

NATALIA



MAYDEN

MAYTALIA

Y LA COMIDA

© ExpCaseros, CB, 2020

© Editorial Planeta, S. A., 2020

Martínez Roca, un sello editorial de Editorial Planeta, S. A.

Avda. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)

www.planetadelibros.com

Edición y fijación del texto: Sergio Parra

Diseño de cubierta: Planeta Arte & Diseño

Ilustraciones de cubierta e interior: © Luis Doyague, 2020

Diseño de interior y maquetación: María Jesús Gutiérrez

Preimpresión: Safekat, S. L.

Impresión: Liberduplex

ISBN: 978-84-270-4797-6

Depósito legal: B. 17.487-2020

Printed in Spain – Impreso en España

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

ÍNDICE



CAPÍTULO 1. OPERACIÓN MICHELÍN	6
CAPÍTULO 2. EL IMC DE VILLANO	18
CAPÍTULO 3. LA IRRESISTIBLE CHOCOLATINA HEART	30
CAPÍTULO 4. EN LA PREHISTORIA NO HABÍA BOLLOS DE CREMA	48
CAPÍTULO 5. ¡SUPERBODY POWERAPP!	64
CAPÍTULO 6. HUELGA POR EXCESO DE AZÚCAR	76
CAPÍTULO 7. SEGISMUNDA COCINA DE MARAVILLA	88
CAPÍTULO 8. TRIXCATEL	100
CAPÍTULO 9. LA FÁBRICA DE LAS DULCES PESADILLAS	112
CAPÍTULO 10. LA MISTERIOSA MANSIÓN HEART	126
CAPÍTULO 11. SI TE PERSIGUEN LAS CALORÍAS, ¡CORRE MÁS!	142
CAPÍTULO 12. ¡OLA DE SIROPE!	154
EPÍLOGO	164

OPERACIÓN MICHELÍN



PLIC, PLIC, PLIC, PLIC...

Aquella noche oscura, la fina lluvia repiqueteaba rítmicamente en la ventana del dormitorio de Apolonio Villano. Hacía horas que llovía, las mismas que había estado durmiendo.

Y entonces Villano abrió tímidamente un ojo, a la vez que emitía un leve quejido de dolor. Se sentía como si una hormigonera le hubiera pasado por encima. Y luego un tractor. Y luego un rebaño de ovejas.

Abrió el otro ojo para acostumbrarse a aquella penumbra. Distinguió entonces una figura, sentada junto a su cama, que parecía estar cuidando de él.

—**TRANQUILO** —le susurró aquella sombra.

Villano abrió y cerró la boca varias veces. La sentía pastosa. Afortunadamente, pensó, su madre estaba cuidando de él.

—Ay, mami, tengo sed —dijo entonces con un hilo de voz.

La sombra carraspeó... y luego se agitó emitiendo lo que parecía una risilla ahogada.

Villano frunció el ceño, sin comprender por qué su mami se reía de él. Se incorporó un poco, extendió la mano hacia la mesita de noche y, tras tantear la superficie hasta dar con el interruptor, encendió la lámpara.

—PERO QUÉ HACES TÚ AQUÍ...

