



NOTA DE PRENSA
29/05/2013

**EL MÉDICO Y ESCRITOR ALBERT FIGUERAS
OFRECE MAÑANA, JUEVES 30 DE MAYO, EN EL
MUSEO DE LA CIENCIA DE VALLADOLID LA
CONFERENCIA “PURA FELICIDAD.
SER FELIZ ES SALUDABLE”**

Charla, organizada por el Instituto Coca-Cola de la Felicidad, donde se resumirán algunas de las claves para ser feliz abordadas desde distintos puntos de vista y se explicará cómo se puede ser feliz en el día a día

El médico y escritor Albert Figueras impartirá **mañana, jueves 30 de mañana, a las 19.30 horas** en el Museo de la Ciencia de Valladolid la conferencia “Pura felicidad. Ser feliz es saludable”. Actividad organizada por el Instituto Coca-Cola de la Felicidad, donde se abordará la gran vinculación entre la percepción de la felicidad y el estado de salud, cuestión principal que trata el último libro del ponente “Pura felicidad”, publicado por Plataforma Editorial.

El autor explicará en su conferencia cómo se puede ser feliz “con la que está cayendo”; la falacia de la felicidad artificial; cómo se puede medir la felicidad; lo que nos sucede cuando nos sentimos bien; las razones médicas de por qué ser feliz es saludable; o el papel fundamental que juegan las relaciones sociales para ser feliz, entre otros temas.

Albert Figueras analizará el impacto positivo que tiene la felicidad duradera y profunda en nuestra salud, ya que el bienestar subjetivo reduce la incidencia de problemas cardiovasculares y se asocia a una mayor longevidad libre de enfermedades. También destaca el autor el beneficio que aporta la felicidad a la fortaleza del sistema inmunológico.

Además, el Instituto Coca-Cola de la Felicidad montará mañana, jueves 30 de mayo, un stand desde las 12.00 horas hasta las 15.00 horas en el Paseo Zorrilla, junto al Corte Inglés, donde los ciudadanos tendrán la oportunidad de compartir felicidad de una forma muy original. Para ello, sólo será necesario que la persona se acerque hasta el punto indicado con un libro que le haya hecho feliz y recibirá a cambio el libro ‘Pura felicidad’, escrito por Albert Figueras.

Todos los libros que se recojan en los stands durante la jornada del jueves serán entregados al Centro Los Manzanos.



En el libro se trata la felicidad desde una perspectiva multidisciplinar y el autor asegura que, aunque la felicidad y el optimismo son cosas aparentemente insignificantes, resultan esenciales para tener una vida saludable y ambos estados se contagian “haciéndonos más atractivos para los demás”. De esta forma, estos buenos hábitos se pueden fortalecer tanto en una dimensión individual como en las relaciones sociales o laborales.

Según Silvia García, Directora del Instituto Coca-Cola de la Felicidad: “El Instituto Coca-Cola de la Felicidad acercará a todos el conocimiento que, durante más de seis años y en dos Congresos Internacionales de la felicidad, ha adquirido gracias a expertos mundialmente conocidos, repasando la definición de la felicidad de Eduardo Punset, descubriendo desde cuando el hombre busca la felicidad (por ejemplo a través del codirector de los yacimientos de Atapuerca, Juan Luis Arsuaga), y compartiendo verdaderas experiencias de felicidad vivida, por ejemplo, a través del testimonio de un superviviente del accidente de avión en los Andes que inspiró la película *Viven* (a través de Gustavo Zerbino), o el compartir felicidad a través de experiencias singulares de una monja de clausura “poco clausurada” como Sor Lucía Caram, o de un monje budista declarado también “hombre más feliz del mundo” (Matthieu Ricard).

La presentación que Albert Figueras impartirá forma parte de un ciclo de conferencias que el Instituto Coca-Cola de la Felicidad está realizando por toda España y que recorrerá ciudades como Barcelona o Sevilla con el objetivo de continuar divulgando investigaciones sobre la felicidad para contribuir a mejorar la calidad de vida de los españoles.

Sobre Albert Figueras

Albert Figueras (Barcelona, 1961), es licenciado en medicina y se dedica a la promoción del uso racional de los medicamentos especialmente en América Latina. Trabaja para la Fundación Institut Català de Farmacología y ha sido consultor de la OMS, la OPS y el Banco Mundial en temas relacionados con la utilización de los medicamentos.

Parte de su labor consiste en la transferencia de conocimientos y formación continuada de profesionales de la salud. Es docente de la Universitat Autònoma de Barcelona y profesor honorario de la Universidad Nacional del Nordeste (Corrientes, Argentina).

Ha publicado los resultados de sus investigaciones en revistas médicas de prestigio mundial como *The Lancet* o *British Medical Journal* y es conferenciante habitual en foros sobre temas relacionados con el componente humano, la felicidad y el bienestar.

Es autor, entre otros libros, de *Pequeñas grandes cosas* y *Ubuntu*, ambos publicados por Plataforma Editorial. También del best seller *Optimizar la vida* (2006), una aproximación amena y rigurosa a las bases neurológicas y psicológicas del bienestar de las personas en la sociedad actual.

Sobre el Instituto Coca-Cola de la Felicidad

Es una iniciativa creada por Coca-Cola, marca más asociada a la felicidad en nuestro país según un reciente estudio, para la investigación y difusión de conocimientos sobre la felicidad con el objetivo de contribuir a mejorar la calidad de vida de los españoles. El Instituto cuenta con la colaboración de expertos como Eduardo Punset, Alejandra Vallejo-Nágera, Javier Urra o Carmelo Vázquez.



Sobre Coca-Cola

Coca-Cola es la mayor compañía de bebidas a nivel mundial, que refresca a millones de consumidores con más de 450 marcas de bebidas carbonatas y no carbonatadas. El nacimiento de Coca-Cola se remonta a 1886 cuando el farmacéutico John S. Pemberton desarrolló un nuevo jarabe que después se comercializaría en fuentes de soda. En estos 125 años de historia, Coca-Cola se ha convertido en parte fundamental de los españoles que la han elegido como la marca que más asocian a la felicidad. Junto con Coca-Cola, reconocida como la marca más valiosa del mundo, el porfolio de la Compañía incluye otras 12 marcas valoradas en mil millones de dólares, como Coca-Cola light, Fanta, Sprite, Coca-Cola Zero, Powerade, Minute Maid Georgia Coffe, entre otras. Mundialmente, Coca-Cola es el proveedor número uno de bebidas carbonatadas, zumos, bebidas para deportistas, té y cafés listos para tomar.

Para más información:

Saul Crespo
T. 677.534.301
saul.crespo@milvueltas.es

Museo Ciencia Valladolid
Departamento de Comunicación.
983 144 300,
prensa@museocienciavalladolid.es