



Manual para Directores de Salud

Asociación Sur Occidente



Apreciados pastores y directores del Ministerio de Salud:

Este año se celebra el 150° aniversario de nuestra Iglesia Adventista del Séptimo Día, durante los cuales se han llevado a cabo esfuerzos en diferentes áreas para cumplir la misión de compartir el mensaje de salvación al mundo. Hoy más que nunca es el tiempo de usar plenamente un ministerio de salud que sea el brazo derecho del mensaje del evangelio. Es tiempo de dar la noticia al mundo.

Es por esto que hemos preparado este material que tiene por objetivo capacitar a nuestros líderes de Ministerios de Salud en las iglesias locales, con el fin de llevar a cabo un trabajo integral en la promoción y prevención de la salud, y la predicación del evangelio a través de la salud.

La salud es un don gratuito de Dios, y se conserva mejor a través de la elección de un estilo de vida saludable, con el poder de la gracia de Dios. Le invitamos a explorar y aprender más en estas páginas.

Juan Esteban Barrera V.

Director de Ministerios de Salud
Asociación Sur Occidente



GUÍA RÁPIDA PARA LOS DIRECTORES DE SALUD DE LAS IGLESIAS LOCALES

¡Felicitaciones!

Ser elegido director de ministerio de salud de su iglesia es un honor. Usted ha aceptado el cargo, pero lo más probable es que tenga una mezcla de sentimientos. Seguramente está feliz porque sabe lo relevante que es la salud. Se escucha hablar a los dirigentes acerca del cuidado de salud. En la televisión y en los periódicos vemos ediciones especiales acerca de la salud y usted tiene la esperanza que bajo su liderazgo su iglesia pueda hacer la diferencia. Al mismo tiempo puede que no esté seguro de que hacer y esto genera un poco de miedo. He aquí algunos pasos a seguir que le ayudaran a ser más efectivo en el trabajo de promoción de los ministerios de salud.

Paso 1: Ore a Dios para que el dirija sus planes y le dé a su iglesia un ministerio de salud especial.

El mensaje de salud es el brazo derecho del evangelio. Dios dirigirá el trabajo de salud para alcanzar individuos que no pueden ser alcanzados de otra manera, solo si nos basamos en su dirección

Paso 2: Lea las políticas de la iglesia con respecto a los ministerios de salud.

Paso 3: Busque materiales.

Probablemente encontrará muchos materiales de ministerios de salud guardados en su iglesia. Encuentre a su predecesor y pregúntele si hay cualquier tipo de materiales como buenos libros, videos, películas o revistas disponibles. Pregúntele ¿qué programas realizó?, ¿tenía alguna fecha de actividades para el año? Sería muy bueno saber que se ha hecho y conocer cuales programas han sido exitosos antes de planificar su programación para el año. Es importante tener un gabinete o archivador para guardar los materiales y la información de manera organizada.

Periódicamente la asociación, unión y otras organizaciones envían recursos excelentes a su iglesia. Puede que no los necesite justo ahora, pero si los guarda, los tendrá en el momento en que los necesite. Muchas iglesias tienen un archivador para los directores de ministerios de salud. Si su iglesia no lo tiene pídale al pastor y a la junta de iglesia que compren un buen archivador o gabinete. Esto le ayudará a mantenerse organizada y será un cofre de tesoros maravilloso para la persona que venga después de usted. Un archivo con una buena cerradura le ayudará a mantener sus videos y diapositivas en un lugar seguro. Lo mejor es mantener los materiales de la iglesia en un lugar seguro y accesible en la iglesia, en vez de en su casa

Paso 4: Conozca cuales son los recursos que están disponibles para usted.

Los campos locales tienen recursos que le puede prestar (videos, libros, presentaciones, sermones, etc.) también están dispuestos a llevar a cabo programas de capacitación.

Pregúntele a su pastor el nombre, dirección y número telefónico del director de ministerios de salud de su Asociación o región. Si usted tiene alguna pregunta especifica acerca de su papel como líder de los ministerios de salud, llame a su asociación o región.

Paso 5: Organice un comité local de salud.

Si su iglesia no tiene un comité de ministerios de salud, sería bueno que creara uno. Este comité debe incluir al pastor, el anciano local, los líderes de ministerios de la iglesia, el líder de comunicación y uno o más profesionales de la salud. Un pequeño comité de individuos interesados en la promoción de la salud es más productivo que un grupo grande. Sin embargo cuanta más gente se involucre en el ministerio de salud dará un mayor apoyo a estas actividades. Es bueno para planificar en una sola sesión las actividades ministerios de salud que desea tener para todo el año. Usted tendrá que tener reuniones adicionales para completar la planificación específica.

Paso 6: Determine las necesidades de salud de su iglesia y su comunidad.

