

El príncipe del ajedrez

Con 13 años, una memoria similar a la de un ordenador y, sobre todo, una capacidad de aprendizaje cercana a la de un microprocesador, siguiendo con el símil informático, el noruego Magnus Carlsen ya ha sido bautizado con el nombre de «Mozart del Ajedrez».

El motivo: codearse a su tierna edad con los grandes maestros de este deporte. En su currículum, aparte de todos los premios correspondientes a su edad, destacan sus victorias frente a Karpov o Kasparov, y sus casi 2.600 puntos en el ránking de este deporte, cuando Kasparov «sólo» tiene 2.813.

Las consecuencias de todo ello es que sobre sus jóvenes hombros debe soportar la presión mediática del que ya se considera mayor genio del ajedrez occidental, después del americano Bobby Fischer.



©Susanne Kuscholke

Actualmente Magnus Carlsen compagina el colegio con cinco horas de entrenamiento diario frente al tablero, además de la lectura de numerosos libros sobre ajedrez y el estudio de partidas y estrategias a través de internet.

No es extraño que, con esta capacidad de aprendizaje y rapidez de cálculo mental que exige el ajedrez, el patrocinador de este pequeño genio sea Microsoft... ■

Un problema muy «gordo»

España lidera entre los países de la Unión Europea el poco loable ránking de mayor incremento de la obesidad entre los niños, con un índice superior al 30%. Un problema, por otro lado, generalizado entre los países occidentales.

Muchas son las causas que han provocado este incremento, pero hay dos principales: la mala alimentación y el sedentarismo, que encabezan cualquier lista. Diferentes estudios han evidenciado que los niños y jóvenes hasta 25 años, que ven la televisión más de 3 horas al día, tienen más tendencia a sufrir de obesidad, no sólo porque pasan más tiempo sin realizar ejercicio ninguno, sino porque ven la televisión mientras comen o «pican» aperitivos muy calóricos, que están muy lejos de formar parte de un modelo alimentario saludable.

Pero es que la televisión no sólo es perjudicial porque fomenta la falta de ejercicio, sino además porque durante la programación infantil abundan los anuncios de



comida rápida o la publicidad de alimentos hipercalóricos. Sólo en una mañana de sábado, las tres principales cadenas de televisión estatales emiten más de 170 anuncios de comida rápida o de alimentos de alto contenido calórico.

Frente a ello, debe promoverse la dieta mediterránea, con una destacada presencia de frutas, verduras, cereales y legumbres, un consumo adecuado de carnes, pescados, huevos y lácteos, y la práctica habitual de ejercicio.

La educación nutricional y el fomento de la actividad física es algo que debe estar incorporado en el currículum escolar, con implicación de educadores, padres y alumnos. Pero no tiene que olvidarse la vigilancia y el consejo dietético del pediatra, que no debe reducirse a los

primeros años de vida del niño, sino que se ha de prolongar en etapas críticas del desarrollo como la edad prepuberal y la adolescencia. ■

©Ilustración: Dennis Cox