16/01/2023

ECONOMIST&JURIST

Redacción

16 de enero: Blue Monday, supuestamente el día más triste del año

En un momento en el que teóricos de las más diversas ramas tienden a **machacarnos con la idea de que hay que ser positivos**, y que todos los problemas tienen más o menos una solución, llama la atención que exista **un día en el que parece que estamos condenados a estar tristes.** Ese día es hoy y se le conoce como **Blue Monday**, supuestamente el día más triste del año.

El Blue monday coincide con el **tercer lunes de enero** y su origen es relativamente reciente, ya que empezó a hablarse de esta jornada en 2005. Ese año, **Cliff Arnall,** un profesor a tiempo parcial de Psicología de la Universidad de Cardiff y experto en motivación, **empleó por primera vez el término tras designar una supuesta fórmula matemática** para determinar el día más triste del año.

La fórmula calcula "deuda", "motivación", "clima", "necesidad de tomar medidas" y otras variables. Sobre la veracidad de estas variables o de si el propio término tiene base científica, pocos lo creen. Un neurocientífico de la Universidad de Cardiff, **De**

...

SUSCRÍBETE > para una conversión completa a PDF |