

# **Vivir éticamente: Cómo el altruismo eficaz nos hace mejores personas**

## **Singer, Peter**

### **Prólogo**

Todos deberíamos hacer todo lo que esté en nuestras manos para mejorar el mundo. En Estados Unidos, hay más de un millón de ONGs y otras organizaciones, sin ánimo de lucro, el principal problema radica en que muy pocas son lo bastante transparentes como para que los donantes puedan juzgar si de verdad están haciendo el bien.

El altruismo efectivo es una forma de dar sentido a nuestras propias vidas y hallar plena satisfacción en lo que hacemos.

### **PRIMERA PARTE. Altruismo efectivo**

#### **1- ¿QUÉ ES EL ALTRUISMO EFECTIVO?**

Es «un movimiento filosófico y social que atiende a los hechos probados y a la razón para determinar las formas más efectivas de lograr un mundo mejor».

Son altruistas porque su principal preocupación es hacer todo el bien que puedan. El hecho de que obtengan satisfacción y felicidad personales al hacerlo no resta un ápice a su altruismo.

Los altruistas efectivos sienten la tentación de ayudar a un niño al que se le puede identificar con su propio país, región o grupo étnico, pero inmediatamente se preguntarán si es eso lo mejor que pueden hacer.

¿Qué se considera «el máximo bien»? Poder ayudar a personas que sufren pobreza extrema.

¿Cuenta igual el sufrimiento de cualquier persona?. También hay que atender al sufrimiento animal

¿« El máximo bien que puedas hacer» implica que está mal dar prioridad a los propios hijos? ¿No parece poco razonable condenar que el interés de los familiares y amigos íntimos se ponga por delante del interés de los desconocidos?

El altruista efectivo medio se reserva tiempo y recursos para relajarse y hacer lo que le apetezca.

¿Qué pasa con otros valores como la justicia, la libertad, la igualdad y el conocimiento?  
¿Cabe incluir la promoción del arte en «el máximo bien que puedas hacer»?

Es improbable que donar a teatros de ópera o a museos suponga hacer el máximo bien que puedas.

¿Cualquiera puede practicar el altruismo efectivo?

...

¿Y si tus acciones alivian el sufrimiento pero requieren para ello que mientas o hagas daño a personas inocentes?

Ningún altruista efectivo quiere que se repitan aquellas tragedias.

Supongamos que monto una fábrica en un país en vías de desarrollo, en la que pago salarios mejores que los que los trabajadores locales podrían cobrar en otro sitio y suficientes para sacarlos de la pobreza extrema. ¿Me convierte eso en un altruista efectivo, aunque obtenga con ello un beneficio de la fábrica?

Pero hay situaciones intermedias de todo tipo.

¿Y hacer donaciones a tu universidad? Tú das clases en Princeton, y este libro está basado en clases que impartiste en Yale, gracias a la generosa contribución de un exalumno de esa universidad. ¿Vas a negar que donar a estas instituciones cuente como altruismo efectivo?

## **2- SURGE UN MOVIMIENTO**

Fue porque en 1972, escribí un artículo titulado «Famine, Affluence and Morality» («Hambruna, abundancia y moralidad»), dar en torno al 10% de nuestros modestos ingresos.

Zell Kravinsky, Abhijit Banerjee y Esther Duflo.  
Poverty Action Lab («Laboratorio de acción contra la pobreza»)  
GiveWell («[DonaBien](#)»).

Las oenegés comprenderían que ser transparentes y demostrar su efectividad redundaba en su propio interés; si donas a una de las organizaciones mejor valoradas por GiveWell, puedes estar seguro de que tu donación hará el bien, y con un alto grado de rentabilidad.

Toby Ord, se preguntó qué podía conseguirse con esa suma si la donaba a las oenegés más efectivas.

Ord quería compartir su conocimiento de lo fácil que es marcar una diferencia enorme y positiva en el mundo.

Giving What We Can («Dar lo que podamos»),  
MacAskill y cinco amigos fundaron 80.000 Hours («80.000 horas»),  
The Life You Can Save (Salvar una vida), publicado en 2009.

