

TRABAJO DE GRADO
Opción Seminario-Diplomado

Igualdad y diversidad en gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto

Corporación Universitaria Remington.
Facultad de Ciencias Contables.
Contaduría Pública.

Angely Carolina Asmasa Morales
Eliana Magaly Castillo España
Tutor María del Socorro Rivera Cobo.
Opción de Trabajo de grado Seminario.
2024.

Dedicatoria

Este trabajo se dedica:

A Dios, porque ha estado presente en todo momento guiando, cuidando y concediendo los dones necesarios para alcanzar la meta soñada.

A nuestras familias, que con su apoyo incondicional nos alentaron y motivaron para llegar hasta el final.

A nuestros docentes, por ser parte fundamental en nuestra formación integral y profesional

Agradecimientos

Agradecemos a todas las personas que hicieron posible la realización de este trabajo:

A los miembros del gimnasio, pues sus respuestas son la base de este trabajo.

A la profesora María del Socorro Rivera Cobo, que, a pesar de sus limitaciones de tiempo, nos dio las pautas a seguir, orientándonos en el camino y desarrollo del trabajo.

A nuestras familias que cedieron el tiempo que debíamos dedicarles a ellos, para que lográsemos cumplir en tiempo y forma con este trabajo, paso previo a lograr nuestra meta.

A nosotras mismas, por trabajar como equipo, animándonos mutuamente para superar las dificultades surgidas a lo largo de la elaboración del mismo.

Tabla de Contenido

Resumen.....	6
Palabras clave.....	7
Pregunta orientadora de la búsqueda	8
Objetivos.....	9
Objetivo general	9
Objetivos específicos	9
Metodología de búsqueda de la información	10
Diseño de la investigación	10
Población y muestra	10
Instrumentos de recolección de datos	10
Análisis de datos	11
Datos cualitativos	11
Técnicas de recolección de datos	11
Sustentación teórica de la pregunta.....	14
Conclusiones.	19
Referencias.....	21
Anexos	22

Lista de Figuras

Figura 1. Interacción entre diferentes grupos en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto	12
Figura 2. Prácticas inclusivas en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto	13

Lista de Anexos

Anexo A. Formato encuesta realizada a usuarios del gimnasio Vitality Center.....	22
--	----

Resumen

El informe aborda la exclusión experimentada por adultos mayores de 40 años, personas con sobrepeso y discapacidades físicas en el gimnasio Vitality Center en Catambuco, Pasto. Aunque inaugurado el 11 de enero de 2022 con buena aceptación, se detectaron deficiencias significativas en cuanto a inclusión. Usuarios expresaron su insatisfacción debido a que los entrenamientos y atención se centraban principalmente en aspectos estéticos, descuidando la salud y otras necesidades. Esta problemática es común en muchos gimnasios, reflejando la falta de adaptación a las diversas necesidades de los usuarios, privilegiando la apariencia sobre la salud y la inclusión.

A pesar de implementarse mejoras para un entorno más inclusivo, persisten barreras que limitan la participación equitativa. Estas incluyen acceso desigual a instalaciones y programas adaptados según género, edad, habilidades físicas y nivel socioeconómico, además de la necesidad de capacitación en diversidad para el personal. El objetivo del estudio es reflexionar sobre estrategias para promover la igualdad y equidad en el gimnasio, utilizando una metodología cualitativa que incluye encuestas y revisión de políticas de inclusión.

Los resultados muestran percepciones positivas hacia las iniciativas actuales, pero también señalan áreas de mejora. Se emplea el modelo de diversidad e inclusión de Armstrong (2006) para fundamentar los aportes teóricos, enfocándose en un entorno donde todos se sientan valorados.

Las estrategias propuestas incluyen políticas de acceso equitativo, capacitación en diversidad, adaptación de instalaciones y desarrollo de programas inclusivos.

Tras la implementación de estas estrategias, se han logrado avances significativos en el objetivo principal, generando un impacto positivo en la comunidad, beneficiando usuarios y empleados, y sirviendo como modelo en la ciudad. A pesar de estos logros, persisten desafíos como mejorar el acceso para personas con discapacidades y ampliar la oferta de clases adaptadas.

En conclusión, el compromiso del Vitality Center con la igualdad y diversidad demuestra que la inclusión es crucial para el éxito y sostenibilidad de cualquier establecimiento enfocado en el bienestar integral de sus miembros.

