artificial desempeñen un papel crucial, permitiendo experiencias más enriquecedoras para los usuarios y fortaleciendo la relación entre el saber especializado y el valor humano como eje central del sector fitness.

La integración social constituye un aspecto esencial dentro del ámbito del fitness, particularmente en lo que respecta a la conformación de grupos y el desarrollo de actividades colaborativas.

Sin embargo, la especificidad e individualización de los planes de entrenamiento adquieren una relevancia aún mayor, ya que estos permiten ajustar las intervenciones y dosificaciones de acuerdo con las características, necesidades y objetivos particulares de cada participante.

La experiencia derivada de la crisis de salud pública provocada por la pandemia de COVID-19 ha dejado aprendizajes significativos. En este contexto, los procesos y protocolos de bioseguridad han cobrado una renovada

importancia, consolidándose como un pilar esencial en la organización y ejecución de las actividades deportivas y recreativas.

De esta forma, el sector fitness refuerza su posición como un espacio dedicado a la salud integral y al bienestar, contribuyendo directamente a las iniciativas de salud pública en las sociedades.

En consecuencia, los espacios e instalaciones para la práctica del fitness estarán sujetos a una regulación más rigurosa, con especial atención a aspectos relacionados con la infraestructura, el equipamiento, las medidas de higiene y el personal especializado, entre otros factores.

Los resultados en la tabla 3 se destaca la idoneidad del personal que facilita y dinamiza los procesos en el sector indicando que deben contar con características, capacidades y habilidades como:

En relación con los hallazgos presentados en los resultados de la Tabla 3, sobresale la relevancia del perfil profesional del personal encargado de facilitar y dinamizar los procesos en el sector fitness.

Dicho personal debe poseer diversas características, capacidades y habilidades que permitan garantizar el adecuado desarrollo de las actividades.

La importancia de contar con programas de formación y certificación específicos es fundamental para asegurar la idoneidad de los profesionales.

Tabla 3.
Perfil Profesionales del Sector Fitness 2027

		<i>n=578</i>
Posición	Ítems	%
1	Elaborar sesiones y programas de actividad física y deportes, ajustados a los objetivos y características del participante o usuario.	3,69%
2	Garantizar el bienestar y la seguridad de los participantes.	3,69%
3	Competencias en atención y servicio al cliente, usuarios y participantes.	3,69%
4	Habilidades tecnológicas.	3,59%
5	Poseer una sólida formación educativa (títulos académicos y licencia profesional).	3,55%
6	Tener experiencia en el trabajo con diversos grupos demográficos (edad, enfermedades, discapacidades, entre otros).	3,46%
7	Saber escuchar y mantener procesos de escucha activa.	3,45%
8	Colaboración en equipo.	3,44%

9	Capacidad para adaptarse a la transformación.	3,37%
10	Manejo y resolución de conflictos y problemas.	3,25%

Nota: Cuestionario de Perfil Profesionales del Sector Fitness 2027; diseñado por los autores, elaborado en Google forms / se presentan los diez componentes con mayor representatividad

En particular, se identificaron diez características prioritarias, según la percepción recabada en una encuesta realizada a los participantes. Uno de los aspectos más destacados es la capacidad del personal para diseñar y ejecutar planes y programas de actividad física sistemática que consideren las metas individuales y las características específicas de los usuarios.

En paralelo, desde una perspectiva bioética, se enfatiza la necesidad de priorizar el bienestar y la seguridad de quienes participan en estas actividades. Para ello, resulta indispensable implementar prácticas comunicativas claras y efectivas que incluyan la explicación detallada de los procedimientos, orientando hacia una ejecución correcta y adaptada de la actividad física sistematizada.

Aunque tradicionalmente se ha valorado a los profesionales del sector fitness por sus competencias técnicas, se ha identificado que muchas veces estas no son suficientes. Con frecuencia, quienes carecen de habilidades interpersonales o "habilidades blandas" no logran consolidarse en sus roles.

En este sentido, desarrollar competencias relacionadas con la atención al cliente y el servicio será crucial para fomentar la orientación adecuada, fortalecer la adherencia y facilitar el desarrollo integral de cada persona dentro del sector.

Asimismo, cabe destacar que la incorporación de tecnologías no solo ha revolucionado el ámbito del fitness, sino que su correcta aplicación se ha convertido en una necesidad ineludible.

Los profesionales deben utilizar herramientas tecnológicas no solo para difundir información a través de los medios digitales y redes sociales, sino también para implementar sistemas avanzados

de monitoreo, seguimiento y retroalimentación que optimicen los procesos dirigidos a cada individuo.

El reconocimiento de que cada participante presenta características singulares e irrepetibles resulta un principio rector para los dinamizadores del sector.

Esto implica comprender que los procesos de prescripción y dosificación del ejercicio deben ser flexibles, adaptables y personalizados según factores como edad, estado físico general, condiciones patológicas u otros determinantes específicos.

A su vez, los procesos comunicativos juegan un papel trascendental en la dinámica entre dinamizador y participante. No se trata únicamente del intercambio verbal, sino también del empleo eficaz de diversos canales y medios de comunicación, junto con el dominio del lenguaje corporal y gestual.

El uso de una comunicación respetuosa, clara y basada en la escucha activa contribuye significativamente al fortalecimiento del vínculo interpersonal.

