



**“Intrusismo profesional en el ámbito deportivo: riesgos y consecuencias de la asesoría no profesional”**

Universidad Del Sureste (Campus Comitán)

Licenciatura:

Licenciatura en nutrición

Nombre del presentador:

Brayan Velasco Hernández

Nombre del asesor:

Fernando López Santiz

**“Intrusismo profesional en el ámbito deportivo: riesgos y consecuencias de la asesoría no profesional”**

## INTRODUCCIÓN

El ámbito deportivo ha evolucionado considerablemente en las últimas décadas, con un crecimiento exponencial en la cantidad de personas que buscan mejorar su condición física, rendimiento y bienestar general. Este fenómeno ha sido impulsado por la proliferación de disciplinas deportivas, el auge del fitness y el acceso a la información a través de plataformas digitales. Sin embargo, este crecimiento también ha traído consigo un problema significativo: el intrusismo profesional.

El intrusismo profesional se define como la práctica de ofrecer servicios especializados sin contar con la formación, acreditación o certificación adecuada. En el contexto deportivo, esto implica que individuos sin la preparación requerida asesoran a deportistas, atletas aficionados e incluso a personas con condiciones médicas específicas, poniendo en riesgo su salud y su desempeño. Este fenómeno se presenta en múltiples ámbitos, como el entrenamiento personal, la nutrición deportiva, la rehabilitación de lesiones y la planificación de estrategias para el alto rendimiento.

Uno de los principales problemas del intrusismo en el ámbito deportivo es la falta de control sobre la calidad y veracidad de la información brindada por quienes ejercen sin las credenciales necesarias. Muchas de estas personas, motivadas por el auge de las redes sociales y la popularidad del fitness, ofrecen asesoramiento basado en experiencias personales, tendencias sin respaldo científico o incluso información errónea. Como consecuencia, los deportistas pueden verse expuestos a prácticas inadecuadas, métodos de entrenamiento peligrosos, dietas desequilibradas o tratamientos incorrectos que pueden derivar en lesiones, problemas de salud y bajo rendimiento.

Además del impacto directo en la salud de los deportistas, el intrusismo profesional también representa un problema para los verdaderos especialistas del sector. Profesionales certificados en educación física, nutrición, fisioterapia y otras disciplinas deportivas ven afectadas su credibilidad y oportunidades laborales debido a la competencia desleal de quienes ofrecen servicios sin la capacitación adecuada. Esto genera una desvalorización del conocimiento especializado y crea un entorno donde las decisiones sobre la salud y el rendimiento físico se toman sin criterios sólidos ni respaldo científico.

En esta investigación, se analizarán en profundidad los riesgos y consecuencias de la asesoría no profesional en el ámbito deportivo, considerando tanto los efectos sobre los deportistas como el impacto en los profesionales del sector. Se explorarán también los factores que han favorecido la proliferación del intrusismo, incluyendo el papel de las redes sociales, la falta de regulación en algunos países y la demanda creciente de soluciones rápidas para el acondicionamiento físico y el rendimiento deportivo.

Finalmente, se plantearán posibles soluciones y estrategias para combatir este problema, promoviendo la necesidad de contar con profesionales capacitados y fomentando la concienciación sobre los peligros de recibir asesoría sin respaldo académico y científico. La regulación, la educación y la difusión de información confiable serán aspectos clave para garantizar que la asesoría deportiva contribuya al bienestar y al desarrollo óptimo de los deportistas en todos los niveles.

## PKANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, el interés por la actividad física y el deporte ha crecido considerablemente, impulsado por la búsqueda de un estilo de vida saludable, la mejora del rendimiento deportivo y la estética corporal. Este auge ha generado una mayor demanda de entrenadores, preparadores físicos y asesores nutricionales, lo que ha llevado a la proliferación de personas que ofrecen estos servicios sin contar con la formación académica y profesional requerida. Este fenómeno, conocido como intrusismo profesional, representa una problemática seria en el ámbito deportivo, ya que muchas personas se presentan como expertos basándose únicamente en su experiencia personal, conocimientos empíricos o certificaciones de dudosa validez, sin una preparación formal en ciencias del deporte, nutrición o fisioterapia.

El intrusismo en el ámbito deportivo tiene múltiples consecuencias. En primer lugar, el desconocimiento de la fisiología humana, los principios del entrenamiento y la nutrición puede derivar en la aplicación de rutinas de ejercicio inadecuadas que aumentan el riesgo de lesiones musculoesqueléticas, sobreentrenamiento o desgaste físico prematuro. Asimismo, la prescripción de dietas sin un conocimiento profundo de la bioquímica y la nutrición puede ocasionar deficiencias nutricionales, trastornos metabólicos e incluso problemas gastrointestinales o hormonales.

Otro aspecto preocupante es la falta de ética y responsabilidad de quienes ejercen sin titulación, ya que, al no estar regulados ni supervisados por organismos oficiales, no tienen un marco legal que los obligue a actuar conforme a estándares profesionales. En muchas ocasiones, estos individuos promueven dietas extremas, el uso de suplementos sin evidencia científica o incluso sustancias ilegales, como anabólicos, sin advertir los efectos adversos a largo plazo. Además, en las redes sociales proliferan “gurús del fitness” que,

sin estudios formales, comparten consejos y recomendaciones basados en su propia experiencia, influenciando a miles de personas con información que puede ser errónea o peligrosa.