Palabras clave

Igualdad, diversidad, inclusión, gimnasio, salud.

Pregunta orientadora de la búsqueda

La problemática radica específicamente en que los adultos mayores de 40 años y los clientes con algún tipo de discapacidad física no se sienten cómodos al realizar ejercicio en un centro de acondicionamiento físico, porque se les excluye por la edad y rendimiento. Puesto que la mayoría de gimnasios de la localidad se enfocan en la búsqueda de factores estéticos dejando de lado la salud del usuario evidenciando claramente la falta de igualdad y diversidad.

En el entorno actual de la industria del fitness y el bienestar, los gimnasios enfrentan el desafío de desarrollar estrategias efectivas para promover la igualdad y la diversidad entre sus miembros y dentro de sus prácticas operativas. A pesar de las mejoras hacia un entorno más inclusivo, continúan barreras significativas que impiden la plena participación y el disfrute equitativo de todos los usuarios. Estas barreras pueden incluir la falta de acceso equitativo a instalaciones y programas adecuados para personas de diferentes géneros, edades, habilidades físicas y niveles socioeconómicos. Además, la resistencia cultural, la falta de representación en la toma de decisiones y la necesidad de capacitación continua del personal en temas de diversidad y sensibilidad cultural representan desafíos adicionales. Estos factores contribuyen a una experiencia diferente para los miembros del gimnasio, afectando la percepción de inclusión y la efectividad de las iniciativas de igualdad y diversidad implementadas.

Tomando en cuenta todo lo mencionado anteriormente, se propone como pregunta orientadora de la búsqueda: ¿Cuáles son las estrategias para lograr la igualdad y diversidad en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto?, como se puede observar la pregunta está direccionada hacia el gimnasio Vitality Center ubicado en la ciudad de Pasto; sin embargo, las estrategias que se determinen en el desarrollo de este informe final podrán utilizarse en cualquier gimnasio de la ciudad e incluso del país.

Las autoras de este trabajo consideran que para dar respuesta a la pregunta orientadora de la búsqueda y a su vez solución a la problemática aquí planteada es necesario definir un objetivo general, y unos objetivos específicos, los cuales se presenta a continuación.

Objetivos

Objetivo general

Reflexionar sobre las estrategias que se podrían implementar en el gimnasio Vitality Center en busca de la igualdad y equidad entre los habitantes del corregimiento.

Objetivos específicos

Para llevar a cabo la realización del trabajo se definieron los siguientes objetivos específicos:

- Evaluar las políticas y prácticas existentes del gimnasio relacionadas con la igualdad y la diversidad.
- Comprender las percepciones y experiencias de los usuarios y el personal en relación con la igualdad y la diversidad en el gimnasio.
- Proporcionar recomendaciones para fortalecer las prácticas inclusivas del gimnasio.

Metodología de búsqueda de la información

El método utilizado para la realización de este trabajo es cualitativo, donde se implementan encuestas a diferentes usuarios para lograr encontrar las principales falencias que hacen que algunos de los usuarios se sientan excluidos, así como también se referenció bajo diferentes sitios oficiales en la web que permiten tener información sobre políticas de inclusión y diversidad.

Los enfoques o métodos cualitativos sirven para comprender la realidad social, dejan al lado las visiones unificadas que no se pueden aplicar al hecho social donde no hay leyes generalizadas, sino sentimientos, pensamientos e historias de actores sociales que son captados a través de sus testimonios (Binda y Balbastre, 2013) y partiendo desde allí en el trabajo investigativo donde se busca conocer los beneficios de la práctica deportiva no solo por la apariencia física sino también enfocarse en hábitos saludables, las prácticas de igualdad y diversidad en el gimnasio. El objetivo principal fue analizar cómo este establecimiento deportivo implementa políticas y acciones que fomentan la igualdad de género, inclusión racial y diversidad en general, es el pilar fundamental para escoger la metodología cualitativa como método de investigación.

Diseño de la investigación

Población y muestra

La población incluyó usuarios del gimnasio y miembros del personal. La muestra se seleccionó mediante muestreo aleatorio para asegurar representatividad en términos de género, edad, y origen étnico.

Instrumentos de recolección de datos

Entrevistas semiestructuradas, para tener la posibilidad de indagar de manera más profunda por medio de una entrevista guiada hacia los objetivos presentados y darle la posibilidad a los entrevistados de expresar su visión y conocimiento de la temática abordada.

