



Universidad
Europea

Inversión en el deporte:

gestión inteligente,
sostenible y global

Coordinadores:

Pablo Burillo

Álvaro Fernández-Luna

Víctor Jiménez Díaz-Benito

Jairo León-Quismondo

2024

INVERSIÓN EN EL DEPORTE: GESTIÓN INTELIGENTE, SOSTENIBLE Y GLOBAL

Coordinadores:

Pablo Burillo

Álvaro Fernández-Luna

Víctor Jiménez Díaz-Benito

Jairo León-Quismondo

ISBN: 978-84-09-62616-8



Escuela Universitaria
Real Madrid
Universidad Europea



Círculo de Gestores
Deportivos de Madrid

XIV Congreso Iberoamericano de Economía del Deporte

Madrid 2024

Universidad Europea

Inversión en el deporte: gestión inteligente, sostenible y global

Coordinadores:

Pablo Burillo

Álvaro Fernández-Luna

Víctor Jiménez Díaz-Benito

Jairo León-Quismondo

ISBN: 978-84-09-62616-8

© de los textos: sus autores

© de la edición: Consejo COLEF



Esta obra se encuentra bajo una Licencia Creative Commons
Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional
[CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

MIEMBROS DEL COMITÉ ORGANIZADOR

Presidente:

Pablo Burillo Naranjo (Universidad Europea).

Vicepresidente:

Álvaro Fernández Luna (Universidad Europea).

Secretario:

Víctor Jiménez Díaz-Benito (Universidad Europea).

Vocales:

José Bonal Sánchez (Universidad Europea).

Francisco Javier del Arco Juan (Universidad Europea).

Iyán Iván Baragaño (Universidad Europea).

Mercedes Leguina Ortega (Universidad Europea).

Jairo León Quismondo (Universidad Europea).

Ricardo Macías Pla (Universidad Europea).

Benito Pérez González (Universidad Internacional de La Rioja).

MIEMBROS DEL COMITÉ CIENTÍFICO

Presidenta:

María José Suárez Fernández (Universidad de Oviedo, España).

Secretario:

Jairo León Quismondo (Universidad Europea, España).

Vocales:

Ana Debón Aucejo (Universidad Politécnica de Valencia, España).

Cristina Muñoz Artime (Universidad de Oviedo, España).

David Parra Camacho (Universidad de Valencia, España).

Francisco Cavas García (Universidad de Murcia, España).

James Reade (University of Reading, Reino Unido).

Marta Brosed Lázaro (Universidad Isabel I, España).

Miquel Carreras Simo (Universidad de Girona, España).

Ramón Gómez Chacón (Universidad CEU San Pablo, España).

Rui Biscaia (University of Bath, Reino Unido).

Thiago Santos (Universidade Europeia, Portugal).

Índice

SECCIÓN 1: ASPECTOS SOCIOECONÓMICOS DEL DEPORTE

23-64

Valoración contingente de un equipo de fútbol: el caso de C.A. Osasuna	25
<i>Jaume García, Fernando Lera, José Manuel Sánchez y María José Suárez</i>	
Valoración personal vs comunitaria de los impactos de los Juegos Parapanamericanos 2023 .	29
<i>David Parra-Camacho; Jose Miguel Vegara Ferri; Gonzalo Bravo; Daniel Duclos Bastías</i>	
Can celebrities help reduce ethnic discrimination? A field experiment	33
<i>Carlos Gomez-Gonzalez</i>	
Formatos no convencionales, Streaming y co-streaming: Influencia en el proceso de transmisión de imagen en el patrocinio	37
<i>Mannuel Alonso Dos Santos, Beicy Viviana Acosta-González, Delia Angelica León Castro, Marcelo Enrique Delgado Guzmán</i>	
Who Wins the Olympic Games? A Regional Perspective	41
<i>Carlos Varela-Quintana and Marta Martínez de Yuso Bondi</i>	
Tokenization in soccer leagues. Is fan engagement for real?	45
<i>Pablo Agnese and Yuqing Xiao</i>	
How would self-determination Trans Laws affect to performance and efficiency in Sports? An applied analysis for Athletics	49
<i>Andrés Maroto Sánchez</i>	
Legado e impacto económico 37th America's Cup. Barcelona 2024	53
<i>Carles Murillo Fort, Júlia Bosch Bou, Jaume García Villar</i>	
Marsella 2024. Impacto de un gran evento deportivo. Diseño de investigación	57
<i>Morales-Baños, V., Cano-Coyle, L. y Casas, C.</i>	
Valoración del grado de inclusión de un evento deportivo por parte del deportista con discapacidad	61
<i>Rómulo Jacobo González García y Carlos Pérez Campos</i>	

