

# EL PROFESOR NEURI

## Y LOS SECUESTRADORES DE DESAYUNOS

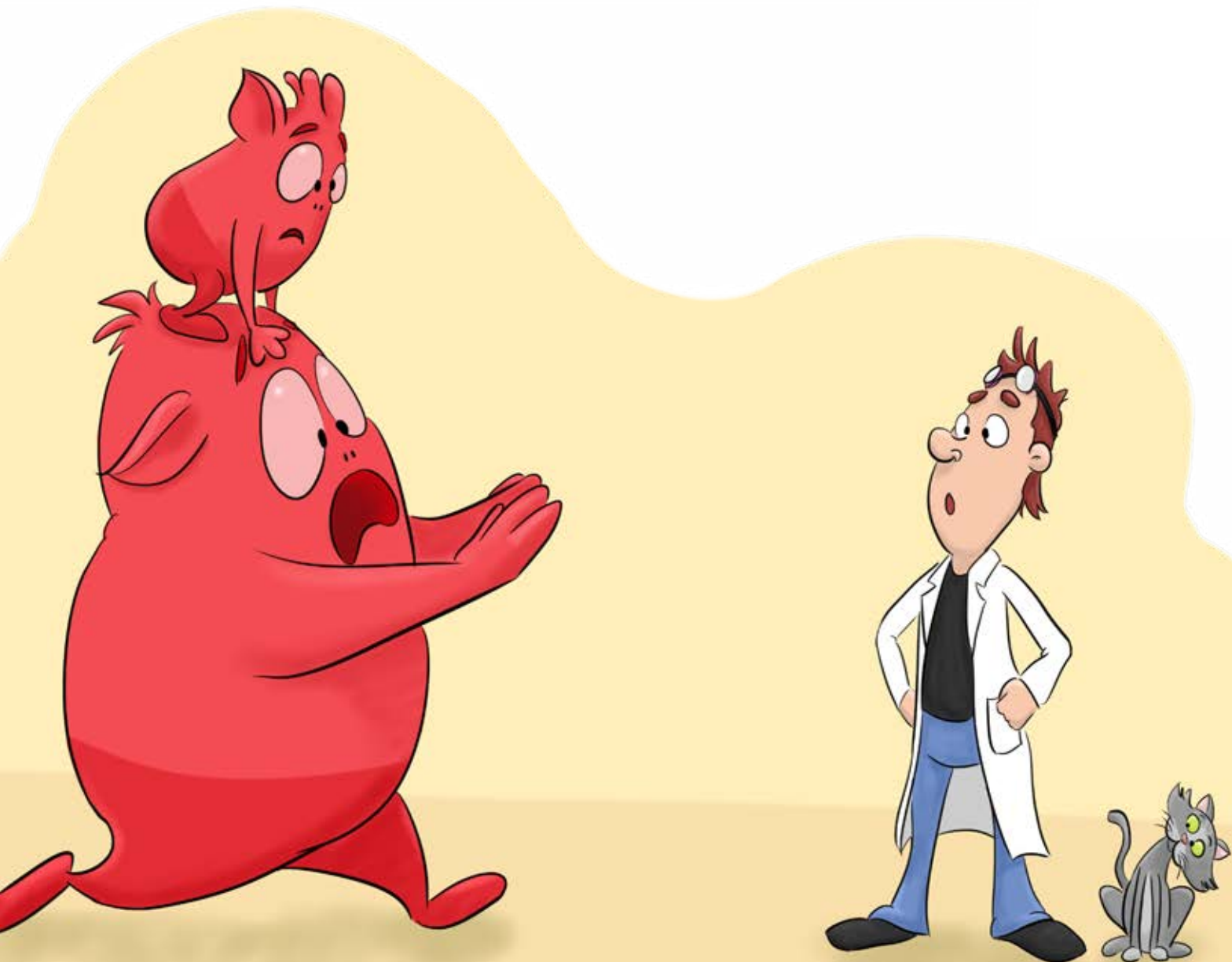


El profesor Neuri estaba muy concentrado leyendo y reflexionando sobre varias investigaciones que demostraban la importancia que tiene el desayuno para los niños, jóvenes y adultos. Llevaba varias horas trabajando sin parar ante la mirada aburrida de su gata Dopamina, cuando, de pronto, un golpe aterrador los sorprendió.