## **SEGUNDA PARTE. Como hacer el máximo bien**

### **3- VIVIR MODESTAMENTE PARA DAR MÁS**

Julia Wise. Su blog «Giving Gladly»

#### **¿CUÁNTO ES SUFICIENTE?**

El papa Pablo VI, en su encíclica *Populorum Progressio*, citaba el pasaje en que Ambrosio dice que lo que uno da a los pobres en realidad ya era de ellos, son más reacios a alzar la voz en contra de la dejación flagrante por parte de ricos católicos de la obligación señalada por la Iglesia de dar a los pobres lo que les corresponde.

Hay que ir respetablemente vestido para encontrar trabajo, y hoy en día pueden necesitarse también un ordenador portátil y un teléfono inteligente. La mejor manera de maximizar la cantidad que puedes donar dependerá de tus circunstancias y habilidades personales, pero tratar de vivir sin un nivel discreto de comodidades y desahogo probablemente resulte contraproducente.

#### **TENER HIJOS**

El estar satisfecha con su vida le permitiría ser más útil para el mundo de lo que sería si fuera «una altruista desanimada».

Todo el mundo tiene sus límites. Si te encuentras haciendo algo que te amarga la vida, es hora de reconsiderarlo.

Necesitamos gente capaz de ir por el mundo con alegría, o que al menos lo intenten con todas sus fuerzas».

Realmente, **«los sermones no consiguen cambiar a la gente»**.

Los lazos sociales estrechos con la familia y los amigos son una fuente primordial de felicidad.

«Cocinar, pasear, jugar a juegos de mesa y tocar música con la familia o los amigos».

Yo decido satisfacer una necesidad psicológica fundamental y planificar una vida que me resulte llevadera a largo plazo».

Amar a su hija la haría ser consciente del amor que siente cualquier madre por su hijo.

### **ALGUNOS OTROS ALTRUISTAS EFECTIVOS**

Rhema Hokama

Una de sus amigas, se quejaba de que vivía por debajo del umbral de la pobreza, cuando en realidad ganaba casi el triple.

Las circunstancias y las personas que nos rodean desempeñan un papel decisivo en la determinación de nuestros valores y nuestra conducta.

Authors for Peace (« Autores por la paz»), al trabajar por mejorar una sociedad cualquiera se incrementan las posibilidades de mejora de todas las sociedades.

### **4- GANAR PARA DAR**

**«Ante el sufrimiento, ser espectador no es una opción»**.

Jim Greenbaum, fundó Access Long Distance, una empresa de telecomunicaciones.  
Fundación Greenbaum

La fundación ha apoyado proyectos que tienen como objetivo evitar y aliviar el sufrimiento y los abusos infligidos a los animales, mejorar la atención sanitaria en países en desarrollo, educar a la población, educar a poblaciones africanas en materia de derechos humanos y rescatar a víctimas del tráfico sexual y laboral.

¿Qué comparación podemos establecer entre ganar mucho dinero para donar mucho y hacerse cooperante de una manera efectiva?

Como cooperante, eres perfectamente reemplazable, como donante no lo eres.

Global Priorities Project (« Proyecto prioridades mundiales») del Future of Humanity Institute de la Universidad de Oxford.

...

Philipp Gruissem

Pero llegó un momento en que comprendió que la vida que llevaba no le satisfacía. Para ser feliz, necesitaba un propósito más elevado.

Ian Ross. La motivación ética del estilo de vida de Ian comenzó en la universidad, cuando se hizo vegano.

Ian empezó entonces a poner en práctica esa lógica en su propia vida. Humane League (« Liga humanitaria») y Mercy for Animals (« Clemencia con los animales»).

Ian puede centrarse en su objetivo de reducir el sufrimiento porque no tiene pareja, ni hijos, ni planes de alterar esa situación.

## **LA PSICOLOGÍA DE GANAR PARA DAR**

Jason Trigg, dar mucha publicidad a su compromiso de donar el 50% de sus ingresos.

Jim Greenbaum,

Es partidario de hallar un equilibrio entre llevar una vida cómoda y hacer el bien.

