

Bienestar financiero en el trabajo

HELIOS GAYÀ PÉREZ

Enfermero del trabajo · Tesorero del COIB



Dos ideas

El bienestar financiero no se entiende solo a partir del ingreso: también importan la situación financiera y cómo la vive cada persona.

1 · DIFERENCIA OBJETIVA

Mismos ingresos, distinta situación financiera

CASO A: ingresos parecidos

- ✓ algo de ahorro
- ✓ deuda asumible
- ✓ vivienda estable

CASO B: ingresos parecidos

- gastos fijos altos
- deuda elevada
- varios imprevistos

Tener los mismos ingresos no significa disponer del mismo margen económico.

2 · DIFERENCIA SUBJETIVA

Situación parecida, vivencia distinta

CASO C: ingresos, gastos, ahorro y deuda parecidos

- se siente con control
- percibe seguridad
- confía en afrontar un imprevisto

CASO D: ingresos, gastos, ahorro y deuda parecidos

- se siente vulnerable
- percibe inseguridad
- duda de poder afrontar un imprevisto

Una misma situación financiera puede vivirse de forma distinta.

Ingresos, situación financiera y vivencia no son exactamente lo mismo.

¿Qué significa tener bienestar financiero?

La OECD/G20 propone una definición de trabajo que combina aspectos materiales y subjetivos; Brüggen et al. desarrollan una conceptualización específicamente perceptiva.

1 · HOY: Cubrir necesidades y obligaciones

PARTE OBJETIVA

pagos · gastos · deuda
· recursos disponibles

PARTE SUBJETIVA

control · seguridad ·
preocupación cotidiana

2 · IMPREVISTOS: Afrontar imprevistos financieros

PARTE OBJETIVA

ahorro · activos · cobertura
· acceso a recursos

PARTE SUBJETIVA

confianza · tranquilidad
· dificultad percibida

3 · MAÑANA: Perseguir objetivos y aprovechar oportunidades

PARTE OBJETIVA

recursos y ahorro para
proyectos futuros

PARTE SUBJETIVA

confianza · expectativas ·
libertad percibida

4 · CÓMO LO VIVO: Sentirme satisfecho y confiado con mi vida financiera

VALORACIÓN SUBJETIVA GLOBAL

satisfacción · seguridad · confianza · preocupación
o estrés

Brüggen et al. (2017); enfoque subjetivo: percepción de poder sostener el nivel de vida deseado — actual y previsto— y conservar libertad financiera.

¿Por qué interesa tanto la parte subjetiva?

Las cifras describen recursos y restricciones, pero la salud se conecta especialmente con cómo esa situación se vive: seguridad, control, amenaza o estrés.

La relación es compleja y bidireccional; la salud también puede empeorar ingresos, gastos y sensación de control.



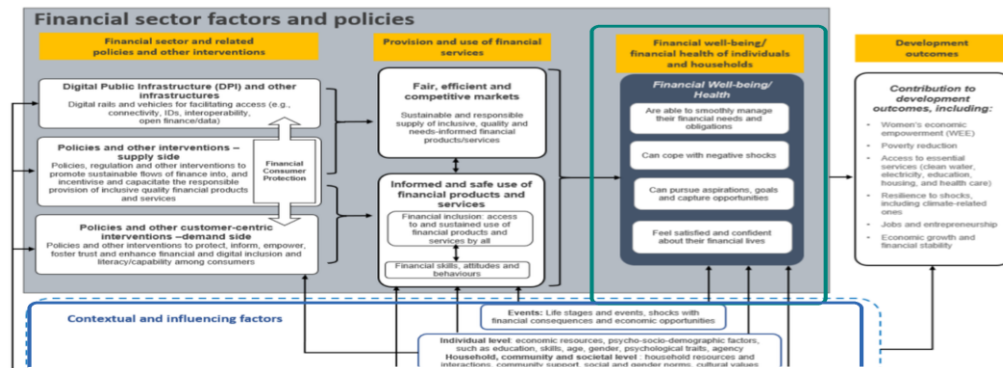
El bienestar financiero no se explica por un solo factor

Dos marcos distintos convergen en una idea: los resultados individuales están condicionados por el contexto económico, social e institucional.

OCDE/G20 2024

Marco específico de bienestar financiero

Figure 1. Financial well-being: Preliminary theory of change

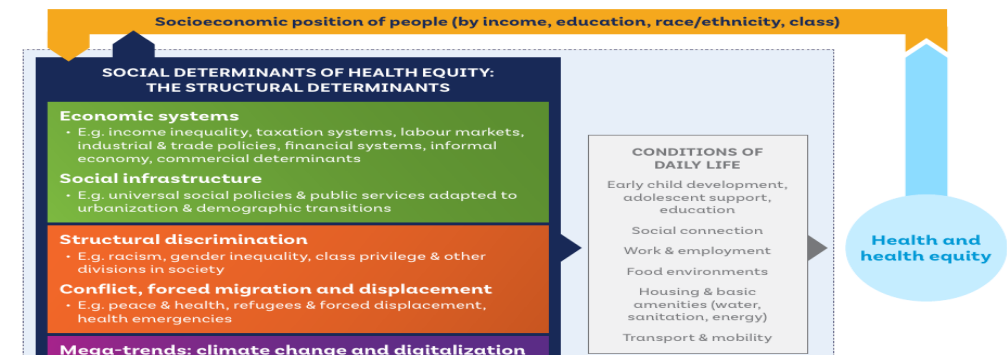


La OCDE sitúa el bienestar financiero dentro de una teoría de cambio con políticas, servicios financieros, contexto y acontecimientos vitales.

OMS 2025

Marco de determinantes sociales de la salud

FIG. 1: Social determinants of health equity as outlined in this report



La OMS muestra que ingresos, empleo, vivienda, protección social y otras condiciones de vida influyen en la salud y en la equidad en salud.

Ni la salud ni el bienestar financiero se explican únicamente por las decisiones individuales. Entonces, ¿qué factores pueden influir en el bienestar financiero?

¿Qué puede influir en el bienestar financiero?



La alfabetización financiera es una palanca posible y modificable, pero no sustituye empleo digno, ingresos suficientes, vivienda asequible ni protección social.

¿Qué nos dice la OCDE en alfabetización financiera?

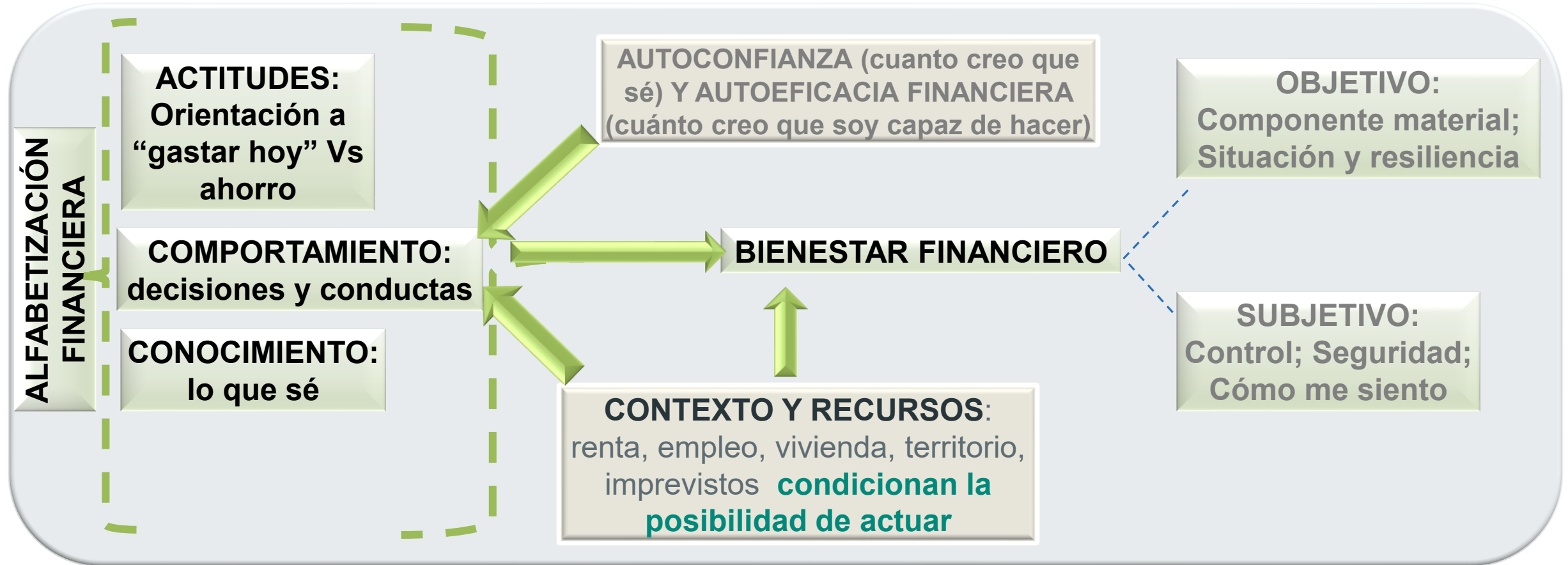


La alfabetización financiera es una combinación de conciencia financiera, conocimientos, habilidades, actitudes y comportamientos necesarios para tomar decisiones financieras adecuadas y, en última instancia, alcanzar el bienestar financiero individual

