


**Fecha de publicación:**
16/03/2022

**Sello Editorial:**
Ediciones Destino

## Contacto de prensa

**Nombre:** Ficción Internacional

**Email:** prensaficcioninternacional@planeta.es

**Nombre:** NARRATIVA Y ENSAYO EN CASTELLANO: Alba Fité

**Telefóno:** 93 492 80 27

**Email:** afite@edestino.es



# En defensa de la infelicidad

### Alejandro Cencerrado

El estudio científico más largo jamás llevado a cabo sobre la felicidad del día a día por un analista del Instituto de la Felicidad de Copenhague.

**El estudio científico más largo jamás llevado a cabo sobre la felicidad del día a día por un analista del Instituto de la Felicidad de Copenhague.**

¿Se puede medir la felicidad? Por sorprendente que parezca, la respuesta es que sí. En el Instituto de Investigación de la Felicidad de Copenhague lo hacen desde el año 2012. Pero ¿para qué sirve medirla? Y, lo más importante, ¿es posible alcanzarla?

Alejandro Cencerrado lleva dieciséis años apuntando su propia felicidad, midiéndola del 0 al 10, y analizándola con las herramientas estadísticas más sofisticadas. Partiendo de esta experiencia y de su labor como analista en el Instituto de la Felicidad de Copenhague intenta entender qué es lo que nos hace más o menos felices como individuos y como sociedad. *En defensa de la infelicidad* nos enseña su método y cómo aplicarlo en el día a día, y nos invita también a reflexionar sobre los claroscuros que envuelven esta cuestión tan trascendental para el ser humano y que afecta de lleno a las bases mismas de nuestra llamada «sociedad del bienestar». Un libro único y revelador en el que se entrelazan disciplinas tan diversas y cercanas como la psicología, la sociología y la antropología para ofrecernos, a través de un análisis científico, una nueva mirada a la aspiración más ancestral del ser humano.

## Alejandro Cencerrado

**Alejandro Cencerrado Rubio** (Albacete, 1987) es licenciado en Ciencias Físicas por la Universidad Complutense de Madrid, experto en Estadística y analista de *big data* del Instituto de Investigación de la Felicidad de Copenhague (Dinamarca). Además de su experiencia en este instituto, a lo largo de dieciséis años Alejandro ha medido diariamente su propia felicidad. Aplicando los algoritmos más avanzados, ha podido extraer las dinámicas internas de su propia felicidad y los factores diarios que más afectan a su bienestar.

Twitter: @AlejandroCence2

Facebook: @alejandro.cencerrado.7