Evitan así el problema que resumía muy bien un chiste del New York Times en el que un hombre de negocios, al teléfono, se lamenta: «Trabajo más que nunca, y lo único que consigo es más y más dinero».[

Cuando Brooks argumenta en contra de ganar para dar que eso le convierte a uno en un medio en vez de en un fin, se está haciendo eco de una objeción al utilitarismo planteada por el filósofo británico Bernard Williams.

...

Quienes ganan para dar viven, en mayor medida que la mayoría de la gente, conforme a sus valores; es decir, a su íntima convicción de que debemos vivir de forma que hagamos el máximo bien posible.

La brecha entre los muy ricos y los muy pobres se está ensanchando.

No está claro que hacer más ricos a los ricos sin hacer a los pobres más pobres tenga, a fin de cuentas, consecuencias negativas.

Bill Gates o Warren Buffett, son los mayores altruistas efectivos de la historia de la humanidad.

Quienes piensan que habría que liquidar por completo la economía capitalista moderna no han conseguido demostrar que haya formas de estructurar una economía con mejores resultados.

Nos guste o no, hoy por hoy no se vislumbra un futuro en que no tengamos que vérnoslas con alguna forma de capitalismo,

Los códigos morales de conducta anteponen a menudo el principio «No hagas daño» al principio «Haz todo el bien que puedas».

La otra cuestión relevante que se plantea aquí es qué debemos considerar como complicidad injusta en un daño.

Te puede parecer que no te es posible influir en la política del banco porque la cultura corporativa es buscar el beneficio, sin que importe el coste que entrañe para los pobres, y un empleado bisoño.

También es cierto que el concepto de complicidad tiene relevantes implicaciones que muchos rechazarán.

No hay por qué asumir que por entrar en una institución bancaria te conviertas en cómplice, en modo alguno, de actividades dañinas.

Un estudio de la Brookings Institution indica que a los millennials les preocupa la responsabilidad social corporativa mucho más que a cualquier generación anterior

## **5- OTRAS PROFESIONES ÉTICAS**

### **Ganar para dar es una manera evidente de hacer el bien.**

Will MacAskill. DEbemos considerarlo un punto de referencia con el que comparar otras posibles elecciones profesionales éticas.

### **EL PALADÍN**

80.000 Hours es una «metaoenagé».

También Giving What We Can, GiveWell y The Life You Can Save son metaoenagés.

### **EL BURÓCRATA**

Alguien a quien llamaré Gorby que trabaja en el Banco Mundial, sugería la posibilidad de ser «un Gorbachov en el Banco Mundial»

El, dirigía la sección encargada de recomendar las inversiones en planificación familiar. i incluso con un presupuesto fijo, el hecho de afinar las elecciones puede marcar una diferencia muy sustancial.

Hacer carrera como burócrata gubernamental o en una gran institución internacional carece probablemente de glamur y está peor pagado que en el sector financiero, por lo que puede resultar más fácil ascender.

### **INVESTIGADORES**

80.000 Hours recomienda la «investigación de prioridades», aún es prematuro calibrar la dificultad real de hacer progresos en la priorización de las causas.

### **ORGANIZADORES Y ACTIVISTAS**

Acción Humanitaria Polaca (AHP).

Rechaza la idea de que ocuparse de personas que están lejos entrara en conflicto con cuidar de quienes se tiene más cerca; cree que hacer que la gente tome conciencia de las situaciones de necesidad que se dan en cualquier parte del mundo les hace también más conscientes de las necesidades de la población local.

Dharma Master Cheng Yen, en la costa este de Taiwán, llegó a organizar un grupo de treinta comadronas, cada una de las cuales ahorrraba unos centavos cada día para aportarlos a un fondo benéfico para familias necesitadas.

Lo llamaron Tzu Chi, que significa «Asistencia compasiva».

Tzu Chi ha fundado seis hospitales más. ha reconstruido 182 escuelas en dieciséis países.

Tzu Chi promueve la sostenibilidad en todo lo que hace. Se ha convertido en una recicladora de primer orden, sirviéndose de sus voluntarios para recoger botellas de plástico y otros materiales reciclables que se transforman en alfombras y ropa. Para fomentar un estilo de vida sostenible y la compasión para con todos los seres sensibles, en los hospitales, escuelas, universidades y otras instituciones de Tzu Chi sólo se sirve comida vegetariana.

