

Artículos / Articles

Más allá de la dicotomía estructura-agencia: el modelo COM-B como marco integrador para el estudio del comportamiento social

Beyond the structure-agency dichotomy: the COM-B model as an integrative framework for the study of social behavior

Christian Oltra* 

Investigación Sociotécnica, Departamento de Medio Ambiente, Centro de Investigaciones Energéticas, Medioambientales y Tecnológicas (CIEMAT), Madrid, España.
christian.oltra@ciemat.es

Àlex Boso 

Investigación Sociotécnica, Departamento de Medio Ambiente, Centro de Investigaciones Energéticas, Medioambientales y Tecnológicas (CIEMAT), Madrid, España.
alex.boso@ciemat.es

Recibido / Received: 10/04/2025
Aceptado / Accepted: 06/01/2026



RESUMEN

La tensión histórica entre las perspectivas estructuralistas y aquellas centradas en la agencia individual ha dificultado tradicionalmente la comprensión integral de la conducta humana en las ciencias sociales. Este estudio examina el modelo COM-B (Capacidad, Oportunidad, Motivación) como una síntesis teórica capaz de superar esta dicotomía al integrar factores psicológicos y contextuales en la explicación de la conducta social humana. A través de una revisión exploratoria (*scoping review*) de la literatura en Web of Science, PsycINFO y Elicit, se analizó el desarrollo y aplicación del modelo, revelando un predominio de investigaciones cualitativas centradas en la salud y una notable laguna metodológica en la medición estandarizada de sus componentes. A pesar de su penetración limitada en la sociología general frente a las ciencias de la salud, los resultados confirman el potencial del COM-B como un modelo robusto para el diseño de políticas públicas y enfoques de intervención multicomponente. Se concluye que el modelo ofrece una contribución significativa para las ciencias sociales y del comportamiento, proporcionando un marco necesario para trascender las explicaciones monocausales y expandir el análisis hacia dominios conductuales inexplorados como el político o el económico.

Palabras clave: modelo COM-B, cambio de comportamiento, ciencias sociales, conducta social, estructura y agencia, revisión exploratoria.

ABSTRACT

The longstanding tension between structuralist approaches and agency-centered accounts has constrained integrative explanations of human behavior in the social sciences. This study evaluates the COM-B (Capability, Opportunity, Motivation) model as a theoretical synthesis that can bridge this divide by linking psychological processes with contextual conditions in explanations of social behavior. We conduct a scoping review of literature indexed in Web of Science, PsycINFO,

*Autor para correspondencia / Corresponding author: Christian Oltra, christian.oltra@ciemat.es

Sugerencia de cita / Suggested citation: Oltra, C., y Boso, À. (2026). Más allá de la dicotomía estructura-agencia: el modelo COM-B como marco integrador para el estudio del comportamiento social. *Revista Española de Sociología*, 35(2), a298. <https://doi.org/10.22325/fes/res.2026.298>

and Elicit and find that COM-B research concentrates largely in health-related domains and relies predominantly on qualitative designs. The review also identifies a major methodological gap: researchers rarely use standardized measures to operationalize and compare the model's components across studies. Although COM-B has gained less traction in general sociology than in the health sciences, the findings indicate that the model can support public policy design and multicomponent intervention development. Overall, COM-B offers a valuable framework for the social and behavioral sciences by moving beyond monocausal explanations and extending behavioral analysis to underexamined domains, including political and economic behavior.

Keywords: COM-B model, behavior change, social sciences, social behavior, structure and agency, exploratory review.

INTRODUCCIÓN

La comprensión y explicación de la conducta social humana ha sido uno de los objetivos fundamentales de la Sociología y otras disciplinas afines desde sus orígenes (Weber, 1922; Durkheim, 1895; Merton, 1968). Este interés se ha manifestado tanto en el estudio de fenómenos agregados tales como la inmigración, la urbanización o las tendencias poblacionales (Portes y Böröcz, 1989; Castells, 1977; Lee, 1966) como en el análisis de características distintivas de las sociedades tales como la confianza, la desigualdad o la satisfacción vital (Putnam, 2000; Piketty, 2014; Diener et al., 1999). Sin embargo, son los aspectos microsociológicos, vinculados a la conducta de los individuos en sociedad, desde el voto político hasta la conducta en salud, la delincuencia, la fecundidad o el consumo los que constituyen uno de los núcleos más dinámicos de la disciplina (Collins, 2018; para una revisión en español, véase Romero Moñivas, 2013).

Este nivel microsociológico ha estado atravesado por una tensión teórica persistente: la que enfrenta a las explicaciones centradas en las estructuras sociales, que enfatizan cómo las oportunidades y restricciones del entorno condicionan la acción, con aquellas centradas en la agencia individual, que priorizan las motivaciones y capacidades de los actores (Archer, 1995; Giddens, 1984). Esta dicotomía, lejos de ser meramente académica, tiene consecuencias prácticas directas: las intervenciones diseñadas desde una perspectiva estructuralista buscan modificar entornos, incentivos y arquitecturas de decisión, mientras que las diseñadas desde una perspectiva de la agencia individual buscan cambiar actitudes, conocimientos y motivaciones individuales. La historia de las políticas de salud pública, sostenibilidad o seguridad vial ilustra cómo esta tensión no resuelta ha conducido frecuentemente a intervenciones parciales.

Para abordar este reto, la investigación sobre los determinantes psicosociales de la conducta ha desarrollado modelos teóricos integrados que buscan identificar los factores que explican y permiten modificar el comportamiento (Boudon, 2008). Estos modelos no son meras construcciones teóricas: organizaciones e instituciones públicas de todo el mundo los emplean para diseñar intervenciones efectivas (Osman et al., 2020; Michie et al., 2014). La evidencia acumulada durante décadas permite responder a preguntas prácticas sobre qué factores cognitivos, afectivos, socioculturales y ambientales conducen a un cambio de comportamiento efectivo (Sheeran et al., 2017; Webb y Sheeran, 2006). Conocer y contribuir al avance de estos modelos es de vital importancia para la sociología, tanto desde una perspectiva teórica, como también por sus implicaciones prácticas en ámbitos tan diversos como la salud pública, la sostenibilidad o las políticas sociales.

Pero la mayoría de las teorías comportamentales más formalizadas en las ciencias sociales y del comportamiento adoptan una aproximación individualista y cognitivo-social (Bandura, 1986; More y Phillips, 2022) o basada en la teoría de la acción razonada (Ajzen y

Fishbein, 1980; Fishbein y Ajzen, 2010). Estas teorías postulan que la intención de conducta es el predictor directo principal del comportamiento. La intención, conceptualizada como la disposición cognitiva y motivacional del individuo para ejecutar una conducta específica, se considera el resultado de un proceso deliberativo que integra actitudes, normas subjetivas y percepciones de control conductual (Fishbein y Yzer, 2003; Yzer, 2012). Esta perspectiva enfatiza el papel de las actitudes y los valores, postulando que las personas actúan de manera predominantemente intencional y planificada.

Estos modelos han sido aplicados en ámbitos tan diversos como la conducta en salud (Conner y Norman, 2005; Glanz et al., 2008), la protección del medio ambiente (Stern, 2000; Steg y Vlek, 2009) o el transporte urbano (Bamberg, Ajzen y Schmidt, 2003). Sin embargo, es necesario reconocer sus limitaciones. La brecha entre la intención y el comportamiento es un fenómeno bien documentado (Sheeran y Webb, 2016; Rhodes y de Bruijn, 2013): factores contextuales, barreras situacionales y procesos automáticos moderan significativamente la relación entre lo que las personas dicen que harán y lo que efectivamente hacen. Estos modelos tienden a olvidar la influencia directa de factores no actitudinales (Shove, 2010; Maibach et al., 2007) y no distinguen entre mecanismos de iniciación y mantenimiento de la conducta (Rothman, 2000; More y Phillips, 2022).

Esta limitación refleja la adscripción implícita de los modelos dominantes a uno de los polos del debate estructura-agencia. Los modelos derivados de la teoría de la acción razonada (Ajzen, 1991; Fishbein y Ajzen, 2010) priorizan los determinantes cognitivos y motivacionales, asumiendo que el cambio de comportamiento es fundamentalmente un problema de cambio de mentalidades —es decir, un problema de agencia. En el extremo opuesto, perspectivas como la teoría de las prácticas sociales (Shove, 2010; Shove et al., 2012) critican este “paradigma ABC” (Attitude-Behaviour-Choice) argumentando que la conducta está configurada primariamente por infraestructuras materiales y convenciones sociales, es decir, por la estructura. Ambas perspectivas capturan dimensiones reales del comportamiento, pero su parcialidad limita tanto su capacidad explicativa como su utilidad para diseñar intervenciones efectivas (Aunger y Curtis, 2016).

Las limitaciones evidentes (más allá de su enfoque individualista) de los modelos teóricos utilizados (Sniehotta et al., 2014; More y Phillips, 2022) así como la necesidad de diseñar intervenciones de cambio de comportamiento efectivas (Michie et al., 2011; Bartholomew et al., 2016), han conducido al desarrollo de nuevos modelos y marcos teóricos, como el *Modelo Integrativo de Predicción del Comportamiento* (Fishbein, 2000, 2008), que integra actitudes, normas percibidas y autoeficacia; el marco de *Habilidad-Motivación-Oportunidad* (MOA), que propone que el comportamiento depende de la interacción entre habilidades, motivación y oportunidades; el *modelo Socio-Ecológico* (McLeroy et al., 1988), que considera múltiples niveles de influencia (individual, interpersonal, organizacional, comunitario y político) y sus derivaciones como el modelo de *Personas y Lugares* (Maibach et al., 2007) o el modelo *Proceso-Persona-Contexto-Tiempo* (Dickson y Darcy, 2020).

