

UNA OJIDA MÁS SANA

Erase una vez un mundo llamado Karima con dos grandes continentes. Uno de ellas era Saludabili; y tenía a los ciudadanos más sanos ya que seguían una dieta rica en frutas, verduras, hacias ejercicio y deporte y vivían en espacios libres de humo. Sin embargo en el otro continente comían alimentos ultraprocesados (bebidas azucaradas, Corderías, etc.). Y llevaban una vida sedentaria y por eso se llamaba Basurabili. Iker, era un niño de 11 años de Basurabili, y no estaba de acuerdo con estos costumbres, pero se callaba para que nadie lo rechazara. Un día, cuando volvía de comer en una hamburguesería con sus amigos, se encontró a su madre cansada, mareada y con muy mala cara. La llevó al hospital pero no sabían curar su enfermedad. Pidieron ayuda a sus amigos y entre todos decidieron ir a Saludabili a buscar ayuda. Llevaron sus maletas de hamburguesas, refrescos, bollos, etc. y emprendieron el viaje.

Durante la travesía, Pedro, el mejor amigo de Iker se puso enfermo y tenía los mismos síntomas que su madre. Al llegar a Saludabili vieron que todos tenían un aspecto muy saludable y feliz y se animaron mucho, llevaron a Pedro a un hospital y allí los atendió el doctor Carrot que era muy amable y simpático. El doctor les dijo que Pedro tenía el colesterol alto e hipertensión y se llevó los manos a la cabeza al ver la alimentación que tenían. Mientras Pedro se recuperaba el Dr Carrot les enseñó a comer más sano y salía con ellos todos los días a hacer deporte. Los chicos descubrieron que esa vida era mucho mejor que la suya así que pidieron al doctor que les acompañara para curar a la madre de Iker y convencer a los demás de tener hábitos saludables. En unos semanas la madre de Iker se curó y todos los habitantes de Basurabili cambiaron sus hábitos de vida, por lo que decidieron cambiar el nombre a Sanabili.

Y así el mundo de Karima consiguió tener dos continentes saludables donde siempre reinaba la felicidad.