Por último, otra competencia imprescindible para el personal facilitador del sector fitness es la capacidad para trabajar en equipo, fomentando la construcción colaborativa de iniciativas e ideas orientadas a potenciar el desarrollo estratégico del sector, las instituciones involucradas y los propios profesionales.

Este enfoque permite generar soluciones innovadoras frente a desafíos emergentes, promoviendo un cambio positivo ante las crecientes expectativas actuales.

Dado que el sector fitness opera dentro de un entorno esencialmente humano, es crucial que sus actores manejen adecuadamente situaciones conflictivas, priorizando el diálogo como

herramienta fundamental para resolver diferencias y establecer acuerdos sostenibles en pro del mejoramiento continuo.

En la tabla 4 se identifica el top 20 de las tendencias de mayor relevancia para el 2027 de acuerdo a la visión del grupo participante; quedando conformado este top de la siguiente manera:

El Top 20 proyectado para el año 2027 se centra en contar con personal calificado y certificado, priorizando la atención a grupos poblacionales específicos y la integración de tecnologías avanzadas. Todo esto enfocado en fomentar hábitos saludables a través del movimiento, potenciando así el bienestar individual y generando un impacto positivo en la sociedad.

El listado comprende 20 tendencias organizadas en ocho subcategorías según sus características y niveles de desarrollo. Estas se distribuyen de la siguiente manera: cuatro tendencias relacionadas con elementos, actividades o modalidades; una tendencia asociada al escenario o contexto; tres enfoques vinculados al modelo de negocio; tres centrados en las poblaciones atendidas o vinculadas; seis corresponden a programas específicos; dos apuntan a avances tecnológicos; y por último, una tendencia aborda el ámbito de la terapia y la readaptación.

En comparación con el ranking del año anterior, trece tendencias se mantienen presentes, aunque con variaciones en su posición. Siete tendencias han salido del listado, mientras que

otras siete nuevas hacen su aparición para 2027.

Sin embargo, fuera del Top 20 también se destacan dinámicas de alto impacto, susceptibles de ganar relevancia a lo largo del año, como las actividades al aire libre, ejercicios de rehabilitación, mega gimnasios, clubes especializados en deportes específicos, tecnologías de monitoreo y espacios diseñados para necesidades concretas.

Encabezando la lista para 2027 se encuentra la regulación de profesionales en el sector del fitness. Este punto sigue marcando la pauta sobre la necesidad de profesionalizar este ámbito y conectar la formación académica con la práctica profesional.

En segundo lugar, se posiciona el entrenamiento personalizado, reafirmando la importancia de diseñar planes adaptados a las características, metas y tiempos de cada persona. Adicionalmente, se resalta el peso que tiene el acompañamiento cercano, el seguimiento riguroso, y la generación de procesos motivacionales mediante programas estructurados y guiados.

La tecnología ocupa un papel destacado en el Top 20, con las aplicaciones y la inteligencia artificial situadas en cuarta y quinta posición respectivamente. La incorporación tecnológica en las prácticas de actividad física permite personalizar experiencias y fomentar el seguimiento del progreso. Sin embargo, es crucial enfatizar que estas herramientas son un apoyo complementario, no un sustituto de los profesionales capacitados del sector fitness.

Tabla 4.
Ranking de tendencias de fitness (Top 20) Colombia

n=578

	<i>Tendencias Colombia 2026</i> <i>(Morales & Gomez, 2026)</i>	<i>Tendencias Colombia 2027</i> <i>(Presente estudio)</i>
1	Regulación ejercicio de los profesionales del fitness/Contratación de profesionales	Regulación ejercicio de los profesionales del fitness/Contratación de profesionales
2	Entrenamiento de Fuerza	Entrenamiento Personalizado
3	<i>Entrenamiento con pesos libres</i>	Aplicaciones - Apps de ejercicio para dispositivos móviles
4	Programas de ejercicio para la salud psicológica/mental	<u>Tecnología de fitness impulsada por Inteligencia Artificial</u>

5	Entrenamiento Personalizado	Equipos multidisciplinares de trabajo
6	<i>Entrenamiento con el peso corporal</i>	Entrenamiento de Fuerza
7	Programas de fitness para adultos mayores	Actividad Física iniciativa estilo de Vida Saludable
8	Programas de ejercicio para poblaciones con enfermedades	Programas de acondicionamiento para Adulto mayor (Clubes deportivos y recreativos)
9	Equipos multidisciplinares de trabajo	Programas de ejercicio para la salud psicológica/mental
10	Gimnasios de bajo costo y económicos	<u>El ejercicio es medicina / Exercise is Medicine®</u>
11	Actividad Física iniciativa estilo de Vida Saludable	<u>Afiliación por suscripción / Membresías Flexibles</u>
12	<i>Tecnología portátil para "vestir"</i>	Programas de ejercicio para poblaciones con enfermedades
13	Entrenamiento Control de Peso Corporal / Obesidad	<u>Entrenamiento en pequeños grupos o grupos reducidos</u>
14	Programas de ejercicio para niños/as y adolescentes	Gimnasios de bajo costo y económicos
15	<i>Monitorización de los resultados de entrenamiento</i>	Programas de ejercicio para niños/as y adolescentes
16	<i>Receta deportiva</i>	Entrenamiento funcional físico (EFF)
17	Entrenamiento funcional	<u>Entrenamiento Interválico de Alta Intensidad (HIIT)</u>
18	<i>Wellness coaching / Coaching de salud</i>	<u>Pilates / Yoga / Meditación / Percusión / Vibración / Compresión (neuroregulación)</u>
19	Apps de ejercicio para dispositivos móviles	<u>Eventos de acondicionamiento físico competitivo</u>
20	<i>Servicio de fitness inclusivo</i>	Entrenamiento Control de Peso Corporal / Obesidad

