



ÁREA DE ESTUDIO: *Nutrición y Salud*

COLECCIÓN 3

**LO QUE TU SANGRE YA ESTÁ
DICIENDO... AUNQUE TÚ NO LO NOTES**

PRESENTACIÓN DE LA COLECCIÓN

BIENVENIDO

Vivimos en una época en la que abunda la información sobre salud, pero **el verdadero entendimiento muchas veces es escaso.**

Con frecuencia conocemos el nombre de una enfermedad, pero dedicamos poco tiempo a reflexionar sobre la manera en que nuestros hábitos, nuestras decisiones y nuestro estilo de vida participan silenciosamente en nuestro bienestar.

Muchas personas esperan un diagnóstico para comenzar a cambiar, cuando Dios, en su sabiduría, permitió que el cuerpo manifestara señales mucho antes de que aparezcan problemas mayores.

La Biblia nos recuerda que fuimos creados por Dios y que pertenecemos a Él.

También enseña que **nuestro cuerpo es templo del Espíritu Santo** (1 Corintios 6:19-20).

Por eso, **aprender a cuidar la vida no es simplemente un tema de salud; es una expresión de mayordomía y una respuesta de gratitud al Creador.**

Esta colección te invita a descubrir esa perspectiva.

No estudiaremos únicamente la sangre ni un conjunto de hábitos saludables.

Aprenderemos a mirar la vida como un todo, comprendiendo la relación entre la mente, las decisiones, los hábitos, el cuerpo y nuestra vida espiritual.

Porque Dios no creó al ser humano por partes.

Nos creó como una unidad.



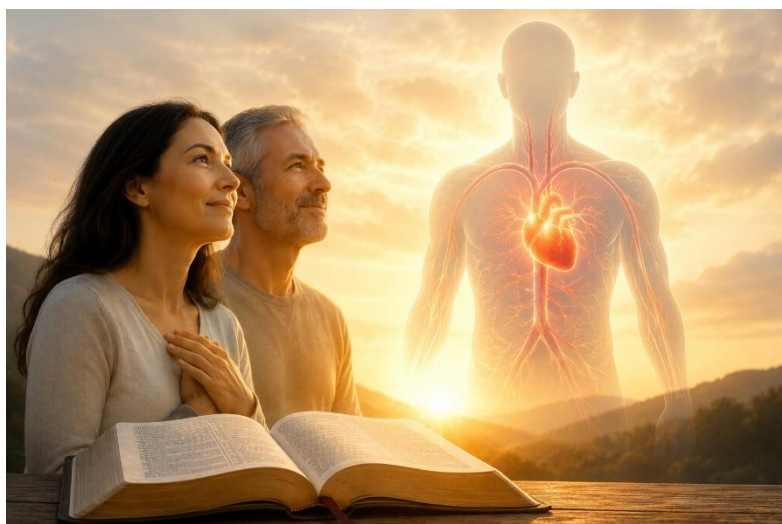


Figura 1. Dios creó al ser humano como una unidad: cuerpo, mente y espíritu.

NUESTRO PROPÓSITO

El propósito de esta colección no es enseñar a interpretar un examen de sangre.

Nuestro propósito es ayudar a interpretar la vida a la luz de la Palabra de Dios.

La sangre será nuestro punto de partida porque es un lenguaje que la mayoría de las personas conoce.

Muchos no entienden fisiología o metabolismo, pero casi todos han escuchado alguna vez la frase:

«Me hice un examen de sangre».

Comenzaremos allí, no porque la sangre sea el centro del mensaje, sino porque puede convertirse en una puerta de entrada para comprender algo mucho más profundo: **la manera en que estamos viviendo.**

No pretendemos reemplazar la atención médica ni enseñar a diagnosticar enfermedades.

Deseamos promover una cultura de **prevención, responsabilidad y mayordomía cristiana de la vida.**

Nuestra base será siempre la Biblia.

El Espíritu de Profecía fortalecerá esos principios y, cuando sea oportuno, utilizaremos el conocimiento científico como una herramienta que nos ayude a comprender mejor el maravilloso diseño creado por Dios.



Elena G. White escribió:

«Es deber de toda persona, para su propio bien y el de la humanidad, informarse acerca de las leyes de la vida y obedecerlas concienzudamente.»

— *El ministerio de curación*, p. 89.

Esta colección nace desde esa responsabilidad, pero también desde la esperanza.

Porque **la sangre es solamente el punto de partida.**

La vida es el camino.

Y Cristo es el verdadero Restaurador.



Figura 2. *La sangre es solamente el punto de partida. Cristo es el verdadero Restaurador.*

SALUD, GRACIA Y MAYORDOMÍA

Creemos que **el cuidado de la salud forma parte del discipulado cristiano.**

Sin embargo:

- **La salud no salva.**
- **Los hábitos saludables no justifican al ser humano.**
- **Ninguna práctica puede sustituir la gracia de Dios manifestada en Jesucristo.**

La salvación es un regalo de Dios recibido por la fe.



La mayordomía del cuerpo es una respuesta de amor y gratitud hacia Aquel que nos creó y nos redimió.

No cuidamos la vida para que Dios nos ame.

Cuidamos la vida porque Dios ya nos amó primero.

La prevención cristiana no nace del miedo.

Nace de la gratitud.

Nuestro deseo no es formar personas obsesionadas con la salud, sino discípulos que aprendan a honrar a Dios con todo su ser.

LO QUE DESCUBRIRÁS EN ESTA COLECCIÓN

Durante estas tres lecciones iremos avanzando paso a paso.

Descubriremos que **un examen puede mostrar una parte de la realidad, pero que la vida diaria también cuenta una historia.**

Aprenderemos que muchas decisiones sencillas, repetidas con el tiempo, pueden influir en nuestro bienestar.

Y veremos que Dios, en su amor, muchas veces permite que el cuerpo manifieste señales antes de que las consecuencias sean mayores.

Cada lección terminará con **aplicaciones prácticas y sencillas** para ayudarte a dar pasos reales en tu vida diaria.

Nuestro propósito no es aumentar solamente el conocimiento.

Es ayudarte a desarrollar una manera de vivir más consciente, más sabia y más cercana a Cristo.

UNA INVITACIÓN

Te invitamos a recorrer esta colección con **una mente abierta, un corazón dispuesto a aprender y el deseo sincero de permitir que Dios transforme cada aspecto de tu vida.**



No leas estas páginas con temor.

Léelas con esperanza.

Las señales que el cuerpo manifiesta no existen para producir desesperación, sino para invitarnos a reflexionar, corregir y vivir con mayor sabiduría.

Cuando caminamos con Cristo, incluso las pequeñas alertas de la vida pueden convertirse en oportunidades para crecer, aprender y administrar mejor el precioso regalo que Dios nos ha confiado.

Comencemos este recorrido juntos.

NOTA EDUCATIVA

Este material tiene un propósito educativo y preventivo. **No sustituye la evaluación, el diagnóstico ni el tratamiento de profesionales de la salud.**

Cortesía de Cristo Viene Pronto Ministries.

