

**BEM-ESTAR NA VIDA VS BEM-ESTAR NO GINÁSIO:
RELAÇÃO COM A RETENÇÃO DE SÓCIOS**

**BIENESTAR EN LA VIDA VS EL BIENESTAR EN EL GIMNASIO:
LA RELACIÓN CON LOS MIEMBROS DE RETENCIÓN**

**WELL-BEING IN LIFE VS WELL-BEING IN THE GYM:
RELATIONSHIP WITH MEMBERS' RETENTION**

Celina Gonçalves *
celinag@ipb.pt

Pedro Meireles **
pedrol6.am@hotmail.com

Maria José Carvalho **
mjc@fade.up.pt

* Instituto Politécnico de Bragança, Bragança – Portugal

** Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto - Portugal

Resumo Resumen Abstract

Pretende-se perceber a relação entre o bem-estar na vida (BEV) e o bem-estar no clube (BEC) com a retenção de sócios. Diversas investigações mencionam a relação entre exercício físico (EF) e bem-estar (BE). Embora este último resulte de um conjunto de fatores, pode ser mantido também através do EF (Warburton, Nicol, & Bredin, 2006). Consumidores conscientes em relação à forma física percebem melhor o seu BE (IDEA, 2000). Assim, é referida a necessidade de maior entendimento dos consumidores e da interação entre EF e BE. Barros e Gonçalves (2009) acrescentam que quanto mais feliz for um sócio, mais satisfeito ele se sentirá e, ficará retido (Gonçalves, Biscaia, Correia, & Diniz, 2014).

A amostra foi constituída por 151 sócios de um Ginásio e *Health Club*. O questionário tem três partes: caracterização da amostra; BEV e BEC, (Diener, Suh, & Oishi, 1997); e 5 itens para a retenção (Ferrand, Robinson, & Valette, 2011; Gonçalves et al., 2014). Foi realizado um teste piloto com 30 sócios, do qual resultou a versão final do instrumento. A análise de dados foi realizada com *software SPSS Statistics*, versão 22, através de análise descritiva e inferencial, regressão linear múltipla e o coeficiente alfa de Cronbach para analisar a consistência interna do BEV ($\alpha=0,907$), BEC ($\alpha=0,870$) e da retenção ($\alpha=0,866$).

Este modelo demonstra ter bom ajustamento ($F=121,233$ ($p<0,001$); R^2 0,629), não apresenta problemas de multicolinearidade e exibe boa percentagem de variação explicada (62,9%). O BEC apresenta uma contribuição estatisticamente positiva para prever a retenção ($p<0,00$). O BEV, embora apresente um coeficiente de regressão positivo, não tem peso explicativo significativo para explicar a retenção ($p<0,294$).

Revela-se importante para o fitness a análise do BEC dos sócios para detetar potenciais riscos de desistências e do BEV para perceber o potencial consumidor de fitness e a relação do EF com a felicidade.

PALAVRAS CHAVE: Atividade física; Consumidores de fitness; Felicidade; Ginásios; *Health clubs*

...

Se pretende entender la relación entre el bienestar en la vida (BEV) y el bienestar en el gimnasio (BEG) con la retención de socios. Diversas investigaciones mencionan la relación entre ejercicio físico (EF) y bienestar (BE). Aunque este último sea el resultado de un complejo conjunto de factores, puede ser mantenido también a través de la participación en EF (Warburton, Nicol, & Bredin, 2006). Los consumidores conscientes en relación con la forma física mejor consideran mejor su BE (IDEA, 2000). Así, se hace mención de la necesidad de un conocimiento de los consumidores y del reconocimiento de la interacción entre EF y BE. Barros y Gonçalves (2009) añaden que cuánto más feliz sea un consumidor, más satisfecho se sentirá y será retenido (Gonçalves, Biscaia, Correia, & Diniz, 2014).

La muestra está formada por 151 miembros de un gimnasio. El cuestionario tiene tres partes: caracterización de la muestra; BEV y BEC (Diener, Suh, & Oishi, 1997); y 5 ítem para la retención (Ferrand, Robinson, & Valette, 2011; Gonçalves et al., 2014). Se realizó una prueba piloto con 30 miembros, que dio lugar a la versión final. El análisis de datos se realizó con el software SPSS, versión 22, utilizando análisis descriptivo e inferencial, la regresión lineal múltiple y el coeficiente alfa de Cronbach para analizar la consistencia interna del BEV ($\alpha=0,907$), BEG ($\alpha=0,870$) y la retención ($\alpha=0,866$).