A pesar de que existen licenciaturas y certificaciones reconocidas en áreas como Ciencias del Deporte, Nutrición Deportiva y Fisioterapia, muchas personas prefieren acudir a entrenadores autodidactas o influencers, ya sea por desconocimiento, comodidad o costos más accesibles. Este problema se agrava por la falta de regulación estricta en muchos países, donde prácticamente cualquier persona puede ofrecer asesorías deportivas o nutricionales sin necesidad de demostrar su formación académica.

Dado lo anterior, resulta imprescindible analizar el impacto del intrusismo en el ámbito deportivo y sus consecuencias en la salud de los deportistas y personas que buscan mejorar su condición física. Es necesario concientizar sobre la importancia de recurrir a profesionales capacitados y desarrollar estrategias para regular la práctica del entrenamiento y la asesoría nutricional, evitando así riesgos innecesarios para la salud.

## HIPÓTESIS

"El intrusismo profesional en el ámbito deportivo constituye un problema creciente que impacta negativamente en la salud, el rendimiento y la seguridad de los deportistas, debido a la falta de conocimientos científicos y técnicos en quienes ofrecen asesoría sin certificación. La ausencia de regulación y control en la práctica de la asesoría deportiva facilita la proliferación de entrenadores, nutricionistas y terapeutas no cualificados, lo que aumenta el riesgo de lesiones, trastornos metabólicos y metodologías ineficaces. y el ejercicio profesional de los especialistas debidamente formados, generando competencia desleal y desvalorización de la educación formal en el ámbito deportivo. En consecuencia, la falta de regulación y concienciación sobre este problema contribuye a la normalización de prácticas inadecuadas, poniendo en peligro el bienestar físico y mental de los deportistas y limitando el desarrollo profesional del sector.

## OBJETIVO GENERAL

Investigar el fenómeno del intrusismo profesional en el ámbito deportivo, analizando las causas subyacentes, los efectos en la salud y el rendimiento de los deportistas, así como las repercusiones en la credibilidad y la competitividad de los profesionales certificados. A través de un enfoque integral, se buscará entender cómo la falta de regulación, la difusión de información no profesional y la creciente accesibilidad de plataformas digitales contribuyen a la proliferación de asesorías no cualificadas. El objetivo es proponer medidas preventivas y soluciones prácticas que garanticen una orientación adecuada y basada en evidencia científica, promoviendo la seguridad y el bienestar de los deportistas y fortaleciendo la calidad de los servicios profesionales en el deporte.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Investigar el fenómeno del intrusismo en el ámbito deportivo • Definición de intrusismo y cómo se manifiesta en el deporte. • Diferencias entre profesionales certificados y personas sin formación adecuada. • Casos documentados o ejemplos de intrusismo en entrenamiento y nutrición deportiva. • Falta de regulación en algunos países y facilidad de acceso a la información sin supervisión.
2. Analizar efectos en la salud • Problemas físicos: Lesiones por rutinas mal diseñadas, sobrecarga muscular, desbalances posturales. • Nutrición deficiente: Riesgos de dietas extremas, desórdenes alimenticios, deficiencias nutricionales. • Efectos psicológicos: Frustración por falta de resultados, impacto en la autoestima y confianza. • Ejemplos reales: Casos de personas que han sufrido daños por seguir asesorías no profesionales.
3. Repercusiones en la credibilidad y competitividad de los profesionales certificados • Desvalorización del conocimiento: Equiparación de un entrenador titulado con alguien sin formación. • Competencia desleal: Influencers o autodidactas que ganan más visibilidad que profesionales capacitados. • Confusión en el consumidor: Dificultad para diferenciar entre un profesional y un aficionado con popularidad. • Desafíos para los profesionales: Necesidad de diferenciarse y justificar su formación ante el público.
4. Impacto de las plataformas digitales • Redes sociales y la proliferación de “gurús” del fitness. • Uso de algoritmos que favorecen popularidad sobre conocimientos reales. • Plataformas de cursos online que no garantizan formación adecuada. • Testimonios y publicidad engañosa como estrategia de venta.
5. Proponer posibles medidas de prevención • Creación de normativas y regulaciones más estrictas en el ámbito deportivo. • Mayor difusión de la importancia de la certificación en profesionales del deporte. • Implementación de campañas de concienciación sobre riesgos de entrenamientos y dietas sin supervisión. • Exigencia

de credenciales en plataformas digitales para ofrecer asesoramiento deportivo. •  
Fomento de la educación del consumidor para identificar información confiable.