Para Tzu Chi es importante mostrar compasión y amor por todo el mundo, ricos y pobres.

En un plano más práctico, sugirió, también podía contribuir a promocionar en países ricos la obra de Tzu Chi y sus ideales de compasión.

Ha inspirado a millones de personas para mostrarse compasivos con los demás. Sigue viviendo austeramente en un monasterio cercano a Hualien.

Mientras que Tzu Chi lleva a cabo su labor humanitaria en 87 países, Cheng Yen nunca ha salido de Taiwán.

### GiveDirectly

Creada por cuatro universitarios en Harvard y en el MIT. Michael Faye, Paul Niehaus, Jeremy Shapiro y Rohit Wanchoo.

Habían estudiado el impacto de distintos programas gubernamentales en países en desarrollo que se limitaban a dar dinero en efectivo a los pobres, los beneficiarios habían hecho un uso responsable de ese dinero, con resultados que iban desde un aumento de sus ingresos hasta una mejor protección sanitaria y más educación para los niños.

El impacto de donar directamente, por tanto, puede ser superior al del dinero donado en sí.

## **UN GRAN ABANICO DE OPCIONES**

### **6- DAR UNA PARTE DE TI**

Por término medio, el trasplante de riñón alarga la vida del receptor en diez años, y además mejora sustancialmente su calidad de vida.

Era «una de las muchas formas en que una persona razonablemente altruista puede ayudar a otros».

Las donaciones de sangre, médula ósea y células madre son formas relativamente sencillas de altruismo efectivo,

## **TERCERA PARTE. Motivación i justificación**

### **7- ¿TODO LO QUE NECESITAMOS ES AMOR?**

El bienestar de los demás les preocupa lo suficiente como para introducir cambios sustanciales en su vida.

Para estar en situación de hacer el mayor bien, limitan sus gastos o eligen una opción profesional distinta de la que preferirían personalmente para tener más dinero que dar o para ser más útil a los demás de alguna otra manera. También es posible que donen sangre, células madre, médula ósea o un riñón a desconocidos.

¿Qué los motiva? Evidentemente, no es la conformidad con las normas sociales.

¿Es tal vez el amor universal lo que mueve a los altruistas efectivos ?

Somos el fruto de un largo proceso de selección genética

Tal vez no sea el amor lo que motiva a los altruistas efectivos sino la empatía: la capacidad de ponerse en el lugar de otros e identificarse con sus sentimientos o emociones.

Es como «el gran tema de nuestra época»

Barack Obama ha dicho que deberíamos hablar más de «nuestro déficit de empatía»; define «empatía» como «la capacidad de entender y compartir los sentimientos de otro».

Índice de Reactividad Interpersonal, para valorar la empatía, mide cuatro parámetros:

1. Preocupación empática
2. Angustia personal
3. Toma de perspectiva
4. Fantasía

Los dos últimos componentes son aspectos cognitivos de la empatía.

Los altruistas efectivos son sensibles al número y al coste por vida salvada o por años de sufrimiento evitados.

Los altruistas efectivos, en igualdad de condiciones, debemos hacer el máximo bien que podamos.

Los utilitaristas son menos dados a sentir empatía emocional con los demás, parece improbable que los altruistas efectivos sean muy distintos en este aspecto.

Pero aunque no empaticemos con desconocidos de tierras lejanas, sus vidas valen tanto como las de nuestros seres queridos».

«La medida en que podemos reconocer que los números tienen su importancia obedece a la razón, no a la empatía».

Según una frase famosa de Hume, «**la razón es y debe ser sólo esclava de las pasiones**».

Henry Sidgwick, compartía con Kant la convicción de que la ética tiene una base racional, pero hizo más que Kant para hacer de ello una forma verosímil de motivación.

Pero los seres humanos no somos puramente racionales, es probable que tengamos otras motivaciones, «simpatía y entusiasmo filantrópico», el reconocimiento por su parte de la importancia de actuar en beneficio del conjunto suscita en ellos una reacción emocional.

