

LOS GIMNASIOS VIRTUALES, UNA OPCIÓN INNOVADORA

Juana María Saucedo Soto, Universidad Autónoma de Coahuila
Juan Bernardo Amezcua Núñez, Universidad Autónoma de Coahuila
Alicia de la Peña de León, Universidad Autónoma de Coahuila
Judith Esmeralda Zúñiga Martínez, Alumna coautora

RESUMEN

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010) refiere: el ejercicio es una variedad de actividad física planificada, estructurada, repetitiva y realizada para la mejora o mantenimiento de uno o más componentes de la aptitud física y muchas personas acuden a gimnasios para lograrlo, pero debido al tiempo limitado, grandes distancias, problemas de salud/físicos para algunas personas resulta imposible. Más de mil millones de adultos tiene sobrepeso, de ellos 300 millones son obesos, provocando enfermedades graves como: diabetes, hipertensión, diversos cánceres, etc. que causan muertes y elevados costos para atenderlos (OMS, 2010). El objetivo de este trabajo de investigación es identificar la percepción de los jóvenes respecto al ejercicio y el uso de los gimnasios virtuales. La muestra fue de 205 personas. Los resultados arrojan: al 78.5% de los jóvenes universitarios les gusta hacer ejercicio, de ellos el 40.98% son mujeres El 47.8% tiene un nivel de actividad física de moderado a alto y de ese grupo el 28.78% son hombres. Existe un desconocimiento sobre los gimnasios virtuales.

PALABRAS CLAVE: Gimnasios Virtuales, Ejercicio, Sedentarismo e Innovación

VIRTUAL GYM, AN INNOVATIVE SOLUTION

ABSTRACT

The World Health Organization (WHO, 2010) refers to exercise as a variety of physical activities planned, structured, repetitive and performed for the improvement or maintenance of one or more components of physical fitness. Many people attend gyms to achieve it. However, some people are unable to do so because of limited time, distance and health or physical problems. More than a billion adults are overweight, 300 million of them are obese, causing serious diseases such as diabetes, hypertension, various cancers, etc. causing deaths and high costs on health care (WHO, 2010). The objective of this research is to identify the perception of young people regarding exercise and the use of virtual gyms. The sample was 205 people. The results show: 78.5% of university students like to exercise, of them 40.98% are women. 47.8% have a moderate to high level of physical activity and of that group 28.78% are men. We find a lack of knowledge about virtual gyms.

JEL: M31

KEY WORDS: Virtual Gym, Exercise, Innovation, Sedentary

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con estudios realizados por López y Fernández (2008) al ejercitarse las personas sufren cambios fisiológicos en sus cuerpos que los hacen verse, sentirse y funcionar mejor, esto los estimula a seguir adelante y adaptarse a sus programas o rutinas de ejercicios hasta llegar a estar como quieren y les gusta estar. López (2010) asevera: “La cantidad de actividad física que se realiza disminuye a medida que aumenta la edad”. En los últimos treinta años, en que se han llevado a cabo estudios sobre actividad física, las conclusiones a las que han llegado respecto a practicar ejercicio regularmente y los beneficios que aporta a la salud coinciden en su totalidad, pero a pesar de los pesares el sedentarismo se incrementa, por tanto, es necesario concientizar a la población de hacer ejercicio.

De acuerdo con la OMS (2010) El ejercicio y todo lo que implique que el cuerpo se encuentre en movimiento es parte de la actividad física. Según Crespo, Palmieri, Perdomo, McGee y Sempos (2002) ejercitarse mejora la salud, la calidad de vida y robustece la cohesión social, en las últimas décadas para muchas personas es parte esencial en sus vidas. La forma de hacer ejercicio ha cambiado, anteriormente el ejercicio forma parte integral de la vida del ser humano, pero a medida que se desplaza hacia las ciudades los trabajos se vuelven más sedentarios y se pasan largas horas ante un escritorio o ante una maquina haciendo un trabajo rutinario, por esa razón surgieron los gimnasios, como una opción para disminuir el sedentarismo y darles una opción a los trabajadores para hacer ejercicio. Los gimnasios han cambiado a través del tiempo, en años anteriores se podían encontrar gimnasios en varios lugares e incluso uno cerca de otro, pero en la actualidad solo están triunfando los gimnasios de “low cost” no todos han logrado mantenerse en el mercado. Hoy en día, la creatividad se une con la tecnología dando lugar a una gran alternativa: los gimnasios virtuales a través de plataformas y dispositivos que permiten ejercitarse cuando y donde se desee, sin necesidad de salir de casa y de forma personalizada. Este trabajo de investigación está integrado por varios apartados, en el primero se hace la revisión literaria sobre los beneficios de practicar ejercicio, las enfermedades que causa el sedentarismo y los resultados de algunos estudios referentes al ejercicio que practican los niños, estudiantes y adultos. Se plantea el objetivo de investigación, las hipótesis y la metodología empleada. Se presentan los resultados obtenidos y las conclusiones del trabajo.