Entre estos desarrollos, el *Modelo de Capacidad, Oportunidad y Motivación* o “modelo COM-B” (Michie, Van Stralen y West, 2011) merece atención particular desde las ciencias sociales. A diferencia de modelos anteriores que privilegiaban los factores motivacionales, el COM-B propone que la conducta (B) emerge de la interacción entre tres componentes irreducibles: la capacidad (C) del individuo, física y psicológica, la oportunidad (O) del entorno, física y social, y la motivación (M), automática y reflexiva. Esta estructura tripartita representa un intento de síntesis teórica que reconoce simultáneamente la agencia individual (capacidades, motivaciones) y el condicionamiento estructural (oportunidades). Aplicado en ámbitos diversos y específicos como el consumo de plástico, identificando las barreras psicológicas y contextuales que dificultan su reducción (Allison et al., 2022), la resistencia antimicrobiana, analizando las prácticas de prescripción de antibióticos en profesionales

sanitarios (Lorenatto et al., 2018), o el consumo de alimentos circulares, explorando la motivación intrínseca como factor determinante (Raimondo et al., 2024), el modelo ha demostrado una versatilidad que trasciende su origen disciplinar en la salud pública.

En este artículo pretendemos explorar la utilización del modelo COM-B en la literatura en ciencias sociales y del comportamiento, evaluando su potencial como marco integrador para superar la dicotomía estructura-agencia. Para ello, en primer lugar, introduciremos las características principales del modelo COM-B. A continuación, mediante una revisión exploratoria (*scoping review*) de la literatura en Web of Science, PsycINFO y Elicit, analizaremos los tipos de estudios, los ámbitos de aplicación y la evidencia empírica acumulada. Finalmente, discutiremos las implicaciones teóricas y de investigación fundamentales.

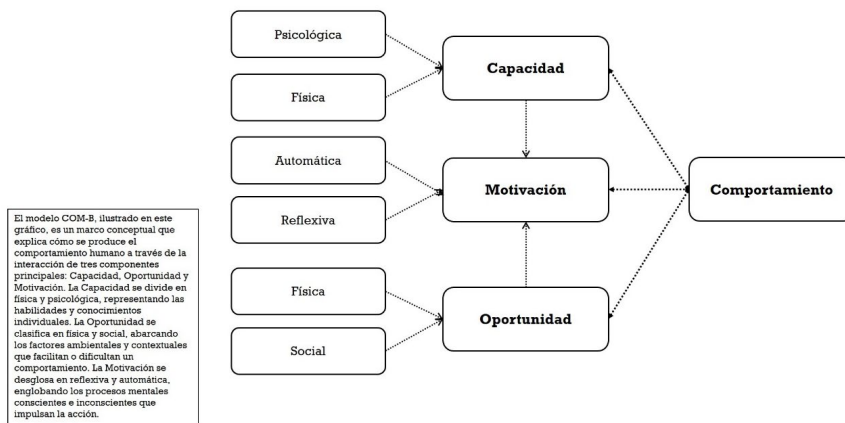
El modelo de capacidad, oportunidad y motivación

El modelo COM-B, introducido por Michie, Van Stralen y West (2011) y Michie, Atkins y West (2014), representa un avance en el estudio de la conducta social y las teorías del cambio de comportamiento. Diseñado como un marco general, simple pero exhaustivo, busca sintetizar los factores que influyen en el cambio comportamental y desarrollar intervenciones efectivas. Michie, Van Stralen y West (2011) identificaron, mediante una búsqueda sistemática, 19 marcos de intervenciones según tres criterios: exhaustividad, coherencia y vinculación con un modelo general de comportamiento. Propusieron el modelo COM-B cumpliendo estos criterios y examinaron su fiabilidad en el consumo de tabaco y la obesidad. Aunque nació con una finalidad más pragmática que teórica, ha demostrado gran capacidad para estimular la investigación empírica y la síntesis teórica.

La premisa central del modelo COM-B es que la conducta social se explica mediante tres componentes interactivos: motivación (automática y reflexiva), capacidades personales y oportunidad en el entorno biofísico y sociocultural. Estos elementos interactúan para generar conductas que, a su vez, influyen en los tres componentes (Michie, Van Stralen y West, 2011; Keyworth et al., 2020). La capacidad comprende las aptitudes psicológicas y físicas, incluyendo conocimientos y habilidades. La motivación abarca los procesos mentales que dirigen la conducta, incluyendo respuestas emocionales, normas personales y toma de decisiones. La oportunidad engloba los factores externos como barreras situacionales, normas sociales y arquitectura de decisión. Las relaciones entre componentes se representan mediante flechas uni y bidireccionales en la Figura 1.

Las raíces teóricas del modelo COM-B se encuentran en teorías del comportamiento bien establecidas como la teoría del comportamiento planificado, el modelo de creencias de salud (*Health Belief Model*), la teoría cognitiva social, la teoría de la motivación de protección (Rogers y Prentice-Dunn, 1997), la teoría de la autodeterminación, el modelo transteórico y el enfoque del proceso de acción en salud (Michie, van Stralen, et al., 2011). Meta-análisis y revisiones cuantitativas sugieren que estos enfoques alcanzan capacidades explicativas moderadas en distintos dominios.

El carácter integral del modelo COM-B sugiere una capacidad predictiva superior a modelos previos (Keyworth et al., 2020). Su naturaleza analítica e integral ha facilitado su adopción en diversos contextos de investigación, desde estudios cualitativos (Atkins et al., 2017) hasta el desarrollo de intervenciones (Barker, Atkins y de Lusignan, 2016) y revisiones sistemáticas (Simon y West, 2015). Sin embargo, su operacionalización y desarrollo de instrumentos de medida permanece limitado (Keyworth et al., 2020), lo que subraya la importancia de examinar sus desarrollos teóricos, aplicaciones empíricas y aspectos metodológicos.

Figura 1. Esquema del modelo de comportamiento COM-B

Fuente: Adaptado de [Michie et al. \(2011\)](#).

MÉTODO

El presente estudio adopta un enfoque de revisión exploratoria (scoping review) ([Arksey y O'Malley, 2005](#); [Peters et al., 2020](#)), orientado a mapear usos del modelo COM-B en la literatura e identificar patrones de aplicación y lagunas metodológicas. Siguiendo las recomendaciones PRISMA-ScR para revisiones exploratorias, se documentan de forma transparente: (a) fuentes, fechas y estrategias de búsqueda (b) criterios de inclusión/exclusión (c) proceso de cribado y (d) variables y categorías de codificación (véase Figura 2 y Apéndice A).

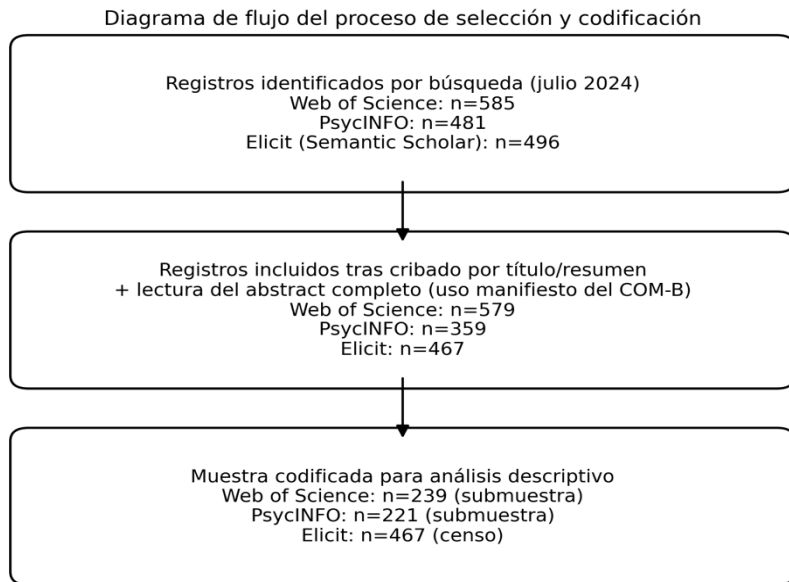
Con el objetivo de llevar a cabo la revisión exploratoria de la literatura académica, se realizó una búsqueda electrónica en tres bases de datos en julio de 2024: a) Web of Science (por ser una gran base de datos de artículos variados y multidisciplinares revisados por pares); b) PsycINFO (por estar centrada en las ciencias psicológicas y del comportamiento); y c) Elicit, una herramienta de inteligencia artificial para búsqueda de literatura académica que utiliza Semantic Scholar como base de datos subyacente y permite identificar artículos relevantes mediante procesamiento de lenguaje natural. A diferencia de WoS y PsycINFO, que utilizan búsqueda por palabras clave, Elicit emplea procesamiento de lenguaje natural (NLP) para identificar artículos semánticamente relevantes, por lo que la estrategia de búsqueda difiere. La búsqueda se limitó a artículos publicados en revistas con revisión por pares en lengua inglesa. En WoS y PsycINFO se utilizaron los siguientes términos de búsqueda para identificar artículos académicos que utilizaran el marco COM-B: (i) "COM-B model"; (ii) capability; (iii) motivation; (iv) opportunity. Los estudios debían incluir al menos dos términos de búsqueda en el título, el resumen o las palabras clave.