La razón puede provocar una emoción, o pasión, al menos en aquellos seres humanos para los que es importante respetarse a sí mismos, lo que daría la vuelta al aforismo de Hume.

## **8- UNO ENTRE MUCHOS**

Bernard Williams sostenía que los seres humanos no pertenecen al tipo de criaturas que pueden adoptar «el punto de vista del universo».

Los altruistas efectivos parecen haber logrado lo que Williams creía imposible.

Son capaces de tomar distancia de consideraciones más personales que suelen dominar la forma en que vivimos.

La influencia que «el punto de vista del universo» tenga en la conducta de alguien variará de una persona a otra.

**La razón no es una simple esclava de las pasiones. Al modificar y redirigir nuestras pasiones, la razón puede desempeñar un papel crucial en el proceso que nos lleva a actuar conforme a la ética.**

La posibilidad de que nuestra capacidad de razonar desempeñe un papel crucial en la decisión de vivir éticamente ofrece una solución al desconcertante problema que, de lo contrario, el altruismo efectivo plantearía a la teoría de la evolución.

Lo que podemos observar en los altruistas efectivos apoyaría también la hipótesis de que la razón puede brindar un elemento fundamental de motivación del altruismo.

Reconsideraré todas mis prioridades financieras.

Es revelador que los altruistas efectivos hablen más del número de personas a las que pueden ayudar que de ayudar a individuos concretos.

Muchos de los altruistas efectivos más destacados tienen antecedentes o están especialmente dotados en campos que exigen razonamiento abstracto, como las matemáticas o la computación.

Podemos aventurar que la gente con grandes dotes de razonamiento abstracto es más proclive a adoptar, a la hora de ayudar a los demás, el tipo de planteamiento característico del altruismo efectivo.

Los impulsos emocionales de donar se retraen ante la presencia de información analítica.

A los altruistas efectivos, en cambio, les influye poderosamente la información analítica, lo que sugiere que ésta no inhibe sus impulsos emocionales.

Es preferible descartar nuestra reacción instintiva y reflexionar sobre el asunto.

No pretendo dar una imagen de los altruistas efectivos como máquinas calculadoras fríamente racionales; la razón está desempeñando un papel en su proceso de decisión; como debe ser.

Si un alto grado de razonamiento abstracto conduce al altruismo efectivo, podemos preguntarnos por qué no había surgido en tanto que movimiento hasta ahora.

En los países ricos, un segmento considerable de la población vive con muchas comodidades

En esas circunstancias, pasa a un primer plano la necesidad de dar un significado a la vida y realizarse como personas,

El progreso tecnológico que permite a los altruistas efectivos estar conectados entre sí a través de Internet ha sido fundamental. La aparición de GiveWell ha limado la dificultad de saber a qué causa es mejor donar.

El cociente intelectual (CI) medio sigue siendo 100, y en todos los principales países industrializados, las puntuaciones brutas han subido de media 3 puntos por década.



Se han propuesto diversas explicaciones para esta elevación del CI, que van desde la mejora en la alimentación hasta un entorno más estimulante que nos exige pensar más.

La difusión entre la población general de modos científicos de razonar sobre problemas podría haber contribuido a mejorar el razonamiento.

## **9- ALTRUISMO Y FELICIDAD**

Muchos altruistas efectivos no sienten que lo que hacen sea un sacrificio.

Su sentido del compromiso con hacer del mundo un lugar mejor significa para él mucho más que nuevos caprichos o una casa más grande.

Charlie Bresler, el director ejecutivo no retribuido de The Life You Can Save, me dijo: «Para ser sincero, yo no creo en el “altruismo”; ¡creo que la vida que estoy salvando es la mía, y que debería haber empezado a hacer este tipo de trabajo mucho antes!».

Para determinar si los altruistas efectivos están haciendo un sacrificio, tenemos que examinar los principales factores determinantes de la felicidad.

Los estudios sobre la relación entre renta y felicidad, o bienestar, indican que, para gente con ingresos muy bajos, un aumento de ingresos sí que aporta una mayor felicidad,

La gente «subestimaba enormemente» lo feliz que podían ser las personas con el nivel especificado de ingresos relativamente bajos.