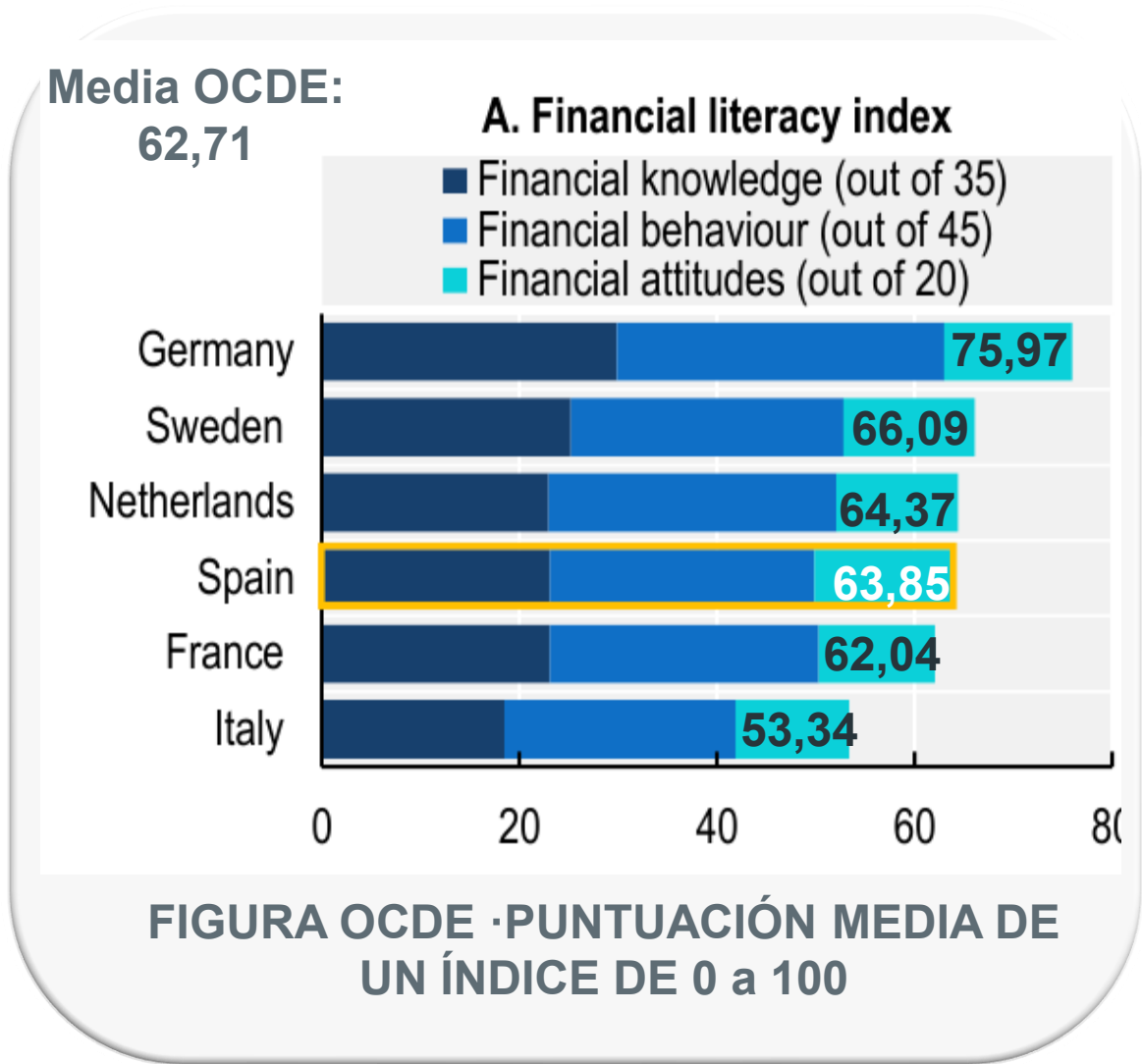
Fuente: OECD, Recommendation on Financial Literacy (2020); OECD/INFE International Survey of Adult Financial Literacy (2023).

Saber, sentirse capaz, actuar y estar bien no son lo mismo

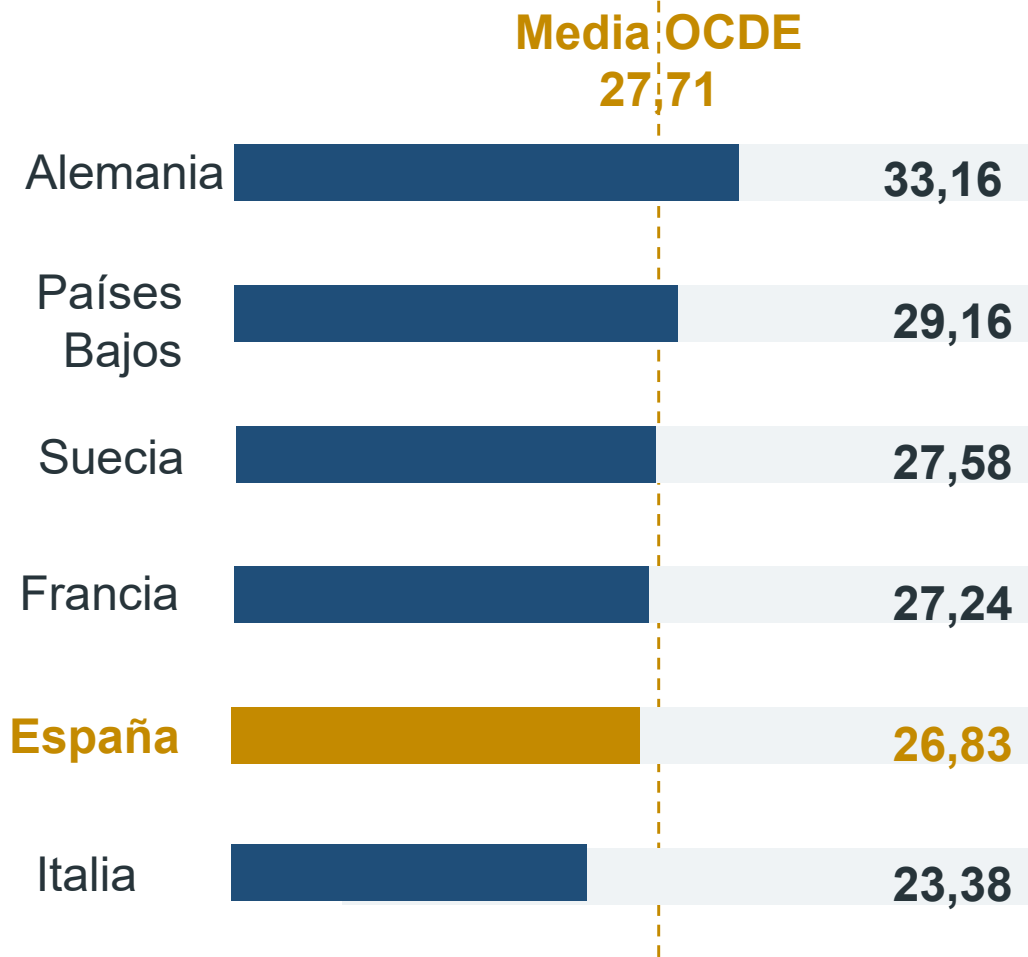
¿CÓMO SE RELACIONAN LOS CONCEPTOS?



España obtiene 63,85 / 100 en alfabetización financiera



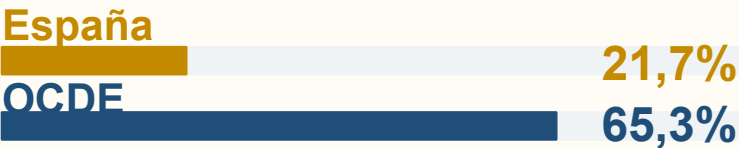
Comportamiento (Índice de 0 a 45)



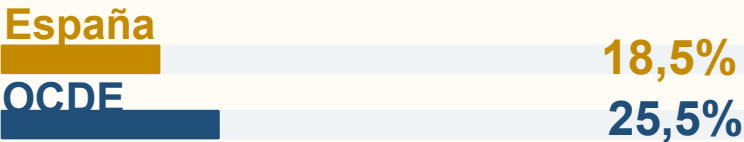
Comportamiento: la brecha se concentra en las decisiones

DECISIÓN ACTIVA

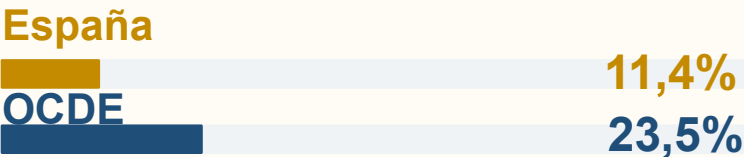
Controla el dinero a corto plazo



Compara proveedores



Busca asesoramiento independiente



El 26,83/45 no describe una debilidad uniforme: la brecha está en seguimiento, comparación y asesoramiento.

PARTICIPACIÓN FINANCIERA

ESPAÑA

OCDE

Tiene algún producto financiero (acceso muy alto).

98,5 %

88,9 %

Tiene productos de ahorro, inversión o jubilación.

40,8 %

57,4 %

Tiene mayor tenencia de productos de crédito.

73,5 %

56,6 %

Entre quienes tienen productos de crédito, comprenden interés simple + compuesto.

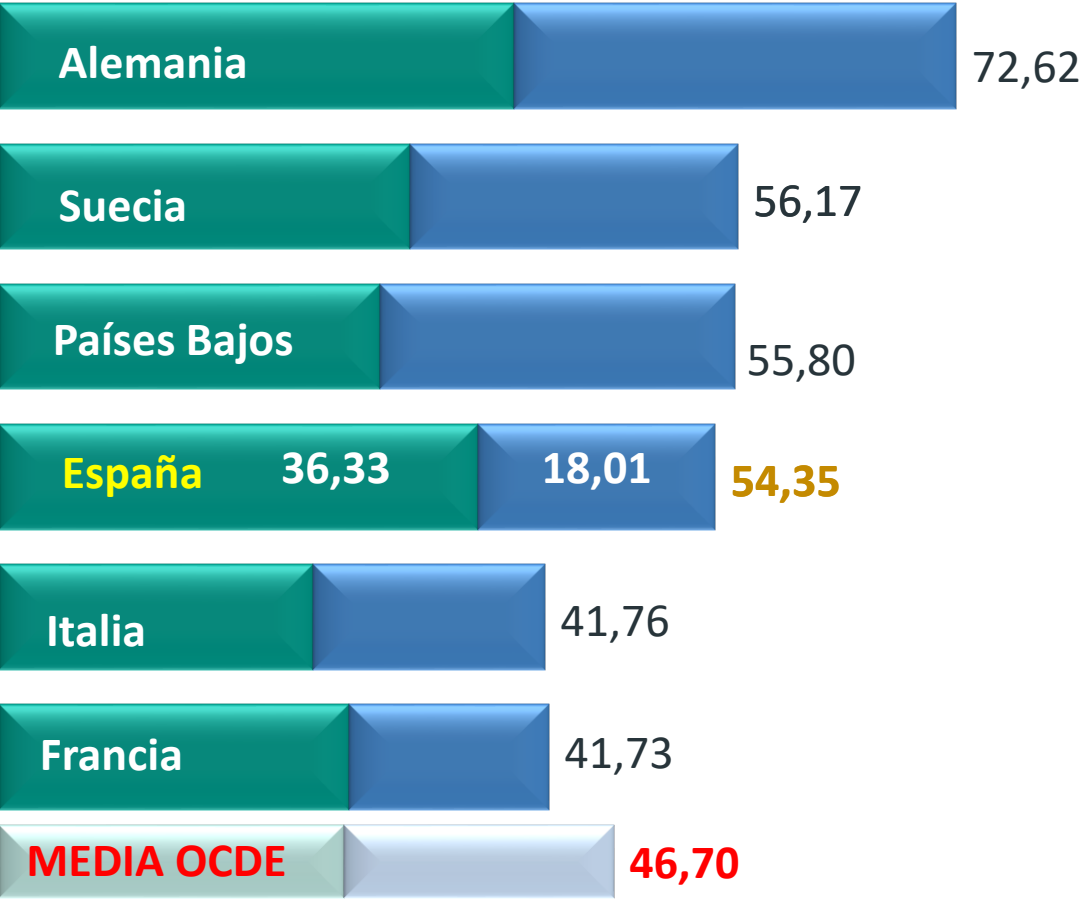
24,7 %

39,3%

España presenta una tenencia financiera muy alta, pero una composición distinta: menor tenencia de productos de ahorro/inversión/jubilación, mayor tenencia de crédito y menor comprensión conjunta de interés simple y compuesto entre quienes tienen crédito.

España obtiene 54,35 / 100 en bienestar financiero

Resiliencia /50 Bienestar subjetivo /50



RESILIENCIA 36,33 > 26,19 MEDIA OCDE
Capacidad para mantener margen económico y afrontar imprevistos.