Nota: Cuestionario de Ranking de tendencias de fitness (Top 20) Colombia; diseñado por los autores, elaborado en Google forms. *Las tendencias en “negrita” muestran tendencias repetidas en el top 20 entre la encuesta nacional de 2026 y 2027. Las tendencias en “cursiva” son aquellas que desaparecen en la encuesta nacional en año 2027 y las tendencias subrayadas son aquellas que entran nuevas para el año 2027.

Por otro lado, la ciencia ha subrayado la trascendencia del entrenamiento de fuerza en todas las etapas del desarrollo humano. La popularidad de esta forma de acondicionamiento físico ha crecido debido a su probado impacto positivo en la salud.

Sin embargo, su implementación debe ser cuidadosamente guiada por profesionales para garantizar ejercicios seguros y efectivos adaptados a cada persona. Este enfoque requiere responsabilidad y atención individualizada.

En paralelo, las actividades físicas orientadas a promover estilos de vida saludables están ganando terreno dentro de equipos multidisciplinares que aseguren una atención integral a los participantes.

Estas prácticas no farmacológicas ni invasivas se fundamentan en prescripciones médicas adaptadas individualmente, evitando riesgos como sobrecargas físicas y cuidando las particularidades de cada individuo.

Los beneficios ampliamente reconocidos de una práctica regular de ejercicio físico no solo afectan al cuerpo, sino también a la salud mental y emocional. En este sentido, los programas que integran ejercicios orientados al bienestar psicológico se han consolidado para responder a una creciente demanda.

Al mismo tiempo, se desarrollan propuestas específicas para abordar necesidades diferenciadas según el grupo poblacional, incluyendo adultos mayores, personas con

enfermedades crónicas, niños y adolescentes, o quienes enfrentan condiciones como la obesidad.

Esto enfatiza que la actividad física debe adaptarse tanto a las características propias de cada grupo como a las necesidades únicas de cada individuo.

Finalmente, dentro de las tendencias destacadas también figuran aspectos relacionados con los espacios y escenarios donde se llevan a cabo estas actividades. La flexibilidad en las membresías o suscripciones permite a los usuarios elegir opciones que se ajusten mejor a sus preferencias, horarios y disponibilidad. Este modelo incluye un mayor enfoque en centros de acondicionamiento de bajo costo, que resultan accesibles para un público más amplio al tiempo que ofrecen instalaciones adecuadas para promover un estilo de vida activo y saludable.

Los procesos de socialización que se desarrollan durante la práctica de actividad física desempeñan un papel crucial en la consolidación y el perfeccionamiento de habilidades comunicativas y sociales. En este contexto, una estrategia conocida como entrenamiento sombra ha ganado relevancia al facilitar dichos procesos.

Sin embargo, se han planteado críticas respecto a la efectividad de las actividades organizadas en grupos numerosos, ya que esto podría limitar el seguimiento individualizado y la atención adecuada a cada participante.

En respuesta a esta problemática, ha surgido el modelo de entrenamiento en pequeños grupos. Esta metodología permite ajustar los niveles de exigencia y ofrecer retroalimentación y correcciones personalizadas en tiempos más oportunos, optimizando así los resultados del entrenamiento.

Hoy en día, las personas que asisten a centros de acondicionamiento físico no buscan únicamente mejorar su apariencia estética. Existe un creciente interés por alcanzar un estado integral de salud, bienestar, movimiento e independencia. En este escenario, el entrenamiento funcional adquiere gran

relevancia, ya que conecta la actividad física estructurada con su aplicabilidad en la vida cotidiana.

Además, la inclusión de variabilidad en los entrenamientos proporciona múltiples beneficios, tanto físicos como cognitivos. Un ejemplo práctico de esta tendencia son los entrenamientos interválicos de alta intensidad, que combinan alta demanda física con la estimulación de diferentes capacidades.

El movimiento, como medio para alcanzar el bienestar, también fomenta el reconocimiento corporal integral a través del trabajo segmentario y el desarrollo de rangos de movilidad articular.

Este enfoque ha popularizado prácticas como pilates y yoga, que no solo contribuyen al acondicionamiento físico, sino que también ofrecen una alternativa atractiva para integrar ejercicio físico con propósitos de relajación y autoconocimiento, favoreciendo de esta manera la adherencia a la actividad física regular.

Por otra parte, los eventos deportivos y recreativos han cobrado una importancia significativa como catalizadores del esfuerzo personal y del desarrollo físico. Estas actividades suelen ser valoradas no solo como competencias individuales o colectivas, sino también como oportunidades para fomentar un enfoque motivacional relacionado con la autosuperación.