REVISIÓN LITERARIA

Cita la OMS (2010), que la actividad física es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. Para Pérez, Requena, & Zubiaur, (2005) “Actividad física se considera fundamentalmente una experiencia personal y una práctica sociocultural, enfatizándose en el potencial beneficio de la práctica de actividad física en el bienestar de las personas, las comunidades y el medio ambiente”, la intención final es promover la realización de prácticas saludables y mejorar la calidad de vida. Esto no sólo atañe a algunos países en especial, por el contrario, es una pandemia mundial que ha hecho reflexionar sobre el tema. La inactividad física es el cuarto factor de mortalidad a nivel mundial (6%), ocasiona de 21 a un 25% cáncer de mama y colón; 27% diabetes y 30% enfermedades del corazón. OMS (2010). El estilo de vida actual se vio modificado en gran medida por la tecnología ya que se sustituyen los ratos libres por la computadora, los celulares, el internet, la televisión, el automóvil, los alimentos procesados, bebidas gaseosas, golosinas, etc. que hacen comer más y moverse mucho menos; esta es la ruta a la obesidad y sobrepeso. En la Universidad de Alicante, se realizó un estudio para conocer el grado de sedentarismo; los resultados arrojan que 60% de ellos estudia y trabaja y están sentados entre 6 y 10 horas y más o menos 75% camina tres o menos kilómetros al día, lo que indica que son sedentarios. Pérez et al., (2005) De acuerdo a cifras proporcionadas por la OMS (2010) y la Organización Panamericana de la Salud OPS (2002) en América Latina casi tres cuartos de la población tienen un estilo de vida sedentario, predominando las mujeres, así mismo, la población de escasos recursos y de acuerdo con Martínez, Saldarriaga, y Sepúlveda (2008) los adultos mayores.

Queda demostrado que la actividad física practicada regularmente (al menos 3 veces por semana) trae grandes beneficios; reduce masa corporal, riesgo de contraer enfermedades que se traducen en calidad de vida American Heart Association (2007). La OPS (2006-2007) prepara espacios especiales, y los promueve para que se integren personas y evitar el sedentarismo que de acuerdo con la OMS (2002) se define como: “la poca agitación o movimiento” Cuando una persona en sus actividades diarias (caminar, hacer aseo, podar el césped, subir y bajar escaleras, etc.) no aumenta más del 10% de la energía que gasta se considera sedentaria. La inactividad física es el cuarto factor de mortalidad. México en cuestión de obesidad en niños y adultos ocupa el primer lugar a nivel mundial, ambas resultaron un grave problema de salud, pues 7 de cada 10 hombres y mujeres mayores de 20 años la padece, según López, Ochoa y Alarcón (2012), los hábitos de los mexicanos para realizar actividades físicas se reducen a menos de una hora un día a la semana y menos de 7% de la población mayor de 15 años realiza alguna actividad física con la finalidad de conservar su salud. El sedentarismo aproximado es de 80% esto aunado al estilo de vida actual ha propiciado incremento de la hipertensión arterial, diabetes y enfermedades cardiovasculares que son la primera razón de muerte en México desde 1989, cifra que continúa creciendo según datos arrojados por la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT, 2012)