Es posible que desee hacer una encuesta para averiguar lo que pueda acerca de la población de la zona que sirven. Cuando la información se recopila y se analiza puede dar una idea de cómo planificar mejor sus actividades. Por ejemplo, es posible que desee conocer el estado de salud y el conocimiento de la salud de su propia congregación. Si usted hace cualquier acercamiento a la comunidad, es posible que desee inspeccionar la comunidad para evaluar sus necesidades. ¿Se trata de una comunidad saludable? ¿Prefieren un programa sobre el SIDA en lugar de un programa para dejar de fumar? ¿Le conviene más gente a una actividad en la mañana o en la noche? ¿En los días de la semana son más propensos a asistir? Las encuestas pueden arrojar datos muy útiles si se planifica.

Paso 7: Use los días especiales de salud para su programación

La Asociación Sur Occidente ha seleccionado dos fechas importantes para la promoción de la salud.

- Día de énfasis en salud (13 Julio 2013)
- Semana de énfasis en la salud (Septiembre-Octubre).

Paso 8: Lea el boletín mensual del Ministerial de Salud

El departamento de Ministerios de Salud de la Asociación Sur Occidental, produce un boletín mensual el cual está disponible en línea vía correo electrónico. Ahí encontraran noticias, calendario e información de salud basada en la evidencia.

Paso 9: Piense en grande!

Como adventistas del séptimo día, creemos que tenemos "el mensaje de salud." Por desgracia, no hemos conseguido que este mensaje sea predicado lo más eficazmente posible. En la mayoría de nuestras iglesias, el patrón típico seguido para la divulgación de la salud es encontrar a alguien que puede hacer un curso de cocina, anunciarlo en el boletín, y luego orar para que algunos no adventistas asistan. Si bien esto puede haber funcionado en el pasado, la mayoría reconoce que ya no lo hace. En lugar de confiar en los métodos anticuados, tenemos que seguir el ejemplo de las empresas exitosas y pensar en estrategias diferentes.

Ahora usted tiene la información suficiente para empezar, es el momento de ponerse a trabajar. Recuerde que Dios dijo: "Amado, yo deseo que seas prosperado en todas las cosas y que tengas salud" (3 Juan 2). Él quiere que su iglesia sea saludable y que lleguemos a la comunidad a través de la salud. Los programas de salud acaban con los prejuicios y comienzan el proceso a través del cual el Espíritu Santo puede trabajar para unir a la comunidad en una relación con su iglesia.

¡Les deseamos un año saludable!



DEPARTAMENTO DE SALUD

MISIÓN

La misión del Departamento de Salud es demostrar el amor de Dios promoviendo los principios de salud integral a los líderes de la iglesia adventista, miembros y la comunidad en general, asistiendo a las personas de todas las edades, géneros y etnias para alcanzar su máximo potencial para una vida íntegra y productiva en abundancia.

DECLARACIÓN DE FILOSOFÍA

La filosofía del departamento de Salud, está basada en la creencia fundamental de la plenitud del ser humano que es: El hombre creado, redimido y próximo a ser glorificado plenamente. Imitar a Jesús en su acercamiento y satisfacción de las necesidades de los que Él vino a salvar.

OBJETIVOS

1. Promover, en preparación para el regreso de nuestro Señor Jesucristo, la salud física, mental, social y espiritual en cada uno de los niveles de la organización, como también en nuestras instituciones.
2. Servir como fuente de información y consejo en los asuntos referentes a la salud y la temperancia.
3. Asesorar y acompañar a las iglesias locales en el desarrollo de programas de salud.

4. Promover un estilo de vida saludable entre los miembros de iglesia a través de literatura, programas y servicios sabáticos.
5. Proveer a través de publicaciones, servicios y programas un testimonio al mundo en lo que refiere a los efectos físicos, mentales, y espirituales del consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias peligrosas.
6. Alentar la participación de la iglesia en el evangelismo a través del desarrollo y la utilización de programas de salud basados en la evidencia que puedan educar y ganar la confianza de las personas.
7. Mantener un contacto permanente con las organizaciones de profesionales adventistas en el área de la salud, al igual que con los profesionales directamente.
8. Promover y patrocinar seminarios de salud, a nivel de iglesias locales y regionales con el fin de capacitar para el servicio.
9. Desarrollar y/o proveer recursos y materiales para los programas de educación en salud.
10. Ofrecer capacitación para los directores de salud de las iglesias locales, pastores, laicos y profesionales de la salud sobre los ministerios de la salud
11. Mantener comunicación constante con los líderes de ministerios de la salud en las iglesias locales para motivarlos, capacitarlos y asegurarse de que conozcan los recursos disponibles.