Bajo lemas como "hoy fui mejor que ayer", las personas encuentran en estos eventos—que van desde carreras atléticas hasta competencias recreativas en capacidades físicas—una vía para mejorar su calidad de vida. Es importante destacar que estas actividades no siempre deben estar orientadas al alto rendimiento, sino que pueden diseñarse en torno a objetivos ligados al entretenimiento, el ocio y la recreación saludable.

De cara al año 2027, se visualiza una perspectiva prometedora basada en un amplio abanico de propuestas para incentivar estilos de vida saludables a través del movimiento. Estas iniciativas buscan involucrar al mayor número posible de personas, promoviendo sociedades

más activas mediante el uso de herramientas tecnológicas y contando con la guía de profesionales certificados. De esta forma, se pretende maximizar los aportes del sector fitness a la salud y el bienestar colectivo, destacando su relevancia como motor para mejorar la calidad de vida en las comunidades.

Discusión

La implementación de esta encuesta nacional facilita la identificación precisa de condiciones específicas dentro del sector fitness colombiano. Esto contribuye directamente al diseño de estrategias orientadas a mejorar los procesos internos y fortalecer la calidad integral del servicio ofrecido. Además, adoptar una perspectiva global basada en estándares internacionales invita a las naciones a profundizar en el estudio particularizado de sus dinámicas internas, promoviendo una comunicación intersectorial que apoye la consolidación, aplicación y fortalecimiento del sector fitness.

Más allá de abordar exclusivamente las acciones motoras y estéticas corporales, se destaca la necesidad de evolucionar hacia un enfoque integral que articule ciencia, tecnología y humanismo. Este progreso debe cimentarse en los principios del saber (conocimiento técnico-científico), hacer (ejecución práctica), ser (desarrollo personal y profesional) y convivir (interacción social efectiva), promoviendo así un desarrollo más robusto y sostenible del sector.

Al analizar el sector fitness desde sus necesidades, características, ofertas y demandas, se aprecia una fuerte correlación entre los resultados proyectados para 2027 y encuestas realizadas en Colombia e internacionalmente en años anteriores. Este sector ha enfrentado múltiples desafíos, tanto por cuestiones específicas de su ámbito como por condiciones globales.

En 2021, según la encuesta del sector en Colombia realizada por Valcácer et al., se priorizó la implementación de clases y actividades

remotas, con la intención de mantener a las personas activas y vinculadas al sector. Esto implicó la adopción de herramientas tecnológicas que, debido a las circunstancias, debieron someterse a evaluaciones y procesos de reingeniería. Para 2027, se observa no solo la consolidación de estas tecnologías, sino también la incorporación de nuevos recursos que favorecen el desarrollo del sector y mejoran la atención al cliente. Destacan estrategias como el marketing digital y el entrenamiento basado en análisis de datos, lo que resalta la necesidad de integrar la tecnología de forma responsable, sin perder de vista la humanización en la ejecución de actividades y servicios.

En 2022, Valcácer et al. señalaron tendencias orientadas a atender grupos poblacionales específicos mediante diferentes modelos y elementos de atención. Este enfoque hacia una actividad física sistematizada, adaptada a las necesidades particulares de distintos colectivos, ha impulsado el surgimiento de nuevas tendencias dirigidas a ofrecer un acompañamiento integral. Así, se han desarrollado actividades que buscan promover el bienestar al reducir riesgos asociados con la práctica física mediante la profesionalización del personal, la individualización de planes de acondicionamiento y un trabajo interprofesional que enriquece la calidad del servicio.

La profesionalización ha tomado un nuevo rumbo en Colombia desde 2022, cuando se estableció la obligación de contar con tarjeta profesional para los trabajadores de este sector, según Morales y Gómez. Este esfuerzo por garantizar personal idóneo y capacitado ha sido respaldado por estudios como el de Reed et al. (2024), que subraya la importancia de conectar los conocimientos científicos y académicos con su aplicación operativa en el sector fitness.

Este alineamiento busca generar mejoras significativas y fomentar procesos sostenibles de expansión y consolidación.

Por otro lado, Morales (2024) presenta un

análisis comparativo entre Colombia y encuestas internacionales, destacando un crecimiento positivo del sector más allá de los enfoques tradicionales en musculación y estética. Conde et al. (2022), por su parte, exploraron la relación entre actividad física y salud mental, encontrando beneficios notables en aspectos como manejo del estrés, autoestima y autoconcepto.

En su estudio concluyen que una práctica sistemática y regular contribuye al bienestar integral del individuo, favoreciendo su salud emocional y percepción general de control.

Gómez y Morales (2024) proyectaron que hacia 2025 surgirían tendencias clave en Colombia, como una mayor valoración del personal calificado y el reconocimiento del sector fitness por parte de instancias gubernamentales.

Estas tendencias coinciden con un crecimiento significativo del sector, una realidad que para 2027 promete mantenerse relevante según los hallazgos actuales.

Asimismo, destaca el auge del entrenamiento personal como un servicio diferenciado dentro del mercado fitness.

Según Morales (2025), este tipo de entrenamiento es valorado por elementos como la motivación personalizada, individualización de los planes y el acompañamiento continuo durante las sesiones, características que los usuarios reconocen como diferenciadoras y esenciales para su satisfacción.