SUBJETIVO 18,01 < 20,47 MEDIA OCDE
Satisfacción, preocupación, control/limitación y suficiencia financiera percibida.

Diferencias ajustadas en puntos de escala: asociación

Alcanza ≥70/100 de alfabetización vs <70 **+6,70**

Renta media vs renta baja **+12,01**

Renta alta vs renta baja **+21,36**

CONTEXTO SOCIOECONÓMICO Y RECURSOS

Señales territoriales de presión financiera

€ FINANZAS

▲ VIVIENDA

BdE · ECF 2016/2021 | n=7.764

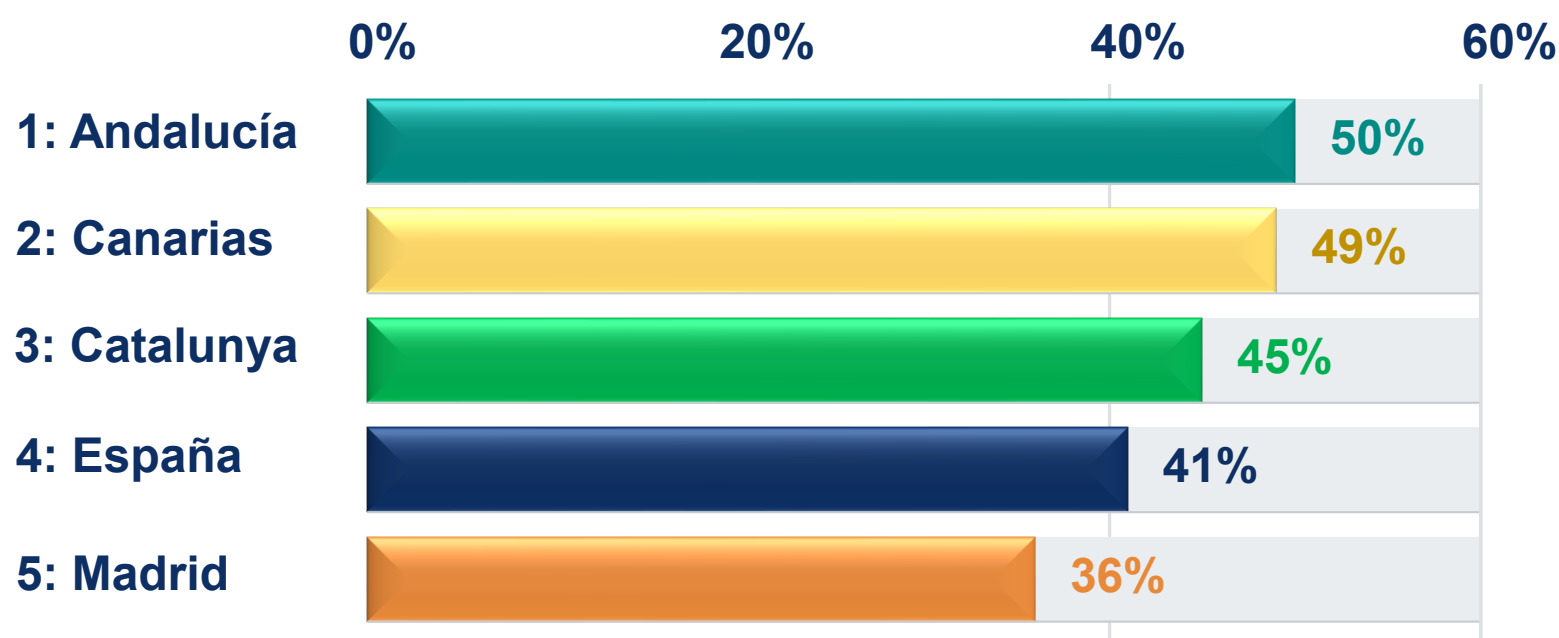
INE · ECV 2016–2025 · AGENDA 2030 | n=72.000



Capacidad limitada para mantener los gastos del hogar si se pierde la principal fuente de ingresos



En España, el **41%** de la población declaró que no podría mantener los gastos del hogar más de seis meses si dejara de recibir su principal fuente de ingresos.



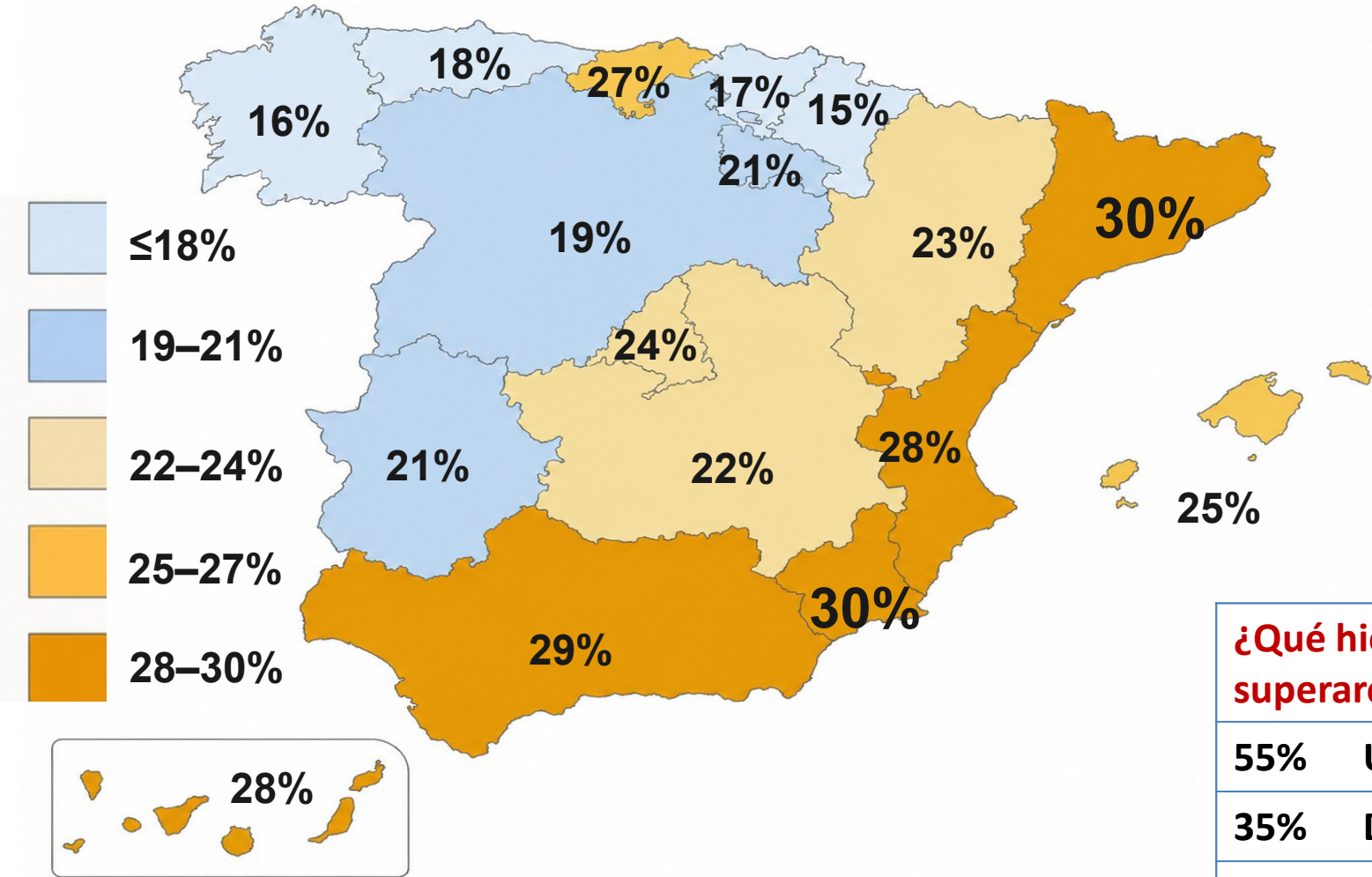
Cuatro de cada diez personas en España no cuentan con un colchón de más de seis meses.

Catalunya alcanza el 45% y ocupa la 3.ª posición entre las CCAA.



Fuente: Banco de España · ECF 2021 · Cuadro 10 · vulnerabilidad económica del hogar. Indicador calculado como suma de los tramos ≤6 meses; NS/NC no imputado.

En 2021, la proporción de población que vivía en hogares cuyos gastos superaron sus ingresos al menos una vez durante los 12 meses anteriores osciló entre el 15% y el 30% según la comunidad autónoma.



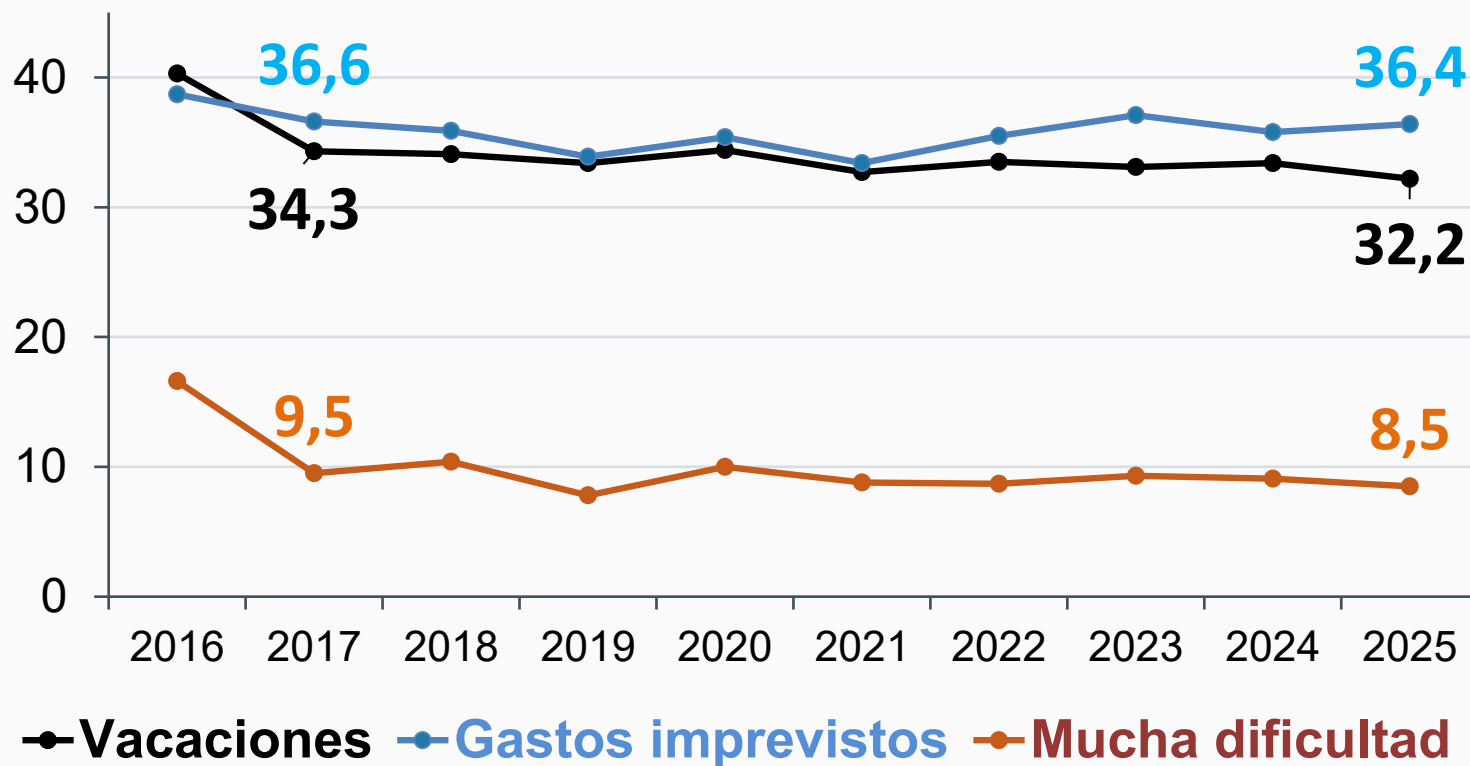
Comparación territorial			
#	Territorio	2021 (%)	Δ 2016–21 (p.p.)
1	Catalunya	30	+7
1	Murcia	30	+4
3	Andalucía	29	– 6
8	España	25	– 3

¿Qué hicieron la última vez que sus gastos superaron a sus ingresos?	
55%	Utilizó ahorros
35%	Dinero prestado por amigos o el empleador
14%	Utilizó crédito (tarjetas, empresas de crédito)
13%	Utilizó descubierto o retrasó pagos

Fuente: Banco de España · ECF 2016-2021 - valores 2021 y variación 2021–2016 en puntos porcentuales

Evolución estancada en algunos indicadores de dificultades económicas.

