

EL PASTEL DE PAU



Pau es un niño como tú: va al cole de su barrio todos los días, le encanta leer los libros que trae su profe y en el recreo se lo pasa bomba corriendo y saltando en el patio con sus amigas y amigos.

A Pau le gustan mucho los pasteles y los dulces.

Mañana cumple 7 años. Pau ha ayudado a su madre a hacer la tarta de galletas y chocolate y han comprado bolsas de chucherías para toda su clase.

Su madre lo guarda todo para la fiesta de cumpleaños.

Pau piensa:

- ¡Qué pastel más grande!, me comeré un trozo y como es tan grande no se notará. ¡Uhhmm! ¡Qué bueno está! Como lo he hecho yo, me comeré otro trozo.

Y sin darse cuenta, se comió todo el pastel hasta que no quedó nada.

Después vio las bolsas de chuches, y como era tan goloso, empezó a comer gominolas, gusanitos, piruletas... Hasta que empezó a sentir un fuerte dolor de barriga.

- Ayyy, qué dolor... voy a vomitar.

Su madre oyó los quejidos de Pau y cuando entró en la cocina lo vio tumbado en el suelo, abrazándose la barriga y con la cara manchada de tarta.

- Pero hijo mío, ¿qué has hecho?

A Pau le dolía tanto la barriga que no podía responder. Su madre lo llevó a la cama y llamó a su pediatra, que le recetó unas medicinas para que se curase y le dijo que durante mucho tiempo no podría tomar dulces.

La fiesta de cumpleaños de Pau se suspendió y se pasó toda la semana en la cama sin poder ir al cole, leer el nuevo libro que la profe les había traído y sin poder correr y saltar con sus amigos y amigas.

Pau comprendió que el atracón de dulces no le había aportado nada bueno.

Al año siguiente Pau cumplía ocho años y le dijo a su madre que se esperaba a comerse la tarta con sus amigas y amigos y así se lo pasaría mucho mejor.

Esa tarde, toda su clase fue a su casa y le regalaron esta poesía.

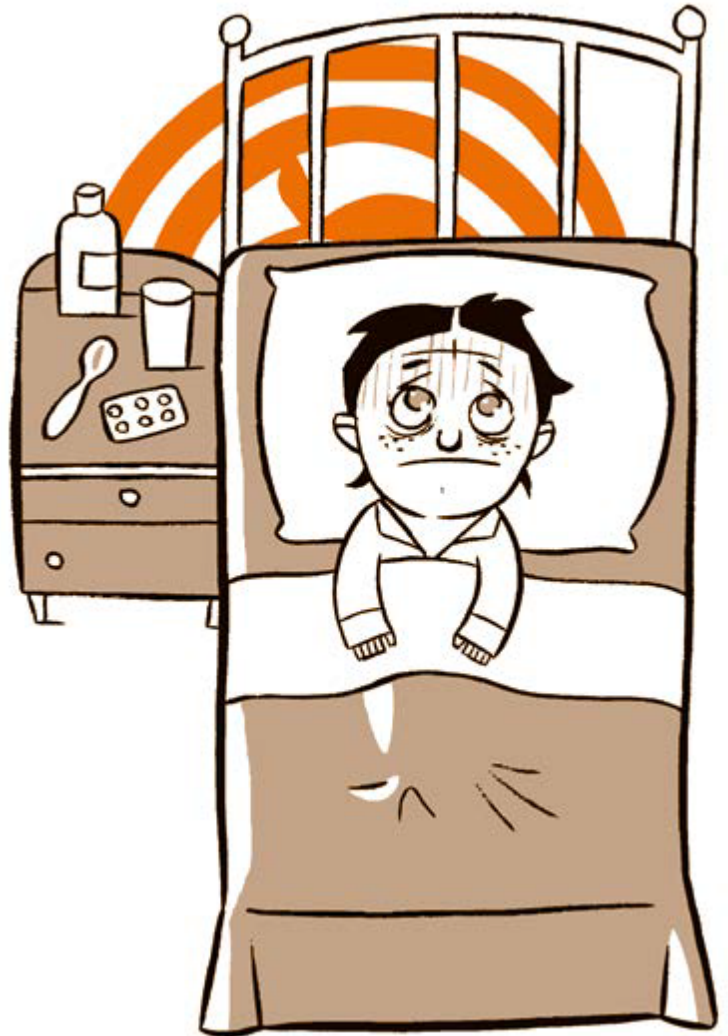


De las chucherías
no debes abusar,
pues si comes muchas
te van a sentar mal.

Los pasteles están buenos,
¿verdad?

Pero no son sanos
si tomas mucha cantidad.

Come mucha fruta,
y mucha verdura,
y tu cuerpo lo agradecerá
sin ninguna duda.



Pau la pegó en la puerta de la nevera para recordar
siempre lo importante que es comer de todo pero con
moderación.

Ayuda a los compañeros de Pau a adornar la poesía que le van a regalar:



De las chucherías
no debes abusar,
pues si comes muchas
te van a sentar mal.

Los pasteles están buenos,
¿verdad?

Pero no son sanos
si tomas mucha cantidad.

Come mucha fruta,
y mucha verdura,
y tu cuerpo lo agradecerá
sin ninguna duda.



• LEE EL CUENTO Y CONTESTA

¿Quién va a la Fiesta de cumpleaños de Pau?

¿Pau es goloso?

¿De qué era el pastel de Pau?

¿Qué hace con el pastel de cumpleaños?

¿Y con las golosinas?

¿Tú piensas que Pau ha comido muchos dulces?

¿Qué le ocurre a Pau al abusar de los dulces?

¿A quién llama su madre?

¿Qué le ha dicho su pediatra a Pau?

**PAU HA APRENDIDO QUE COMER
MUCHOS DULCES NO ES BUENO**