SECCIÓN 2: ESPACIOS Y EQUIPAMIENTOS DEPORTIVOS

65-86

Ratio de cobertura movilidad activa en instalaciones y equipamientos deportivos en una zona urbana a escala micro	67
<i>Francisco Cavas García, Alfonso Martínez Moreno, Rodrigo Ibáñez García, Arturo Díaz Suárez</i>	
Los circuitos deportivos de proximidad y la promoción del deporte al aire libre	71
<i>Gerard Xixons Solé</i>	

Análisis exploratorio de alternativas al SBR como relleno técnico en césped artificial 75	
<i>Manuel León, Moisés Minguez, Alba Bajo y Ester López Moya</i>	
El auge de los deportes urbanos..... 79	
<i>Matteo Nicholas Mencuccini</i>	
FSF 2040: Future sports facilities 83	
<i>M^a Luisa Martín-Sánchez, Carlos Serrano Luengo, José Luis Esteban Penelas y Javier Sánchez-Sánchez</i>	

SECCIÓN 3:
MERCADO DE TRABAJO DEL DEPORTE PROFESIONAL
87-100

Análisis Preliminar de Factores que Influyen en los Salarios de Futbolistas: Limitaciones y Perspectivas Futuras..... 89	
<i>José Fernández-Alvarez, Angel Barajas y Elena Shakina</i>	
Financial compensation for performance and popularity in professional tennis..... 93	
<i>Pedro García-del-Barrio and James Reade</i>	
Apito final: estratégias e desafios dos atletas de futebol na preparação para a aposentadoria .. 97	
<i>Ricardo César Alves y Daniel Marangon Duffles Teixeira</i>	

SECCIÓN 4:
ACTIVIDAD FÍSICA EN EL CENTRO DE TRABAJO
101-114

Fomentando la participación en la actividad física corporativa: el papel fundamental de la satisfacción laboral en grandes empresas 103	
<i>Víctor Jiménez Díaz-Benito, Jairo León-Quismondo, Ricardo Macías Pla, José Bonal</i>	
ACTIVEUNITY: Diseño de un programa de pausas activas y voluntariado corporativo para trabajadores de oficina..... 107	
<i>María Marín-Farrona, Hugo Manso-Sanz, Manuel Carabias y Raquel Aparicio-Mera</i>	
El poder de la actividad física en el lugar de trabajo como herramienta para mejorar las emociones de los trabajadores. El caso de Mahou-San Miguel 111	
<i>José M. Núñez-Sánchez, Carmen Jambrino-Maldonado, Jerónimo García-Fernández, Manuel deDiego-Moreno</i>	

SECCIÓN 5:
IMPORTANCIA SOCIAL DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA
115-148

Efectos del ejercicio físico en las fortalezas del estudiante saludable en una universidad de Sevilla..... 117	
<i>Ramón Gómez-Chacón, José M. Núñez-Sánchez, Jesús Molina Gómez, Francisco Javier Moreno-Arrebola</i>	
Efecto en la salud derivado de los trabajos realizados en la tercera edad 121	
<i>Raquel Aparicio-Mera, Gemma Martínez-Torremocha, Antonio Alonso-Callejo y Leonor Gallardo</i>	