Una especie de cohete atravesó la ventana del laboratorio y aterrizó haciendo patito a pocos centímetros del boquiabierto profesor Neuri y de la azorada felina. Velozmente salieron del cohete Dendri, Somi y Axi y se abalanzaron sobre el profesor dándole viscosos y gelatinosos besos y abrazos.

Una vez finalizada esta demostración de afecto, los tres amigos empezaron a hablar en voz muy alta, todos al mismo tiempo, entre los maullidos de Dopamina. Parecían muy preocupados. El profesor Neuri solo pudo escuchar palabras sueltas de lo que decían, tales como “desayunos”, “ladrones”, “van a la escuela sin comer”...

Como así no se podían comunicar, Neuri les pidió que se calmaran y que, por favor, uno solo le contara el motivo de esta sorpresiva visita. Como Dendri estaba al borde de las lágrimas y Somi casi no podía respirar fue Axi quien le explicó más tranquila la causa de esta repentina visita: -Profesor Neuri, algo terrible está sucediendo en el planeta Saludabilis: ¡se están robando los desayunos! La policía lo está investigando, pero no ha logrado resolverlo. Hace semanas que los niños están yendo a la escuela sin alimentarse y las maestras notan que están cansados, que tienen mala memoria y que les cuesta pensar.



El profe Neuri contestó: -¡Esto es terrible! ¿Pero en dónde queda el planeta Saludabilis? Axi, sorprendidísimo, preguntó: -¿No conoce el famoso planeta Saludabilis? Fue colonizado hace millones de años por miembros de nuestra especie preocupados por vivir de un modo sano. Es por esto que en este planeta el eje principal del estilo de vida se centra, por ejemplo, en una dieta saludable, en hacer deportes, evitar el estrés y dormir la cantidad de horas necesarias.

El profesor Neuri se quedó pensando mientras Axi, Dendri y Somi lo miraban con sus atentos ojos gelatinosos. Luego de unos instantes, exclamó: -¡Vayamos al planeta Saludabilis! Y sin perder un minuto, saltaron todos, incluso Dopamina, dentro de la nave espacial.

En un abrir y cerrar de ojos llegaron a un planeta en forma de huevo. Velozmente salieron de la nave para dirigirse a la escuela más cercana y entrevistarse con las maestras.

Allí Neuri conoció a Seni una docente de tercer grado que, muy preocupada, le contó de las consecuencias que sufrían los niños en la escuela por no comer a la mañana: tenían problemas para recordar, empeoraban su rendimiento escolar, disminuían sus calificaciones, estaban más excitados, bajaba su nivel de atención y también la participación en clase.



Al finalizar su conversación con Seni, Neuri comprendió la dimensión del problema y decidió hablar con los padres de los alumnos para que le contaran qué sucedía. Conversó con varios de ellos que le contaron lo mismo: se levantaban tempranito, preparaban la comida, luego iban a la habitación de sus hijos para despertarlos y cuando entraban a la cocina todo había desaparecido.

Curioso Neuri por el tema que estaba investigando, les preguntó qué preparaban para sus hijos y le enumeraron los elementos que componían una nutritiva comida matutina: uvo (huevos), kors (salchichas), molk (leche), apes (frutas), vant (avena) y abundante vatten (agua).

Maravillado, los felicitó por la excelente calidad de los alimentos que les ofrecían a sus hijos para alistarles sus cerebros para la jornada escolar.

