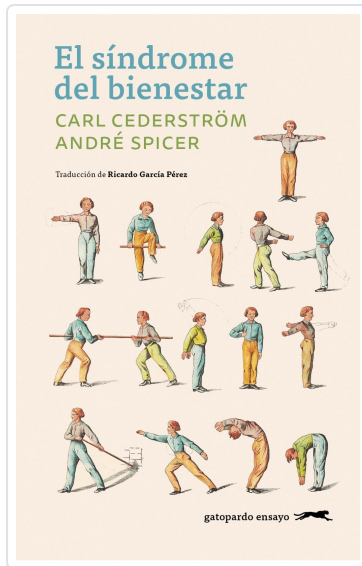


SINDROME DEL BIENESTAR, EL



CEDERSTRÖM, CARL ;SPICER, ANDRÉ

SINOPSIS

¿Haces ejercicio? ¿Cuentas las calorías mientras duermes? ¿Te sientes avergonzado por no ser más feliz? Quizá seas víctima del «síndrome del bienestar».

¿Por qué cuanto más te esfuerzas por ser feliz, peor te sientes? Día tras día te levantas con la intención de comer sano, meditar, hacer ejercicio y dar lo mejor de ti en el trabajo. Y, sin embargo, algo falla. En lugar de liberación sientes culpa, ansiedad y esa eterna sospecha de que por mucho que lo intentes jamás serás lo bastante bueno. Quizá seas víctima del «síndrome del bienestar».

En este ensayo incisivo y bienhumorado, Carl Cederström y André Spicer desentrañan cómo la obsesión contemporánea por la salud, la felicidad y el rendimiento personal se ha convertido en un imperativo moral. Para ello, siguen a fanáticos de la dieta perfecta, a ejecutivos que comienzan el día con bailes atléticos, a obsesos que lo monitorizan todo (incluida la frecuencia con que van al baño), y a gurús de la autoayuda para los que «sentirse bien» se ha vuelto indistinguible de «ser bueno». El resultado es un mundo en el que la esperanza de un cambio social se ha reducido a un conjunto de sueños de transformación individual, el debate político ha sido sustituido por un moralismo ensimismado y la evidencia científica se ha visto suplantada por delirios new age.

Admirado por pensadores como Mark Fisher, Eva Illouz o Simon Critchley, este libro es una guía indispensable para todos aquellos que desconfían de nuestra frenética búsqueda de la felicidad y la salud.

«En lugar de obcecarnos eternamente en nuestra enfermedad, haríamos mejor en fijarnos en las enfermedades que sufre el mundo y en responder ante ellas.» Carl Cederström y André Spicer

La crítica ha dicho...

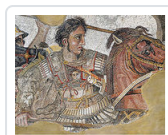
«Un análisis mordaz e ingenioso sobre cómo funciona la ideología hoy en día.» Mark Fisher

«Con una impresionante recopilación de pruebas, este libro arroja una luz muy necesaria sobre la nueva tiranía ejercida por los imperativos culturales de la salud y la felicidad.» Eva Ill...



Editorial	GATOPARDO
Materia	ESTUDIOS CULTURALES
Colección	GATOPARDO
EAN	9791399108897
Status	Disponible
Páginas	208
Tamaño	200x125x13 mm.
Precio (Imp. inc.)	18,95€
Fecha de lanzamiento	04/09/2026

Títulos relacionados



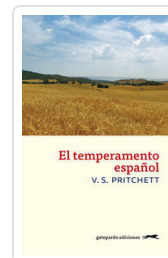
ALEJANDRO
MAGNO
CITATI, PIETRO



EN PELIGRO
HUGHES, RICHARD



PRIMAVERA DE
LOS BARBAROS,
LA
JONAS LÜSCHER



TEMPERAMENTO
ESPAÑOL, EL
PRITCHETT, V.S.