La identificación de estudios elegibles se llevó a cabo en dos etapas. En primer lugar, se examinaron los títulos y resúmenes de los artículos identificados a partir de las estrategias de búsqueda para seleccionar los estudios pertinentes. En segundo lugar, se revisaron los abstracts completos de estos artículos, seleccionándolos si hacían un uso manifiesto del modelo. En Web of Science se identificaron 585 artículos, de los cuales 579 cumplieron con los criterios de inclusión. En Elicit se encontraron 496 artículos, con 467 seleccionados. En PsycINFO, 481 artículos fueron identificados y 359 seleccionados. Dado que el objetivo era

mapear tendencias generales y no realizar una síntesis cuantitativa, cada base de datos fue analizada de forma independiente.

Dado el elevado número de registros incluidos tras el cribado por título/resumen y lectura del abstract completo en Web of Science (n=579) y PsycINFO (n=359), se construyó una submuestra intencional para la codificación descriptiva en cada una de estas fuentes. En concreto, se seleccionaron los registros mejor posicionados por el algoritmo de relevancia de cada base (top-relevance) hasta alcanzar un tamaño manejable de codificación (WoS: n=239; PsycINFO: n=221). Este procedimiento busca maximizar la inclusión de estudios con uso explícito del modelo COM-B y favorecer la identificación de patrones de aplicación, si bien introduce un sesgo potencial hacia trabajos más visibles o mejor indexados. En consecuencia, los resultados correspondientes a WoS y PsycINFO deben interpretarse como descriptivos de la submuestra codificada y no como estimaciones representativas del conjunto total de registros incluidos en cada base. El proceso de identificación, cribado y construcción de la muestra codificada se resume en la [Figura 2](#).

Figura 2. Diagrama de flujo del proceso de identificación, cribado y codificación



Para la codificación se utilizaron las siguientes categorías:

- Tipo de estudio:
 - » Cualitativos (entrevistas, grupos focales, análisis de contenido);
 - » Cuantitativos (encuestas, experimentos, análisis estadísticos);
 - » Mixtos (combinación de ambos); teóricos y de revisión (artículos conceptuales, revisiones);

- » Desarrollo de intervenciones (diseño de intervenciones basadas en COM-B); y metodológicos (desarrollo o validación de instrumentos).
- **Ámbito de aplicación:**
 - » Salud (enfermedades, tratamientos, prevención);
 - » Estilo de vida, nutrición y ejercicio;
 - » Cambio de comportamiento y participación social;
 - » Comportamiento medioambiental; tecnología y digitalización; y otros/no específico.

Una vez identificados los estudios, dos investigadores codificaron los datos a partir del abstract, según criterios preestablecidos (ver [apéndice](#)). La fiabilidad se aseguró mediante doble codificación ciega de un 10% de la muestra, resolviendo las discrepancias mediante consenso entre los autores. Los resultados se presentan de forma desagregada por base de datos, lo que permite apreciar las tendencias generales y las particularidades de cada fuente, evitando los sesgos asociados a la agregación de porcentajes sin ponderación.

Para examinar la evidencia cuantitativa del modelo COM-B, se analizó una submuestra de estudios cuantitativos publicados entre 2018 y 2024, seleccionados por su impacto académico medido a través del número de citaciones en Google Scholar. Los estudios, que emplean diseños tanto transversales como longitudinales, proporcionan una visión integral de la aplicación empírica cuantitativa del modelo. El análisis se centró en la consistencia de hallazgos a través de diversos dominios y las variaciones contextuales en su aplicabilidad, con el objetivo de identificar patrones emergentes y direcciones futuras para la investigación.

RESULTADOS

Tipos de estudios

La revisión de la literatura sobre el modelo COM-B revela varios patrones clave en los tipos de estudios realizados. La investigación cualitativa domina el panorama en las tres bases de datos consultadas. Por ejemplo, [MacDonald et al. \(2018\)](#) emplearon el modelo COM-B para obtener información en profundidad sobre el comportamiento sedentario entre los trabajadores de oficina del Reino Unido. Esta preponderancia de los estudios cualitativos sugiere un fuerte énfasis en explorar y comprender los matices del comportamiento en diversos contextos utilizando el modelo COM-B.

Los trabajos teóricos, conceptuales y de revisión de la literatura constituyen una porción significativa. Este conjunto de trabajos incluye tanto artículos introductorios que dilucidan los principios básicos del modelo, como el de [West y Michie \(2020\)](#), que proporciona una introducción al modelo COM-B y a la Teoría PRIME de la motivación, así como revisiones de aplicaciones específicas que sintetizan su uso en ámbitos concretos, como el estudio de [McDonagh et al. \(2018\)](#) en el contexto de la salud sexual. La presencia de estos trabajos subraya el desarrollo teórico y de síntesis del modelo dentro de la literatura académica.

Tabla 1. Clasificación de los artículos revisados en función del tipo de estudio (por base de datos)

Tipo de estudio	Elicit	Web of Science	PsycINFO
Estudios cualitativos	41%	43%	47%
Trabajos teóricos y de revisión	22%	20%	17%
Estudios cuantitativos	15%	25%	21%
Diseños mixtos	8%	7%	8%
Desarrollo de intervenciones	11%	3%	5%
Estudios metodológicos	2%	2%	3%

Nota: Los porcentajes se calcularon sobre una muestra de artículos codificados en cada base de datos (Elicit: n=467; Web of Science: n=239; PsycINFO: n=221). Los datos se presentan de forma independiente debido al solapamiento parcial entre bases.

Los estudios empíricos a partir de diseños cuantitativos y métodos mixtos representan una parte significativa de la bibliografía revisada. Esta proporción sustancial de investigación empírica muestra un énfasis en la medición de la contribución relativa de los factores considerados en el modelo en la explicación de la conducta. Por ejemplo, el estudio de [Ran et al. \(2022\)](#) utilizó una encuesta para entender cómo la información puede habilitar elecciones de alimentos sostenibles. El estudio mixto de [Johnson et al. \(2024\)](#) combinó encuesta y entrevistas para explorar las barreras y facilitadores de la participación en la investigación por parte de farmacéuticos hospitalarios australianos.

Los estudios sobre el desarrollo de intervenciones, aunque representan una proporción menor de la bibliografía, destacan la aplicación práctica del modelo COM-B en el diseño de intervenciones para el cambio de conducta. Por ejemplo, el estudio de [Barker et al. \(2016\)](#) sobre la mejora del uso de audífonos ilustra cómo se puede aprovechar el modelo para desarrollar intervenciones específicas que aborden retos conductuales concretos. Otro ejemplo es el trabajo de [Thompson et al. \(2018\)](#), que desarrolló una intervención para promover el uso sostenido de estufas de gas entre mujeres embarazadas en Guatemala.

Finalmente, los estudios metodológicos constituyen solo una pequeña fracción de la literatura revisada. Esta escasez de investigación metodológica sugiere un área potencial para futuras investigaciones, particularmente en el desarrollo o perfeccionamiento de métodos para aplicar o medir los constructos del COM-B. El enfoque limitado en los aspectos metodológicos puede indicar la necesidad de enfoques más estandarizados para operacionalizar los componentes del modelo en diferentes contextos conductuales. Un ejemplo de este tipo de estudio es el trabajo de [Keyworth et al. \(2020\)](#), que desarrolló y validó una breve medida de capacidades, oportunidades y motivaciones.

Ámbitos de aplicación

La mayor parte de la literatura académica sobre el modelo COM-B se centra en la conducta en salud, constituyendo la categoría predominante en las tres bases de datos. Por ejemplo, [Bru García et al. \(2022\)](#) utilizaron el marco COM-B para diseñar y evaluar campañas de salud sexual, centrándose en las barreras para el uso del preservativo y las pruebas de ITS. Del mismo modo, [Timkova et al. \(2024\)](#) aplicaron el modelo para identificar facilitadores como la autoeficacia y la autoestima en el control del sobrepeso y la obesidad. Estos ejemplos ilustran la eficacia del modelo para abordar conductas sanitarias complejas.

Los estudios sobre estilo de vida, nutrición y ejercicio físico constituyen la segunda categoría más frecuente, reflejando un interés significativo en estas áreas. [Willmott et al. \(2021\)](#), por ejemplo, examinaron las conductas alimentarias a través del marco COM-B, identificando los factores clave que influyen en los hábitos dietéticos. [Flannery et al. \(2018\)](#) identificaron facilitadores y barreras para la actividad física en mujeres embarazadas con sobrepeso y obesidad. Esta investigación demostró cómo el modelo COM-B puede promover eficazmente elecciones de estilo de vida más saludables, enfatizando el papel del análisis conductual estructurado en el desarrollo de intervenciones que fomenten mejores hábitos de nutrición y ejercicio.

La [Tabla 2](#) resume el alcance de la aplicación en las tres bases de datos. Los estudios relacionados con la salud predominan en todas las fuentes (Elicit: 72%; Web of Science: 66%; PsycINFO: 64%). La categoría de estilo de vida, nutrición y ejercicio es la segunda más común (Elicit: 15%; Web of Science: 17%; PsycINFO: 23%).