Análisis de datos

Datos cualitativos

Se llevó a cabo un análisis temático de los datos cualitativos obtenidos de las entrevistas, identificando patrones y temas emergentes relacionados con la igualdad y la diversidad.

Los principales resultados revelaron una percepción general positiva sobre las iniciativas de igualdad y diversidad del gimnasio entre los usuarios y el personal. Sin embargo, se identificaron áreas de mejora, como también la necesidad de capacitación del personal y la implementación de programas específicos de inclusión.

Se desarrolla una metodología cualitativa basada en el uso de bases de datos académicas sobre la temática utilizar palabras clave que permitan filtrar la información relevante.

El resultado es un análisis propio de propuestas derivado de la fundamentación del estado del arte.

La información se buscó y obtuvo de una forma estructurada, para obtener datos válidos y relevantes.

Técnicas de recolección de datos

Las técnicas utilizadas para la recolección de la información fueron:

Entrevistas estructuradas y semiestructuradas. Clave para obtener un panorama sobre cómo se aprecia las iniciativas de igualdad y diversidad, así como para identificar desafíos y áreas de mejora. (Díaz et al., 2013)

Grupos focales. Miembros del gimnasio de diferentes grupos demográficos (por ejemplo, diferentes edades, géneros, habilidades físicas) para discutir sus experiencias, percepciones y sugerencias para hacer el gimnasio más inclusivo.

Encuestas. Se recopiló datos cuantitativos sobre la percepción de los miembros sobre la igualdad y la diversidad, así como se obtuvo estadísticas sobre la satisfacción y las necesidades específicas.

Observación participante. Participamos activamente en las actividades del gimnasio como miembro o visitante para observar directamente las dinámicas sociales, la interacción entre diferentes grupos y las prácticas inclusivas implementadas. (Ver figura 1 y figura 2)