De acuerdo con la OMS (2010), tanto la obesidad como el sobrepeso son una epidemia a nivel mundial. Más de mil millones de adultos tienen sobrepeso y de ellas por lo menos 300 millones son obesos. Las causas del sobrepeso y la obesidad son multifactoriales: cambios en el acceso y consumo de alimentos, en el estilo de vida debido al crecimiento económico, tiempos de traslado, distancias, urbanización, inserción de la mujer al mercado laboral, aumento en la esperanza de vida, conservación industrial de alimentos (enlatado, alto vacío, pasteurización, etc.), costos bajos de alimentos procesados en relación con los alimentos frescos y orgánicos y otro factor determinante que merece especial atención: sedentarismo o la disminución de la actividad física. Por esta razón desde 2012 en Coahuila México, la Secretaria de salud implementó la estrategia Mídete, Nútrete y Actívate (MNA) para llevar a cabo acciones de prevención de sobrepeso, obesidad y aminorar la aparición de enfermedades crónicas; para tal efecto intervienen el sector público, la iniciativa privada y la sociedad civil. En México existen 7,800 clubes y gimnasios que generan en total 1500 millones de dólares al mercado, reciben 2.7 millones de usuarios y una penetración del 2.2%, según el estudio “Mercado de Gimnasios en Latinoamérica” de la International Health Racquet & Sportsclub Association (IHRSA), publicado en Expansión (2015).

Pero, aunque el ejercicio tenga efectos virtuosos para la salud, muchos de los mexicanos optan por ya no realizarlo o tienen otras razones para no practicarlo. Según INEGI (2018) menciona datos muy interesantes acerca de los mexicanos respecto a los gimnasios. Los principales motivos para ejercitarse son: Salud: 59.6%, Diversión: 19% y Verse mejor: 17.6 %. Las razones principales por las que abandonan el ejercicio físico: Falta de tiempo 47.3%, Cansancio por el trabajo 24.3%, Problemas de salud 16.5%, Por pereza 9.6%, Falta de dinero 3%, otros 8%. Tiempo que dedican los mexicanos para ejercitarse: hombres: 3 horas 20 minutos y mujeres: 3 horas 49 minutos.

METODOLOGÍA

En base a la información recabada se plantea las siguientes hipótesis:

H1: La variable género no es una variable significativa en cuanto a las razones de hacer o no ejercicio

H2: La edad no es una variable significativa en cuanto a las razones de hacer o no ejercicio

H3: El género no es una variable significativa en cuanto al uso de los gimnasios virtuales

Esta investigación es de carácter descriptivo y exploratorio, con medición transversal y no experimental. Aplicando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5%, se obtuvo un tamaño de muestra de 205 personas. Se diseñó un cuestionario con 31 ítems, conformado de preguntas categóricas y escala de Likert. Se validó el instrumento obteniendo un Alfa de Cronbach de 0.779 lo cual indica que es válido y fiable, se aplicó en el año 2018 a jóvenes estudiantes de la Facultad de Mercadotecnia y Economía en la Unidad Camporredondo. El análisis de información se hizo mediante el paquete estadístico SPSS versión 21. Se utilizó la escala de actividades deportivas de Lumpkin y Darden (1982).

Tabla de Operacionalización de las Variables

VARIABLES	CÓDIGO	TIPO DE PREGUNTA
Hacer ejercicio para mí representa sentirme bien física y emocionalmente	HEFE	Escala de Likert
Cuando me ejercito siento que rindo más en mis actividades diarias	ERAD	Escala de Likert
Una finalidad al ejercitarme es evitar enfermedades	FEEE	Escala de Likert
Hacer ejercicio reduce el estrés, cambia el estado de ánimo, libera tensiones, eleva el autoestima, aminora la ansiedad	HERE	Escala de Likert
Considero que hacer ejercicio es una excelente terapia	HEET	Escala de Likert
Hago ejercicio regularmente para estar en buena forma física	HEBF	Escala de Likert
Los deportes son una gran parte de mi vida	DGPV	Escala de Likert
Me agradan las disciplinas de alto impacto	ADAI	Escala de Likert
No me ejercito porque no sé a dónde ir ni cómo empezar	NENE	Escala de Likert
La falta de tiempo me impide hacer ejercicio	FTIE	Escala de Likert
Los horarios se me complican mucho para hacer ejercicio	HCHE	Escala de Likert
El uso de un gimnasio virtual me permitiría optimizar mi tiempo para realizar ejercicio regularmente	GVOT	Escala de Likert
Los gimnasios virtuales tienen costos más bajos que los tradicionales	GVBC	Escala de Likert
Un plan de entrenamiento virtual que controle tus avances te motivaría a hacer ejercicio	EVME	Escala de Likert

Los códigos de las variables serán sustituidos en las Tablas 1 y 2 para una mejor comprensión y análisis.