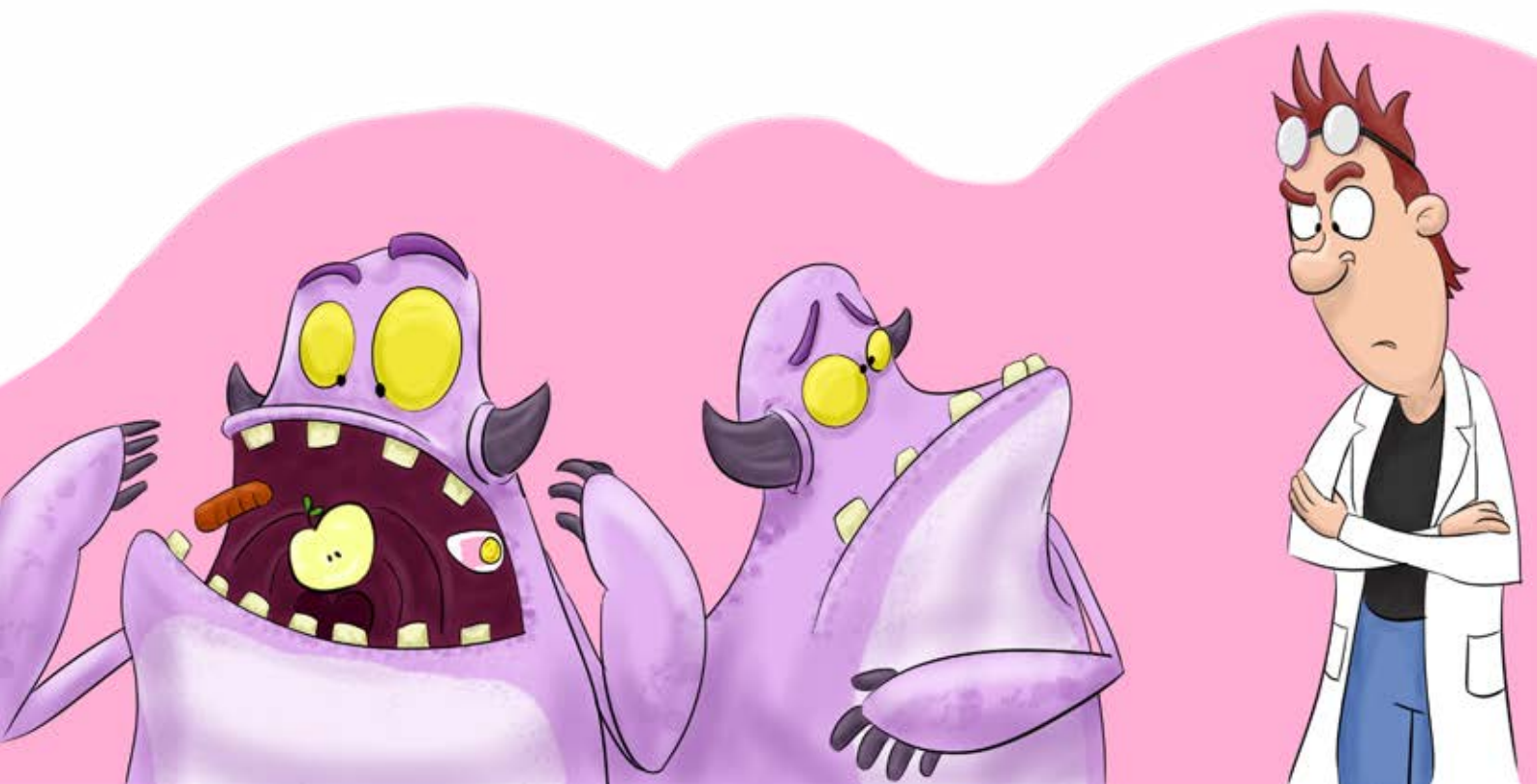
Luego pasó un largo rato con su corteza prefrontal activada pensando en cómo resolver esta extraña situación. Finalmente tomó la decisión de que era necesario visitar la casa de algún alumno para ver qué sucedía. Axi le presentó a una mamá que aceptó cordialmente que el profesor Neuri fuera por la mañana temprano a observar el momento del desayuno.

Neuri llegó puntualmente a la hora pactada, la cual fue definida de modo que los adultos y jóvenes de la casa hubiesen dormido 8 horas y los niños las 10 horas necesarias. La mamá acababa de terminar de preparar los deliciosos uvo, las riquísimas kors, la molk calentita, las dulces apes, la deliciosa vant y la refrescante vatten.

Mientras la mujer se dirigía a despertar a su hijo, el profe Neuri se escondió con Dopamina detrás de unas espesas cortinas que había en la cocina en donde estaba servida la nutritiva comida.