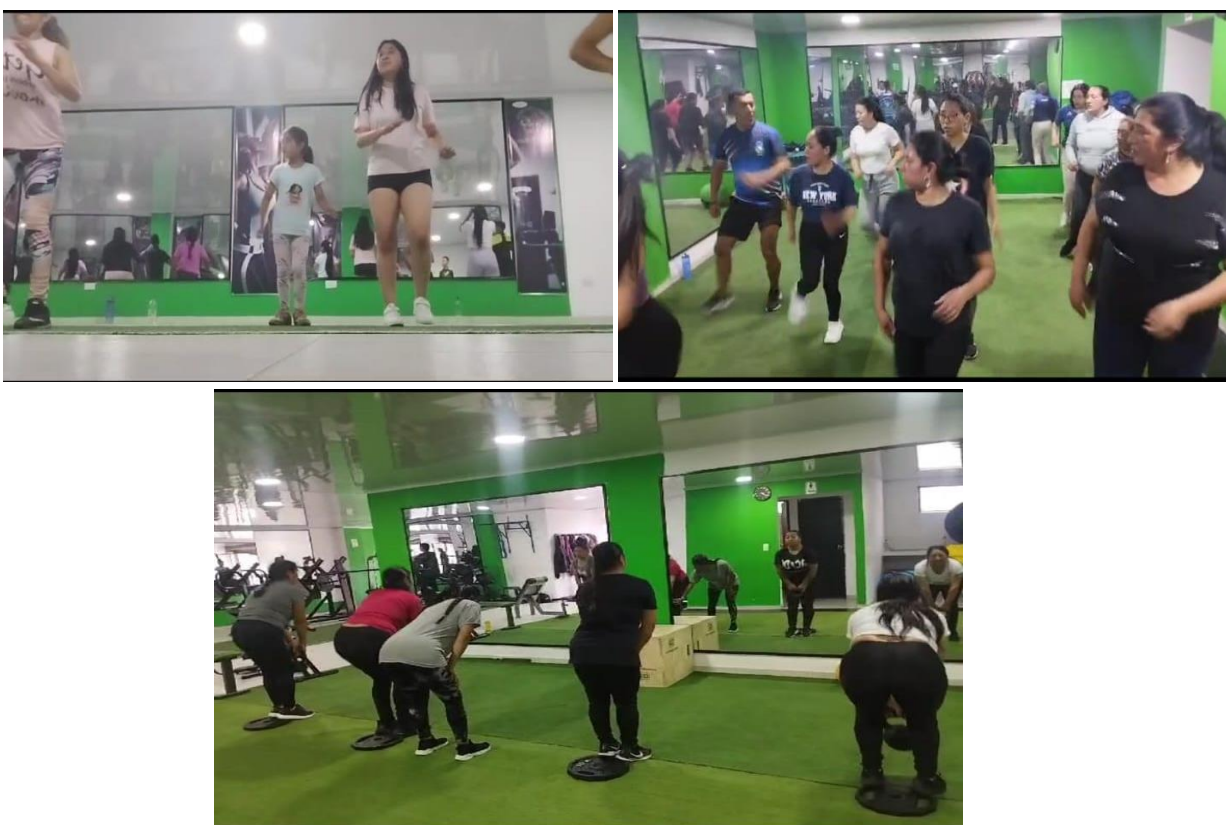


Figura 1. Interacción entre diferentes grupos en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto



Figura 2. Prácticas inclusivas en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto

Revisión de literatura y estudios de caso. Investigamos y analizamos estudios de caso de otros gimnasios o instalaciones deportivas que hayan implementado con éxito políticas de igualdad y diversidad para identificar mejores prácticas y lecciones aprendidas aplicables.

Sustentación teórica de la pregunta

Como se indicó capítulos anteriores la pregunta orientadora de la búsqueda planteada fue:

¿Cuáles son las estrategias para lograr la igualdad y diversidad en el gimnasio Vitality Center de la ciudad de Pasto?

Para responder dicho cuestionamiento las autoras del trabajo se apoyaron en el modelo de diversidad e inclusión de Armstrong.

Este modelo enfatiza en la creación de un entorno donde todas las personas se sientan valoradas y respetadas, promoviendo así la igualdad de oportunidades y la participación de todos los individuos (Armstrong, 2006).

El modelo de Armstrong propone que la diversidad e inclusión en una organización van más allá de la simple tolerancia. Se trata de crear un ambiente donde las diferencias sean valoradas y enriquecedoras, y donde todos los miembros se sientan incluidos y puedan alcanzar su máximo potencial.

Este modelo hace énfasis en los siguientes aspectos:

Comprensión de las diferencias

Es esencial reconocer y valorar las diversas perspectivas, experiencias y habilidades que cada individuo aporta.

Creación de una cultura inclusiva

Se busca fomentar un ambiente de respeto, confianza y colaboración, donde todos se sientan valorados y puedan participar plenamente.

Programas y políticas

Se implementan programas y políticas específicas para promover la diversidad y la inclusión, como capacitación en diversidad, mentoría y redes de apoyo.

Comunicación abierta y efectiva

Se fomenta una comunicación abierta y transparente, donde todos se sientan escuchados y comprendidos.

Adaptar este modelo a un gimnasio en Colombia puede ser muy beneficioso para crear un ambiente más acogedor y diverso, algunas de las formas en que se podría dar esta adaptación son:

Diversidad de clientes

Reconocer la diversidad de clientes en términos de edad, género, condición física, origen étnico y orientación sexual.

Personal capacitado

Capacitar al personal en temas de diversidad e inclusión para que puedan brindar un servicio de calidad a todos los clientes.

Adaptación de las instalaciones

Asegurar que las instalaciones sean accesibles para personas con discapacidad y que se ofrezcan opciones de entrenamiento adecuadas para diferentes niveles de condición física.

Eventos inclusivos

Organizar eventos y actividades que promuevan la inclusión, como clases de ejercicio adaptadas, talleres de nutrición para personas con diferentes necesidades dietéticas y celebraciones de diversas culturas.

Comunicación inclusiva

Utilizar un lenguaje inclusivo en toda la comunicación, tanto verbal como escrita, y asegurar que todos los materiales de marketing reflejen la diversidad de la comunidad.

Políticas de inclusión

Implementar políticas claras contra la discriminación y el acoso, y fomentar un ambiente de trabajo respetuoso y equitativo para todos los empleados.

Importancia de la igualdad y diversidad en el gimnasio

Justicia y equidad

La igualdad en el gimnasio implica adecuar a todos los usuarios el mismo acceso y oportunidades, sin discriminación por características individuales como género, edad, origen étnico o habilidades físicas. Promover la igualdad asegura que todos los usuarios se beneficien equitativamente de los recursos y programas disponibles.

Inclusión y participación

La diversidad en el gimnasio implica la inclusión de una variedad de personas con diferentes antecedentes, características y necesidades. Fomentar la diversidad no solo enriquece la experiencia del usuario, sino que también promueve un sentido de comunidad y pertenencia entre todos los miembros del gimnasio.