ECV 2016–2025; % de población española

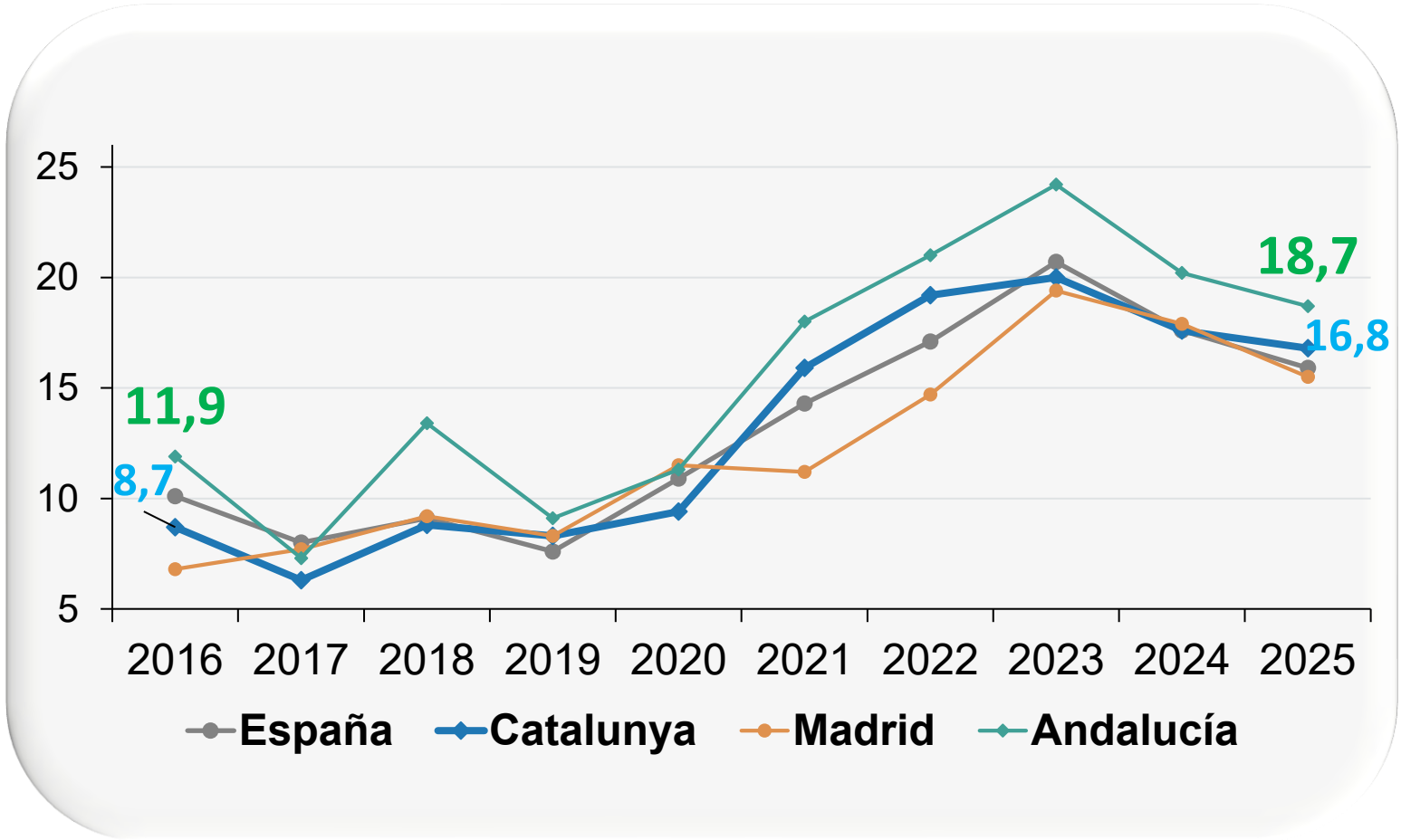


36,4% no tuvo capacidad para afrontar gastos imprevistos

32,2% no se pudo permitir una semana de vacaciones

8,5% llegaba a fin de mes con mucha dificultad

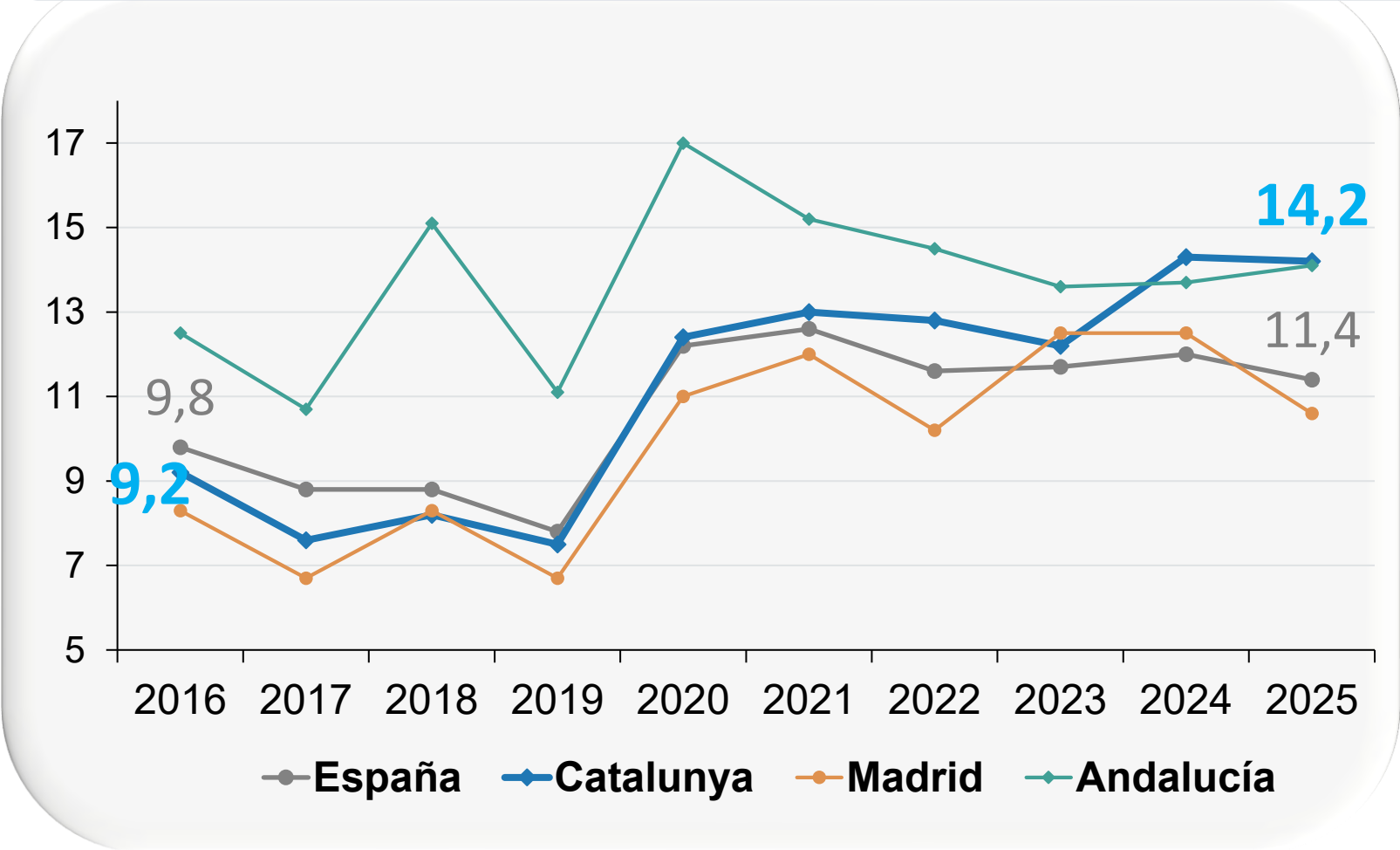
El 15,9% de la población española vive en hogares que no pueden permitirse mantener la vivienda con una temperatura adecuada en 2025.



CCAA similares en población			
Comparación territorial			
#	Territorio	2025 (%)	Δ 2016–25 (p.p.)
5	Andalucía	18,7	+6,8
6	Catalunya	16,8	+8,1
8	España	15,9	+5,8
9	Madrid	15,5	+8,7

Fuente: INE · Encuesta de Condiciones de Vida · tabla 9972. Madrid y Andalucía seleccionadas por tamaño poblacional similar a Catalunya; contraste descriptivo, no causal.

El 11,4 % de la población española vive en hogares que declaran haber tenido retrasos en pagos relacionados con la vivienda principal (hipoteca o alquiler, recibos, comunidad u otros gastos) durante los últimos 12 meses.