Efectos del ejercicio físico en el bienestar emocional del alumnado de ESO y Bachillerato en Murcia	125
<i>Jorge Rico Palao, Antonio José Perán-Orcajada, Nicolás Fernández Martínez y Ramón Gómez-Chacón</i>	
Variables psicológicas según grupo en usuarios de centros deportivos privados	129
<i>Nuria Molina García, Ana Gómez Tafalla, Cristian Gregori Faus</i>	
Relación entre la calidad general, el valor percibido y el impacto social en centros fitness Low Cost	133
<i>Jiménez-Jiménez, P., Parra-Camacho, D., Rodríguez-Rojas, F., González García, R.J.</i>	
Analysis of the validity and reliability of the brand love scale applied to the context of fitness centres	137
<i>Jiménez-Jiménez, P., Pedragosa, V., Alguacil-Jiménez, M., Calabuig-Moreno, F.</i>	
Perceived emotional value by fans of professional basketball clubs in Spain: An approach through WTP	141
<i>José Domingo García Merino, Xabier Mendizabal y Leire San Jose Ruiz de Aguirre</i>	
Impacto social de La Vuelta 2019-2021: Influencia del tamaño de la población y confianza en el gobierno local	145
<i>José Miguel Vegara-Ferri y José María López Gullón</i>	

SECCIÓN 6:
NUEVAS TECNOLOGÍAS Y TENDENCIAS EN EL DEPORTE
149-178

Análisis comparativo del perfil sociodemográfico y deportivo según tipo de corredor que usa apps deportivas	151
<i>Antonio Jesús Bermúdez Cutillas, Silvija Baubonyté, Alejandro Lara-Bocanegra, Salvador Angosto</i>	
Análisis de intención de uso y necesidad de interacción entre estudiantes no usuarios de apps deportivas según género	155
<i>Salvador Angosto, Silvija Baubonyté, Antonio Jesús Bermúdez Cutillas, Francisco José Rodríguez Rojas</i>	
Comparación de los factores influyentes en el uso de apps deportivas según tipo de corredor	159
<i>Antonio Jesús Bermúdez Cutillas, Silvija Baubonyté, José María López Gullón, Salvador Angosto</i>	
Optimización de la Salud en Población Joven mediante Nuevas Tecnologías de Control de la Condición Física	163
<i>Laura Moreno-González, Samuel Manzano-Carrasco, Antonio Hernandez-Martin, Enrique Colino</i>	
Self-service technology: Does its use influence satisfaction, behavioural intentions, and word-of-mouth intention in fitness centres?	167
<i>Helena Ferreira-Barbosa, Vânia Loureiro y Bebian Sabino</i>	
Influencia de las emociones discretas en las valoraciones mediante estrellas de las reseñas online de clientes de Gimnasios	171
<i>Enrique Alcántara Alocover, Jorge García-Unanue, Javier Sánchez-Sánchez y Daniel Duclos-Bastías</i>	

Perceived value, service quality and behavioural intentions: A comparison of customers with and without personal training services.....	175
<i>Helena Ferreira-Barbosa, João Fialho, Vânia Loureiro y Bebiانا Sabino</i>	

**SECCIÓN 7:
RETOS DE LOS GESTORES DEPORTIVOS**
179-214

An Integrated Framework of Corporate Social Responsibility.....	181
<i>Bingjie Wang</i>	
Relative Age Effect (RAE) and Jensen's governance problem.....	185
<i>Benito Pérez-González; Jose Torres-Pruñonosa, Pablo Burillo y Álvaro Fernández-Luna</i>	
Prácticas de gestión de las federaciones deportivas y su relación con la dimensión social.....	189
<i>Joshua Muñoz, Francesc Solanellas y Francesc Genovard</i>	
Diferencias en las competencias del gestor/a deportivo en entidades públicas y privadas.....	193
<i>Manel Valcarve-Torrente, Virginia Serrano, Pablo Gálvez-Ruiz y Jerónimo García-Fernández</i>	
Gestión del riesgo en entidades deportivas: una revisión de la literatura.....	197
<i>Genovard, Francesc; Solanellas, Francesc y Muñoz, Joshua</i>	
Sport-T-Index: Transparencia y buena gobernanza en el deporte.....	201
<i>Samuel Manzano-Carrasco, José Luis Felipe, Enrique Hernando-Barrio y Jorge García-Unanue</i>	
Validación y fiabilidad de una escala sobre las competencias del gestor/a deportivo	205
<i>Virginia Serrano-Gómez, Nicolás Fernández Martínez, Ainara Bernal García, Manel Valcarve-Torrente</i>	
Global Analysis of Birth Date Distributions and the Relative Age Effect in the 2023 Women's Football World Cup.....	209
<i>Benito Pérez-González, Jairo León-Quismondo, José Bonal y Víctor Jiménez Díaz-Benito</i>	