Beneficios para la salud y bienestar

Un entorno inclusivo y diverso en el gimnasio puede contribuir significativamente al bienestar físico y emocional de los usuarios. Al sentirse bienvenidos y valorados, los usuarios son más propensos a participar activamente en actividades físicas, lo cual tiene beneficios directos para la salud.

Estrategias para lograr la igualdad y diversidad

Políticas de Acceso Equitativo

Establecer políticas claras que garanticen que todos los usuarios tengan acceso igualitario a las instalaciones y programas del gimnasio, independientemente de su condición socioeconómica, género, edad u otras características.

Capacitación en Diversidad y Sensibilidad Cultural

Proporcionar capacitación regular al personal del gimnasio en temas de diversidad, inclusión y sensibilidad cultural. Esto ayuda a crear un ambiente acogedor y respetuoso para todos los usuarios.

Adaptación de Instalaciones y Equipamiento

Asegurar que las instalaciones del gimnasio sean accesibles para personas con discapacidades, incluyendo rampas, espacios de estacionamiento reservados y equipamiento adaptado para diferentes habilidades físicas.

Programas Inclusivos y Diversificados

Desarrollar programas y clases que atiendan las necesidades de diferentes grupos demográficos, como clases adaptadas para personas mayores, clases multiculturales o programas específicos para mujeres.

Promoción de la Participación Activa

Incentivar la participación activa de todos los usuarios en la toma de decisiones y en la organización de eventos que promuevan la inclusión en el gimnasio.

Evidencia Empírica y Aplicación Práctica

Estudios Previos

Investigaciones han demostrado que los gimnasios que implementan políticas inclusivas y diversificadas experimentan una mayor retención de usuarios y niveles más altos de satisfacción.

(Franco et al., 2011)

Casos de Éxito

Ejemplo de gimnasios que han adoptado estrategias efectivas para promover la igualdad y diversidad como lo es cazpi en Zipaquirá, bodytech en algunas ciudades principales de Colombia.

Conclusiones.

Frente a la problemática evidenciada en el gimnasio Vitality Center, y tras abordar diferentes estrategias para lograr implementar la igualdad y diversidad se puede concluir:

Importancia de la diversidad

Es fundamental reconocer que la diversidad en un gimnasio como Vitality Center no solo enriquece la experiencia de los usuarios, sino que también promueve un ambiente inclusivo y accesible para todos, independientemente de su género, edad, condición física o nivel socioeconómico.

Estrategias implementadas

El gimnasio ha implementado varias estrategias efectivas para fomentar la igualdad y diversidad. Entre las cuales se encuentran el incluir políticas de inclusión, programas de entrenamiento adaptados, atención equitativa para todos los clientes.

Impacto positivo en la comunidad

La promoción de la igualdad y diversidad en el gimnasio Vitality Center no solo beneficia a sus usuarios y empleados, sino que también tiene un impacto positivo en la comunidad en general. Al crear un espacio inclusivo, el gimnasio puede servir como un modelo a seguir para otros establecimientos en la ciudad.

Recomendaciones futuras

Al generar un impacto positivo, donde los usuarios se sienten cómodos, donde no son juzgados ni limitados por su físico o apariencia, se convirtió en un plus que genera las recomendaciones vos a vos. Evidenciando que las estrategias ya implementadas para mejorar el tema de inclusión y

diversidad han sido favorables gracias a los resultados que se han obtenido a partir de los cambios ya implementados, donde la acogida de nuevos clientes con diferentes condiciones son el resultado de que las estrategias han funcionado satisfactoriamente.

Desafíos y áreas de mejora

Aunque en Vitality Center se ha realizado esfuerzos significativos, aún existen desafíos por superar. Por ejemplo, podría ser necesario mejorar la accesibilidad física para personas con discapacidades, o ampliar la oferta de clases que aborden las necesidades específicas de diferentes grupos.

El modelo de diversidad e inclusión de Armstrong puede ser una herramienta valiosa para que un gimnasio en Colombia cree un ambiente más acogedor y diverso, donde todos se sientan bienvenidos y puedan alcanzar sus metas de salud y bienestar.

Los beneficios al aplicar este modelo serían:

Mayor satisfacción de los clientes. Los clientes se sentirán más valorados y bienvenidos, lo que aumentará su lealtad.