Tabla 2. Clasificación de los artículos revisados en función del tema objeto de estudio (por base de datos)

Ámbito de aplicación	Elicit	Web of Science	PsycINFO
Salud	72%	66%	64%
Estilo de vida, nutrición y ejercicio	15%	17%	23%
Cambio de comportamiento y participación social	7%	9%	6%
Comportamiento medioambiental	3%	2%	4%
Tecnología y digitalización	1%	5%	4%
Otros / No específico	2%	0,4%	0%

Nota: Los porcentajes se calcularon sobre la muestra de artículos codificados en cada base. La variación refleja los diferentes énfasis disciplinares de cada fuente.

El cambio de comportamiento y la participación social representan una proporción menor de los estudios revisados. [Ambrose-Oji et al. \(2022\)](#), por ejemplo, investigaron las prácticas de gestión de árboles de los agricultores para el control de plagas y enfermedades, aprovechando el modelo COM-B para comprender los diversos determinantes del comportamiento de los agricultores. El estudio de [Thompson et al. \(2018\)](#) evaluó la implementación de estufas de gas licuado de petróleo junto con una intervención conductual por fases, diseñada utilizando el modelo COM-B y el Marco de Dominios Teóricos, para promover el uso exclusivo de estufas de gas entre mujeres embarazadas en zonas rurales de Guatemala. Estas aplicaciones destacan la versatilidad del modelo para abordar el cambio de comportamiento en diversos contextos sociales.

Una pequeña proporción de la bibliografía examina el comportamiento medioambiental a través de la lente del modelo COM-B, lo que refleja un uso incipiente pero limitado del modelo en esta área. El estudio de [Ran et al. \(2022\)](#), por ejemplo, analizó cómo la información puede facilitar la elección de alimentos sostenibles. [Perros et al. \(2022\)](#) realizaron una revisión estructurada de la literatura para identificar y clasificar los factores que impulsan el uso combinado de combustibles limpios para cocinar (*fuel stacking*), utilizando el modelo COM-B, con el fin de proporcionar recomendaciones para mejorar la adopción de estufas y combustibles limpios.

Una proporción similar de la literatura aborda la tecnología y la digitalización utilizando el modelo COM-B. [Toro-Troconis et al. \(2021\)](#) analizaron la adopción de metodologías de diseño de aprendizaje en la educación superior, enmarcando el proceso de adopción a través del modelo COM-B. Del mismo modo, [Maidment et al. \(2019\)](#) utilizaron el modelo para evaluar la usabilidad de los dispositivos de escucha conectados a teléfonos inteligentes para adultos con pérdida auditiva.

Por último, una pequeña fracción de los estudios se pueden clasificar como aplicaciones no específicas del modelo COM-B. Estudios como el de [Keyworth et al. \(2020\)](#) se centran en el desarrollo y validación de las medidas COM-B, avanzando en la utilidad teórica y práctica del modelo. Estos estudios fundacionales apoyan la aplicación más amplia del modelo COM-B, mejorando su adaptabilidad y eficacia en diversos entornos prácticos y de investigación.

Análisis empírico cuantitativo del modelo COM-B

El análisis de la submuestra de estudios empíricos cuantitativos (ver [tabla 3](#)) proporciona los siguientes resultados:

Las capacidades emergieron como un predictor significativo del comportamiento en diversos dominios. [Howlett et al. \(2019\)](#) encontraron que la capacidad era el predictor principal de la actividad física moderada a vigorosa. En comportamientos alimentarios, [Kuosmanen et al. \(2023\)](#) identificaron la falta de familiaridad como barrera clave para el consumo de legumbres, mientras que [Jiang y Farag \(2023\)](#) hallaron que la familiaridad con canales de compra y conocimiento culinario facilitaban la compra de alternativas vegetales. Sin embargo, la importancia de las capacidades varía según el contexto. [Advani et al. \(2023\)](#) encontraron que el conocimiento por sí solo era insuficiente para garantizar prácticas médicas basadas en evidencia, y [Armitage y Munro \(2023\)](#) demostraron que las oportunidades y motivaciones, pero no las capacidades, se asociaban significativamente con el comportamiento.

La motivación se reveló como el predictor más robusto del comportamiento. [Willmott et al. \(2021\)](#) encontraron que mediaba la relación entre capacidad y comportamiento en actividad física y alimentación. En un metaanálisis sobre reducción del uso de plástico, [Allison et al. \(2022\)](#) identificaron la motivación reflexiva como el factor más influyente. En comportamientos alimentarios, [Van Den Berg et al. \(2022\)](#) y [Jiang y Farag \(2023\)](#) encontraron que preocupaciones ambientales y de bienestar animal motivaban la reducción del consumo de carne y la compra de alternativas vegetales. [Timkova et al. \(2024\)](#) identificaron la autoeficacia como un facilitador clave en el manejo del sobrepeso.

La oportunidad mostró un papel significativo, aunque variable. En salud, [Ellis et al. \(2019\)](#) identificaron factores como tiempo, cuidado infantil y apoyo social en la actividad física posnatal. En comportamientos dietéticos, [Kuosmanen et al. \(2023\)](#) y [Van Den Berg et al. \(2022\)](#) señalaron el precio como factor determinante para el consumo de alternativas vegetales. Los factores de oportunidad frecuentemente interactuaron con otros componentes. Por ejemplo, [Seston et al. \(2023\)](#) encontraron que, pese a tener capacidad y motivación, los farmacéuticos comunitarios tenían menos probabilidades de implementar cambios sin apoyo institucional.

En general, se observan los siguientes patrones:

1. El modelo COM-B generalmente demuestra una buena capacidad explicativa, con diferencias significativas entre estudios. [Willmott et al. \(2021\)](#), por ejemplo, encontraron que el modelo COM-B era capaz de explicar el 31% de la varianza en la conducta de actividad física y el 23% de la varianza en la conducta alimentaria. [Keyworth et al. \(2020\)](#) encontraron que el modelo era capaz de explicar entre el 21% y el 47% de la varianza del comportamiento. [Howlett et al. \(2019\)](#) mostraron que el modelo era capaz de explicar el 50% de la varianza en el comportamiento estudiado.
2. Interacción entre componentes: muchos estudios destacan las complejas interrelaciones entre capacidades, oportunidades y motivaciones. Por ejemplo, [Howlett et al. \(2021\)](#) encontraron que la capacidad y la oportunidad explicaban una porción significativa de la varianza en la motivación para el comportamiento

sedentario. [Jiang y Farag \(2023\)](#) observaron que, con capacidades y oportunidades, los consumidores tenían más probabilidades de estar motivados para comprar alternativas a la carne.

3. Variabilidad contextual: la importancia relativa de cada componente del COM-B varió dependiendo del comportamiento y la población estudiada. Así, por ejemplo, mientras que algunos estudios observan que la oportunidad física y la motivación reflexiva son los factores más influyentes en el comportamiento en un ámbito, otros estudios reportan resultados diferentes en otros ámbitos.
4. Efectos mediadores: varios estudios identifican efectos mediadores entre los componentes del COM-B. Por ejemplo, [Willmott et al. \(2021\)](#) encontraron que la motivación mediaba la relación entre la capacidad y el comportamiento en modelos tanto de actividad física como de alimentación.
5. Influencias sociodemográficas: múltiples estudios encontraron que los factores sociodemográficos influían en los componentes del COM-B. Tal y como se considera en el modelo integrado de predicción conductual ([Yzer, 2012](#)) las variables sociodemográficas, así como otros factores socioculturales, actúan como variables contextuales antecedentes de la capacidad, la motivación y la oportunidad.

Tabla 3. Selección de artículos basados en estudios cuantitativos

Autores	Tema
Howlett et al. (2019)	Actividad física
Willmott et al. (2021)	Actividad física y conductas alimentarias
Xiao et al. (2023)	Participación de los pacientes con cáncer en la toma de decisiones sobre el tratamiento
Keyworth et al. (2020)	Desarrollo de una medida COM-B
Abreu-Placeres et al. (2020)	Conducta de aislamiento de los estudiantes de odontología
Advani et al. (2023)	Prácticas de cultivo de orina de las enfermeras
Seston et al. (2023)	Aplicación de la formación sobre el cambio de conducta por parte de los profesionales farmacéuticos
Ellis et al. (2019)	Actividad física postnatal
Armitage y Munro (2023)	Asistencia a pruebas de audición
Howlett et al. (2021)	Comportamiento sedentario
Timkova et al. (2024)	Control del sobrepeso y la obesidad
Abreu-Placeres et al. (2018)	Comportamiento de los dentistas frente a la caries
Kwah et al. (2019)	Acceso a los servicios para dejar de fumar del NHS
Ran et al. (2022)	Elección de alimentos sostenibles
Varisco et al. (2020)	Comodidad de los farmacéuticos para dispensar naloxona
Van Den Berg et al. (2022)	Reducción del consumo de carne
Jiang y Farag (2023)	Consumo de alternativas a la carne de origen vegetal
Kuosmanen et al. (2023)	Consumo de legumbres y alternativas cárnicas vegetales

El modelo COM-B y otros modelos sobre la conducta social

El modelo COM-B coexiste con otros marcos teóricos relevantes en el estudio del cambio comportamental, incluyendo el Modelo Integrativo de Predicción del Comportamiento (Fishbein, 2000, 2008), el marco de Habilidad-Motivación-Oportunidad (MOA) y el modelo Socio-Ecológico (McLeroy et al., 1988; Stokols et al., 1996). El análisis comparativo de estos modelos revela patrones significativos de complementariedad y diferenciación teórica.