**SECCIÓN 8:
FUTUROS GESTORES DEPORTIVOS**
213-242

Intenciones de emprendimiento entre los estudiantes de formación profesional deportiva...	215
<i>García-Vallejo, Aurora M. y Pérez-Martínez, Covadonga</i>	
¿Universidad pública o privada? Influencia en el comportamiento emprendedor de los estudiantes de Ciencias del Deporte.....	219
<i>Daniel Ordinaña-Bellver; Carlos Pérez-Campos; María Huertas González-Serrano</i>	
Explorando el camino hacia el empleo: Un estudio sobre el tiempo de ingreso laboral y características de los Graduados en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte que acceden a puestos de gestión deportiva	223
<i>Ainara Bernal-García, Moisés Grimaldi-Puyana, Pablo Gálvez-Ruiz y Andrés Sánchez-García</i>	
Desafíos y oportunidades en la formación de entrenadores personales: Una visión integral desde los estándares académicos hasta la práctica.....	227
<i>Parrilla Montero, Ismael, Iván-Baragaño, Iyán, Burillo, Pablo, Fernández-Luna, Álvaro</i>	
Diferencias en la Satisfacción laboral de titulados en Ciencias de Actividad Física y el Deporte que ejercen la profesión como autónomo o asalariados.....	231
<i>Moisés Grimaldi-Puyana, Ainara Bernal-García, Andrés Sánchez-García y Antonio Muñoz-Lerena</i>	

Intenciones de emprender y barreras al emprendimiento en estudiantes-deportistas de la Universitat de València.....	235
<i>Alberto Vidal-Vilaplana, Manel Reig-Giner, Arturo Díaz-Suárez, Mauricio Javier Córdova- Paredes</i>	
Formando a los futuros gestores del deporte para afrontar los retos globales del siglo XXI: Innovación educativa SOS4ALL	239
<i>Samuel López-Carril, Laura Moreno-González, María Marín-Farrona y Jorge García-Unanue</i>	

SECCIÓN 9: DEPORTE Y GÉNERO

243-272

El papel del género en el uso de aplicaciones de deporte en la recomendación de clientes de centros deportivos	245
<i>Sanchis-Giménez, L., García-Pascual, F., Lluch-Diago, M. y García- Fernández, J.</i>	
Asociación entre el recuerdo espontáneo de marcas comerciales y el sexo en jugadores de esports	249
<i>Iván-Baragaño, I., Leguina, M., Macías, R. & Del Arco, J.</i>	
Desafiando el techo de cristal: ¿Existe una brecha de competencias intraempresariales y de sostenibilidad entre gestoras y gestores deportivos?	253
<i>Ana María Gómez Tafalla, María Huertas González Serrano, Nuria Molina García y Mario Alguacil Jiménez</i>	
Estudio piloto de igualdad efectiva en mujeres deportistas de Lucha Olímpica.....	257
<i>María Carboneros, Ana Blanco Ayala, Luis Martín Martínez</i>	
Percepción de accesibilidad y crecimiento de mujeres deportistas según sus años de experiencia deportiva	261
<i>María Carboneros, Ana Blanco Ayala y José María López Gullón</i>	
Discrepancies in the linking of sport values according to gender: do stereotypes still exist? .	265
<i>Pilar Aparicio-Chueca and Sergio Rodríguez-Rodríguez</i>	
Percepción de barreras en el liderazgo femenino entre estudiantes de Gestión del Deporte. Estudio preliminar en Reino Unido	269
<i>Susana Monserrat-Revilla</i>	