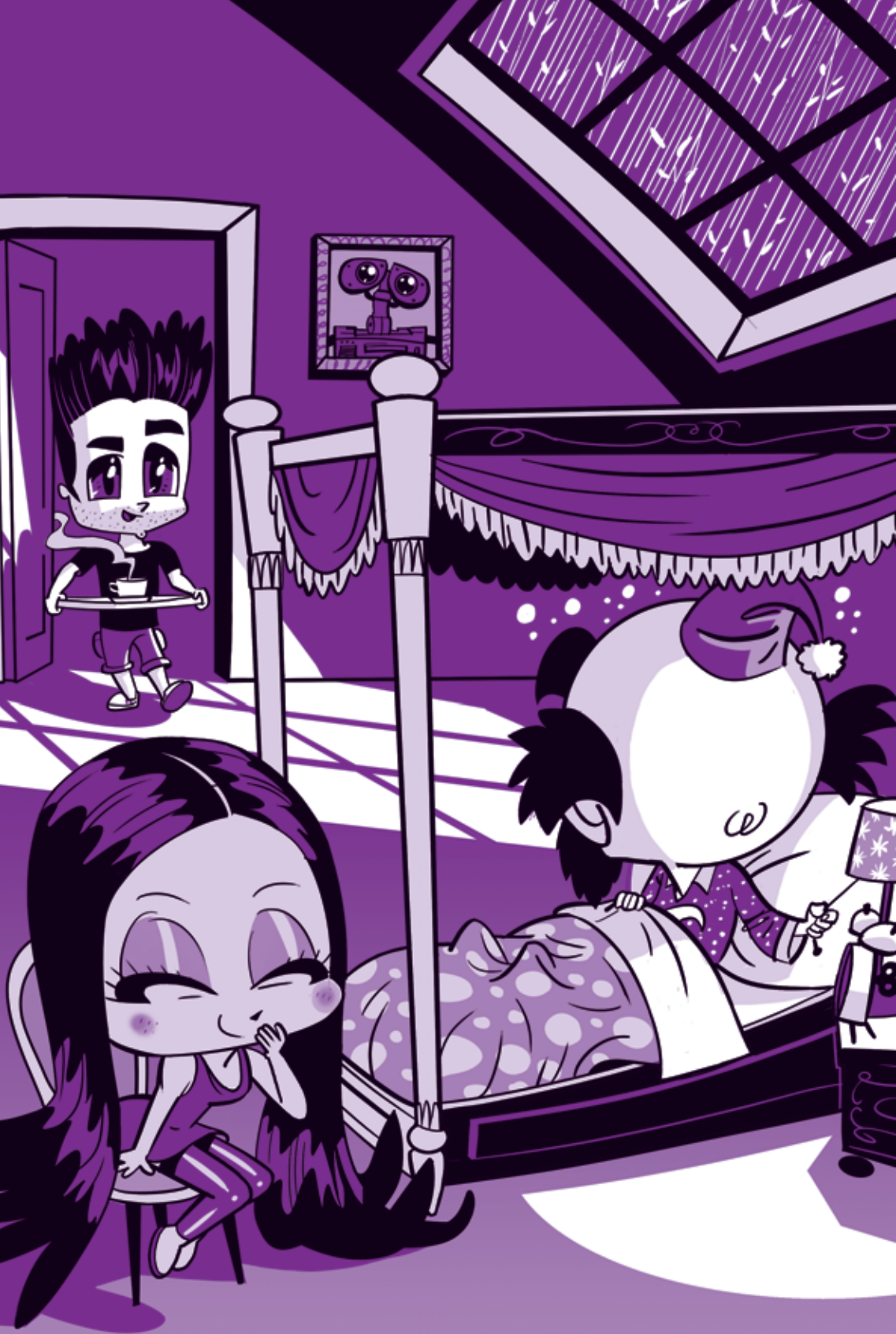
—exclamó entonces abriendo mucho los ojos enrojecidos por el sueño.

Natalia estalló en una risa descontrolada.

—Perdone, es que se desmayó y... —trató de disculparse entre risas; cada vez que intentaba parar de reír, lo hacía más aún por los nervios.

Villano se ruborizó, consciente de que no solo estaba bajo las sábanas, con su pijama azul con una luna dibujada en el pecho, sino que además había llamado a su madre como si fuera un niño pequeño. Por si no fuera suficiente, justo en ese momento se abrió la puerta del dormitorio y apareció Mayden, custodiado por la perrita Laika y el gato Arquímedes.

—Anda, si nuestra bella durmiente ya se ha despertado... —empezó a decir. Luego miró alternativamente a Villano y a Natalia y advirtió que el primero parecía rojo de la rabia y la segunda, roja de la risa—. ¿Me he perdido algo?



Villano fulminó con la mirada a Natalia, y esta se dio por enterada: sería un secreto entre los dos.