CCAA similares en población			
Comparación territorial			
#	Territorio	2025 (%)	Δ 2016–25 (p.p.)
1	Catalunya	14,2	+5
2	Andalucía	14,1	+1,6
7	España	11,4	+1,6
8	Madrid	10,6	+2,3

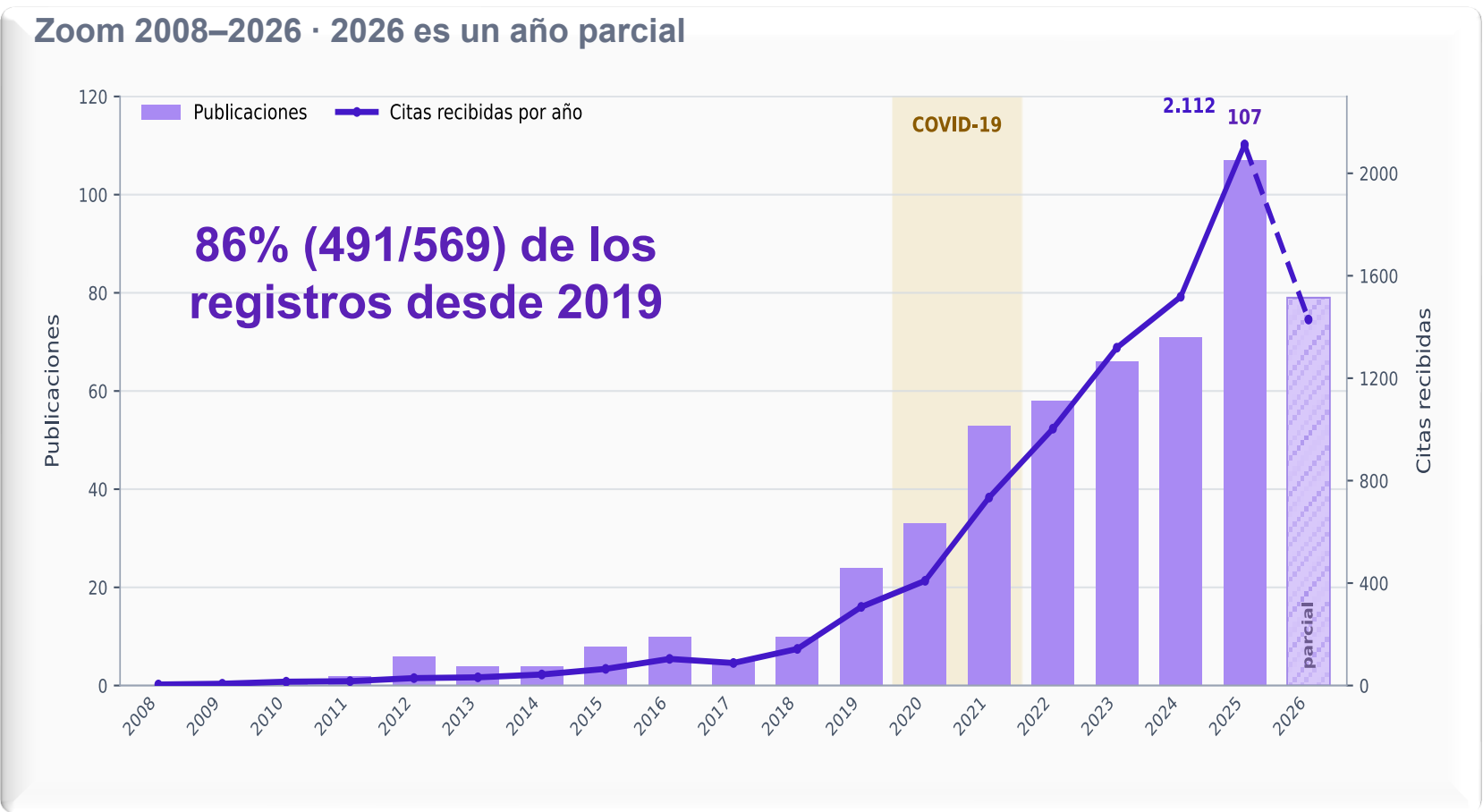
Fuente: INE · Encuesta de Condiciones de Vida · tabla 9972. Retrasos en hipoteca/alquiler, suministros o comunidad; comparadores por tamaño poblacional similar; contraste descriptivo, no causal.

EVIDENCIA CIENTÍFICA, PRL, ORGANIZACIÓN E INTERVENCIONES

DE LA EVIDENCIA A LA ACTUACIÓN

El bienestar financiero entró en agenda. Y la investigación se aceleró.

Web of Science · 569 registros con “financial well-being” en el título · evolución anual de publicaciones y citas



ONU · UNSGSA · 2021

Por qué el tema entra en agenda

UNSGSA
UNITED NATIONS SECRETARY-GENERAL'S
SPECIAL ADVOCATE FOR INCLUSIVE FINANCE FOR DEVELOPMENT



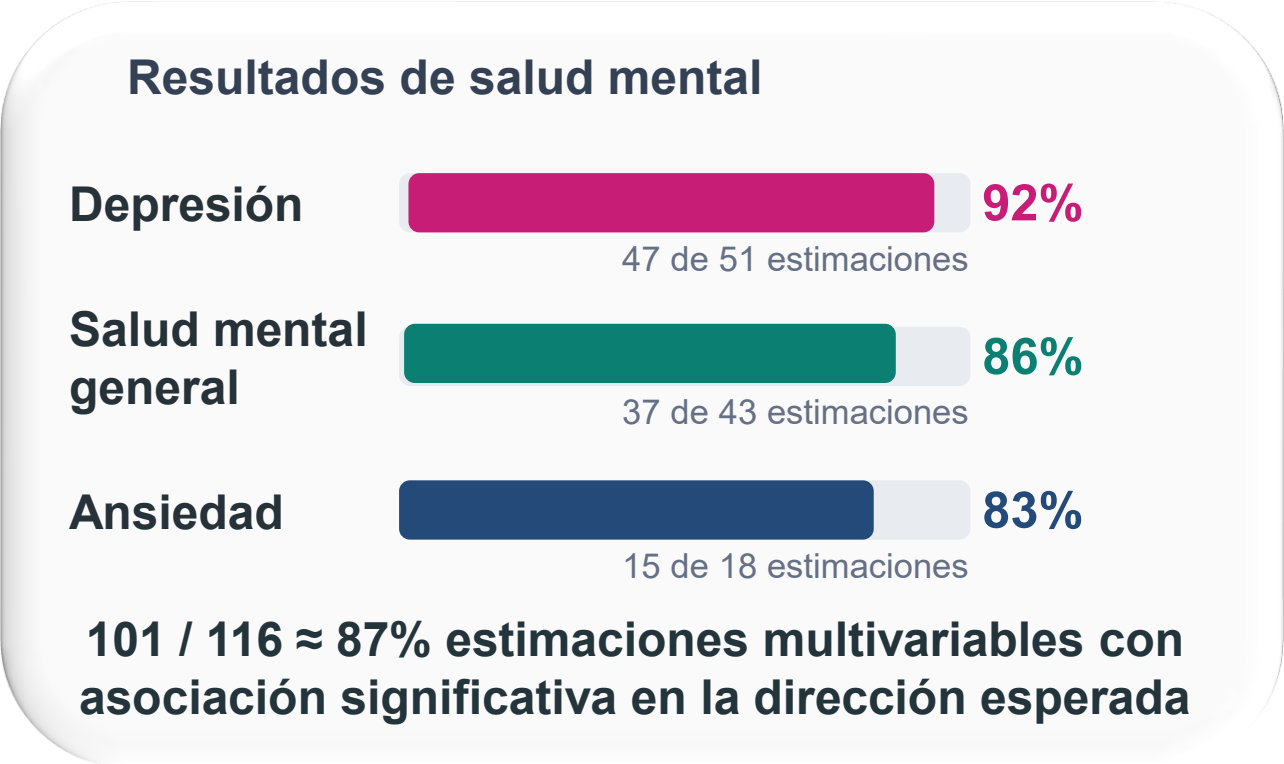
Financial Health:
An Introduction for Financial Sector Policymakers
UNSGSA Financial Health Working Group

La pandemia amplificó la agenda pública y evidenció vulnerabilidades.

Elaboración propia a partir de WoS: TI= (“financial well-being”), 569 registros, 9.453 citas, h-index 50; corte 15/08/2026. Contexto: UNSGSA Financial Health Working Group (2021).

Las dificultades financieras se asocian longitudinalmente con peor salud mental

Tibbetts et al. · 2025 · revisión sistemática de evidencia longitudinal · 94 estudios · muestra acumulada: 497.001 personas



SSM - Mental Health 8 (2025) 100481

Contents lists available at ScienceDirect

SSM - Mental Health

journal homepage: www.journals.elsevier.com/ssm-mental-health

Review

The longitudinal relationship between financial hardship and mental health - A systematic review of the evidence

Joel Tibbetts^{a,*}, Cath Chapman^a, Siobhan O'Dean^a, Peter Butterworth^b, Tim Slade^a

^a The Matilda Centre for Research in Mental Health and Substance Use, University of Sydney, Sydney, NSW, Australia
^b School of Psychology, Faculty of Health, Deakin University, Melbourne, Australia

ARTICLE INFO

Handling Editor: Dr A C Tsai

ABSTRACT

Background: A compelling body of evidence has accumulated in recent years highlighting the association between various socioeconomic factors and a wide range of mental health outcomes. This includes financial hardship -

QUÉ MIDIERON: Financial hardship

No poder cubrir necesidades esenciales por falta de recursos: Comida, facturas, vivienda o salud.

Patrón longitudinal consistente, especialmente para depresión.

Fuente: Tibbetts J, Chapman C, O'Dean S, Butterworth P, Slade T. SSM - Mental Health. 2025;8:100481. Tabla 7 y sección de resultados.

En sanitarios, las dificultades financieras se asocian con peor salud mental y bienestar profesional.

MCBRIDE ET AL. · 2023

BJPsych Open · UK-REACH · cohorte prospectiva ·
n=3.521; Reino Unido

Investigating the impact of financial concerns on symptoms of depression in UK healthcare workers: data from the UK-REACH nationwide cohort study

Martin McBride[†], Christopher A. Martin[†], Lucy Teece, Patricia Irizar, Megan Batson, Susie Lagrata, Padmasayee Papineni, Joshua Nazareth, Daniel Pan, Alison Leary, Katherine Woolf and Manish Pareek, the UK-REACH Study Collaborative Group

aOR 3,04 · IC95% 1,89–4,88 “Bastante” vs “nada” preocupados · PHQ-2 ≥3 en seguimiento

Roles de enfermería: aOR 2,28 · IC95% 1,84–2,82;
Preocupación financiera en seguimiento frente a roles médicos

Roles de enfermería: aOR 1,61 · IC95% 1,05–2,47 Cribado depresivo posterior frente a roles médicos

RAZMPOUR ET AL. · 2025

Nursing Economic\$ · transversal · n=182 enfermeras · 6 hospitales EE.UU.