SECCIÓN 10: ÉXITO Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

273.-298

Internacionalización de maratones. Un análisis de los casos de Chicago, Valencia y Tokio...	275
<i>Juan Luis Paramio-Salcines, Ramón Llopis-Goig and Jong-Chae Kim</i>	
La captación de valor económico en el fútbol: una comparación entre España y Chile	279
<i>Torres Mussatto, Alejandro, Merino Moreno, Carlos</i>	
Long-Term Forecasting in Sport: Predicting Seasonal Outcomes of English Football Teams	283
<i>J. James Reade</i>	
¿Influye el número de seguidores de los medios sociales del top 20 de clubes de fútbol europeos en sus ingresos anuales?: Un estudio piloto.....	287
<i>Manel Valcarve-Torrente, Benito Pérez-González, Juan Carlos Guevara-Pérez, Samuel López- Carril</i>	

Evaluación de la Eficacia de WhoScored como Herramienta Analítica para la Medición del Rendimiento de Jugadores en el Fútbol Profesional.....	291
<i>Ignacio Urrutia de Hoyos</i>	
¿Ganará el Girona la Liga?¿y el Barcelona la Liga? Predicción de ligas tras la primera vuelta	295
<i>Julio del Corral y Carlos Varela-Quintana</i>	

SECCIÓN 11:
LA EXPERIENCIA DE LOS USUARIOS EN SERVICIOS DEPORTIVOS
299-324

Análisis sobre la satisfacción y valor percibido de los usuarios del programa UV Runners - Sostenibilitat.....	301
<i>Pablo Jiménez Jiménez, Ana-María Gómez-Tafalla, Manel Reig-Giner, Rómulo Jacobo, González García</i>	
La experiencia del servicio, el apego y la satisfacción en las intenciones futuras en un centro deportivo: moderación en función del género	305
<i>Sanchis-Giménez, L., Prado-Gascó, V., Lluch-Diago, M. y García-Pascual, F.</i>	
Percepción sobre el gabinete de apoyo al deportista e influencia en el bienestar del alumnado-deportista de la UV.....	309
<i>Manel Reig Giner, Alberto Vidal Vilaplana y Fernando García Pascual</i>	
Análisis de Importancia-Rendimiento del valor percibido y satisfacción en centros fitness boutique.....	313
<i>García-Vallejo, A.M, Gálvez-Ruiz, P. Pedragosa, V.</i>	
Calidad percibida en un servicio deportivo universitario por estudiantes de pregrado: un estudio longitudinal	317
<i>Enrique Colino, Antonio Hernández-Martín, Carlos Majano y Daniel Duclos-Bastías</i>	
Diferencias en la percepción social del evento Sport4Cancer por los residentes según conocimiento previo y formación.....	321
<i>Carmen Sarah Einsle, Luis Miguel Márquez Povedano, Alejandro Lara-Bocanegra y José Miguel Vegara-Ferri</i>	

SECCIÓN 12:
SOSTENIBILIDAD Y PRÁCTICAS VERDES
325-354

Acciones de sostenibilidad en las federaciones deportivas de la Comunidad Valenciana.....	327
<i>Cristian Gregori-Faus, Josep Crespo Hervás, Sergio Aguado Berenguer y Alberto Vidal-Vilaplana</i>	
Análisis exploratorio sobre la percepción de las acciones de sostenibilidad de un centro deportivo	331
<i>Cristian Gregori-Faus, Nuria Molina-García, Juan Manuel Nuñez-Pomar y Daniel Ordinaña-Bellver</i>	
Eficiencia energética desde el punto de vista del gestor deportivo. Instalación de sistema de energía fotovoltaica y su resultado económico en Club Deportivo Santa Ana.....	335
<i>Rodrigo Ibáñez García, Manuel Chavarrías Olmedo, Francisco Cavas García y Alfonso Martínez Moreno</i>	