Mejor ambiente de trabajo. Los empleados estarán más motivados y comprometidos, lo que se traducirá en un mejor servicio al cliente.

Mayor reputación. El gimnasio será percibido como una organización inclusiva y comprometida con la diversidad, lo que atraerá a nuevos clientes.

Innovación. La diversidad de perspectivas puede generar ideas innovadoras y mejorar la calidad de los servicios ofrecidos.

En resumen, el trabajo sobre igualdad y diversidad en el gimnasio Vitality Center de Pasto demuestra que la inclusión no es solo un objetivo alcanzable, sino también una parte integral del éxito y la sostenibilidad de cualquier establecimiento orientado al bienestar y la salud de la comunidad. (Sports World. , 2023)

Referencias

- Armstrong, M. (2006). *Diversity and inclusión: A guide for employers*. Kogan Page.
- Binda, J., y Balbastre-Benavent, F. (2013). *Metodología cualitativa*. En D. Bazeley & L. Qualitative Data Analysis: Practical strategies (pp. 3-13). SAGE Publications.:
https://books.google.com.co/books?id=33BEAgAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es&source=gbs_ge_summary_r&cad=0#v=onepage&q&f=false
- Díaz, L., Torruco, U., Martínez, M., y Varela, M.argarita. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_isoref&pid=S2007-50572013000300009&lng=es&tlng=es
- Franco J, AM, Ayala Z, JE, y Ayala Z, CF. (2011). La salud en los gimnasios: una mirada desde la satisfacción personal. *Revista Hacia la Promoción de la Salud* , 16 (1), 186-199.
<https://www.redalyc.org/pdf/3091/309126695013.pdf>
- Sports World. . (2023). *Diversidad e incusión*. Blog.
<https://blog.sportsworld.com.mx/diversidad-e-inclusion-en-los-gimnasios-un-camino-hacia-una-comunidad-mas-fuerte/>

Anexos

Anexo A. Formato encuesta realizada a usuarios del Gimnasio Vitality Center

Estimado/a miembro del gimnasio Vitality Center, agradecemos tu participación en esta encuesta diseñada para entender mejor tu experiencia y percepción en relación con la satisfacción general y el tema de inclusión en nuestro gimnasio. Tus respuestas son fundamentales para mejorar nuestros servicios y promover un ambiente más inclusivo para todos nuestros usuarios. La encuesta es anónima y tomará solo unos minutos completarla. ¡Gracias por tu colaboración!

Información Demográfica

Edad:

Menos de 18 años _____

18-25 años _____

26-35 años _____

36-45 años _____

46-55 años _____

Más de 55 años _____

Género:

Masculino _____ Femenino _____ Otro: _____

¿Tienes alguna discapacidad física?

Sí _____ No _____

Experiencia y Satisfacción

¿Desde cuánto tiempo eres miembro de nuestro gimnasio?

Menos de 6 meses _____ 6 meses - 1 año _____ 1-2 años _____ Más de 2 años _____

¿Con qué frecuencia asistes al gimnasio?

Menos de una vez por semana _____

1-2 veces por semana _____

3-4 veces por semana _____

5 o más veces por semana _____

¿Cómo calificarías la calidad general de las instalaciones del gimnasio?

Excelente _____ Bueno _____ Regular _____ Malo _____

¿Estás satisfecho/a con la variedad de clases y programas disponibles?

Muy satisfecho/a _____

Satisfecho/a _____

Neutral _____

Insatisfecho/a _____

Muy insatisfecho/a _____

Tema de Inclusión

¿Te sientes incluido/a y bienvenido/a en nuestro gimnasio?

Sí, totalmente _____

En su mayoría, pero hay áreas de mejora _____

Neutral _____

No mucho _____

No, para nada _____

¿Crees que el gimnasio ofrece suficiente apoyo y recursos para personas con diferentes habilidades físicas?

Sí _____ No _____ No estoy seguro/a _____

¿Consideras que hay suficiente diversidad de personal y entrenadores en términos de género, edad y cultural para atender las necesidades de todos los usuarios?

Sí _____ No _____ No estoy seguro/a _____ Comentarios Adicionales _____

¿Hay algún otro comentario o sugerencia que quisieras compartir con nosotros para mejorar la experiencia de inclusión en nuestro gimnasio?

¡Muchas gracias por tu tiempo y tus comentarios! Tus respuestas nos ayudarán a hacer de nuestro gimnasio un lugar más acogedor y accesible para todos.