Criteria for Awarding NCPD Contact Hours

1.2 contact hours

1. Read the article and complete the evaluation at www.nursingeconomics.net.
2. Deadline for submission: April 30, 2027

Fees: Subscriber: Free | Regular: \$20

The Impact of Financial Hardship on the Well-Being of Nurses

Omid Razmpour
Jeannie P. Cimioti

Chelsea O.P. Hagopian
Tim Cunningham

Monique Bouvier
Nicholas A. Giordano

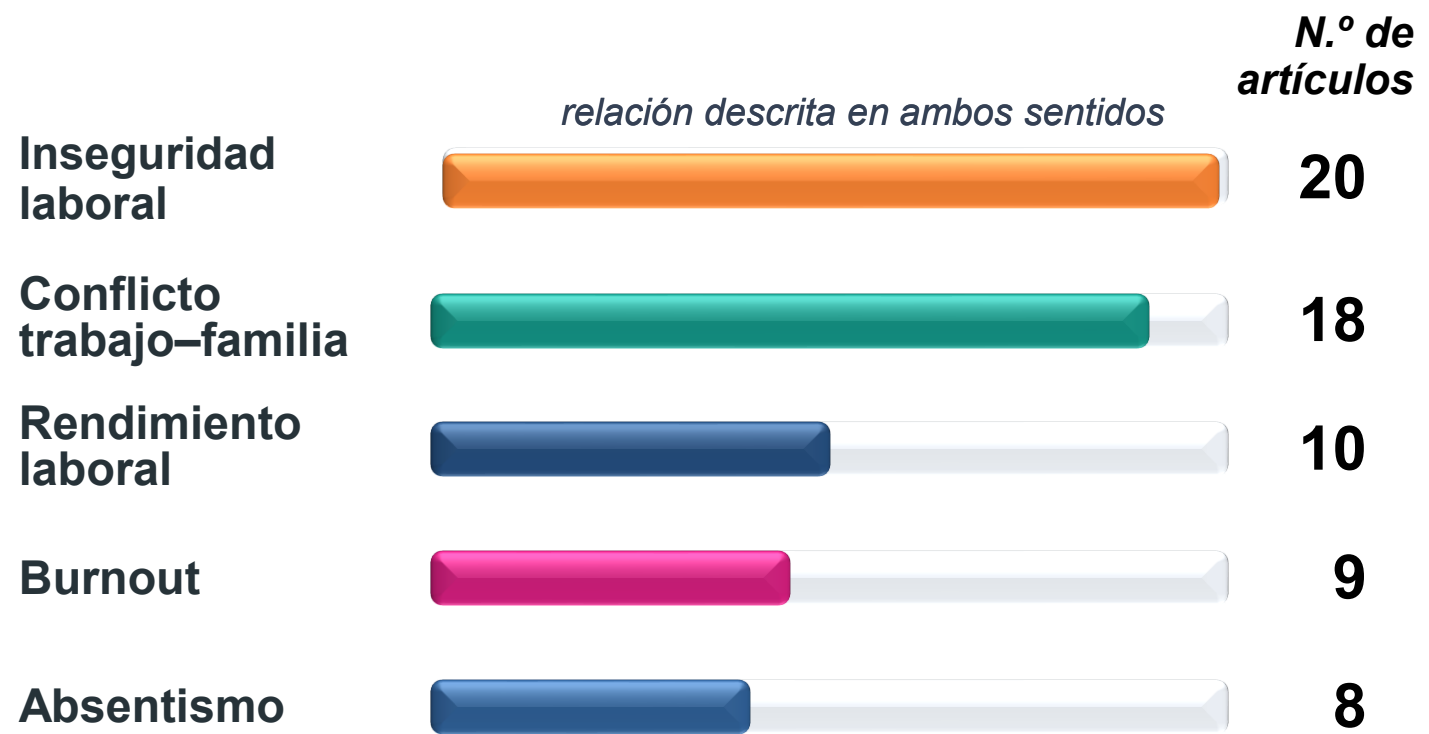
Financial hardship = dificultad para pagar facturas; Exposición autoinformada y dicotomizada: alguna dificultad vs nunca

Burnout: β 2,73 · IC95% 0,58–4,88 · p=0,013;
Modelo totalmente ajustado por variables de enfermera y centro

Estrés traumático secundario: β 3,27 · IC95% 1,02–5,52; p=0,004 · modelo totalmente ajustado

El estrés financiero se relaciona con múltiples resultados laborales

Rosso et al. · 2024 · revisión sistemática PRISMA · 136 estudios empíricos · trabajadores asalariados · 2002–2022



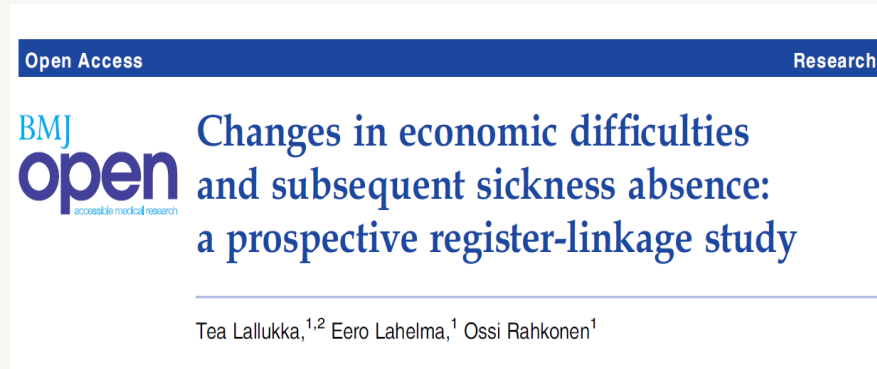
REVISARON 136 estudios

“Financial stress” = macroconcepto que agrupa 16 constructos negativos distintos.

En inseguridad laboral la asociación se ha descrito en ambos sentidos. El predominio transversal impide atribuir causalidad.

¿Qué añade la evidencia sobre el estrés financiero y las dificultades económicas en el entorno laboral?

DIFICULTADES ECONÓMICAS Y ABSENTISMO



Dificultades económicas frecuentes y persistentes → más bajas posteriores

1–3 días · RR **1,28** · IC95% 1,14–1,45
4–14 días · RR **1,39** · IC95% 1,20–1,61
≥ 15 días · RR **1,41** · IC95% 1,12–1,77

LALLUKKA ET AL., 2013

Cohorte prospectiva · n=3.859 empleados municipales de Helsinki · bajas registradas por el empleador

ESTRÉS FINANCIERO, AGOTAMIENTO Y VÍNCULO CON LA ORGANIZACIÓN



Cuando aumentó el **estrés financiero en una misma persona**, también aumentó:

Agotamiento emocional · b = 0,159 · p=0,001
Intención de dejar la organización · b = 0,098 · p=0,007
Percepción de que la organización no cumple lo prometido · b = 0,072 · p=0,025

Estudio longitudinal · 4 olas en 1 año · n=711 empleados británicos

Eurofound (Fundación Europea para la Mejora de las Condiciones de Vida y de Trabajo) incorpora las preocupaciones financieras al análisis de los estresores psicosociales.

RESEARCH REPORT

2023



Working conditions and sustainable work
Psychosocial risks to workers' well-being:
Lessons from the COVID-19 pandemic



MEDIA UE27

26% · Preocupaciones financieras

Dificultad para llegar a fin de mes entre empleados de la UE27.

14% · Inseguridad laboral

Percepción de poder perder el empleo en los seis meses siguientes.

Figure 18: Prevalence of job insecurity and financial worries by gender, age and education, EU27, 2021 (% of employees)



Note: Vertical green lines indicate the EU27 average.
Source: EWCTS 2021

Los factores que condicionan la capacidad económica también importan para el bienestar del trabajador

ICOH · OIT



Trabajo decente

Ingresos, seguridad, protección social e inequidad forman parte del marco contemporáneo de salud laboral.

OMS · OIT



Salud mental en el trabajo

La salud mental en el trabajo se aborda dentro de un marco que integra condiciones laborales, promoción y apoyo.

NIOSH ·
WELLBQ



Bienestar integral del trabajador

Salario, prestaciones, seguridad del empleo e inseguridad financiera aparecen en una visión holística del bienestar.

La responsabilidad preventiva depende de si el trabajo genera o agrava el problema.

La situación financiera es pertinente para comprender el bienestar del trabajador.

¿Qué condiciones laborales pueden formar parte del problema?

No toda dificultad financiera tiene origen laboral. Pero algunas condiciones de empleo pueden contribuir o agravarla.

INSST · DIRECTRICES · 2022



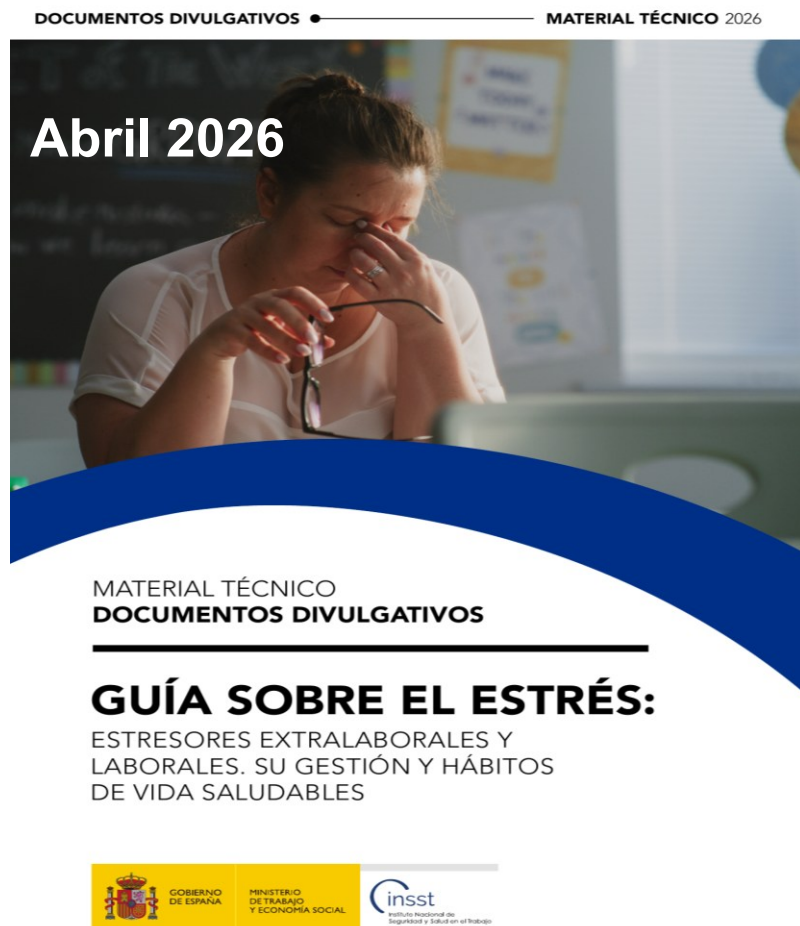
CONDICIONES QUE PUEDEN FORMAR PARTE DEL ORIGEN LABORAL

- 01 Condiciones contractuales precarias
- 02 Remuneración inadecuada
- 03 Déficit de compensación y reconocimiento
- 04 Inequidad

EU-OSHA identifica la inseguridad laboral como un estresor importante relacionado con el trabajo.

Fuentes: INSST (2022), Directrices básicas para la gestión de los riesgos psicosociales, pp. 13–17; INSST (2026), Guía sobre el estrés, pp. 4–5; EU-OSHA/OSHWiki, Job insecurity.

El estrés financiero puede entrar en el ciclo preventivo cuando interactúa con el trabajo



- “Estrés financiero”: preocupaciones económicas, necesidades vitales y obligaciones financieras presentes y futuras.
- El estrés puede expresarse en el ámbito laboral como mal ambiente, absentismo y descenso de productividad.
- Inseguridad contractual, pobre remuneración, desequilibrio esfuerzo-recompensa y falta de reconocimiento aparecen como estresores laborales.
- estresores laborales y extralaborales pueden interactuar.

¿La presión financiera en el trabajo depende solo de la empresa y del trabajador?