El modelo COM-B y el MIPC de Fishbein (2000) comparten el objetivo fundamental de elucidar los determinantes del comportamiento humano. Sin embargo, difieren significativamente en su estructura conceptual y énfasis teórico. Así, frente a los tres factores del COM-B, el MIPC de Fishbein enfatiza el papel más específico de las actitudes hacia el comportamiento, las normas percibidas y la auto-eficacia en la formación de las intenciones comportamentales. Una distinción crucial es el enfoque principal en la intención de comportamiento, y sus determinantes más importantes, en el modelo integrado frente al modelo COM-B. El MIPC reconoce la importancia de las barreras externas y las capacidades en la formación de la conducta, pero con menor énfasis que el modelo COM-B. Asimismo, el MIPC incluye explícitamente las “variables de fondo”, tales como la cultura, la identidad y los factores sociodemográficos, que influyen directamente en las variables principales del modelo (Fishbein, 2000).

El modelo COM-B y el marco MOA presentan similitudes estructurales notables, reconociendo la importancia de la capacidad/habilidad, la motivación y la oportunidad como determinantes clave del comportamiento. No obstante, el COM-B ofrece una categorización más refinada, distinguiendo entre capacidad física y psicológica, y entre oportunidad física y social (Michie et al., 2011). Otra diferencia significativa radica en sus contextos de aplicación. Mientras que el COM-B ha sido ampliamente utilizado en el ámbito de la salud pública y el cambio de comportamiento, el MOA ha encontrado mayor aplicación en la investigación de sistemas de información y gestión de recursos humanos (Siemsen et al., 2008).

El modelo COM-B y el Modelo Socio-Ecológico ofrecen perspectivas complementarias pero distintivas sobre el comportamiento humano. El COM-B se centra en los determinantes inmediatos del comportamiento a nivel individual, mientras que el modelo socio-ecológico proporciona una visión multinivel y sistémica de los factores que influyen en el comportamiento. El modelo socio-ecológico, fundamentado en el trabajo de Bronfenbrenner (1994), considera múltiples niveles de influencia, desde el individual hasta el político y ambiental, reconociendo las interacciones complejas entre estos niveles. Esta perspectiva holística permite una comprensión más sistémica de cómo los factores sociales, culturales y ambientales interactúan para influir en el comportamiento. Por otro lado, el COM-B ofrece un marco más específico y analítico para identificar los determinantes directos del comportamiento y diseñar intervenciones específicas. Sin embargo, carece de la perspectiva sistémica y multinivel explícita del modelo socio-ecológico.

El modelo COM-B puede permitir, también, complementar otros modelos teóricos no orientados a la explicación de los factores determinantes de la conducta social sino a su descripción y comprensión temporal, tales como el marco de Acción-Actor-Contexto-Objetivo-Tiempo (AACTT), el Modelo Transteórico (TTM) o la Teoría de las Prácticas Sociales. El Modelo Transteórico (TTM), por ejemplo, desarrollado por Prochaska y Velicer (1997), postula que el cambio de comportamiento ocurre en etapas: pre-contemplación, contemplación, preparación, acción y mantenimiento. Este modelo aporta una dimensión temporal al proceso de cambio que complementa el enfoque más estático del COM-B.

Finalmente, la Teoría de las Prácticas Sociales, promovida por académicas como Shove (2010), y con amplia difusión en algunos ámbitos de la Sociología, ofrece una perspectiva complementaria para entender el comportamiento social, centrándose en las rutinas y

hábitos que constituyen la vida cotidiana. Esta teoría argumenta que el comportamiento está incrustado en prácticas sociales que son configuradas por significados, competencias y materiales. Si bien el modelo de las prácticas sociales adopta un enfoque centrado en la práctica y no en el individuo, como el modelo COM-B, ambos modelos comparten el objetivo de superar los enfoques centrados exclusivamente en las actitudes e intenciones individuales.

DISCUSIÓN

Esta revisión exploratoria ha examinado la aplicación y desarrollo del modelo COM-B en la literatura académica, identificando patrones significativos en el marco de las ciencias sociales y del comportamiento.

Como se planteó en la introducción, las ciencias sociales y del comportamiento han oscilado históricamente entre explicaciones que priorizan la estructura y explicaciones que priorizan la agencia. Esta dicotomía tiene consecuencias prácticas directas: un enfoque exclusivamente estructuralista corre el riesgo de ignorar que los individuos no son receptores pasivos de influencias ambientales, mientras que un enfoque exclusivamente centrado en la agencia individual corre el riesgo de responsabilizar a los individuos de conductas fuertemente condicionadas por factores externos. El valor teórico del modelo COM-B reside precisamente en su rechazo de esta dicotomía: al postular que la conducta requiere simultáneamente capacidad, oportunidad y motivación, el modelo obliga a considerar ambas dimensiones en cualquier análisis o intervención.

Los resultados de la revisión muestran una marcada heterogeneidad metodológica, con un claro predominio de los estudios cualitativos y una presencia notable de trabajos teóricos y de revisión. La investigación empírica cuantitativa y los diseños mixtos demuestran un interés creciente en la medición operativa de los componentes del modelo, aunque la escasez de estudios metodológicos señala una brecha crítica en la operacionalización y medición estandarizada. En términos temáticos, la aplicación del modelo se concentra significativamente en el ámbito de la salud, seguido por estudios sobre estilo de vida, nutrición y ejercicio. Esta distribución refleja la génesis institucional del modelo, pero también sugiere un potencial de aplicación aún no explorado. El comportamiento medioambiental, por ejemplo, presenta características que lo harían especialmente susceptible al análisis COM-B: requiere capacidades específicas (conocimiento sobre reciclaje, habilidades para el uso de transporte alternativo), depende fuertemente de oportunidades físicas y sociales (infraestructuras, normas comunitarias), y está mediado por motivaciones tanto reflexivas (valores ambientales) como automáticas (hábitos de consumo). De manera similar, el comportamiento político, económico u organizacional podrían beneficiarse de análisis que integren estos tres componentes (Spotswood et al., 2015).

Los resultados de la investigación empírica cuantitativa sugieren que los tres componentes del modelo predicen significativamente el comportamiento, aunque su importancia relativa varía según el contexto específico (Howlett et al., 2019; Willmott et al., 2021). Esta variabilidad contextual constituye uno de los hallazgos más relevantes de la revisión. En algunos dominios, como la actividad física, la capacidad emerge como predictor principal; en otros, como la reducción del consumo de plástico, predomina la motivación reflexiva; en comportamientos que requieren recursos externos, como el acceso a servicios sanitarios, la oportunidad física resulta determinante. Esta configuración variable implica que no existe una “receta universal” para el cambio de comportamiento: cada contexto requiere un diagnóstico específico de qué componentes están limitando la conducta y, consecuentemente, qué tipos de intervención tienen mayor probabilidad de ser efectivos (Nabafu et al., 2023; Bryant et al., 2023).

Las implicaciones para el diseño de políticas e intervenciones son sustanciales. El modelo sugiere que las intervenciones más efectivas serán aquellas que aborden simultáneamente los tres componentes, calibrando su énfasis según el diagnóstico de cada contexto. Una intervención para promover la actividad física, por ejemplo, será ineficaz si se limita a campañas informativas (motivación) cuando el problema principal es la falta de infraestructuras (oportunidad física) o de habilidades (capacidad). El COM-B proporciona así un marco diagnóstico sistemático. Esta lógica ha sido formalizada en la “Rueda del Cambio de Comportamiento” (*Behaviour Change Wheel*), que vincula los componentes del COM-B con nueve funciones de intervención específicas —educación, persuasión, incentivación, coerción, entrenamiento, restricción, reestructuración ambiental, modelado y habilitación— y siete categorías de políticas públicas (Michie et al., 2011). La BCW permite así traducir el diagnóstico COM-B en estrategias de intervención concretas, ofreciendo a los diseñadores de políticas un repertorio sistemático de opciones basado en la evidencia.

El análisis comparativo del modelo COM-B con otros marcos teóricos revela tanto complementariedades como diferenciaciones significativas. Mientras que el Modelo Integrativo de Predicción del Comportamiento (Fishbein, 2000) enfatiza el papel de las actitudes, normas percibidas y autoeficacia en la formación de intenciones conductuales, el COM-B adopta una perspectiva más amplia que integra factores contextuales y automáticos. Esta complementariedad sugiere posibilidades de integración conceptual: el MIPC podría enriquecer la comprensión de los procesos motivacionales dentro del COM-B, mientras que este último amplía el foco hacia las oportunidades estructurales que el MIPC trata como variables de fondo.

Merece reflexión específica la relación con la teoría de las prácticas sociales, que ha articulado la crítica más influyente a los modelos de cambio de comportamiento desde la sociología (Shove, 2010; Shove et al., 2012). Shove argumenta que el “paradigma ABC”, que asume que el comportamiento resulta de actitudes y elecciones individuales, es teóricamente ingenuo. Esta crítica tiene mérito, pero su aplicación al COM-B requiere matices. A diferencia de modelos puramente cognitivo-actitudinales, el COM-B incorpora la oportunidad como componente necesario, reconociendo que los individuos actúan dentro de contextos que habilitan o restringen sus opciones. La diferencia puede interpretarse como complementariedad: mientras la teoría de las prácticas ilumina cómo las conductas se estabilizan socialmente a través de significados, competencias y materiales, el COM-B ofrece un marco analítico a nivel individual para identificar puntos de intervención que pueden desestabilizar prácticas existentes o promover nuevas (Spotswood et al., 2015).