¿Construyendo un Futuro Activo y Sostenible? Factores que impulsan las intenciones de emprender sostenibles en el alumnado de Ciencias del Deporte	239
<i>Daniel Ordiniñana-Bellver; Carlos Pérez-Campos; María Huertas González-Serrano y Sergio Aguado-Berenguer</i>	
El desarrollo sostenible en eventos deportivos: una revisión sistemática.....	243
<i>Luis Miguel Márquez-Povedano, Luis Martín-Martínez, Antonio Muñoz Llerena, Moisés Grimaldi-Puyana</i>	
Diferencias de percepción de la contribución a los ODS en el evento Sport4Cancer por los participantes según nivel de formación.....	247
<i>Luis Miguel Márquez-Povedano, Carmen Sarah Einsle, Luis Martín-Martínez, Alejandro Lara-Bocanegra</i>	
Importancia de las prácticas verdes de un evento deportivo para estimular una nueva participación	351
<i>María Quirante Mañas y David Cabello Manrique</i>	

SECCIÓN 13:

ESTRATEGIA COMPETITIVA Y RESULTADOS EN LIGAS PROFESIONALES

355-392

Análisis del efecto puertas cerradas sobre la ventaja de jugar en casa por división y sexo en baloncesto, fútbol y balonmano profesional.....	357
<i>Mary Elena Sánchez-Gabarre y Julio del Corral</i>	
Análisis del desequilibrio competitivo en las cinco grandes ligas europeas masculinas de fútbol	361
<i>Ana Debón y Francisco Puig</i>	
El papel de la experiencia del árbitro durante partidos de fútbol profesional.....	365
<i>Gemma Martínez-Torremocha, Jose Luis Felipe, Antonio Alonso-Callejo, Carlos Majano</i>	
The take-off of the Saudi professional football league in the context of the 2030 vision: effect on the competitive balance	369
<i>Mohammad Jamal Bataineb, Juan Carlos Guevara-Pérez, Emilio Martín Vallespín y R. Urdaneta-Camacho</i>	
Los precios de las entradas en la Premier y en LaLigaEA	373
<i>Gerard Freixa</i>	
Inversión en fichajes en LaLiga: análisis de la eficiencia de los directores deportivos	377
<i>Daniel Megía Cayuela</i>	
An Intercontinental Expansion of European Club Competitions: A New Reality? The Case of Dubai and Euroleague	381
<i>Xabier Mendizabal</i>	
Diferencias Competitivas en las ligas profesionales inglesas y españolas.....	385
<i>Manuel Espitia-Escuer y Marta Brosed-Lázaro</i>	
Intensidad Competitiva en las ligas profesionales inglesas y españolas.....	389
<i>Manuel Espitia-Escuer y Marta Brosed-Lázaro</i>	

SECCIÓN 14:
OTROS TEMAS DE ECONOMÍA Y GESTIÓN DEPORTIVA

393-431

Esfuerzo de trabajo percibido por el voluntariado deportivo en el evento Sport4Cancer.....	395
<i>Aurora María García-Vallejo, María Carboneros, Ana Blanco Ayala, Carmen Sarah Einsle</i>	
La inversión económica en etapas juveniles en tenis de Costa Rica.....	399
<i>Ignacio Sabaté Lobo, Carlos Rodríguez Campo y Javier Padilla Huete</i>	
Construção e validação de um modelo de avaliação da maturidade digital de clubes desportivos	403
<i>Ferreira, Alan; Pedragosa, Vera y Silva, Alfredo</i>	
La búsqueda de un modelo predictivo de audiencia con aprendizaje automático	407
<i>Isabel Artero Escartín</i>	
Sport values. Differences between generations	411
<i>S. Rodríguez-Rodríguez and P. Aparicio-Chueca</i>	
La Ley de Sociedades Anónimas del Fútbol en Brasil: comparación internacional y desafíos	415
<i>Álvaro Prange y Carles Murillo Fort</i>	
Exploring the dynamics of private consumption and public expenditure on sporting goods and services in European countries with a distributed lagged values model	419
<i>Yzán Saavedra, Susanne Durst, Jose M Saavedra</i>	
National Pride, Subjective Well-being, Sporting Success and Sports Consumption: The Case of Portugal	423
<i>Alfredo Silva</i>	
Determinantes del gasto familiar vinculado al deporte en España: participación vs asistencia	427
<i>Mary Elena Sánchez-Gabarre, Jaime García Villar y José Manuel Sánchez-Santos</i>	