## JUSTIFICACIÓN

El intrusismo profesional en el ámbito deportivo es un fenómeno creciente que plantea riesgos significativos para la salud de los deportistas y la calidad del servicio ofrecido en el sector. En un contexto donde la actividad física y el deporte tienen cada vez mayor relevancia, no solo en la vida de los profesionales, sino también en la vida cotidiana de personas que buscan mejorar su bienestar general, el acceso a servicios de asesoría deportiva se ha multiplicado. Sin embargo, este aumento de la demanda también ha dado lugar a la proliferación de personas que, sin tener la formación y certificación adecuada, ofrecen asesoría en áreas como el entrenamiento físico, la nutrición, la rehabilitación de lesiones y la planificación del rendimiento deportivo.

La falta de regulación en el sector deportivo y la facilidad con la que cualquier individuo puede difundir sus conocimientos a través de plataformas digitales, como redes sociales y blogs, ha abierto un camino para que personas no cualificadas se presenten como expertos. En este contexto, muchos deportistas y aficionados recurren a estos servicios sin ser conscientes de los riesgos que esto implica. La ausencia de criterios científicos y profesionales en el asesoramiento recibido puede generar consecuencias graves, tales como lesiones musculares, trastornos metabólicos, sobreentrenamiento y la adopción de prácticas perjudiciales para la salud.

Este fenómeno afecta no solo la seguridad de quienes confían en estos consejos no profesionales, sino que también repercute negativamente en los verdaderos expertos del sector deportivo. Los profesionales con formación acreditada, como entrenadores personales, fisioterapeutas y nutricionistas deportivos, enfrentan una competencia desleal por parte de personas sin conocimientos técnicos, lo que devalúa el trabajo especializado y reduce la confianza del público en la formación profesional en el deporte. La

desinformación generada en torno a estos temas puede llevar a una normalización de prácticas inadecuadas que, a largo plazo, afectan la salud pública y el desarrollo del deporte como disciplina.

Por otro lado, la creciente visibilidad de personas que ejercen sin las credenciales adecuadas en redes sociales, plataformas de video y otros medios de comunicación, incrementa aún más la percepción de que la asesoría no profesional es válida o incluso eficaz. Esta situación crea un entorno donde los deportistas y aficionados no siempre saben distinguir entre información confiable y aquella que carece de fundamentos científicos. La falta de una cultura deportiva que valore y promueva el conocimiento académico y profesional puede contribuir a la perpetuación de este problema.

Este estudio se justifica en la necesidad de comprender los efectos del intrusismo profesional en el ámbito deportivo, tanto en términos de salud física y mental de los deportistas, como en el impacto económico y profesional en los expertos certificados. Además, la investigación busca proponer soluciones que favorezcan la regulación del sector y fomenten una mayor conciencia sobre los riesgos de seguir asesorías no cualificadas. La creación de marcos normativos más estrictos, la formación continua de los profesionales del deporte y la educación a los deportistas y la sociedad en general son fundamentales para garantizar que el asesoramiento deportivo se base en principios científicos y éticos.

La importancia de este estudio radica en que proporciona una base sólida para la formulación de políticas públicas, estrategias educativas y mecanismos regulatorios que aseguren una práctica deportiva más segura y efectiva. Con ello, se pretende contribuir al

bienestar de los deportistas y a la profesionalización del sector, protegiendo a los individuos de los riesgos asociados al intrusismo y promoviendo la calidad de los servicios dentro del ámbito deportivo.

## DEFINICIÓN DE VARIABLES

### Variable Independiente

Asesoría no profesional en el ámbito deportivo: Se refiere a las prácticas de asesoramiento y diseño.

Se refiere a las prácticas de asesoramiento y diseño de rutinas de entrenamiento físico realizadas por personas sin certificación o formación académica en áreas como educación física, ciencias del deporte, fisioterapia o disciplinas afines.

- Forma de Medición: Encuesta aplicada a deportistas para identificar si la asesoría que reciben proviene de un certificado profesional o de una persona sin formación formal.

### Variable dependiente

Consecuencias en la salud y el rendimiento deportivo: Hace referencia a los efectos físicos, emocionales y de desempeño que experimentan los deportistas al recibir asesoría no profesional.

#### Indicadores:

- Lesiones deportivas: Frecuencia y gravedad de lesiones sufridas.
- Rendimiento deportivo: Resultados en competencias, tiempos, marcas personales o progresos en entrenamientos.
- Satisfacción del deportista: Percepción subjetiva sobre la eficacia y seguridad de la asesoría recibida.
- Forma de Medición: Cuestionarios, entrevistas y análisis de informes médicos o registros de rendimiento.

## VARIABLES MODERADORAS

- Experiencia del deportista: Años de práctica deportiva y nivel competitivo (aficionado, amateur o profesional).
- Forma de Medición: Autorreporte a través de un cuestionario.
- Tipo de deporte Clasificación de la disciplina deportiva según sus características.
- Forma de Medición: Cuestionario de categorización deportiva.
- Frecuencia e intensidad del practicado: entrenamiento: Cantidad de sesiones semanales, duración e intensidad de los entrenamientos.
- Forma de Medición: Registro semanal de entrenamiento.
- Acceso a profesionales certificados: Disponibilidad de asesoramiento por entrenadores, fisioterapeutas o especialistas certificados.
- Forma de Medición: Pregunta cerrada en la encuesta aplicada.