Las implicaciones teóricas, metodológicas y prácticas de estos hallazgos son múltiples. En el plano teórico, el modelo COM-B ofrece un puente potencial entre tradiciones individualistas y estructuralistas, integrando factores psicológicos y contextuales en un marco analítico coherente. En el ámbito metodológico, se identifica una necesidad crítica de desarrollar instrumentos de medición estandarizados que capturen adecuadamente los seis dominios del modelo (capacidad física y psicológica, oportunidad física y social, motivación automática y reflexiva). Esta estandarización facilitaría la comparación sistemática entre estudios y fortalecería la evaluación de la validez predictiva del modelo. En términos prácticos, las intervenciones basadas en el COM-B deberían adoptar un enfoque contextualmente calibrado, reconociendo la variabilidad en la relevancia relativa de los componentes según el dominio conductual y las características poblacionales.

Es necesario reconocer ciertas limitaciones en esta revisión. En primer lugar, la búsqueda se limitó a artículos en inglés, lo que puede haber excluido literatura relevante. En segundo lugar, el análisis independiente de cada base de datos no permite estimar el número total de estudios únicos. En tercer lugar, la diversidad metodológica y conceptual de los estudios analizados dificulta la síntesis sistemática y la generalización de hallazgos. Frente a estas limitaciones, futuros desarrollos del modelo COM-B podrían beneficiarse de una mayor integración con

perspectivas que enfatizan factores contextuales, normas culturales e influencias sociales más amplias. La incorporación de aspectos temporales y dinámicos podría también enriquecer su capacidad para conceptualizar procesos de cambio longitudinales.

Las futuras líneas de investigación deberían orientarse hacia: (1) la validación empírica sistemática del modelo en diversos contextos socioculturales, evaluando su aplicabilidad transcultural, (2) el desarrollo de instrumentos de medición robustos que capturen adecuadamente los seis dominios del modelo, (3) la exploración de sinergias teóricas con otros marcos conceptuales, particularmente aquellos que abordan dinámicas temporales y estructurales, y (4) la aplicación del modelo en dominios conductuales menos explorados, como el comportamiento político, económico o tecnológico.

En última instancia, el valor del modelo COM-B para las ciencias sociales no reside en ser “el modelo definitivo” del comportamiento, pretensión epistemológicamente ingenua, sino en ofrecer un marco de síntesis que supera limitaciones de enfoques anteriores. Al reconocer que la conducta requiere capacidad, oportunidad y motivación, el modelo obliga a abandonar explicaciones monocausales y considerar la interacción entre factores individuales y estructurales. Para la sociología específicamente, el COM-B representa una oportunidad de diálogo con las ciencias del comportamiento sin renunciar a la atención a los factores estructurales que constituyen el núcleo de la disciplina.

DECLARACIÓN DE USO DE IA

En este estudio se utilizaron herramientas de inteligencia artificial de dos formas: (1) Búsqueda de literatura: Se empleó Elicit (<https://elicit.com>), una herramienta basada en Semantic Scholar que utiliza modelos de lenguaje para identificar artículos relevantes mediante consultas en lenguaje natural. (2) Asistencia en redacción: Se utilizó Claude ([Anthropic, 2024](#)) para asistir en la generación de borradores, síntesis de información y revisión de coherencia. Todos los contenidos fueron verificados y editados por los autores. Las decisiones sobre interpretación de datos, conclusiones y recomendaciones fueron realizadas íntegramente por los investigadores.

FINANCIACIÓN

Este artículo se ha realizado en el contexto del proyecto “Vulnerabilidad social y subjetiva ante las olas de calor en entornos urbanos” (VULNERA). Financiación: Proyectos de Generación de Conocimiento, Plan Estatal de Investigación Científica y Técnica y de Innovación (PEICTI) bajo la subvención PID2022-137024OB-I00.

REFERENCIAS

- Abreu-Placeres, N., Newton, J. T., Pitts, N., Garrido, L. E., Ekstrand, K. R., Avila, V., & Martignon, S. (2018). Understanding dentists' caries management: The COM-B ICCMS™ questionnaire. *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, 46(6), 545-554. <https://doi.org/10.1111/cdoe.12388>
- Abreu-Placeres, N., Yunes Fragoso, P., Cruz Aponte, P., & Garrido, L. E. (2020). Rubber dam isolation survey (RDIS) for adhesive restorative treatments. *European Journal of Dental Education*, 24(4), 724-733. <https://doi.org/10.1111/eje.12562>

- Advani, S. D., Winters, A., Turner, N. A., Smith, B. A., Seidelman, J., Schmader, K., & Reynolds, S. S. (2023). Using the COM-B model to identify barriers to and facilitators of evidence-based nurse urine-culture practices. *Antimicrobial Stewardship & Healthcare Epidemiology*, 3(1), e62. <https://doi.org/10.1017/ash.2023.142>
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)
- Ajzen, I., & Fishbein, M. (1980). *Understanding attitudes and predicting social behavior*. Prentice-Hall.
- Allison, A. L., Baird, H. M., Lorencatto, F., Webb, T. L., & Michie, S. (2022). Reducing plastic waste: A meta-analysis of influences on behaviour and interventions. *Journal of Cleaner Production*, 380, 134860. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2022.134860>
- Ambrose-Oji, B., Goodenough, A., Urquhart, J., Hall, C., & Karlsdóttir, B. (2022). We're farmers not foresters: Farmers' decision-making and behaviours towards managing trees for pests and diseases. *Forests*, 13(7), 1030. <https://doi.org/10.3390/f13071030>
- Anthropic. (2024). *Claude 3.5 Sonnet* [Large language model]. <https://www.claude.ai/>
- Archer, M. S. (1995). *Realist social theory: The morphogenetic approach*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511557675>
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19–32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Armitage, C. J., & Munro, K. J. (2023). Can the capabilities, opportunities and motivations model predict health behavior 1 year later? *Health Psychology*, 42(4), 270–275. <https://doi.org/10.1037/hea0001269>
- Atkins, L., Francis, J., Islam, R., O'Connor, D., Patey, A., Ivers, N., & Michie, S. (2017). A guide to using the Theoretical Domains Framework of behaviour change to investigate implementation problems. *Implementation Science*, 12(1), 77. <https://doi.org/10.1186/s13012-017-0605-9>
- Aunger, R., & Curtis, V. (2016). Behaviour Centred Design: Towards an applied science of behaviour change. *Health Psychology Review*, 10(4), 425–446. <https://doi.org/10.1080/17437199.2016.1219673>
- Bamberg, S., Ajzen, I., & Schmidt, P. (2003). Choice of travel mode in the theory of planned behavior: The roles of past behavior, habit, and reasoned action. *Basic and Applied Social Psychology*, 25(3), 175–187. https://doi.org/10.1207/S15324834BASP2503_01
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall.
- Barker, F., Atkins, L., & de Lusignan, S. (2016). Applying the COM-B behaviour change model and behaviour change wheel to develop an intervention to improve hearing-aid use. *International Journal of Audiology*, 55(sup3), S90–S98. <https://doi.org/10.3109/14992027.2015.1120894>
- Bartholomew, L. K., Parcel, G. S., Kok, G., Gottlieb, N. H., & Fernández, M. E. (2016). *Planning health promotion programs: An intervention mapping approach* (4th ed.). Jossey-Bass.

- Boudon, R. (2008). ¿Qué teoría del comportamiento para las ciencias sociales? *Revista Española de Sociología*, (8), 5-21. <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/65042>
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. In T. Husen & T. N. Postlethwaite (Eds.), *International Encyclopedia of Education* (Vol. 3, 2nd ed., pp. 1643–1647). Elsevier.
- Bru Garcia, S., Chałupnik, M., Irving, K., & Haselgrove, M. (2022). Increasing condom use and STI testing: Creating a behaviourally informed sexual healthcare campaign using the COM-B model of behaviour change. *Behavioral Sciences*, 12(4), 108. <https://doi.org/10.3390/bs12040108>
- Bryant, C. J., Ross, E., & Flores, C. (2023). Going through changes: A longitudinal study of meat reduction over time in the UK. *Food Quality and Preference*, 107, 104854. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2023.104854>
- Castells, M. (1977). *The urban question: A Marxist approach*. MIT Press.
- Collins, R. (2018). What has micro-sociology accomplished? In R. Collins (Ed.), *Ritual, emotion, violence* (pp. 9–28). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429464157-9>
- Conner, M., & Norman, P. (Eds.). (2005). *Predicting health behaviour: Research and practice with social cognition models* (2nd ed.). Open University Press.
- Dickson, T. J., & Darcy, S. (2020). A question of time: A brief systematic review and temporal extension of the socioecological framework as applied in sport and physical activity. *Translational Sports Medicine*, 4(2), 163–173. <https://doi.org/10.1002/tsm2.203>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Duan, Z., Liu, C., Han, M., Wang, D., Zhang, X., & Liu, C. (2021). Understanding consumer behavior patterns in antibiotic usage for upper respiratory tract infections: A study protocol based on the COM-B framework. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 17(5), 978–985. <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2020.07.033>
- Durkheim, É. (1895) [1985]. *Las reglas del método sociológico*. Ediciones Akal.
- Ellis, K., Pears, S., & Sutton, S. (2019). Behavioural analysis of postnatal physical activity in the UK according to the COM-B model: A multi-methods study. *BMJ Open*, 9(8), e028682. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-028682>
- Fishbein, M. (2000). The role of theory in HIV prevention. *AIDS Care*, 12(3), 273–278. <https://doi.org/10.1080/09540120050042918>
- Fishbein, M. (2008). A reasoned action approach to health promotion. *Medical Decision Making*, 28(6), 834–839. <https://doi.org/10.1177/0272989X08326092>
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior: The reasoned action approach*. Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203838020>
- Fishbein, M., & Yzer, M. C. (2003). Using theory to design effective health behavior interventions. *Communication Theory*, 13(2), 164–183. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2003.tb00287.x>
- Flannery, C., McHugh, S., Anaba, A. E., Clifford, E., O’Riordan, M., Kenny, L. C., & Byrne, M. (2018). Enablers and barriers to physical activity in overweight and obese pregnant women: An analysis informed by the theoretical domains framework and COM-B model. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 18, 178. <https://doi.org/10.1186/s12884-018-1816-z>