Este análisis evidencia cómo el sector fitness evoluciona constantemente para adaptarse a las demandas tanto globales como locales, integrando innovación tecnológica con un enfoque humanizado que pone en el centro las necesidades y aspiraciones de las personas.

Silveira et al. (2024) presentan un estudio que resalta cómo la industria deportiva abarca diversos ámbitos de acción que contribuyen al fortalecimiento de la economía nacional. Este análisis se fundamenta en factores como la generación de empleo, el entretenimiento, las estrategias de mercadotecnia, y la promoción del

bienestar, entre otros.

Así, se reconoce que el sector fitness contribuye al desarrollo económico tanto a nivel local como nacional mediante la identificación de necesidades del mercado, el análisis de la demanda existente y la oferta de actividades orientadas al entretenimiento y al bienestar integral. El estudio concluye que el sector posee un gran potencial para seguir expandiéndose y ofreciendo nuevos servicios.

Por su parte, Ju-Hyoung (2026), en su investigación, destaca la relevancia de las encuestas internacionales en el ámbito del fitness para identificar tendencias, evaluar su aplicabilidad y examinar su adaptabilidad a distintos contextos sociales. De este modo, se facilita la expansión y afianzamiento del sector, además de poner en evidencia los beneficios que este genera tanto a nivel individual como colectivo.

Paralelamente, se subraya la importancia de una red internacional de actores involucrados en prácticas responsables y seguras de actividad física, todo ello orientado hacia el bienestar integral.

Conclusiones

De cara al año 2027, el sector fitness se espera que oriente sus esfuerzos hacia la profesionalización, el enfoque en grupos poblacionales específicos, la promoción de la salud y el bienestar, y la integración de tecnologías en diversos procesos. En este sentido, prevalece como tendencia destacada la creciente certificación profesional del personal involucrado, lo cual subraya la relevancia del acompañamiento técnico y académico en las actividades del sector. Las encuestas realizadas entre los actores involucrados en el sector fitness representan una herramienta fundamental para recopilar información sobre las características, preferencias y necesidades de los usuarios, profesionales y demás integrantes del ecosistema. Este enfoque permite identificar las demandas

predominantes y tendencias anuales para optimizar los servicios ofrecidos. Asimismo, la categorización de dichas tendencias en subgrupos con base en características específicas brinda una visión más precisa sobre los enfoques diferenciados que adoptan las actividades y acciones dentro del sector. Se observa una creciente implementación tecnológica en el sector fitness, particularmente en el diseño e integración de actividades y elementos innovadores. Estas iniciativas contribuyen tanto al bienestar individual como al colectivo, abordando áreas clave como la salud integral, la atención a poblaciones diversas, y el desarrollo de actividades adaptadas a contextos variados.

Además, se enfatiza la necesidad de adoptar procesos respaldados por principios científicos, tecnológicos y humanísticos mediante una adecuada planificación estratégica que integre análisis rigurosos y argumentación fundamentada. Estos elementos son esenciales para dinamizar y consolidar el sector fitness, garantizando su fortalecimiento y maximizando sus beneficios sociales e individuales.

El análisis global y particular del sector fitness permite identificar características comunes que unifican este ámbito a nivel internacional, así como las especificidades que surgen en respuesta a las dinámicas locales de oferta y demanda. En este contexto, las nuevas tecnologías no deben percibirse como sustitutas del papel fundamental de los profesionales del movimiento y la corporalidad; al contrario, es crucial integrar dichas herramientas para potenciar el desempeño sectorial. La existencia de personal certificado con capacidades técnicas avanzadas es central para acompañar los procesos dentro del sector. Esto, aunado al empleo eficaz de tecnologías a nivel industrial por parte de entrenadores, pone de manifiesto su papel determinante en el crecimiento sostenible del ámbito fitness. Finalmente, se subraya la importancia de seguir desarrollando análisis sistemáticos sobre las dinámicas internas del sector en los contextos

nacionales e internacionales. Este enfoque comparativo no solo permitirá ampliar su alcance y establecer redes más efectivas de comunicación entre agentes globales, sino también contribuirá al posicionamiento estratégico y competitivo del sector fitness en los mercados internacionales.

Referencias Bibliográficas

- Bustos-Viviescas, Brian Johan, Lizcano-Rojas, Elizabeth, García-Yerena, Carlos Enrique, Villamizar-Navarro, Amalia, & García-Galviz, John Alexander. (2023). Psychosocial risks in fitness professionals: relevance and approach to mental health. *Archivos de Prevención de Riesgos Laborales*, 26(4), 312-314. Epub 22 de enero de 2024. <https://dx.doi.org/10.12961/aprl.2023.26.04.06>
- Cardona, Lina M., Avendaño, Fernando, & Marín, Juan P. (2021). Prácticas emergentes en actividad física y deporte. *Información tecnológica*, 32(3), 149-158. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-07642021000300149>
- Conde Schnaider, Ekaterina del, López-Sánchez, Cinthya Vanessa, & Velasco Matus, Pedro Wolfgang. (2022). Relación entre la Actividad Física e Indicadores de Salud Mental. *Acta de investigación psicológica*, 12(2), 106-119. Epub 21 de abril de 2023. <https://doi.org/10.22201/fpsi.20074719e.2022.2.452>
- de la Cámara, M. Ángel, Valcarce Torrente, M., & Veiga, Óscar L. (2020). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para el Año 2020 (National Survey of Fitness Trends in Spain for 2020). *Retos*, 37, 434-441. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.74179>
- De Vargas, J. (2020). Motivación hacia la Educación Física y actividad física habitual en adolescentes. *Ágora Para La Educación Física Y El Deporte*, 22, 187-208. <https://doi.org/10.24197/aefd.0.2020.187-208>