DIRECTRICES PARA LOS MINISTERIOS DE SALUD

Introducción. La siguiente propuesta de políticas es un breve resumen de los parámetros y guías para el alcance de los ministerios de salud. Nuestra meta es alentar las actividades de educación en salud y de proyección que se deben caracterizar por:

1. Materiales basados en la evidencia, la investigación y la práctica.
2. Principios de estilo de vida y nutrición balanceada
3. Directrices éticas, morales y bíblicas promovidas por la Iglesia Adventista del Séptimo día.
4. Estilos de comunicación que reflejen un enfoque equilibrado, cuidadoso y positivo para la educación en salud.
5. Énfasis integral en el bienestar de las personas.
6. Parámetros bien definidos de servicio

Todos programas de educación en salud, las actividades de proyección o los materiales aprobados y/o patrocinados por la junta de iglesia local deben adherirse a estos principios y deben ser aprobados por la asociación o misión local.

Materiales basados en la evidencia, la investigación y la práctica.

1. El alcance de la información basada en la evidencia se refiere a la práctica apoyada en los hallazgos de

investigaciones y/o a la demostración de su efectividad a través de la evaluación crítica de las prácticas actuales y pasadas. Los educadores de salud deben estar preparados a entender y discutir la información que puede o no representar las posiciones que promueve la Iglesia Adventista del Séptimo día.

2. Una filosofía balanceada acerca del bienestar y la prevención de la enfermedad deberá estar fundamentada en la comprensión y el reconocimiento del valor de la evaluación clínica, el diagnóstico y el tratamiento de la enfermedad basada en métodos científicos.
3. Las intervenciones en el estilo de vida reducen la necesidad de ciertos tratamientos, medicamentos e intervenciones médicas pero no los eliminan. Los programas de bienestar deben basar en la evidencia, utilizando el rigor científico y la biología. La enseñanza de la prevención y las prácticas de estilo de vida saludables no implican el rechazo a las modalidades clínicas.
4. Los programas de proyección en salud no pretenden reemplazar la relación médico-paciente o prescribir tratamiento por parte de personas no autorizadas. Las personas siempre deben ser motivadas a trabajar con su proveedor de salud certificado al mismo tiempo que se realizan los cambios en el estilo de vida.

Principios de estilo de vida y nutrición balanceada.

La promoción de una dieta basada en vegetales u otros cambios de estilo de vida implica principios de comunicación que reconozcan y respeten las diferencias y necesidades individuales. Es en este contexto de apoyo los comunicadores de salud deben:

1. Presentar la “gran imagen” de la vida saludable en sus

- variados aspectos más que dedicar esfuerzos a asuntos secundarios que aun no han sido estudiados (ejem: calentar los alimentos en el horno microondas)
2. Enseñar los principios básicos de una nutrición vegetariana con respecto a las guías nutricionales para vegetarianos y veganos (ADA) (ver Anexo A)
 3. Enfatizar en mensajes prácticos y positivos que estén al alcance del consumidor promedio.
 4. Enfocarse en los principios básicos en vez de reglas rígidas. (Ejem: Comer un refrigerio entre comidas puede ser esencial para un diabético durante una crisis de azúcar en la sangre)
 5. Enfatizar la importancia de los suplementos de vitamina B12 en los vegetarianos y veganos.

Guías bíblicas, morales y éticas.

Se ha dicho que “la ciencia verdadera y la inspiración se encuentran en perfecta armonía.”¹ La manera en la cual enseñamos la importancia de la salud influye en cómo responderán las personas a las verdades bíblicas que enseñamos. “Si ellos (el público) ven que somos inteligentes en lo que respecta a la salud, estarán más dispuestos en creer que somos sólidos en cuanto a las doctrinas bíblicas.”² Adicionalmente:

1. Muchas de las enseñanzas bíblicas en cuanto al estilo de vida, incluyendo la salud mental, física, moral, social y familiar están siendo validadas por la ciencia todos los días.
2. Utilizando materiales basados en la evidencia en nuestros programas, proveemos una oportunidad de revelar la bondad de nuestro creador y la veracidad de las enseñanzas bíblicas.
3. Una teología adecuada de la salud enseña la reducción del riesgo de enfermedad y las relaciones de causa/efecto, sin asumir que todas las dolencias y las enfermedades son el resultado de una transgresión por parte de la víctima.

"Aunque el pecado y la enfermedad están estrechamente relacionadas, es evidente que no todas las enfermedades se remonta directamente a la transgresión por parte de los enfermos... Discapacidades y enfermedades no son siempre directamente por el pecado... Para muchos, el dolor y el sufrimiento son un signo seguro de desfavor de Dios, y por el contrario, piensan que si no se les molesta, Dios se complace con su forma de vida en general. Tal razonamiento...no es seguro."³ Compárese con el caso de Job con los Antediluvianos.