Este modelo demuestra tener un buen ajuste ($F=121,233$ ($p<0,001$); R^2 0,629), no presenta problemas de multicolinealidad y exhibe un buen porcentaje de variación explicada (62,9%). El BEG presenta una contribución estadísticamente positiva para predecir la retención ($p<0,00$). El BEV, aunque presente un coeficiente de regresión positivo, no tiene peso explicativo significativo para explicar la retención ($p<0,294$).

Demuestra ser importante para el fitness el análisis del BEC de los miembros para detectar potenciales riesgos de abandonos y del BEV para entender el potencial consumidor de fitness y la relación de lo EF con la felicidad.

PALABRAS CLAVE: Actividad física; Consumidores de *fitness*; Felicidade; Gimnasios; *Health clubs*.

...

This research aims to understand if the well-being in life (WBL) and well-being at the fitness club (WBC) is related to the fitness members' retention. Several investigations mention the relationship between physical exercise (PE) and well-being (WB). Although wellness is influenced by multiple factors, it can also be maintained through participation in physical activities (Warburton, Nicol, & Bredin, 2006). Conscious fitness consumers towards performance also better perceive their WB (IDEA, 2000). In this regard, both consumers and the interaction between PE and wellness require a better understanding. Barros and Gonçalves (2009) add that the happier the consumer is, the happier he will feel and, consequently, longer will be retained (Gonçalves, Biscaia, Correia, & Diniz, 2014).

Data were collected from a health club with a sample of 151 members. The questionnaire consisted of three parts: sample characterization; WBL and WBC (Diener, Suh, & Oishi, 1997) and 5 items for retention (Ferrand, Robinson, & Valette, 2011; Gonçalves et al., 2014). A pilot study was conducted with 30 members, elaborating the final version of the instrument. The analysis was performed with SPSS software, version 22, using descriptive and inferential analyses, multiple linear regressions and Cronbach's alpha was used to analyze the internal consistency of WBL ($\alpha=0.907$), WBC ($\alpha=0.870$) and retention ($\alpha=0.866$).

This model demonstrates good adjustment ($F=121.233$ ($p<0.001$); $R^2 0.629$), has no multicollinearity issues and exhibits good percentage of explained variation (62.9%). The WBC shows a statistically positive contribution to predict retention ($p<0.00$). Although WBL has a positive regression coefficient, it is not statistically significant to explain retention ($p<0.294$).

The analysis of the consumers' WBC is important so the potential dropout risks can be detected. Also, BEV analysis is fundamental to understand the potential fitness consumer and the relation of PE with happiness.

KEYWORDS: Fitness consumers; Gyms and health clubs; Happiness; Physical activity; Well-being.

Referencias

Barros, C., & Gonçalves, L. (2009). Investigating individual satisfaction in health and fitness training centres. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 5(4), 384-395.

Diener, E., Suh, E., Oishi, S. (1997). Recent findings on subjective well-Being. *Indian Journal of Clinical Psychology*, 1-24.

Ferrand, A., Robinson, L., & Valette, P. (2010). The intention-to-repurchase paradox: A case of the health and fitness industry. *Journal of Sport Management*, 24, 83-105.

Gonçalves, C.; Biscaia, R.; Correia, A.; Diniz, A. (2014). An examination of members' intentions to recommend fitness centres. *Motriz. Journal of Physical Education*, 20(4), 384-391.

IDEA Health & Fitness Association (2000). *Evaluating personal trainer certifications*, IDEA Personal Trainer, 11 (November/December), 18-23.

Warburton, D. E. R., Nicol, C. W. & Bredin, S. S. D. (2006). Health benefits of physical activity: The evidence. *Canadian Medical Association Journal*, 174(5), 801-809.

Recebido em: 03 nov 2015

Aceito em: 10 nov 2015

Endereço para correspondência:

Celina Gonçalves

Polytechnic Institute of Bragança

Campus de Santa Apolónia 5300-253 Bragança,

Portugal

E-mail: celinag@ipb.pt

Phone number: +351 962988289



Esta obra está licenciada sob uma [Licença Creative Commons Attribution 3.0](https://creativecommons.org/licenses/by/3.0/)