- Estrada, N., Sanchez, J., Simon, J., & Casterad, J. (2020). Uso de dispositivos fitness por parte de usuarios de gimnasios. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación*, 38, 26–32. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7397395.pdf>
- Estrada-Marcen, N., Simon-Grima, J., Sanchez-Bermudez, J., & Casterad-Sera, J. (2020). Uso de dispositivos fitness por parte de usuarios de gimnasios. *Retos* (Madr.). <https://zaguan.unizar.es/record/89944>
- Franco Gallegos, L. I., Aguirre Chávez, J. F., Ponce de León, A. C., Robles Hernández, G. S. I., & Montes Mata, K. J. (2024). Intersecciones entre la salud mental y la actividad física: revisión de beneficios y mecanismos neurofisiológicos. *Revista Científica De Salud Y Desarrollo Humano*, 5(2), 304–325. <https://doi.org/10.61368/r.s.d.h.v5i2.137>
- Franco, S. ., Santos Rocha, R., Simões, V., Ramalho, F., Vieira, I., & Ramos, L. (2022). Tendencias de Fitness en Portugal para 2022 (Fitness Trends in Portugal for 2022). *Motricidade: vol. 18 No.1*, 61-72. DOI: <https://doi.org/10.6063/motricidade.25847>
- Franco, S. ., Santos Rocha, R., Simões, V., Ramalho, F., Vieira, I., & Ramos, L. (2023). Tendências do Fitness em Portugal para 2023. *Retos*, 48, 401–412. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97094>
- Franco, S. ., Simões, V., Santos-Rocha, R., Vieira, I., Ramalho, F., & Ramos, L. (2024). Tendências do Fitness em Portugal para 2024. *Retos*, 57, 88–100. <https://doi.org/10.47197/retos.v57.105198>
- Franco, S., Ramos, L., Santos-Rocha, R., Ramalho, F., Vieira, I., & Alexandra, V. (2025). Tendências do Fitness em Portugal para 2025. *Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación*, 69, 45–61. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10224>
- Gómez Chávez, L. F. J., López-Haro, J., Cortés Almanzar, P., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre-Rodríguez, L. E. (2025). Encuesta nacional de tendencias fitness para México en 2025: actualidad y direcciones futuras en acondicionamiento físico y salud. *Retos*, 63, 949–964. <https://doi.org/10.47197/retos.v63.109837>
- Gómez Chávez, L. F. J., López-Haro, J., Pelayo Zavalza, A. R., & Aguirre Rodríguez, L. E. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2022 (National Survey of Fitness Trends in Mexico for 2022): No tiene. *Retos*, 44, 1053–1062. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.92028>
- Gómez Chávez, L. F. J., López-Haro, J., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre-Rodríguez, L. E. . (2023). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness para México en 2023 (National Survey of Fitness Trends in Mexico for 2023). *Retos*, 48, 619–629. <https://doi.org/10.47197/retos.v48.97475>
- Gómez Chávez, L. F. J., López-Haro, J., Pelayo-Zavalza, A. R., & Aguirre Rodríguez, L. E. (2024). Pesquisa Nacional de Tendências de Fitness para o México em 2024. *Retos*, 53, 343–354. <https://doi.org/10.47197/retos.v53.102809>
- Gómez, F., López, J., Cortés, P., Pelayo, A., Salazar, C., Valcarce, M. & Anayanzi, A. (2026). Tendencias de acondicionamiento físico, nutrición y salud para México en 2026, - DOI: 10.13140/RG.2.2.14469.00480
- Gómez, F., Medina, C., & Cortes, P., (2022). Tecnología y nuevas formas de comunicación en el fitness. *EmásF: Revista Digital de Educación Física*, N°. 76, págs. 74-86, ISSN 1989-8304, http://emasf2.webcindario.com/EmasF_76.pdf
- Gómez, V. & Morales, C. (2024). Panorama de las Tendencias Fitness en Colombia para el 2025. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 3(9), 1001–1020.