European Journal of Public Health, 2026, Vol. 36, No. 4, ckag093
© The Author(s) 2026. Published by Oxford University Press on behalf of the European Public Health Association.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>), which permits unrestricted reuse, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.
<https://doi.org/10.1093/eurpub/ckag093>

Variation in presenteeism by generosity of statutory sick pay: a multilevel analysis in 35 European countries

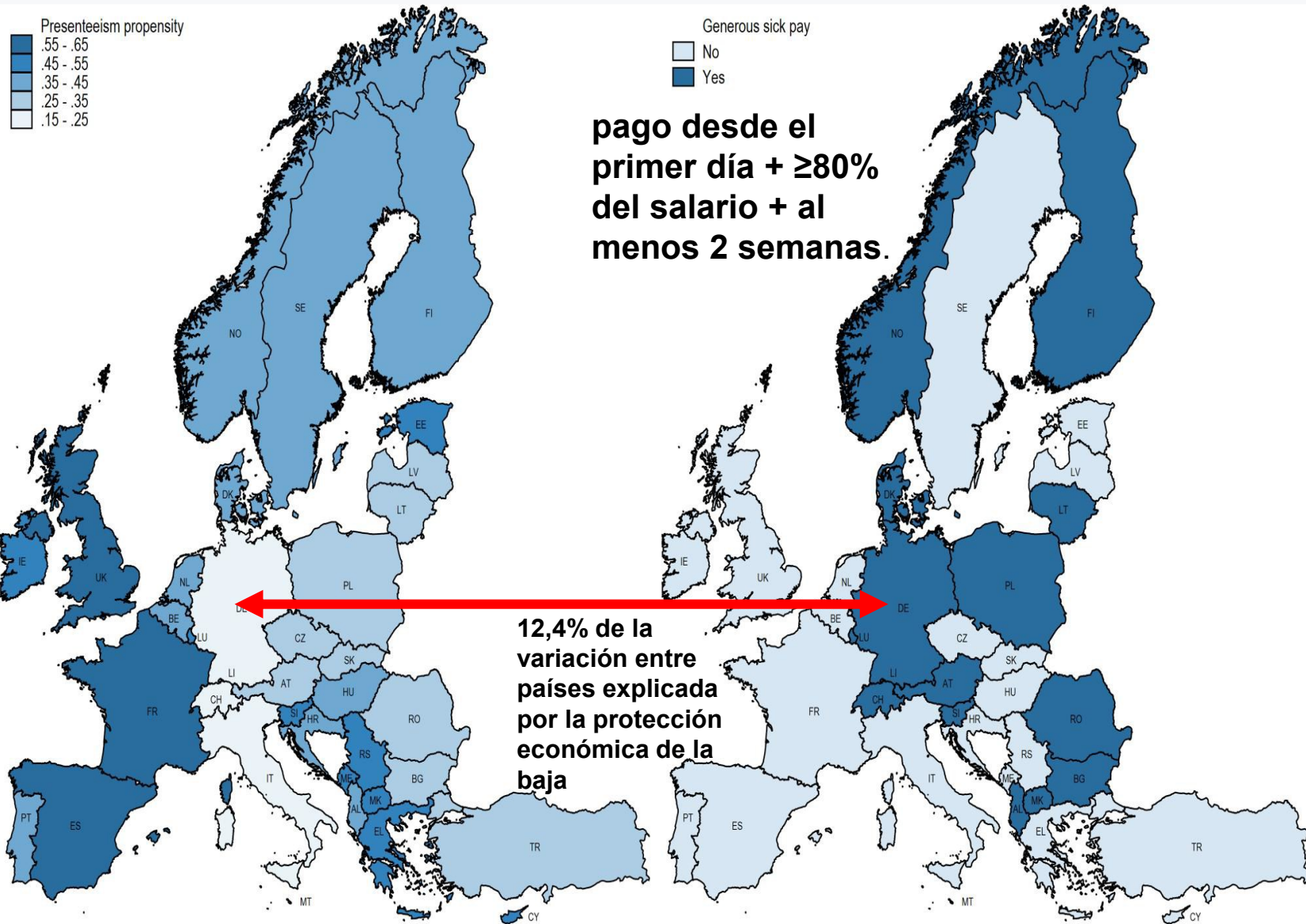
Marvin Reuter^{1,*}, Tabea Gau¹, Sophie-Charlotte Meyer², Sascha A. Ruhle³

REUTER ET AL., 2026 · 35 países europeos · n = 19.657 empleados

Una mayor protección económica durante la baja por enfermedad se asoció con menos presentismo: **-8 puntos porcentuales** en la propensión a trabajar estando enfermo.

Propensión al presentismo: proporción de días de enfermedad trabajados

Generosidad de la baja por enfermedad



¿Qué puede hacer una organización?

La organización puede actuar en tres planos.



PREVENIR

Actuar sobre las condiciones de trabajo y reducir los riesgos en su origen.



PROTEGER Y PROMOVER

Fortalecer capacidades y recursos para reconocer y actuar tempranamente.



APOYAR

Facilitar ayuda y ajustes para seguir trabajando y prosperar.

OIT · Informe 2026

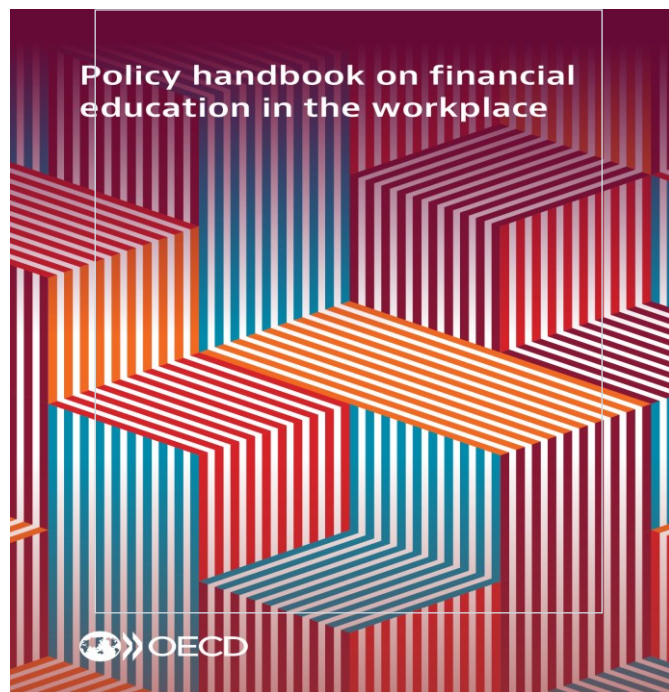
“Las medidas individuales [...] deberían complementar, no sustituir, la adopción de medidas en relación con las condiciones organizativas.”

OIT, 2026 · p. 12

El lugar de trabajo también puede ser un canal de promoción y desarrollo de capacidades

La OCDE/INFE aborda específicamente cómo diseñar educación financiera para empleados en el lugar de trabajo.

OCDE/INFE · POLICY HANDBOOK · 2022



1

Permite llegar a una población adulta amplia

El trabajo puede acercar educación financiera a personas que quizá no acudirían a otros canales.

2

El diseño debe partir de necesidades reales

La OCDE recomienda conocer a la audiencia, adaptar contenidos y canales, probar el programa y evaluar si realmente está funcionando.

3

La participación exige seguridad y confianza

Si hablar de dinero puede revelar dificultades personales, preservar la confidencialidad y crear un entorno seguro es parte del diseño.

¿Funcionan las intervenciones en Bienestar Financiero?

¿Funciona la educación financiera?



Metaanálisis de 76 experimentos aleatorizados de educación financiera, con >160.000 participantes

KAISER ET AL., 2022

La educación financiera mejora el conocimiento y las conductas financieras. El efecto observado fue aproximadamente el doble sobre el conocimiento que sobre la conducta.

Efecto medio:
Conocimiento 0,186 DE
Conducta 0,094 DE

¿Toda respuesta debe reducirse a educación financiera?



Áreas objetivo identificadas

41 · alfabetización financiera
18 · empleo
13 · vivienda
12 · educación

YASHADHANA; 2023

Entre los ejemplos concretos hay apoyo para encontrar empleo, acceso gratuito a formación, ayudas o préstamos para vivienda, vivienda subvencionada, apoyo sanitario y programas que combinaban varios servicios.

Fuentes: Kaiser et al. (2022); Yashadhana et al. (2023);

Antes de intervenir, identificar qué se necesita modificar

1 · IDENTIFICAR EL TIPO DE NECESIDAD

CONDICIONES DE TRABAJO

salario · estabilidad · carrera
horarios · conciliación
equidad · reconocimiento



PREVENIR

modificar condiciones
laborales y reducir el riesgo en
origen

CAPACIDADES Y ACCESO

comprensión · educación práctica
beneficios · canales
tiempo disponible



PROMOVER

información, educación
práctica, orientación y acceso
efectivo

NECESIDAD PERSONAL O SOCIAL

deuda · vivienda · cuidados
necesidades básicas
apoyo especializado



APOYAR

orientación o derivación
segura, voluntaria y
confidencial

2 · ACTUAR EN EL NIVEL CORRECTO

3 · PROTEGER LA CONFIANZA

VOLUNTARIEDAD

CONFIDENCIALIDAD

ROLES CLAROS

DATOS MÍNIMOS

EXPERIENCIA COIB

RESULTADOS PRELIMINARES



El bienestar financiero puede abordarse desde dos niveles complementarios

Apoyar a la persona y actuar sobre las condiciones de trabajo pueden formar parte de una misma estrategia.

1 · PREVENCIÓN ORGANIZATIVA



2 · PROMOCIÓN Y APOYO

- EF** educación financiera
- T** talleres y recursos prácticos
- 1:1** acompañamiento individual voluntario y confidencial
-  orientación sobre presupuesto, deudas, ahorro, vivienda y jubilación
-  acceso flexible, derivación y seguimiento

Por qué el COIB decidió actuar

Promoción de la salud y apoyo profesional:
Programa para profesionales de enfermería



**Espai de
Salut
Financera**
Fase executiva

12/09/2025

Autor: Helios Gayà

**COHERENCIA
INSTITUCIONAL**

**Cuidar a quien cuida también
incluye dimensiones financieras.**

**Brecha de género en alfabetización
financiera y bienestar financiero**

DEMANDA REAL

**Decisiones cotidianas, deuda,
vivienda, inversión y jubilación.**

OPORTUNIDAD

**Un espacio independiente, no
comercial y con varias puertas de
entrada.**

2025–2026 · diseño · prestación · escucha · evaluación

El modelo COIB combina dos vías complementarias

VÍA COLECTIVA

1a FASE: actividades de 4h presenciales de tarde
26 marzo · 7 mayo · 11 junio 2026



TALLERES Y ACTIVIDADES

VÍA INDIVIDUAL

Acompañamiento financiero personalizado
sin venta de productos.