RESULTADOS

Los resultados obtenidos de la muestra son: 56.6% mujeres 43.2 % hombres. El 50.2% tienen entre 16 y 19 años y el 43.9% de 20 a 23 años. 78.5% utiliza el internet en casa y celular. Las principales actividades que realizan utilizando tecnología es: 87.8% para labores académicas, el 7.8% para el trabajo y el 3.9% para entretenimiento. Al 78.5% de los jóvenes universitarios les gusta hacer ejercicio, el 38.05% tienen entre 16 y 19 años, el 35.12% están en el rango de 20 a 23 años y el 5.37% son mayores de 24, de ellos el 40.98% son mujeres y el 37.52% son hombres. El nivel de actividad física que realizan los más jóvenes en el rango de edad de 16 a 19 años es: 29.75% no hacen nada de ejercicio o menos de 1 hora a la semana y el 20.49% hacen actividad moderada a alta (1 a más de 5 horas por semana). Los jóvenes que están entre 20 y 23 años su actividad física es: 16.58% no hace nada o menos de una hora a la semana y el 27.31% hace ejercicio de moderado a alto esto es de 1 a más de 5 horas a la semana. En cuanto al género los hombres hacen más ejercicio ya que el 28.78% hacen de moderado a alto y las mujeres el 21.46% están en el mismo nivel, sin embargo, el porcentaje de mujeres que no hace nada o menos de 1 hora a la semana es el 35.12%, más alto que los hombres (14.63%). El análisis se divide en 3 dimensiones, en la primera se analizan las razones por las cuales los jóvenes universitarios hacen ejercicio.

Para probar la primera hipótesis se realizó una Prueba de U de Mann-Whitney y se encontró que (Tabla 1) el género es significativo parcialmente, ya que solo 2 ítems presentan una significancia < de 0.05 en: DGPV = los deportes son una gran parte de mi vida y ADAI = me agradan las disciplinas de alto impacto, estas 2 variables son más importantes para los hombres. La segunda dimensión analiza las razones por las cuales no se realiza ejercicio y al aplicar la Prueba de U de Mann-Whitney se encontró que el género es

significativo parcialmente, ya que solo en 3 ítems de 9 resultaron < de 0.05 siendo estos: NENE= no me ejercito porque no sé a dónde ir ni cómo empezar, FTIE= la falta de tiempo me impide hacer ejercicio y HCHE = los horarios se me complican mucho para hacer ejercicio, estas 3 variables son más importantes para las mujeres y están relacionadas con el factor tiempo.

Tabla 1: Prueba de U de Mann Whitney

	Estadísticos de Prueba ^a							
	HEFE	ERAD	FEEE	HERE	HEET	HEBF	DGPV	ADAI
U de Mann-Whitney	4,875.0	5,051.5	5,084.0	5,101.5	4,982.5	4,386.5	3,598.5	3,672.0
W de Wilcoxon	1,1661.0	9,056.5	9,089.0	11,887.5	8,987.5	11,172.5	10,384.5	10,458.0
Z	-0.755	-0.273	-0.195	-0.160	-0.474	-1.915	-3.810	-3.628
Sig. asintótica (bilateral)	0.451	0.785	0.845	0.873	0.635	0.056	0.000	0.000

a. Variable de agrupación: Género Prueba U de Mann-Whitney * $p < 0.05$. Variable de agrupación género. En esta tabla se identifica que de los 8 ítems que integran la dimensión de razones por las cuales hago ejercicio, 2 de ellos tienen una significancia < 0.05 lo que indica que si hay diferencia significativa en el género y las variables: DGPV= los deportes son una gran parte de mi vida y ADAI = me agradan las disciplinas de alto impacto. Siendo importantes para el género masculino.