Sección 4

Actividad física en el centro de trabajo

**XIV Congreso Iberoamericano
de Economía del Deporte.**

Madrid, 12-14 de junio de 2024

El poder de la Actividad Física en el lugar de trabajo como herramienta para mejorar las emociones de los empleados. El caso Mahou-San Miguel

José M. Núñez-Sánchez¹, Carmen Jambrino-Maldonado¹, Jerónimo García-Fernández², Manuel deDiego-Moreno³

1. Universidad de Málaga.

2. Universidad de Sevilla.

3. Universidad de Jaén

1. Introducción

La Actividad Física (AF) de los empleados en el lugar de trabajo tiene efectos muy positivos para la empresa y empleados. Se observan mejoras en su calidad de vida satisfacción laboral, productividad y reducción en las bajas laborales (Rubery et al., 2022). Por otro lado, a raíz de la COVID-19 se ha detectado en numerosos estudios un empeoramiento de la salud mental y emocional de los empleados en todo el mundo. Este hecho puede ser muy perjudicial para las empresas. Sin embargo, cada vez hay más pruebas de que las emociones positivas influyen en variables vitales para el éxito en el lugar de trabajo, como el optimismo, la creatividad, el compromiso laboral, el afrontamiento positivo, la salud, el trabajo en equipo, la satisfacción del cliente, el liderazgo y el rendimiento de los empleados (Diener et al., 2020). A pesar de la importancia creciente de las emociones en el trabajo, no se ha encontrado en la literatura científica estudios que analicen las consecuencias de la práctica de AF en el lugar de trabajo en las emociones, muy especialmente mediante casos de estudio y con medidas objetivas de medición. Por todo ello, los investigadores se preguntaron ¿es posible mejorar emociones positivas y reducir las negativas de los trabajadores mediante programas de AF en el lugar de trabajo?

2. Metodología

Se utilizó una metodología ampliamente utilizada en marketing, el Neuromarketing, aplicándolo en clientes internos. No se han encontrado estudios similares lo que muestra lo innovador del estudio. Para la recogida de datos, se instalaron cuatro cámaras conectadas a una plataforma de inteligencia artificial (IA) en diferentes partes del gimnasio corporativo para analizar imágenes en cuatro periodos diferentes en 2022. Estas cámaras grababan y medían el movimiento de la musculatura facial y corporal de los 255 usuarios habituales, basándose en una metodología validada científicamente, relacionando estas imágenes con las emociones universales correspondientes a cada expresión. Las mediciones se realizaban tanto al entrar como al salir del gimnasio para poder medir el efecto de la AF en todo tipo de emociones, positivas y negativas. Para ello se contrataron los servicios de empresa especializada para, a través de un contrato OTRI, financiar la colocación de cámaras en el gimnasio corporativo de Mahou.

3. Resultados

Se puede observar que de las 15 emociones que se incrementan entre entrada y salida, 10 son emociones positivas, y 1 neutra; es decir, el 66,6% de las emociones que aumentan son positivas, mientras que de 14 emociones que descienden, 13 son negativas (93%). Además, las dos emociones que incrementan de manera muy significativa entre entrada y salida, son emociones positivas (Alegría y Confianza, p- value ajustado < 0.01), y que las dos que muestran descensos muy significativos son negativas (Cansancio y Aversión, p-value ajustado < 0.01).

