

Modelo de comportamiento de Fogg

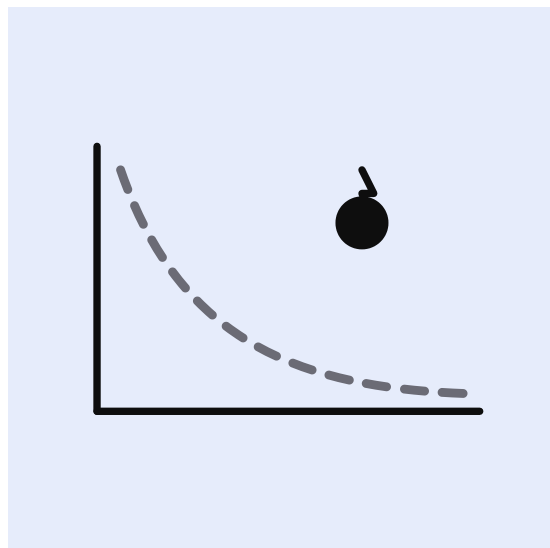
Una conducta ocurre cuando, en el mismo momento, hay suficiente motivación, la persona es capaz de hacerla y algo se lo recuerda.

En inglés

Fogg Behavior Model

Origen

Fogg (2009)



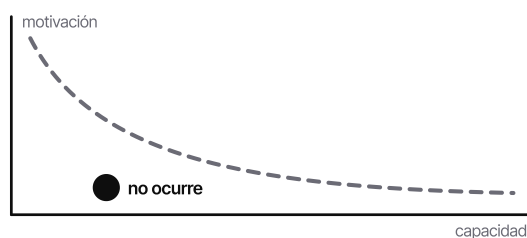
Qué problema aborda

Explica por qué a veces no hacemos algo aunque queramos, y qué ajustar para que sea más probable.

Un ejemplo

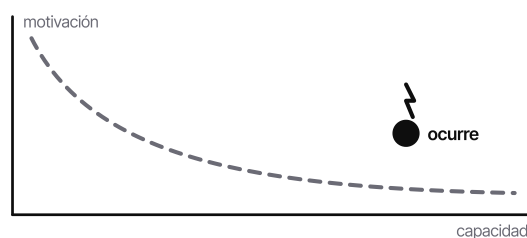
Imagina que quieres que la gente active la copia de seguridad del teléfono.

Difícil y sin aviso



La opción está escondida en los ajustes, tres pantallas más abajo. **Casi nadie la activa.**

Fácil y con aviso



Al terminar de configurar el teléfono aparece un botón: «Activar copia». **Un toque.**

Con la misma motivación, hacerlo fácil y avisar en el momento justo cambia el resultado.

Cómo funciona

1



Motivación y capacidad se compensan: lo fácil requiere menos ganas.

2



Si la combinación es suficiente, la conducta se vuelve posible.

3



Hace falta un **aviso** en ese momento para que ocurra.

Aplicaciones en diseño

✓ Úsalo así

Si una conducta no ocurre, pregunta qué falla: ¿la motivación, la capacidad o el aviso?

✗ Evita

Llenar de avisos a quien no puede o no quiere hacerlo: solo genera molestia.

👁 Para no caer

Antes de buscar más motivación, intenta hacerlo más fácil.

Componentes

Motivación

Las ganas de hacerlo en ese momento.

Capacidad

Lo fácil que resulta: cuanto más fácil, menos motivación hace falta.

Aviso

Sin algo que lo recuerde en el momento justo, no pasa nada.

Autores y obras

B. J. Fogg (2009)

Presentó el modelo para el diseño persuasivo.

Stanford Behavior Design Lab

Hoy llama aviso (prompt) a lo que el modelo original llamaba detonante (trigger).

Conexiones

Se usa en

Marco EAST
Enfoque

Relacionado con

Modelo COM-B
Modelo

Fuentes

Fuentes originales

- Fogg, B. J. (2009). A behavior model for persuasive design. En Proceedings of the 4th International Conference on Persuasive Technology. ACM. Ver fuente (<https://doi.org/10.1145/1541948.1541999>)

Fuentes secundarias

- Stanford Behavior Design Lab. (s. f.). Fogg Behavior Model. Ver fuente (<https://behavioral.design.stanford.edu/resources/fogg-behavior-model/>)

Última revisión: 22 de octubre de 2026