—**NADA, NADA,** que me he acordado de un chiste —se justificó entonces.

Mayden sacudió la cabeza porque le parecía un poco raro que, en semejantes circunstancias, Natalia se entretuviera contándose chistes, pero luego recordó que era una gran aficionada a los chistes malos. Cuanto más malos, mejor. Era como una coleccionista de sellos que solo buscara los que tenían algún defecto de fábrica.

—Bueno, pues he hecho bien en preparar un té caliente justo ahora que se acaba de despertar —dijo señalando con la barbilla la taza que sostenía sobre una bandeja—. Le sentará muy bien; lo he cogido del armario de la cocina. Es lo único que he visto medianamente saludable.

Villano se incorporó un poco más hasta sentarse en la cama y asintió, quejumbroso.

—Supongo que un té me irá bien.... ¿Cuánto tiempo llevo dormido?

—Más de cinco horas —intervino Natalia—. Se cayó redondo al final de nuestra última aventura, en *Maytalia* y el planeta *Tierra*. Menos mal que estábamos allí para recogerle y meterle en la cama. Ay, si no tuviera unos vecinos tan majos como nosotros...

Villano recordó vagamente lo ocurrido, pero se encogió de hombros. Tantas emociones fuertes no debieron de sentarle bien. Necesitaba un reconstituyente, y esa taza de té era justo lo que le apetecía. Le encanta tomar un té por las tardes. Además, era de sabor a limón y...

—Aquí tiene —le sirvió Mayden la taza.

—Gracias. ¿No has traído el azúcar?

—**¿AZÚCAR?**

—Sí, mejor tráeme el azúcar moreno que hay encima de la mesa de la cocina, por favor. Es que tengo que cuidarme, creo que este desmayo mío puede haber sido fruto de algún bajón de azúcar... Si no le echo tres cucharaditas como mínimo no puedo tomarme el té sin que me sepa a rayos.

—Pues tanto azúcar tampoco es bueno —afirmó categóricamente Mayden.

—Por eso te he pedido azúcar moreno.

—No importa que se ponga azúcar moreno o azúcar blanco. Son prácticamente iguales. Póngase el que le guste más de sabor.

Villano enarcó las cejas, sorprendido.

—**¿IGUALES? BAH,** eso es imposible. Ni siquiera el precio es el mismo. El azúcar moreno es más saludable y tiene menos calorías...

Natalia se puso delante de Villano enarbolando el dedo índice y agitándolo después de cada frase, como si estuviera impartándole una importante lección:

—No le contradiga en estos temas, se lo recomiendo. Mayden lleva tiempo estudiando nutrición y se ha vuelto un experto. Lo malo es que aprovecha cualquier oportunidad para soltarme un rollo...

Mayden carraspeó, sacó unas gafas que guardaba en el bolsillo y que solo usaba para estar frente al ordenador o leer, y empezó a hablar.

—Las calorías del azúcar blanco y el azúcar moreno son casi las mismas...



—Aquí viene otro rollo —susurró Natalia a Villano, guiñándole un ojo.

Mayden prosiguió su intervención sin detenerse ni un segundo, como si hablara a un auditorio.

—Incluso el azúcar moreno puede llegar a ser menos saludable que el blanco, ya que en realidad se trata de azúcar blanco ya refinado al que se le ha añadido una capa de melaza para darle este color oscuro.

Villano parpadeó un par de veces, apabullado por el alud de información.

**—NO TENÍA NI IDEA DE
ESO...** Sí que sabéis cosas
sobre alimentación.

Mayden sonrió y posó enseñando sus bíceps de forma muy exagerada, como si estuviera en pleno campeonato de culturismo.



—¡Claro! *Mens sana in corpore sano*, es decir, mente sana en cuerpo sano. Es nuestro lema, y también debería ser el suyo a partir de ahora.

Villano chasqueó la lengua.