- Giddens, A. (1984). *The constitution of society: Outline of the theory of structuration*. Polity Press.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2008). *Health behavior and health education: Theory, research, and practice* (4th ed.). Jossey-Bass.
- Howlett, N., Schulz, J., Trivedi, D., Troop, N., & Chater, A. (2019). A prospective study exploring the construct and predictive validity of the COM-B model for physical activity. *Journal of Health Psychology, 24*(10), 1378–1391. <https://doi.org/10.1177/1359105317739098>
- Howlett, N., Schulz, J., Trivedi, D., Troop, N., & Chater, A. (2021). Determinants of weekly sitting time: Construct validation of an initial COM-B model and comparison of its predictive validity with the theory of planned behaviour. *Psychology & Health, 36*(1), 96–114. <https://doi.org/10.1080/08870446.2020.1763994>
- Jiang, M., & Farag, K. W. (2023). Is China ready for change? Consumer behaviour towards buying plant-based meat alternatives: Applying the COM-B model. *British Food Journal, 125*(9), 3127–3144. <https://doi.org/10.1108/BFJ-07-2022-0596>
- Johnson, J. L., Blefari, C., & Marotti, S. (2024). Application of the COM-B model to explore barriers and facilitators to participation in research by hospital pharmacists and pharmacy technicians: A cross-sectional mixed-methods survey. *Research in Social and Administrative Pharmacy, 20*(1), 43–53. <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2023.10.002>
- Keyworth, C., Epton, T., Goldthorpe, J., Calam, R., & Armitage, C. J. (2020). Acceptability, reliability, and validity of a brief measure of capabilities, opportunities, and motivations (“COM-B”). *British Journal of Health Psychology, 25*(3), 474–501. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12417>
- Kuosmanen, S., Niva, M., Pajari, A.-M., Korhonen, K., Muilu, T., & Kontinen, H. (2023). Barriers associated with pulse and plant-based meat alternative consumption across sociodemographic groups: A Capability, Opportunity, Motivation, Behaviour model approach. *Frontiers in Nutrition, 10*, 1186165. <https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1186165>
- Kwah, K. L., Fulton, E. A., & Brown, K. E. (2019). Accessing National Health Service stop smoking services in the UK: A COM-B analysis of barriers and facilitators perceived by smokers, ex-smokers and stop smoking advisors. *Public Health, 171*, 123–130. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2019.03.012>
- Lee, E. S. (1966). A theory of migration. *Demography, 3*(1), 47–57. <https://doi.org/10.2307/2060063>
- Lorencatto, F., Charani, E., Sevdalis, N., Tarrant, C., & Davey, P. (2018). Driving sustainable change in antimicrobial prescribing practice: How can social and behavioural sciences help? *Journal of Antimicrobial Chemotherapy, 73*(10), 2613–2624. <https://doi.org/10.1093/jac/dky222>
- MacDonald, B., Fitzsimons, C., & Niven, A. (2018). Using the COM-B model of behaviour to understand sitting behaviour in U.K. office workers. *Sport and Exercise Psychology Review, 14*(1), 23–32. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2018.14.1.23>
- Maibach, E. W., Abrams, L. C., & Marosits, M. (2007). Communication and marketing as tools to cultivate the public’s health: A proposed “people and places” framework. *BMC Public Health, 7*, 88. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-7-88>
- Maidment, D. W., Ali, Y. H. K., & Ferguson, M. A. (2019). Applying the COM-B model to assess the usability of smartphone-connected listening devices in adults with hearing loss. *Journal of the American Academy of Audiology, 30*(5), 417–430. <https://doi.org/10.3766/jaaa.18061>

- McDonagh, L. K., Saunders, J. M., Cassell, J., Curtis, T., Bastaki, H., Hartney, T., & Rait, G. (2018). Application of the COM-B model to barriers and facilitators to chlamydia testing in general practice for young people and primary care practitioners: A systematic review. *Implementation Science*, *13*, 130. <https://doi.org/10.1186/s13012-018-0821-y>
- McLeroy, K. R., Bibeau, D., Steckler, A., & Glanz, K. (1988). An ecological perspective on health promotion programs. *Health Education Quarterly*, *15*(4), 351–377. <https://doi.org/10.1177/109019818801500401>
- Merton, R. K. (1968). *Social theory and social structure* (Enlarged ed.). Free Press.
- Michie, S., Atkins, L., & West, R. (2014). *The behaviour change wheel: A guide to designing interventions*. Silverback Publishing.
- Michie, S., van Stralen, M. M., & West, R. (2011). The behaviour change wheel: A new method for characterising and designing behaviour change interventions. *Implementation Science*, *6*, 42. <https://doi.org/10.1186/1748-5908-6-42>
- More, K. R., & Phillips, L. A. (2022). The utility of the integrated behavior change model as an extension of the theory of planned behavior. *Frontiers in Psychology*, *13*, 940777. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.940777>
- Nabafu, R., Moya, M. B., Isoh, A. V. N., Kituyi, G. M., & Ngwa, O. (2023). Towards use of capability, opportunity and motivation model in predicting Ugandan citizens' behavior towards engagement in policy formulation through e-participation. *The African Review*, *50*(1), 111–135.
- National Institute for Health and Care Excellence. (2014). *Behaviour change: Individual approaches* (PH49). <https://www.nice.org.uk/guidance/ph49>
- Osman, M., McLachlan, S., Fenton, N., Neil, M., Löfstedt, R., & Meder, B. (2020). Learning from behavioural changes that fail. *Trends in Cognitive Sciences*, *24*(12), 969–980. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2020.09.009>
- Perros, T., Allison, A. L., Tomei, J., & Parikh, P. (2022). Behavioural factors that drive stacking with traditional cooking fuels using the COM-B model. *Nature Energy*, *7*(9), 886–898. <https://doi.org/10.1038/s41560-022-01074-x>
- Peters, M. D. J., Marnie, C., Tricco, A. C., Pollock, D., Munn, Z., Alexander, L., Mclnerney, P., Godfrey, C. M., & Khalil, H. (2020). Updated methodological guidance for the conduct of scoping reviews. *JBI Evidence Synthesis*, *18*(10), 2119–2126. <https://doi.org/10.11124/JBIES-20-00167>
- Piketty, T. (2014). *Capital in the twenty-first century* (A. Goldhammer, Trans.). Belknap Press of Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674369542>
- Portes, A., & Böröcz, J. (1989). Contemporary immigration: Theoretical perspectives on its determinants and modes of incorporation. *International Migration Review*, *23*(3), 606–630. <https://doi.org/10.1177/019791838902300311>
- Prochaska, J. O., & Velicer, W. F. (1997). The transtheoretical model of health behavior change. *American Journal of Health Promotion*, *12*(1), 38–48. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-12.1.38>
- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: The collapse and revival of American community*. Simon & Schuster.

- Raimondo, M., Spina, D. I., Hamam, M. S., D'Amico, M., & Caracciolo, F. (2024). Intrinsic motivation strongly affects the readiness toward circular food consumption: Evidence from the motivation–opportunity–ability model. *British Food Journal*, 126(2), 715–737. <https://doi.org/10.1108/BFJ-09-2022-0800>
- Ran, Y., Lanng, H. B., Qi, W., & van der Linden, S. (2022). Information as an enabler of sustainable food choices: A behavioural approach to understanding consumer decision-making. *Sustainable Production and Consumption*, 30, 546–557. <https://doi.org/10.1016/j.spc.2022.03.026>
- Rhodes, R. E., & de Bruijn, G.-J. (2013). How big is the physical activity intention–behaviour gap? A meta-analysis using the action control framework. *British Journal of Health Psychology*, 18(2), 296–309. <https://doi.org/10.1111/bjhp.12032>
- Rogers, R. W., & Prentice-Dunn, S. (1997). Protection motivation theory. In D. S. Gochman (Ed.), *Handbook of health behavior research I: Personal and social determinants* (pp. 113–132). Plenum Press.
- Romero Moñivas, J. (2013). Unificando micro y macro. Una aproximación global a la sociología de Randall Collins. *Revista Española de Sociología*, (20), 87-108. <https://recyt.fecyt.es/index.php/res/article/view/65327>
- Rothman, A. J. (2000). Toward a theory-based analysis of behavioral maintenance. *Health Psychology*, 19(1, Suppl), 64–69. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.19.Suppl1.64>
- Seston, E. M., Willis, S. C., Fenton, C., Hindi, A. M. K., Moss, A., Stearns, S., & Schafheutle, E. I. (2023). Implementation of behaviour change training in practice amongst pharmacy professionals in primary care settings: Analysis using the COM-B model. *Research in Social and Administrative Pharmacy*, 19(8), 1184–1192. <https://doi.org/10.1016/j.sapharm.2023.04.123>
- Sheeran, P., & Webb, T. L. (2016). The intention–behavior gap. *Social and Personality Psychology Compass*, 10(9), 503–518. <https://doi.org/10.1111/spc3.12265>
- Sheeran, P., Klein, W. M. P., & Rothman, A. J. (2017). Health behavior change: Moving from observation to intervention. *Annual Review of Psychology*, 68, 573–600. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010416-044007>
- Shove, E. (2010). Beyond the ABC: Climate change policy and theories of social change. *Environment and Planning A*, 42(6), 1273–1285. <https://doi.org/10.1068/a42282>
- Shove, E., Pantzar, M., & Watson, M. (2012). *The dynamics of social practice: Everyday life and how it changes*. SAGE. <https://doi.org/10.4135/9781446250655>
- Siemens, E., Roth, A. V., & Balasubramanian, S. (2008). How motivation, opportunity, and ability drive knowledge sharing: The constraining-factor model. *Journal of Operations Management*, 26(3), 426–445. <https://doi.org/10.1016/j.jom.2007.09.001>
- Simon, R., & West, R. (2015). Models of addiction and types of interventions: An integrative look. *International Journal of Alcohol and Drug Research*, 4(1), 13–20.
- Sniehotta, F. F., Pesseau, J., & Araújo-Soares, V. (2014). Time to retire the theory of planned behaviour. *Health Psychology Review*, 8(1), 1–7. <https://doi.org/10.1080/17437199.2013.869710>
- Spotswood, F., Chatterton, T., Tapp, A., & Williams, D. (2015). Analysing cycling as a social practice: An empirical grounding for behaviour change. *Transportation Research Part F: Traffic Psychology and Behaviour*, 29, 22–33. <https://doi.org/10.1016/j.trf.2014.12.001>