¿Son más felices estas personas por el hecho de tener tantas cosas?

Aunque usar nuestros ingresos para comprar más cosas no nos hace más felices, resulta que usarlo para ayudar a otros sí que aumenta nuestro nivel de felicidad; **la gente que es feliz es más propensa a ayudar a otros.**

Se produce una relación recíproca, produciendo un círculo de retroalimentación positiva que lleva a gastar más en los demás y a una mayor felicidad.

Los autores afirman que sus conclusiones podrían «tener implicaciones para individuos que busquen escapar de la rueda hedónica» y ofrecer «una vía a una felicidad sostenible».

### **La autoestima es un componente importante de la felicidad.**

Ser una persona razonable significa formar parte de una larga tradición de pensadores, que se remonta a Aristóteles, que apelaban a la razón y la argumentación y no a la autoridad o a la fe. Para la persona razonable, la autoestima debe fundarse en los hechos y en valores razonables.

La persona razonable no puede tener autoestima y a la vez ignorar los intereses de otros de los cuales reconoce que su bienestar tiene la misma importancia que el propio.

**El fundamento más sólido para la autoestima es vivir una vida ética**, es decir, una vida en la que uno contribuye en la mayor medida posible a hacer del mundo un sitio mejor.

Y desde un punto de vista budista, ayudar a otros y proteger la vida fomenta al mismo tiempo el bienestar propio.

No hay por qué hacer del propio sacrificio un elemento necesario del altruismo. Lo que importa es la preocupación que tienen las personas por los intereses de otros. Es mejor subrayar que lo que les hace felices supone aumentar el bienestar de los demás.

## **CUARTA PARTE. Elección de causas y organizaciones**

### **10- ¿NACIONAL O GLOBAL?**

El campo de la filantropía ha sido, en general, muy reacio a afrontar estas preguntas comparativas.

En la lista Rockefeller, donar para reducir la pobreza mundial ni siquiera figura como categoría.

Se puede argumentar que los gobiernos tienen la responsabilidad de atender primero a sus ciudadanos, pero no es el caso de las personas particulares.

El que una persona se quede ciega por tracoma, la causa más común de ceguera evitable, se estima entre los 20 y los 100 dólares.

Más de 1.000 millones de personas viven en extrema pobreza en todo el mundo, la práctica totalidad de ellas en países en vías de desarrollo.

En 2014, casi 47 millones de estadounidenses relativamente pobres se beneficiaron del SNAP.

Cientos de millones de habitantes de países en desarrollo carecen de estos beneficios.

Los padres pobres están expuestos a ver a sus hijos morir a causa de enfermedades fácilmente tratables.

No me cabe duda de que ser pobre en un país rico hace la vida extremadamente difícil, y a menudo degradante.

La organización GiveDirectly hace entregas únicas de unos 1.000 dólares a familias africanas que viven en situación de pobreza extrema, el salario de un año.

Dar 1.000 dólares a una familia que vive en la pobreza en Estados Unidos puede que equivalga al salario de un mes.

Wiblin da este consejo: «Piensa en grupos que te preocupen por los que en general no se preocupen los demás, y aprovecha estrategias que los demás no quieran seguir por prejuicios».

### **11- ¿HAY UNAS CAUSAS OBJETIVAMENTE MEJORES QUE OTRAS?**

«¿ Dónde puedo hacer el máximo bien?».

Para eso comparemos el cambio climático y la malaria. Veremos que distribuir mosquiteras para proteger a los niños de la malaria es en dónde podemos producir un impacto mayor.

Donar para prevenir o curar la ceguera tiene un valor como mínimo diez veces mayor que donar al museo.

Pero hay mucha gente con actitudes irracionales frente a un riesgo pequeño de que pase algo muy grave.

Cuando hacemos estas elecciones en el mundo real, necesitamos disponer de la mejor información posible.

El arte puede ser, sin duda, una ayuda para el aprendizaje, pero construir nuevos museos no parece la forma más rentable de lograrlo.

Para evitar malentendidos: crear y disfrutar del arte tiene un valor.