—Ya... bueno, yo es que siempre he preferido alimentar bien mi cerebro antes que mi cuerpo. Soy un intelectual, un investigador, un científico, una rata de biblioteca. A mí lo de levantar pesas en el gimnasio me parece propio de trogloditas. Además, odio sobremanera lo de sudar y oler mal.

Natalia torció el gesto mientras acariciaba el lomo de Arquímedes, que no dejaba de ronronear. Laika se puso celosa y movió la cola, reclamando también su cuota de atención.

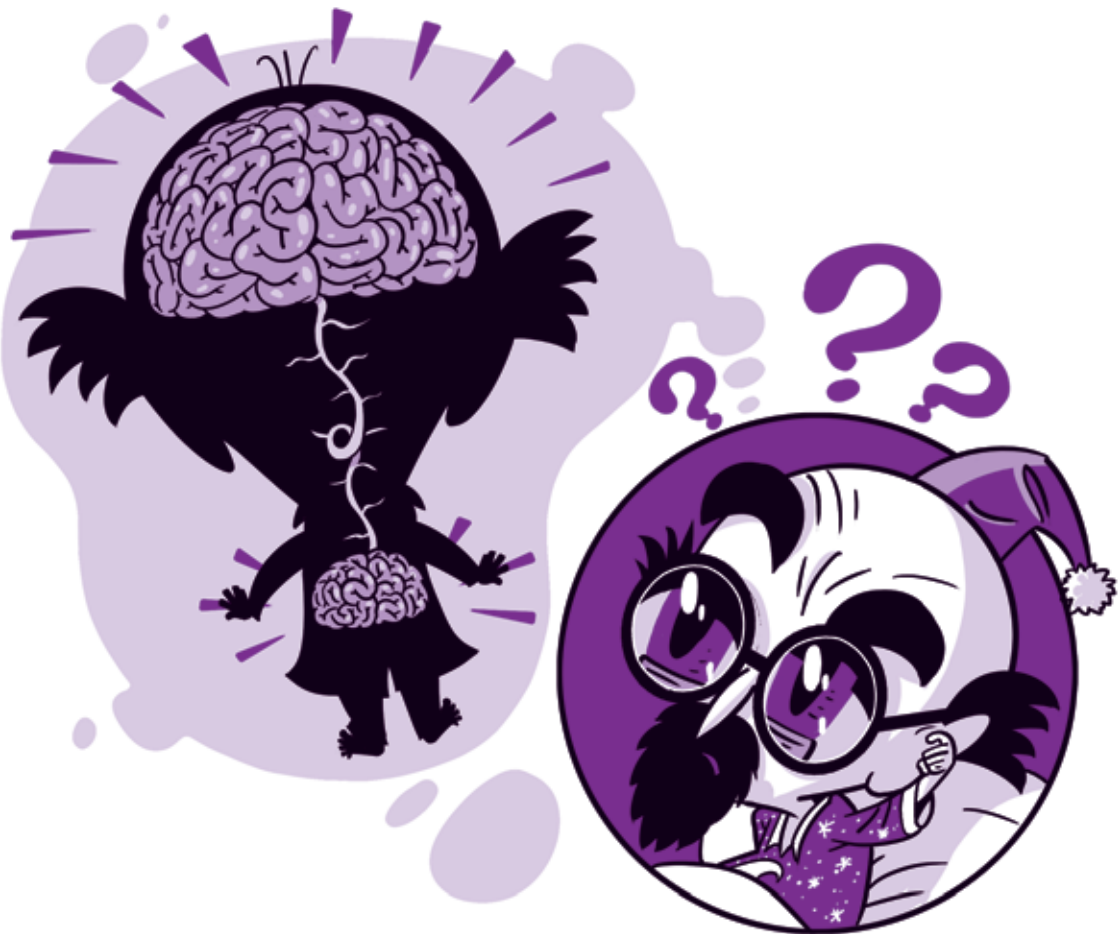
—Creo que tiene usted muchos prejuicios, señor Villano —le advirtió—. Si suda, pues se puede duchar luego, ¿no? Además, cuidar el cuerpo también es cuidar el cerebro. ¿Sabía que en su estómago hay otro cerebro?