La segunda hipótesis se aceptó, encontrando que la variable de agrupación edad no es significativa en cuanto a las razones de hacer o no ejercicio. La tercera dimensión analizada fue el conocimiento que tienen los jóvenes de los gimnasios virtuales, encontrando que solo el 21.46% de los jóvenes encuestados conoce el servicio de gimnasio virtual y de ellos solo el 17.33% ha usado este servicio. La tercera hipótesis se rechaza ya que se encontró que el género es significativo parcialmente, ya que 1 ítem es < a 0.05: GVOT = El uso de un gimnasio virtual me permitiría optimizar mi tiempo para realizar ejercicio regularmente, esta variable es más importantes para las mujeres. (Tabla 2).

Tabla 2: Prueba de u de Mann Whitney

	GVOT	GVBC	EVME
U de Mann-Whitney	4,248.5	4,691.0	4,723.5
W de Wilcoxon	8,253.5	8,696.0	8,728.5
Z	-2.260	-1.196	-1.099
Sig. asintótica (bilateral)	0.024	0.232	0.272

a. Variable de agrupación: Género Prueba U de Mann-Whitney * $p < 0.05$. Variable de agrupación género. En esta tabla se identifica que de los 3 ítems que integran la dimensión de conocimiento de los gimnasios virtuales, 1 de ellos tiene una significancia < 0.05 lo que indica que, si hay diferencia significativa entre hombres y mujeres, la variable: GVOT = el uso de un gimnasio virtual me permitiría optimizar mi tiempo para realizar ejercicio regularmente, es más importante para las mujeres.

CONCLUSIONES

Las razones principales que se encontraron para hacer ejercicio según los jóvenes, no tienen que ver con salud, más bien lo hacen por esparcimiento y para verse bien, como dice INEGI (2018). Respecto a las razones para no hacerlo o abandonar la ida al gimnasio son: no me alcanza el tiempo y los horarios no se me adaptan como menciona INEGI (2018) y estas excusas predominan en las mujeres como dicen la OMS (2010) y la Organización Panamericana de la Salud OPS (2002) en América Latina casi tres cuartos de la población tienen un estilo de vida sedentario, predominando las mujeres. Por otro lado, se encontró que solo una cuarta parte de los jóvenes encuestados conoce el servicio de gimnasio virtual y de ellos solo el

17.33% lo ha utilizado. Sin embargo, tres cuartas partes están dispuestos a utilizar un plan de entrenamiento virtual, aquí es donde existe el potencial para difundir la información de los GYM virtuales o inteligentes que existen, además la posibilidad de que se unan más emprendedores a desarrollar aplicaciones que les llamen la atención a los jóvenes y los induzcan a practicar ejercicio. En la actualidad con los cambios que se están viviendo, en cuanto al uso de la tecnología y el cambio de patrones de consumo que está migrando a los medios digitales, una buena alternativa son los gimnasios virtuales/on-line en que las clases se toman por internet sin necesidad de moverse de la casa/oficina; el día y a la hora que lo desees, esta es un nuevo estilo de ejercitarse; nace al unir la innovación, la creatividad y la tecnología. El objetivo no es sustituir las clases presenciales de los gimnasios, más bien de complementarlos, cada gimnasio virtual cuenta con características propias en cuanto a costos (desde Premium, low cost e incluso gratis) y una gama extensa de servicios a la carta que las distinguen. Estas páginas han cautivado a millones de usuarios, lo más apreciado por ellos es la personalización y la variedad de entrenamientos. En este mundo globalizado donde los jóvenes son los que están a la vanguardia de las nuevas tendencias e inmersos en el mundo digital se convierten en un mercado muy amplio para los gimnasios virtuales, en especial el segmento de jóvenes de sexo femenino ya que un 45% está interesado y como las razones principales de este segmento tienen que ver con tiempo, es una gran oportunidad para que se adhieran a esta modalidad. Con los gimnasios virtuales, ni la distancia, ni los costos, ni la falta de tiempo son pretexto para ejercitarse, lo que hace falta es conexión a Internet, ropa adecuada y muchas ganas de vivir y estar bien, opciones hay muchas, ofrecen una amplia gama de actividades/rutinas de acuerdo a necesidades personales, es cuestión de adaptarse a este nuevo estilo de vida que ofrece la tecnología, sólo hay que animarse y empezar.