A los pocos minutos escuchó un ruido extraño que provenía de la ventana de la cocina, que se abrió de par en par y entraron dos Juvs, una especie de seres jóvenes que habita en toda la galaxia y no le gusta ir de compras, hacer fila para pagar, cargar bolsas y mucho menos cocinar: solo disfrutan de mirar TV y jugar a la Play.

Ellos se dirigieron con una velocidad increíble hacia la mesa en donde todo estaba servido, rápidamente lo devoraron y con la misma velocidad que entraron salieron. Esto sucedió tan rápido que ni Neuri ni Dopamina pudieron hacer algo para detenerlos.



Sin dudarle un instante el profesor se dirigió a la comisaría central del planeta Saludabilis para informar que los Juvs eran los responsables de las desapariciones.

Inmediatamente los Juvs fueron detenidos por las fuerzas del orden y sentenciados a hacer los desayunos y las colaciones saludables para los recreos de todos los niños del planeta durante seis meses.

Los docentes y padres decidieron agradecerles al profesor Neuri y sus amigos brindándoles un exquisito banquete matutino como despedida.

Energizado con este opíparo agasajo, Neuri partió entusiasmado hacia la Tierra, pensando en cómo diseñar un programa de desayunos saludables para las escuelas de su barrio.

**FIN**



## **Bibliografía:**

- Mameli C, Galli E, Dilillo D, Alemanno A, Catalani L, Cau S, Fransos L, Lucidi F, Macrì A, Marconi P, Mostaccio A, Presti G, Rovera G, Rotilio G, Rubeo M, Tisiot C, Zuccotti G. Psychosocial, behavioural, pedagogical, and nutritional proposals about how to encourage eating a healthy breakfast. *Ital J Pediatr.* 2014 Aug 13;40:73. doi: 10.1186/s13052-014-0073-7.
- Taki Y, Hashizume H, Sassa Y, Takeuchi H, Asano M, Asano K, Kawashima R. Breakfast staple types affect brain gray matter volume and cognitive function in healthy children. *PLoS One.* 2010 Dec 8;5(12):e15213. doi: 10.1371/journal.pone.0015213.
- Leidy HJ, Ortinau LC, Douglas SM, Hoertel HA. Beneficial effects of a higher-protein breakfast on the appetitive, hormonal, and neural signals controlling energy intake regulation in overweight/obese, “breakfast-skipping,” late-adolescent girls. *Am J Clin Nutr.* 2013 Apr;97(4):677-88. doi: 10.3945/ajcn.112.053116.
- Fernández Morales I, Aguilar Vilas MV, Mateos Vega CJ, Martínez Para MC. Relación entre la calidad del desayuno y el rendimiento académico en adolescentes de Guadalajara (Castilla-La Mancha). *Nutr Hosp.* 2008 Jul-Aug;23(4):383-7. PMID: 18604325.

## **Autor:**

**Dr. Roberto Rosler**

- Director Académico de Asociación Educar para el Desarrollo Humano.
- Médico neurocirujano egresado con Diploma de Honor, Universidad de Buenos Aires.
- Docente adscrito a la cátedra del Departamento de Neurocirugía de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires (UBA).
- Profesor Titular de Neurofisiología de la carrera de Médico Especialista en Neurología de la Universidad de Buenos Aires (UBA).
- Coordinador y profesor de Neuroanatomía de la Maestría en Neuropsicología de la Escuela de Medicina del Instituto de Medicina del Hospital Italiano de Buenos Aires (IUHI).
- Profesor de Neurofisiología de la Carrera de Psicopedagogía de la Pontificia Universidad Católica de Buenos Aires (UCA).
- Profesor de Biología Humana y Neurofisiología del Profesorado de Ciencias de la Educación del Instituto Santa Ana y San Joaquín.
- Profesor de Promoción y Cuidado de la Salud de la Educación Inicial del Profesorado de Ciencias de la Educación del Instituto Santa Ana y San Joaquín.
- Profesor de Promoción y Cuidado de la Salud de la Educación Primaria del Profesorado de Ciencias de la Educación del Instituto Santa Ana y San Joaquín.
- Profesor de Clínica del Desarrollo 1 y 2 del Postítulo de Especialización superior docente en integración escolar del Instituto Santa Ana y San Joaquín.