—**UHM...** —murmuró Villano frotándose la barbilla, pensativo—. Creo que faltasteis a clase de biología. El cerebro es lo que hay dentro de la cabeza. El estómago solo sirve para digerir la comida, y para croar como una rana cuando tiene hambre. Que eso es justo lo que está haciendo el mío ahora porque no me dejáis tomar mi dosis de azúcar.

Mayden empezó también a acariciar a Laika antes de replicar:

—No nos hemos saltado ninguna clase de biología, y además le recuerdo que sabemos muy bien de lo que ha-





blamos porque en *Maytalia y el cuerpo humano* nos redujimos a un tamaño microscópico para entrar en su organismo. Estuvimos en el cerebro y también en su estómago, que casi nos digiere, por cierto.

Villano abrió la boca para protestar pero finalmente se abstuvo de hacerlo.

—Vale, me habéis pillado... Pero, ¿en serio visteis un cerebro en mi estómago?

—Bueno, no realmente, hablamos de forma figurada —prosiguió Mayden, entonando la voz como si fuera un profesor impartiendo una clase magistral en la universidad—. Es lo que se llama «sistema nervioso entérico» y está en continua comunicación con el cerebro de su cabe-



ISURP!

za. La mayor parte de la serotonina que segrega su cuerpo se produce en el intestino. Recuerde que la serotonina es un neurotransmisor fundamental para regular nuestro estado de ánimo. O sea, que estómago contento, persona contenta.

—**AH** —le interrumpió Natalia rascándose la cabeza—, por eso me pongo tan feliz cuando me zampo un bocado de chocolate con helado de vainilla espolvoreado de virutas de chocolate. Mmm... ¡se me hace la boca agua!

—**EXACTO** —dijo Mayden—, pero tampoco conviene abusar, porque al final tendrás problemas de salud que te pondrán triste. O sea, que hay que tener contento al estómago, al segundo cerebro, pero darle también lo que conviene.

Natalia se puso a pensar una comparación que fuera más clara para todos:

—**¡YA LO TENGO!** Es como si uno lo pasara muy bien yendo a un parque de atracciones y quiere llegar pronto por la mañana, nada más abrir, para aprovechar el día. Eso es algo que te pone contento. Pero, para conseguirlo, tienes que acostarte pronto, lo cual es un rollo, porque si te acuestas tarde, entonces no podrás madrugar o irás todo el día muerto de sueño.

—Y con legañas las atracciones no molan tanto —añadió Mayden.

Villano miró alternativamente a ambos.

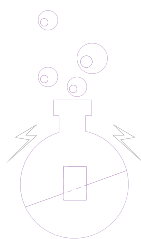
—Vale, vale, me habéis convencido. Tanto hablar de comida tengo más hambre que antes, y encima el té ya se ha enfriado. Té frío y sin azúcar, lo que me faltaba ya. Voy a la cocina a por...

En cuanto Villano retiró las sábanas para salir de la cama se quedó quieto un segundo y, acto seguido, volvió a taparse. Se había sonrojado mucho.

—No se preocupe, que ya le hemos visto antes el pijama —se echó a reír Natalia—. Muy bonita la luna sobre el fondo azul estrellado, por cierto.

Villano aún se puso más colorado al caer en la cuenta de que si llevaba su pijama favorito es que... ¡le habían desnudado para ponérselo! Mayden se adelantó para resolver aquella inquietud:

—**AH**, y no se preocupe, que no hemos mirado. El pijama no se lo hemos puesto nosotros, sino su antiguo robot hacedor de camas. ¿Se acuerda? Lo programé para quitarle la ropa y ponerle el



pijama mientras nosotros estábamos ocupados en otros asuntos. Bueno, sí que miramos un momento de reojo, para confirmar que tiene una forma física deplorable.

Parecía imposible que la cara de Villano pudiera ponerse aún más roja de lo que ya estaba, pero así fue.