- <https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8405>
Guevara, G., Verdesoto, A., & Castro, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). RECIMUNDO, 4(3), 163-173. doi:10.26820
- Gujer, D. (2023). Tendencias 2023 sobre ejercitación y fitness. Lecturas: Educación Física Y Deportes, 28(299), 2. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/dcart?info=link&codigo=8924857&orden=0>
- Ju-Hyoung Park,Seong-Eon Kim. (2026). 2026 ACSM Fitness Trends and Kinesiological Implications for the Korean Fitness Market. 아시아 운동학 학술지, 28(1), 101-108. 10.15758 / ajk.2026.28.1.101
- Kercher, V. M., Kercher, K., Bennion, T., Levy, P., Alexander, C., Amaral, P. C., Li, Y.-M., Han, J., Liu, Y., Wang, R., Huang, H.-Y., Gao, B.-H., Batrakoulis, A., Gómez Chávez, L. F. J., Haro, J. L., Zavalza, A. R. P., Rodríguez, L. E. A., Veiga, O. L., Valcarce-Torrente, M., & Romero-Caballero, A. (2022). 2022 fitness Trends from Around the Globe. ACSM'S Health & Fitness Journal, 26(1), 21–37. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000000737>
- Kercher, V. M., Kercher, K., Levy, P., Bennion, T., Alexander, C., Paulo Costa Amaral, Alexios Batrakoulis, Francisco, L., Cortés-Almanzar, P., Jorge López Haro, Pelayo, R., Rodríguez, L. F., Franco, S., Santos-Rocha, R., Ramalho, F., Simões, V., Vieira, I., Liliana Guerrero Ramos, Veiga, O. L., & Manel Valcarce-Torrente. (2023). 2023 Fitness Trends from Around the Globe. 27(1), 19–30. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000000836>
- La Rosa Feijoo, O. C., & Vilchez Castro, P. (2024). Análisis de la investigación en actividades físicas y su impacto en la salud pública: una evaluación integral (Analysis of research on physical activities and its impact on public health: a comprehensive evaluation). Retos, 60, 242-252. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.106333>
- McAvoy, C., Pelayo-Zavalza, AR, Franco, S., Almanzar, PC, Haro, JL, Velcarce-Torrente, M., Veiga, OL, Chávez, LFJG, Ramos, L., Salin, K., Fatolahi, S., Palos, JJ, Piernicka, M., R. Stanfield, JT, Batrakoulis, A., Camhi, SM, Sansone, J. (., , Reed, R., ... Alexander, C. (2025). Tendencias mundiales de fitness de la ACSM 2026: Direcciones futuras de la industria de la salud y el fitness. ACSM'S Health & Fitness Journal , 29 (6), 16–33. <https://doi.org/10.1249/FIT.00000000000001110>
- Morales C. A., & Gómez, V. (2025). Encuesta Nacional Colombia Tendencias Sector Fitness año 2026. MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva, 4(12), 260–289. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i12.10529>
- Morales C. A., & Gómez, V. (2025). Encuesta Nacional Tendencias Sector Fitness en Colombia, año 2025. MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva, 4(11), 231–256. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i11.8740>
- Morales, C. (2025). Entrenamiento Personalizado: Servicio destacado en los Centros de Acondicionamiento Físico. MENTOR: Revista de Investigación Educativa Y Deportiva, 4(11), 1114–1133. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10186043.pdf>
- Morales, C. (2025). Entrenamiento Personalizado: Servicio destacado en los Centros de Acondicionamiento Físico. MENTOR: Revista de Investigación Educativa Y Deportiva, 4(11), 1114–1133. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/10186043.pdf>
- Morales, C. A., & Gómez, V. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en Colombia para el Año 2023. MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva, 1(3), 283–308.

- <https://doi.org/10.56200/mried.v1i3.3824>
Morales, C. A., & Gómez, V. (2023). Encuesta Nacional de Tendencias Fitness en Colombia, año 2024. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2(6), 1104–1134. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6520>
- Newsome, A. M., Batrakoulis, A., Camhi, S. M., McAvoy, C., Sansone, J. (Sudock), & Reed, R. (2024). 2025 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM'S Health & Fitness Journal*, 28(6), 11–25. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000001017>
- Newsome, A'Naja M., Reed, Rachelle, Sansone, Jessica, Batrakoulis, Alexios, McAvoy, Cayla, Parrott, W Matthew, (2024), 2024 ACSM Worldwide Fitness Trends: Future Directions of the Health and Fitness Industry. *ACSM's Health & Fitness Journal* 28(1):p 14-26, 1/2 2024. | DOI:10.1249/FIT.00000000000000933
- Pulgarín-González, C., Puentes-León, D., Ortiz-Fonseca, N., & Almeyda-Gómez, J. (2023). Caracterización de gimnasios y centros de acondicionamiento y preparación física privados de la ciudad de Bucaramanga - Santander, Colombia. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 10(1). <https://doi.org/10.31910/rdafd.v10.n1.2024.2414>
- Reed, R., McAvoy, C., Gallo, P. M., & Newsome, A. M. (2024). The Employer Perspective. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 28(6), 26–30. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000001011>
- Reyes, V. & Morales, C. (2024). Panorama de las Tendencias Fitness en Colombia para el 2025. *MENTOR: Revista de Investigación Educativa Y Deportiva*, 3(9), 1001–1020. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9721013.pdf>
- Ruiz Castellanos, E. J., Sánchez Rojas, I. A., Rincon Herrera, A. D., Sánchez Hernández, N. D., Mendoza Romero, D., & Lozano Rueda, S. (2021). Niveles de actividad física en adolescentes de Colombia. *Revista Iberoamericana De Ciencias De La Actividad Física Y El Deporte*, 10(3), 78-98. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2021.v10i3.12533/mried.v1i3.3824>
- Ruiz, D. (2020). Creación de marca personal en el sector fitness. Udg.edu. <http://hdl.handle.net/10256/17597>
- Silveira Pérez, Y., Sanabria Navarro, J. R., & Vilchez Pirela, R. A. (2024). Incidencia del deporte en el crecimiento económico en Colombia (Incidence of sport on economic growth in Colombia). *Retos*, 51, 1101–1109. <https://doi.org/10.47197/retos.v51.101042>
- Simón Grima, J. (2020). Inteligencia emocional: retrato e importancia en profesionales de la salud (trabajadores del sector fitness, cirujanos y podólogos). *Revista De Ciencias De La Comunicación E Información*, 25(2), 23–40. [https://doi.org/10.35742/rcci.2020.25\(2\).23-40](https://doi.org/10.35742/rcci.2020.25(2).23-40)
- Suarez, N. & Velasco, N., 2020 Análisis de la demanda en la ciudad de Bogotá para adquirir un servicio que ofrece la industria Fitness y así mantener un estilo de vida saludable en las personas. Unibosque, Recuperado de: <https://hdl.handle.net/20.500.12495/3005>
- Thompson, W. R. (2019). Worldwide survey of fitness trends for 2020. *ACSM'S Health & Fitness Journal*, 23(6), 10–18. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000000526>
- Thompson, W. R. (2021). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2021. *ACSM'S Health & Fitness Journal*, 25(1), 10–19. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000000631>
- Thompson, W. R. (2022). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2022. *ACSM'S Health & Fitness Journal*, 26(1), 11–20.