REFERENCIAS

American Heart Association. (2007). El sedentarismo (inactividad física): www.americanheart.org/presenter.jhtml?identifier=3018677

Crespo, J. Palmieri, R. Perdomo, P. McGee, L & Sempos, T. (2002) The relationship of physical activity and body weight with all-cause mortality: results from the Puerto Rico heart health program. *Ann Intern Med*;12(8):543-52. w

El mundo (2016) ¿Gimnasio 24 horas? Lega el fitness 2.0 <https://www.elmundo.es/yodona/2016/01/25/5698ca6c46163fc9298b465e.html>

Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (2012). ENSANUT. Instituto Nacional de Salud Pública.

Expansión (2015) "Mercado de Gimnasios en Latinoamérica" de la International Health Racquet & Sportsclub Association (IHRSA). <https://expansion.mx/emprendedores/2015/01/22/gimnasios-que-innovaron-para-competir>

INEGI (2018). Comunicado de prensa núm. 25/18. 26 de enero de 2018. Menos de la mitad de la población realiza en su tiempo libre la práctica de algún deporte o ejercicio físico. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/moprade/moprade2018_01.pdf

López J, y Fernández A. (2008). Fisiología clínica del ejercicio. Madrid: Editorial Médica Panamericana.

López, J.A.; Ochoa M. y Alarcón M. (2012). Actividad física, estado nutricional y obesidad abdominal en profesores del área de la cultura física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 12 (46)pp.209-220 [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista46/artactividad290.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista46/artactividad290.htm)

López, P. (2010). Actividad física, salud y calidad de vida. Fundación estudiantes. Madrid

Lumpkin, J. and Darden, W. (1982), "Relating Television Preference Viewing to Shopping Orientations, Lifestyles, and Demographics," *Journal of Advertising*, 11 (4), 56-67.

Martínez, E.; Saldarriaga, J. y Sepúlveda, F. (2008). Actividad física en Medellín. Desafío para la promoción de la salud. *RevFacNac Salud Pública* 2008;26(2):117

Organización Mundial de la Salud OMS (2002). Informe sobre la salud en el mundo: Reducir los riesgos y promover una vida sana. México.

Organización Mundial de la Salud OMS (2010). Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. Suiza.

Organización Panamericana de la Salud OPS (2006-2007) Estrategia mundial OMS sobre régimen alimentario, actividad física y salud (DPAS). Plan de ejecución en América latina y el Caribe

Organización Panamericana de la Salud (OPS, 2002) La inactividad física: Un factor principal de riesgo para la salud en las Américas. Programa de Alimentación y Nutrición / División de Promoción y Protección de la Salud: <http://www.ops-oms.org/Spanish/HPP/HPN/whd2002-factsheet3.pdf>.

Pérez, D; Requena, C. & Zubiaur, M. (2005) Evolución de motivaciones, actitudes y hábitos de los estudiantes de la facultad de ciencias de la actividad física y del deporte de la universidad de León. *Motricidad. European Journal of Human Movement*. (14):65-79.

Secretaria de Salud del Estado de Coahuila de Zaragoza (2012) Estrategia estatal Mídete, Nútrete y Actívate (MNA) para la prevención y control del sobrepeso, obesidad y diabetes.

BIOGRAFÍA

Juana María Saucedo Soto. Doctor en Administración y Dirección de Empresas por la Universidad Politécnica de Catalunya, Catedrático Investigador de Tiempo Completo. LGAC: Marketing estratégico y operativo y Consumo responsable. Se puede contactar en la Facultad de Mercadotecnia de la Universidad Autónoma de Coahuila, Unidad Campo Redondo, Saltillo, Coahuila México.

Bernardo Amezcua es doctor en ciencias administrativas con especialidad en comportamiento del consumidor y la responsabilidad social corporativa por el EGADE Business School. El Dr. Amezcua es profesor investigador de la Universidad Autónoma de Coahuila, desempeñando sus funciones en la Facultad de Mercadotecnia Unidad Saltillo,

Alicia De la Peña es doctora en Ciencias Administrativas, con especialidad en comportamiento del consumidor y responsabilidad social corporativa por el EGADE Business School. Profesora investigadora de la Universidad Autónoma de Coahuila. Colabora con el Cuerpo Académico de Administración de la Mercadotecnia. Actualmente desempeña sus funciones en la Facultad de Mercadotecnia Unidad Saltillo.

Judith Esmeralda Zúñiga Martínez es alumna de séptimo semestre de la carrera de Licenciado en Mercadotecnia de la Universidad Autónoma de Coahuila.