

El Mundo, 6 de Enero de 2003

-
-

REUTERS LONDRES.- Si usted es feliz y lo sabe, entonces su estado anímico es claramente el resultado de la siguiente fórmula matemática: $P+5E+3A$.

Un par de investigadores británicos dijeron que han hallado una simple ecuación para cuantificar la felicidad que puede poner una cifra exacta al estado emocional de una persona.

Después de entrevistar a 1.000 personas, los investigadores -una psicóloga y un asesor de estilos de vida propios- concluyeron que la felicidad es igual a $P+5E+3A$.

En la ecuación, P corresponde a **Personal** (características de la visión de la vida, adaptabilidad y flexibilidad); E para **Existencia** (salud, amistades y estabilidad financiera) y A representa **Alta** (autoestima, expectativas y ambiciones).

La psicóloga Carol Rothwell fue la coautora del informe con Pete Cohen. Los investigadores pidieron a los entrevistados, hombres y mujeres mayores de 18 años, que eligieran escenarios que los hicieran más o menos felices de una lista de 80 situaciones diferentes.

Asimismo, formularon una serie de preguntas sobre su propia naturaleza, perspectivas y situaciones.

No fue sorprendente que los resultados revelaran que los hombres y las mujeres hallaron la felicidad en diferentes formas.

Diferentes formas de felicidad para hombres y mujeres

El clima soleado, la convivencia con la familia y perder peso fueron de lo que más influía en la felicidad de las mujeres, mientras que el romance, las relaciones sexuales, los pasatiempos y los triunfos de sus equipos deportivos favoritos lo fueron para la felicidad de los hombres.

"Ésta es la primera ecuación que permite a las personas poner cifras a su estado emocional", explicó Rothwell. "Los hallazgos revelan que ciertos sucesos, como la promoción en el trabajo, pueden impactar positivamente la felicidad en general". El estudio fue solicitado por una compañía vacacional que deseaba saber que es lo que hace felices a las personas.