- Steg, L., & Vlek, C. (2009). Encouraging pro-environmental behaviour: An integrative review and research agenda. *Journal of Environmental Psychology*, 29(3), 309–317. <https://doi.org/10.1016/j.jenvp.2008.10.004>
- Stern, P. C. (2000). New environmental theories: Toward a coherent theory of environmentally significant behavior. *Journal of Social Issues*, 56(3), 407–424. <https://doi.org/10.1111/0022-4537.00175>
- Stokols, D., Allen, J., & Bellingham, R. L. (1996). The social ecology of health promotion: Implications for research and practice. *American Journal of Health Promotion*, 10(4), 247–251. <https://doi.org/10.4278/0890-1171-10.4.247>
- Thompson, L. M., Diaz-Artiga, A., Weinstein, J. R., & Handley, M. A. (2018). Designing a behavioral intervention using the COM-B model and the theoretical domains framework to promote gas stove use in rural Guatemala: A formative research study. *BMC Public Health*, 18, 253. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5138-x>
- Timkova, V., Minarikova, D., Fabryova, L., Buckova, J., Minarik, P., Katreniakova, Z., & Nagyova, I. (2024). Facilitators and barriers to behavior change in overweight and obesity management using the COM-B model. *Frontiers in Psychology*, 15, 1280071. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1280071>
- Toro-Troconis, M., Voce, J., Alexander, J., Vasant, S., & Frutos-Perez, M. (2021). Using behaviour change as a critical frame of reference to understand the adoption of learning design methodologies in higher education. *World Journal of Education*, 11(2), 1–14. <https://doi.org/10.5430/wje.v11n2p1>
- Van den Berg, S. W., van den Brink, A. C., Wagemakers, A., & den Broeder, L. (2022). Reducing meat consumption: The influence of life course transitions, barriers and enablers, and effective strategies according to young Dutch adults. *Food Quality and Preference*, 100, 104623. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2022.104623>
- Varisco, T. J., Downs, C. G., Rathburn, K. R., Fleming, M. L., & Thornton, J. D. (2020). Applying the capability, opportunity, motivation, and behavior model to identify opportunities to increase pharmacist comfort dispensing naloxone in Texas: A structural equation modeling approach. *International Journal of Drug Policy*, 83, 102827. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2020.102827>
- Webb, T. L., & Sheeran, P. (2006). Does changing behavioral intentions engender behavior change? A meta-analysis of the experimental evidence. *Psychological Bulletin*, 132(2), 249–268. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.132.2.249>
- Weber, M. (1922) [1993]. *Economía y Sociedad*. Fondo de Cultura Económica de España, S.L.
- West, R., & Michie, S. (2020). A brief introduction to the COM-B model of behaviour and the PRIME theory of motivation. *Qeios*. <https://doi.org/10.32388/WW04E6.2>
- Willmott, T. J., Pang, B., & Rundle-Thiele, S. (2021). Capability, opportunity, and motivation: An across contexts empirical examination of the COM-B model. *BMC Public Health*, 21, 1014. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11019-w>
- Xiao, L., Li, T., Lin, J., Peng, M., Miao, J., & Zhang, L. (2023). Determinants of cancer patients' involvement in treatment decision-making based on the COM-B model: A cross-sectional study. *Patient Education and Counseling*, 114, 107795. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2023.107795>
- Yzer, M. (2012). Health communication message design. In H. Cho (Ed.), *Health communication message design: Theory and practice*. SAGE.

APÉNDICE A

Libro de códigos y reglas de decisión

1. Definición operativa de inclusión y “uso manifiesto”

Para ser incluido en la revisión, un registro debía cumplir con los criterios de búsqueda (presencia de términos clave) y demostrar un uso manifiesto del modelo COM-B en el resumen (abstract). Se consideró “uso manifiesto” cuando el resumen evidenciaba que el modelo COM-B fue utilizado explícitamente para:

- Enmarcar teóricamente el estudio.
- Diseñar los instrumentos de recogida de datos.
- Analizar o interpretar los resultados obtenidos.
- Diseñar una intervención.

Se excluyeron aquellas referencias donde los términos aparecían únicamente como palabras clave sin integración en el cuerpo del resumen, o donde se citaba el modelo de forma tangencial sin aplicarlo.

2. Procedimiento de muestreo y selección

Dada la extensión de los resultados en ciertas bases de datos y el objetivo exploratorio de la revisión, se aplicaron las siguientes estrategias de selección para la codificación:

- Elicit: Se codificó la totalidad de los registros incluidos tras el cribado (n=467).
- Web of Science y PsycINFO: Se seleccionó una submuestra representativa (WoS: n=239; PsycINFO: n=221). La selección se realizó mediante un muestreo sistemático basado en el orden de relevancia proporcionado por el algoritmo de búsqueda de cada base de datos. Se procesaron los registros de mayor relevancia temática hasta alcanzar un tamaño muestral suficiente para saturar las categorías de análisis principales, garantizando la inclusión de los trabajos más citados y semánticamente afines a la búsqueda.

3. Tratamiento de duplicados

El análisis se realizó de forma independiente para cada base de datos con el objetivo de caracterizar las tendencias disciplinares de cada fuente (Psicología vs. Ciencias Generales vs. IA). Por tanto, no se realizó una deduplicación cruzada entre bases de datos; un mismo artículo podría aparecer contabilizado en el análisis de WoS y en el de PsycINFO si estaba indexado en ambas, reflejando así su presencia en ambos corpus. Este procedimiento es coherente con el objetivo exploratorio de la revisión, que busca mapear tendencias por fuente más que estimar prevalencias absolutas, y ha sido empleado en otras revisiones exploratorias que priorizan la caracterización disciplinar sobre la cuantificación agregada (Peters et al., 2020; Arksey y O'Malley, 2005).

4. Reglas de codificación de variables

Las categorías se definieron como mutuamente excluyentes. En casos de ambigüedad, se asignó la categoría correspondiente al objetivo principal declarado en el resumen. Las discrepancias de codificación entre los autores se resolvieron mediante revisión conjunta y consenso.

Variable: Tipo de estudio.

- Cualitativo: recogida/análisis de datos no numéricos (entrevistas, grupos focales, etnografía).
- Cuantitativo: recogida/análisis de datos numéricos (encuestas, experimentos, análisis estadístico de datos secundarios).
- Mixto: declaración explícita de uso de métodos mixtos o combinación clara de fases cuali-cuanti.
- Teórico/Revisión: artículos conceptuales, discusiones teóricas sin datos empíricos nuevos, o revisiones bibliográficas (sistemáticas, narrativas, scoping).
- Desarrollo de intervenciones: estudios cuyo objetivo principal es describir el diseño, protocolo o implementación de una intervención (aunque incluyan datos piloto).
- Metodológico: estudios centrados en la validación psicométrica de instrumentos o propuestas de nuevos métodos de análisis basados en COM-B.

Variable: Ámbito de aplicación.

- Salud: gestión de enfermedades, adherencia a tratamientos, prevención clínica, conducta de profesionales sanitarios.
- Estilo de vida/Nutrición/Ejercicio: conductas preventivas generales en población sana (dieta, actividad física, sueño) no vinculadas a un tratamiento clínico agudo.
- Cambio de comportamiento/Participación social: conductas cívicas, participación comunitaria, voluntariado, conductas prosociales generales.
- Comportamiento medioambiental: sostenibilidad, reciclaje, consumo responsable, uso de energía, transporte sostenible.
- Tecnología y digitalización: adopción de tecnologías, uso de apps, ciberseguridad, comportamiento digital.
- Otros/No específico: ámbitos no clasificables en los anteriores o estudios teóricos sin un dominio conductual aplicado específico.