- <https://doi.org/10.1249/fit.0000000000000732>
Thompson, W. R. (2023). Worldwide Survey of Fitness Trends for 2023. 27(1), 9–18. <https://doi.org/10.1249/fit.00000000000000834>
- Valcarce Torrente, Manel, 2020, Influencia del uso de la tecnología en la adherencia de la práctica física sobre los usuarios de centros de fitness, Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (Lleida), Tesis Doctoral, <http://hdl.handle.net/10803/670079>
- Valcarce-Torrente, M., Arroyo-Nieto, Ángela, Veiga, O. L., & Morales-Rincón, C. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en Colombia para el Año 2022, Retos, 45, 483-495. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.93100>
- Valcarce-Torrente, M., Arroyo-Nieto, Ángela, Veiga, O. L., & Morales-Rincón, C. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en Colombia para el Año 2022, Retos, 45, 483-495. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.93100>
- Valcarce-Torrente, M., Veiga, O. L., Arroyo-Nieto, Ángela, & Morales-Rincón, C. (2021). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en Colombia para el Año 2021, Retos, 43, 107-116. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88528>
- Valcarce-Torrente, M., Veiga, O. L., Arroyo-Nieto, Ángela, & Morales-Rincón, C. (2021). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en Colombia para el Año 2021, Retos, 43, 107-116. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.88528>
- Veiga, O. L., Palos, J. J., & Valcarce-Torrente, M. (2025). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2025. Retos, 62, 691–704. <https://doi.org/10.47197/retos.v62.109772>
- Veiga, O. L., Palos, J. J., & Valcarce-Torrente, M. (2024). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2024, Retos, 51, 1351–1363. (Veiga, O. L., Valcarce-Torrente, M., & de la Cámara, M. Ángel. (2021). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2021, Retos, 39, 780–789. <https://doi.org/10.47197/retos.v1i40.83008>
- Veiga, O. L., Valcarce-Torrente, M., & Romero-Caballero, A. (2022). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2022, Retos, 44, 625–635. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91036>
- Veiga, Óscar L., Valcarce-Torrente, M., & Romero-Caballero, A. (2023). Encuesta Nacional de Tendencias de Fitness en España para 2023, Retos, 47, 680–690. <https://doi.org/10.47197/retos.v47.96200>
- Veiga, Óscar, Palos, J. J., & Valcarce-Torrente, M. (2026). Encuesta nacional de tendencias de fitness en España para 2026. Retos, 76, 371-390. <https://doi.org/10.47197/retos.v76.117986>

Declaración de no conflictos de intereses: Los autores aseguran no tener ningún conflicto de interés, ya sea personal o institucional, que pudiera afectar los resultados o la interpretación de los datos expuestos en este manuscrito.

Declaración de participación de los autores: **Autor 1**

Concepción de la idea 60%, búsqueda y revisión de literatura 50%, confección de instrumentos 60%, aplicación de instrumentos 50%, recopilación de la información resultado de los instrumentos aplicados 50%, análisis estadístico 50%, confección de tablas 50%, confección de base de datos 50%, asesoramiento general por la temática abordada 70%, corrección del artículo 50%, coordinador de la autoría 50%, traducción de términos o información obtenida 50%, revisión de la aplicación de la norma bibliográfica aplicada 50%, redacción del original primera versión 50%.revisión y versión final del artículo 50%.

Autor 2

Concepción de la idea 40%, búsqueda y revisión de literatura 50%, confección de instrumentos 40%, aplicación de instrumentos 50%, recopilación de la información resultado de los instrumentos aplicados 50%, análisis estadístico 50%, confección de tablas 50%, confección de base de datos 50%, asesoramiento general por la temática abordada 30%, corrección del artículo 50%, coordinador de la autoría 50%, traducción de términos o información obtenida 50%, revisión de la aplicación de la norma bibliográfica aplicada 50%, redacción del original primera versión 50%.revisión y versión final del artículo 50%