Tabla 1. *Tabla de frecuencias de cada emoción a la entrada, salida y diferencia.*

	Emoción	Frecuencia Entrada	Frecuencia Salida	Valor p
INCREMENTAN	Neutro	2490	3764	0.056
	Alegría	644	1857	0.001**
	Confianza	93	821	0.004**
	Ira	87	541	0.071
	Satisfacción	0	312	0.123
	Júbilo	0	273	0.087
	Logro	66	333	0.331
	Vigor	0	165	0.077
	Dolor	0	117	0.064
	Tranquilidad	54	96	0.155
	Empoderamiento	0	39	0.322
	Pesar	0	35	0.0661
	Euforia	171	195	0.076
	Calma	74	96	0.117
	Pesadumbre	0	15	0.112
DESCIENDEN	Serenidad	70	64	0.072
	Apatía	10	0	0.083
	Pudor	12	0	0.091
	Introspección	22	0	0.057
	Desánimo	34	0	0.102
	Desidia	42	0	0.061
	Desorientación	132	0	0.059
	Anticipación	150	0	0.140
	Agotamiento	322	157	0.077
	Tristeza	221	0	0.063
	Abatimiento	276	0	0.315
	Miedo	765	417	0.054
	Cansancio	676	85	0.003**
	Aversión	1601	0	0.001**

4. Conclusiones

La investigación confirma el papel crucial de la AF en mejorar tanto la salud física, mental y, sobre todo bienestar emocional en línea con Ekkekakis et. al (2011)

evidenciando su capacidad para disminuir síntomas de depresión, ansiedad y estrés, elevar el estado de ánimo y la autoestima (Rebar et al., 2015). Se ha observado que el ejercicio contribuye a la reducción de emociones negativas como la aversión y el cansancio, y fomenta emociones positivas como la alegría y la confianza, probablemente a través de la liberación de endorfinas y la mejora en la percepción de la autoeficacia (Reed y Ones, 2006). Además, la participación regular en AF promueve la resiliencia psicológica, permitiendo una mejor gestión del estrés y recuperación ante adversidades (Childs y de Wit, 2014). Los gimnasios corporativos se presentan, así como espacios ideales para reducir las emociones negativas e incrementar emociones positivas, como la alegría. La felicidad es contagiosa (Howard & Gengler, 2001), por lo que estos beneficios pueden extenderse a toda la organización.

5. Referencias

- Childs, E., & de Wit, H. (2014). Regular exercise is associated with emotional resilience to acute stress in healthy adults. *Frontiers in Physiology*, 5, 161.
- Diener, E., Thapa, S., & Tay, L. (2020). Positive emotions at work. *Annual review of organizational psychology and organizational behavior*, 7, 451-477.
- Ekkekakis, P., Parfitt, G., & Petruzzello, S. J. (2011). The Pleasure and Displeasure People Feel When they Exercise at Different Intensities. *Sports Medicine*, 41(8), 641–671. <https://doi.org/10.2165/11590680-000000000-00000>
- Howard, D. J., & Gengler, C. (2001). Emotional contagion effects on product attitudes. *Journal of Consumer research*, 28(2), 189-201
- Rebar, A. L., Stanton, R., Geard, D., Short, C., Duncan, M. J., & Vandelanotte, C. (2015). A meta-meta-analysis of the effect of physical activity on depression and anxiety in non-clinical adult populations. *Health Psychology Review*, 9(3), 366–378. <https://doi.org/10.1080/17437199.2015.1022901>
- Reed, J., & Ones, D. S. (2006). The effect of acute aerobic exercise on positive activated affect: A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(5), 477–514. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.11.003>
- Rubery, P. T., Ramirez, G., D'Agostino, C. R., Vasalos, K., & Thirukumaran, C. (2022). A workplace wellness program at an academic health center influences employee health, satisfaction, productivity and the rate of workplace injury. *International archives of occupational and environmental health*, 95(7), 1603- 1632.





ue