ACOMPANIAMIENTO INDIVIDUAL

Cada sesión combinaba un **bloque COIB** y un **taller EFPA**

Parte institucional y de contextualización + parte técnica del Programa de Formación EFPA España



3ª Jornada COIB–EFPA de Salud Financiera · 11 junio 2026

Fotografía real de la sesión presencial

Jornada 1

26 marzo 2026

COIB: mesa redonda sobre bienestar financiero y salud mental

Jornada 2

7 mayo 2026

COIB: “Brecha de género, cuidados y seguridad financiera”

Jornada 3

11 junio 2026

COIB: ponencia sobre influencers

COIB

Sesión inicial más teórica y de marco

Bienvenida institucional y presentación del marco COIB–EFPA. Ponencia o mesa redonda para contextualizar el bienestar financiero.

Función: sensibilizar, introducir conceptos y abrir preguntas.

EFPA

Parte técnica del Programa de Formación EFPA España

Taller aplicado, orientado a herramientas y a la toma de decisiones.

Función: convertir el marco conceptual en habilidades prácticas.

¿Qué se trabajó dentro de los talleres EFPA?

Itinerario formativo progresivo

1. Orden financiero básico

Presupuesto familiar, ingresos, gastos y definición de objetivos.

Herramientas para poner “las cuentas en orden” y detectar fugas de dinero.

2. Imprevistos y largo plazo

Fondo de emergencia, seguros, inflación, impuestos y jubilación.

Preparación ante riesgos y planificación del futuro.

3. Inversión con criterio

Perfil de riesgo, tipos de cartera, diversificación y productos.

Cómo comparar opciones y evitar decisiones impulsivas o poco informadas.

4. Psicología económica

Sesgos, emociones y comportamientos que influyen en las decisiones.

La relación con el dinero también se trabaja, no solo los números.



Formato presencial y aplicado
teoría + ejemplos
preguntas del público
decisiones financieras reales

Acompañamiento individual: cuando la pregunta necesita privacidad

Infermera

Cuidar-te també és
cuidar la teva economia

Digues adeu a l'estrès financer



Planifica les inversions
Millora la teva salut i planificació financera



Organitza i redueix deutes
Estratègies per controlar i reduir els teus deutes



Avança cap al futur amb un bon pla d'estalvi
Estalvi i jubilació per complir els teus objectius

Acompanyament financer gratuït,
confidencial i individualitzat

Assegurem el teu benestar financer.
Reserva a través de coib.cat o trucant al

900 705 705



COL·LEGI OFICIAL
INFERMERES I INFERMERS
BARCELONA

Qué ofrece

Sesiones 1 a 1 con una profesional experta independiente.
Abordaje práctico y emocional.

Para qué

Resolver dudas, ordenar finanzas y tomar decisiones adecuadas a cada necesidad.

Garantías

Voluntariedad, confidencialidad, independencia y ausencia de venta comercial.



Los primeros resultados mostraron necesidades; N=51

PREOCUPACIÓN ALTA

62,7% 32/51 se han preocupado de manera frecuente por su situación económica el último año

CONFIANZA BAJA/MUY BAJA

27,5% 14/51 tuvieron una confianza baja para gestionar su economía personal

ALGUNA DIFICULTAD

52,9% 27/51 tuvieron alguna dificultad para llegar a fin de mes el último año

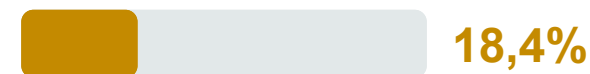
Barreras en la participación

HORARIOS /
TURNOS



Sin personas a cargo
75,8% horarios/turnos

CUIDADOS
FAMILIARES

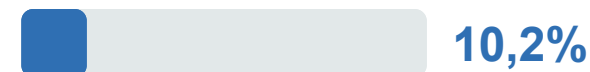


Con personas a cargo
50,0% cargas familiares

MODALIDAD
FUTURA

23 presencial;
12 en línea;
16 indistinta

DESPLAZAMIENTO



Intereses y próximos pasos:

Intereses formativos; n=51



Personas únicas tras primera participación

Acciones previstas a 30 días; n=85



Episodios postactividad

Lo que se quiere aprender no siempre coincide con lo primero que se decide hacer.

Valoración: utilidad, claridad y recomendación N=85

98,8% 84/85

La actividad aportó
ideas o
herramientas
aplicables en el día
a día.

95,3% 81/85

Al terminar, la
persona tenía claro
cuál sería su primer
paso.

98,8% 84/85

Recomendaría la
actividad a una
compañera.

Una mirada cualitativa

APLICACIÓN COTIDIANA

«Em va agradar molt i vaig agafar molt bones idees que vaig poder aplicar al meu dia a dia.»

“Me gustó mucho y recogí buenas ideas que pude aplicar en mi día a día.”

CULTURA FINANCIERA

«Necessitem molta més cultura financera. En general no en sabem.»

“Necesitamos mucha más cultura financiera. En general, sabemos poco.”

RELACIÓN CON EL DINERO

«Tratar el tema de la relación con el dinero (aspectos psicológicos)»

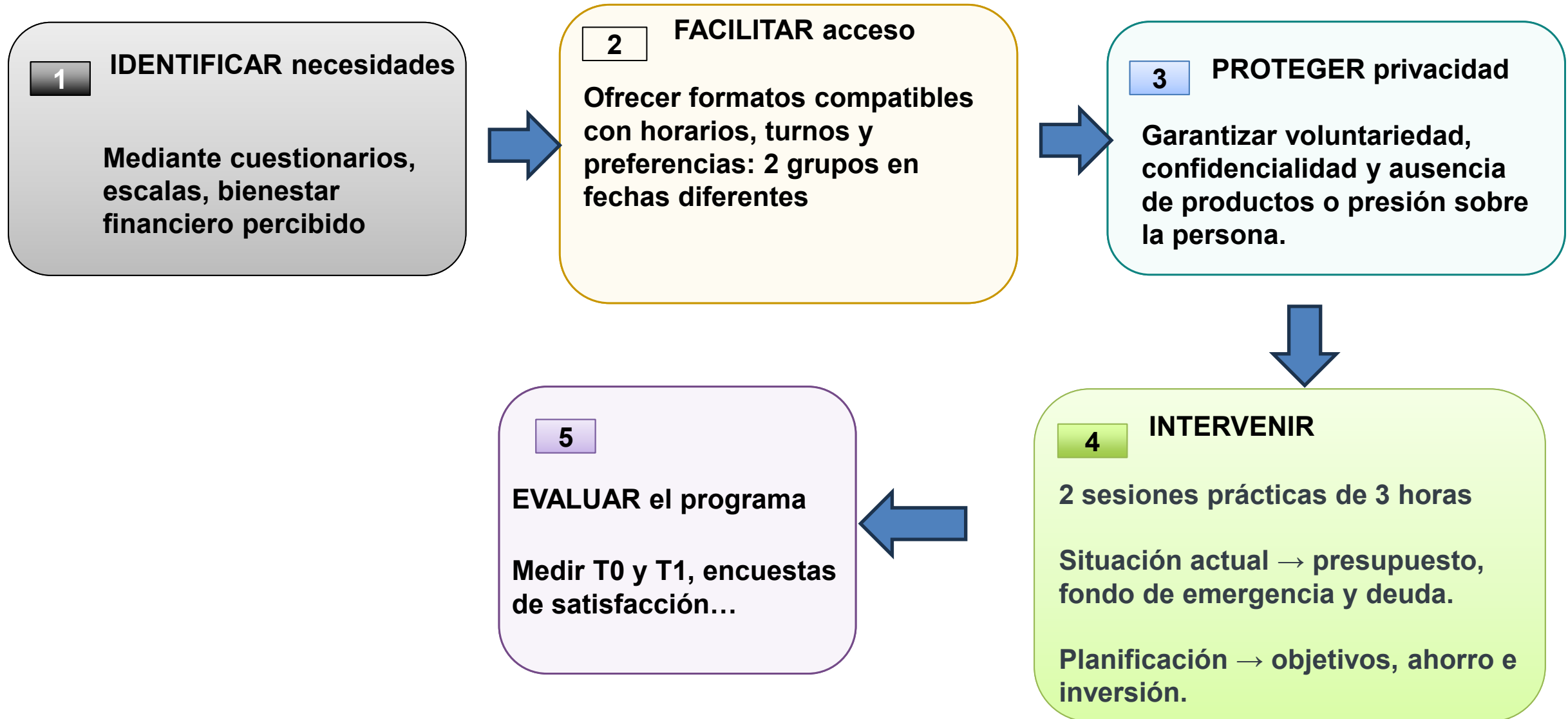
“Abordar la relación con el dinero y sus aspectos psicológicos.”

MATERIALES PARA PROFUNDIZAR

«M'agradaria tenir disponibles les sessions gravades en vídeo [...] els apunts més extensos.»

“Me gustaría disponer de sesiones grabadas y materiales más extensos.”

Estudio piloto de un taller laboral



Resultados

Participación estimada: 2 grupos y hasta 17 trabajadores únicos.



91%

consideró la formación
útil para su día a día

29/32 respuestas



8,0/10

valoración global media
de la formación

31 respuestas



72%

declaró que hará algún cambio
en la organización de sus finanzas

23/32 respuestas

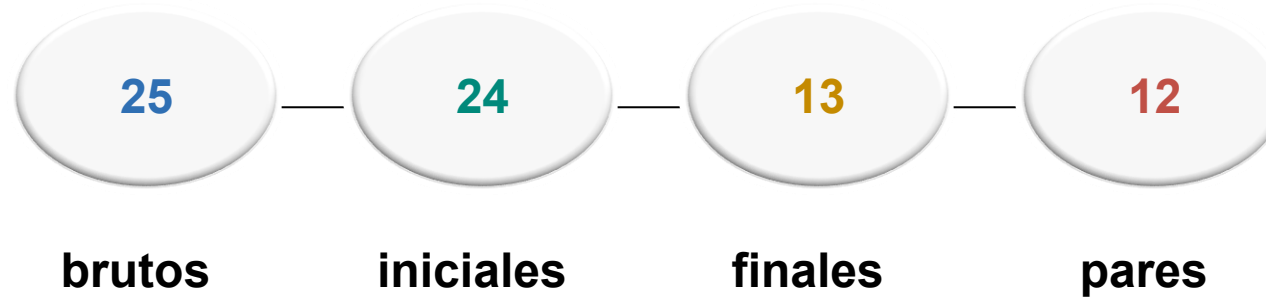


La adecuación del tiempo fue del 75% global (24/32), con variabilidad entre sesiones.

Fuente: cuestionarios post-sesión de talleres con trabajadores. Resultados agregados de 4 cuestionarios post-sesión; los denominadores varían según el ítem. Las cifras representan respuestas, no necesariamente personas únicas.

Resultados

25 registros brutos → 24 iniciales → 13 finales → 12 pares



PFW · bienestar financiero percibido

6,19 → 6,64; cambio **+0,45**

IC95% del cambio: -0,06 a +0,95
Wilcoxon $p=0,029$; signos $p=0,146$
t pareada $p=0,077$

Señal preliminar, no prueba de eficacia

LIMITACIONES

- Sin grupo control
- n pequeño
- autoselección

- Autoeficacia: sin mejora
- Conocimiento financiero global: sin cambio

Gracias

Lo financiero también se cuida.

ESCUCHAR · ACOMPAÑAR · EVALUAR

Helios Gayà Pérez · COIB



Material visual: jornada COIB-EFPA de Salut Financera.