En un mundo en que todos tuvieran alimento suficiente, un mínimo de atención sanitaria, condiciones adecuadas de higiene y una plaza escolar para cada uno de sus hijos, no habría ningún inconveniente en donar a museos u otras instituciones que brindan la oportunidad de ver obras de arte originales a quien lo desee, y la oportunidad (más importante, a mi juicio) de poder crear arte a quienes carecen de medios para expresarse de esa forma.

Desgraciadamente, no vivimos en ese mundo, al menos de momento; es mejor permitir a los potenciales donantes que obedezcan sus «convicciones personales» al elegir una organización benéfica.

Donar para devolver la vista en vez de para adiestrar a un perro guía es un ejemplo de ello.

Además, en ciertos casos, dejar que el donante obedezca sus convicciones hace más daño que bien.

Por ejemplo hacer una donación deducible de su declaración de la renta a la Asociación Nacional del Rifle.

## **12-COMPARACIONES DIFÍCILES**

Por ejemplo si tenemos que comparar la curación de la ceguera con salvar vidas.

El NICE estudia los tratamientos uno a uno, basándose en estimaciones del coste de ganar un «año de vida ajustado por calidad» o AVAC (en inglés, quality-adjusted life-year, o QALY).

La OMS usa como medida el AVAD (« años de vida ajustados en función de la discapacidad»; en inglés, DALY).

1. Evitar la muerte de cien lactantes.
2. Proporcionar alimentación completa y continuada y atención médica a cien personas, de forma que en vez de crecer malnutridos, vivan el resto de su vida relativamente sanos.
3. Prevenir un caso de malaria relativamente leve y no mortal, por cada diez mil personas, sin que tenga un impacto significativo en el resto de su vida.

## **13- REDUCIR EL SUFRIMIENTO ANIMAL Y PROTEGER LA NATURALEZA**

### **CAMBIO CLIMÁTICO**

#### **¿TIENE LA NATURALEZA UN VALOR INTRÍNSECO?**

#### **14- ELEGIR LA MEJOR ORGANIZACIÓN**

The Open Philanthropy Project (« El proyecto filantropía abierta»), hoy por hoy, no sabemos lo suficiente como para poder afirmar si la promoción de políticas constituye una utilización del dinero más o menos provechosa que los programas de ayuda directa.

#### **15- PREVENIR LA EXTINCIÓN DE LA HUMANIDAD**

Aparte del riesgo de que un gran asteroide colisione con nuestro planeta, existen otros peligros

- Guerra nuclear.
- Pandemia de origen natural.
- Pandemia causada por el bioterrorismo.
- Calentamiento global.
- Accidente nanotecnológico.
- Que la investigación de la física de partículas produzca «materia extraña» superdensa.
- Superinteligencia artificial hostil.
- 

En varios de estos escenarios, resulta difícil cuantificar el riesgo:

- eliminar o moderar el consumo de productos animales
- educar y empoderar a las mujeres,
- educar a las mujeres las lleva a tener menos hijos y más saludables, y eso facilitaría la estabilización de la población mundial en un nivel sostenible.

#### **Epílogo**

Sería fácil considerar que el mundo está cada vez más dominado por personas indiferentes al sufrimiento y dispuestas a matar para promover sus objetivos nacionalistas o religiosos.

No es de extrañar que cuando hablo sobre el altruismo efectivo me pregunten a menudo cómo puedo seguir siendo optimista sobre la naturaleza humana y su potencial para el altruismo.

En cinco años, el número de niños que mueren al día de enfermedades evitables ha caído de 27.000 a 17.000.

Para concluir, por tanto, debo insistir en que la mayoría de las personas comprometidas con el altruismo efectivo conservan aún sus dos riñones, siguen por el camino profesional que habían elegido o que pensaban emprender antes de oír hablar del altruismo efectivo y es más probable que estén donando en torno a la décima parte de sus ingresos que la mitad de los mismos.

***El altruismo efectivo es un avance en conducta ética así como en aplicación práctica de nuestra capacidad de razonar.***

Una vez que se alcance una masa crítica de altruistas efectivos dejará de extrañar a nadie que alguien considere «hacer el máximo bien que pueda» un objetivo fundamental de su vida.