

INNOVACIÓN TECNOLÓGICA EN EL MERCADO DEL FITNESS.



Los avances científicos y tecnológicos, que la humanidad ha venido experimentando en las últimas décadas, han impactado de múltiples formas las actividades humanas, de todo lo cual no están aisladas las Ciencias del Movimiento Humano; por el contrario, esta industria ha sido altamente transformada por una nueva competitividad, que depende cada vez más de su capacidad para la innovación.

Este fenómeno social de innovar conlleva una serie de capacidades que los profesionales deben aplicar en su rol profesional, y que, en muchas ocasiones, deben adquirir para poder así cubrir con la demanda que el mercado exige; esta innovación dependerá de la capacidad de cooperar o bien complementar funciones, siendo factores determinantes para alcanzar el éxito.

La implementación de la tecnología en el trabajo con los clientes en los centros de acondicionamiento físico, se ha convertido en un punto determinante para incrementar el número de usuarios, especialmente a lo referente a la retención del usuario, un aspecto muy positivo, si se toma en consideración que los niveles de deserción de usuarios de los gimnasios tradicionalmente son elevados.

Este aspecto responde precisamente por el apego tecnológico que absorbe las sociedades modernas. Es una oportunidad que los profesionales y empresarios del ejercicio no deben desaprovechar y que, más bien, pueden utilizar como plataforma en el desarrollo de sus proyectos innovadores; el hecho de que las personas conozcan más sobre la tecnología servirá de motivación por el uso de equipos de salud, que estén siempre a la vanguardia con todos los avances tecnológicos.

Y qué decir de las oportunidades que ofrecen las tecnologías de información y comunicación en la actualidad para estar en contacto directo con los usuarios: herramientas tecnológicas como WhatsApp, Facebook, los SMS, el correo electrónico, entre otros medios, permiten facilitar las vías de



“La implementación de la tecnología en el trabajo con los clientes en los centros de acondicionamiento físico, se ha convertido en un punto determinante para incrementar el número de usuarios.”

“En los gimnasios modernos, se observan con facilidad nuevos prototipos de caminadoras, bicicletas estacionarias y otros equipamientos.”



comunicación directa con el cliente y poder satisfacer prontamente sus necesidades individuales, que van más allá, incluso, de solo los resultados físicos, al ampliar el panorama a crear oportunidades para felicitarlos, motivarlos, promocionar descuentos especiales e, inclusive, verificar con prontitud sus razones por las cuales no ha vuelto a entrenar. (Ello que generará, por sí mismo, un alto nivel de fidelidad al programa físico que se le está ofertando).

Pero si algo es fundamental en este proceso de transformación de la gestión del mercado del fitness, es que, por más avances tecnológicos en cuanto a equipos de medición, control y aplicación del ejercicio, no será eficiente, si los profesionales del ejercicio, encargados de evaluar y prescribir el ejercicio mismo a los usuarios, no avanzan paralelamente en la actualización de sus conocimientos de estas innovaciones tecnológicas.

Los profesionales en el movimiento humano deben comprender que las nuevas tecnologías no se limitan a la evolución de las tecnologías de comunicación simplemente, sino que, en lo que concierne al ejercicio y la salud, esta evolución ha ido más allá.

En los gimnasios modernos, se observan con facilidad nuevos prototipos de caminadoras, bicicletas estacionarias y otros equipamientos, en donde

los fabricantes incluyen programas de control de frecuencia cardíaca, estimaciones calóricas, distancias, ritmo de paso, entre otras, que ayudan a desarrollar los trabajos físicos de forma eficaz.

Esta actualización de conocimientos por parte de los profesionales del movimiento humano, se ve aún más necesaria, cuando son los mismos usuarios quienes se acercan a los instructores o entrenadores con sus smartwatches, pulseras inteligentes o su teléfono móvil, que les ofrecen la posibilidad de conectarse a Internet y descargar apps con una diversidad de herramientas muy útiles en el desarrollo de los entrenamientos, entre las que se encuentran podómetro, cámara, brújula, GPS, agenda, termómetro, mapas, planeamientos de entrenamientos, pulsómetro y más.

Estas aplicaciones pretenden cubrir las necesidades del usuario. Así, una app como Runtastic permite crear rutas y planes de entrenamiento; otras como Endomondo o Adidas ofrecen también aplicaciones muy similares a Runtastic, dedicadas al trabajo físico y las rutinas de ejercicios; VirtuaGym Fitness, una app en la que aparece la lista de ejercicios que el usuario tendrá que llevar a cabo: al aceptar, aparecerá un cronómetro para comenzar los ejercicios; Total Fitness solicita elegir entre la guía de ejercicios, rutinas, consejos de nutrición y retos; mientras que RunKeeper, ofrece la posibilidad de medir la distancia recorrida y el tiempo de la carrera, mientras puede escuchar música y registrar sus marcas. Naturalmente, en el comercio existen muchas otras aplicaciones.

Estas herramientas tecnológicas (sumadas a los ya tradicionales monitores cardiacos, mediciones de Watts en el ciclismo, instrumentos de medición antropométrica y a las nuevas ofertas del mercado como las máscaras de entrenamiento, que desean imitar los ambientes hipoxicos; o bien, las vendas para apósitos neuromusculares) son de las múltiples opciones que revolucionan la galería del fitness y para lo cual los profesionales del ejercicio deben estar preparados, porque, si algo es cierto, de todo hay

en esta industria; pero no todo es adecuado. Es ahí donde el profesional deberá, bajo su conocimiento, emitir un criterio científico al usuario, para orientar su entrenamiento y el buen uso de la tecnología.

La tecnología en el fitness es, al igual que muchas de las invenciones humanas, una excelente oportunidad para el desarrollo y crecimiento científicos, dado que mejoran, al final, los procesos de preparación de los usuarios; no obstante, si algo es oportuno indicar es que serán aquellos profesionales, que vean en la tecnología, justamente, una oportunidad en el desarrollo de sus funciones -en un mercado que, por sí mismo, ya es muy cualificado- los que tendrán una ventaja competitiva sobre aquellos, quienes aún presentan una resistencia al uso de ella.



M. Sc. Jimmy Rojas Quirós.
Magíster Scientiae en Salud Integral y
Movimiento Humano con énfasis en salud,
especialista en alto rendimiento deportivo
y Director Académico.

