POR ESO HAY QUE COMER BIEN

Hace mucho tiempo, en un pueblo lejano, los niños empezaron a tener problemas de estómago, no sonreían, estaban tristes,...

Había un niño en el pueblo llamado Miguel, que de mayor quería ser médico, y al ver que sus amigos iban enfermando y que no se curaban con nada, comenzó a pensar cómo podría ayudarlos. Después de mucho pensar se le ocurrió, recorrer el mundo para buscar una solución para los niños de su pueblo, pero él también se encontraba mal.

Un día, se desmayó y al despertar se encontró en un hospital, durante semanas los médicos estudiaron la causa de su desmayo sin encontrarla. De repente, a un médico que se iba a jubilar, le encargaron que se ocupara de Miguel; él quería que su último paciente se curase.

El doctor se pasaba el día y la noche con Miguel, haciéndole muchas preguntas sobre su vida, sus hábitos, cómo era su pueblo..... todo para averiguar la causa de su enfermedad.

Entonces, el doctor descubrió que Miguel no comía ni verdura ni fruta, por eso no se encontraba bien, no tenía energía para jugar, ni para estudiar, no tenía ganas de comer, y su cuerpo no funcionaba bien.

A Miguel le costó mucho aprender a comer bien y a recuperarse, pero cuando se recuperó, y ya sabiendo las causas de su enfermedad, volvió a su pueblo, tan rápido como pudo.

Al llegar, reunió a todo el pueblo en la plaza mayor para explicarles cuál era el motivo por el que los niños habían enfermado. Organizaron un comedor para niños en la iglesia, que era muy grande y espaciosa, y allí todos los niños acudían a desayunar, comer, merendar y cenar. Su dieta ahora tenía fruta y verdura que junto con los cereales y la leche que tomaban les daban mucha energía.

Gracias a la dieta que a Miguel le había enseñado el doctor, todos los niños del pueblo se recuperaron en poco tiempo. Ya no había niños tristes, con dolor de barriga, o con poca energía. Ahora todos reían y eran felices, gracias a Miguel, que años después, se convirtió en un gran médico, dedicado a los niños y a enseñarles la dieta saludable; recordando así a su doctor.

FIN