PROGRAMA FORMATIVO

Nudges (empujoncitos) como herramientas para la promoción de hábitos de vida saludables



Organizado por:

Fundación Gaspar Casal

Con la colaboración de:

XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE SANIDADE

Patrocina:

Daiichi-Sankyo

PROGRAMA FORMATIVO

Nudges (empujoncitos) como herramientas para la promoción de hábitos de vida saludables

24 de noviembre de 2026

Salón de Actos de la Consellería de Sanidade de la Xunta de Galicia. Edificio Administrativo de San Lázaro, Rúa de Ceuta, s/n, 15703 Santiago de Compostela (A Coruña).

Organizado por:

Fundación Gaspar Casal

Con la colaboración de:

XUNTA DE GALICIA | CONSELLERÍA DE SANIDADE

Patrocina:

Daiichi-Sankyo

15:30- 15:45h | Bienvenida institucional

15:45 - 16:15h | Qué se está haciendo en Galicia en promoción y prevención de la salud

- **Sagrario Pérez,** subdirectora general de Estilos de Vida Saludable. Dirección General de Salud Pública. Consejería de Sanidad de Galicia.

16:15 - 17:00h | Nudges en salud: pequeñas intervenciones con gran impacto

- Principios básicos de la Economía del comportamiento . Qué son los nudges y por qué funcionan.
- Cómo toman decisiones los pacientes en contextos reales y por qué el consejo tradicional tiene un impacto limitado
- Cómo identificar oportunidades de nudge en consulta
- Tipos de nudges aplicados a salud cardiovascular

Taller práctico: diseño de nudges aplicados a casos reales de pacientes con enfermedad cardiovascular

Imparte: **José María Abellán**, Catedrático de Economía Aplicada de la Universidad de Murcia.

17:00 - 17:40h | Comunicación como herramienta para activar nudges

- Cómo la comunicación influye en la toma de decisiones
- Principios de comunicación conductual
- Técnicas de comunicación conductual
- **Ejercicio práctico**: rediseño de mensajes clínicos para que realmente influyan en el paciente cardiovascular

Imparte: **Talia Rodríguez Martelo**, Docente e investigadora. Departamento de Comunicación Audiovisual e Publicidade Grupo de investigación CP2. Universidad de Vigo

17:40 - 18:00h | Pausa café

18:00- 18:35h | Habilidades prácticas para el cambio de comportamiento

- Principios de la Entrevista Motivacional
- Comunicación efectiva centrada en el paciente
- Técnicas clave en consulta (escucha activa, preguntas abiertas, refuerzo, reflejo)
- ***Taller práctico:*** de consejo a conversación

Imparte: **Julia Bóveda,** Médico de familia del Servicio Gallego de Salud.

18:35- 19:15h | Habilidades prácticas para el cambio de comportamiento

- ***Role play***: simulación de interacción clínica con paciente (identificación de barreras, sesgos y oportunidades de intervención)

Imparte: **Enric Chenoll,** Responsable de Alianzas Estratégicas de It's Time To Think

19:15 - 19:30h | Clausura