Estilos de comunicación positivos.

La investigación sobre comunicación en salud ha mostrado que "ayudar a las personas a cambiar consiste en ayudar a las personas a querer cambiar –en vez de persuadirlos a cambiar... Los estilos altamente directivos y de confrontación tienden a fracasar... llevando a resultados pobremente significativos un año después que los estilos de apoyo."⁴

Elena White abordó la necesidad por sabiduría y prudencia al presentar el mensaje de la salud: "Es imposible establecer una regla invariable a través de la cual se regulen los hábitos nutricionales de todos."⁵ "No vayas a los extremos en lo que se refiere a la reforma de la salud. Algunos de nosotros son muy descuidados en lo que se refiere a la reforma de la salud. Sin embargo, usted no debe, con el fin de ser un ejemplo para ellos, ser un extremista."⁶

La comunicación en salud involucra la interacción entre individuos con un transfondo social, cultural, familiar, étnico, y religioso variado. Ellos varían en su edad y sexo, nivel de actividad, estilo de vida y medio ambiente, la genética, la salud mental, y el riesgo de varias enfermedades. Tienen diferentes hábitos como el tabaquismo y el alcohol. Con estos hechos en mente, los comunicadores deben evitar:

1. Recomendaciones simplistas, evitar los "siempre y los "nunca (Ejem. "Nunca consuma azúcar refinada")

2. Afirmaciones radicales (Ejem. "El veganismo cura la esclerosis múltiple)
3. Generalizaciones (Ejem. "Los vegetales cultivados comercialmente son pobres en nutrientes)
4. Las posiciones extremas (Ejem. "Una dieta cruda total es mejor que uno que incluye comida cocinada")
5. La responsabilidad de la iglesia debido a las consecuencias no deseadas en la salud.

Énfasis integral en el bienestar de las personas

Los educadores de salud exitosos deben considerar cada individuo con una persona total en un viaje y animarlos a medida que:

1. Se da prioridad a diversas metas de salud y bienestar.
2. Determinan medidas específicas y realistas para lograr esas metas.
3. Utilizan un sistema de guía de alimentación confiable como la base para elaborar un plan de alimentación saludable y sostenible.
4. Trabajan con sus proveedores de salud (médicos) en el establecimiento de la seguridad de ciertos protocolos, (tales como ciertos tipos de ejercicio) si presentan algún problema de salud específico.

Los educadores deben:

1. Ser lo suficientemente flexible como para dar cabida a una amplia gama de objetivos y problemas de salud
2. Asegurar una ingesta adecuada de nutrientes individuales
3. Ser progresista y adaptarse, en lugar de excesivamente dogmático en su estilo de enseñanza

Parámetros de Servicio.

Se anima a los miembros de las Iglesias locales a servir a sus comunidades proporcionando diversos ministerios de salud. Cuando corresponda, se deben firmar los consentimientos por parte de los individuos que se ven beneficiados por los servicios y programas

establecidos bajo el patrocinio de los ministerios de salud de la iglesia. Durante la realización de estos servicios y programas los miembros de los ministerios de salud están obligados a mantener ciertos estándares profesionales. Estos incluyen los siguientes pero no están limitados a los mismos:

1. **Mantener una confidencialidad estricta.** Esto se refiere al principio ético y legal de un médico u otro profesional de la salud de "mantener en secreto" toda la información relativa a un paciente, a menos que el paciente dé su consentimiento por escrito autorizando su divulgación. Es importante que los educadores en salud se adhieran a esta política y obtengan, cuando sea necesario, el permiso al compartir información relacionada con la salud de un individuo ya sea públicamente o en privado.
2. Los servicios y exámenes invasivos tales como extracciones de sangre deben ser realizados por laboratorios y personal certificado.
3. Los exámenes no invasivos, tales como la toma de presión arterial, deben ser realizados únicamente por personal capacitado en la técnica necesaria y bajo las condiciones profesionales más altas.
4. Toda la documentación en cuanto a los exámenes de salud deben considerarse confidenciales y deben ser entregadas a los beneficiados con las respectivas recomendaciones, las copias deben guardarse en un lugar seguro al cual tenga acceso únicamente el líder del ministerio de salud o el delegado correspondiente. Toda la información en cuanto a exámenes de salud debe ser destruida bajo supervisión al año de ser recibida.
5. Las personas deben ser alentadas a trabajar con su proveedor de atención de salud al hacer cambios de estilo de vida, sobre todo si se hacen por recomendaciones a raíz exámenes de salud, y especialmente si los resultados de laboratorio indican posibles problemas de salud.

¹ Testimonies Volume 4, p. 484.

² Christian Temperance and Bible Hygiene, p. 121.

³ Andreasen ML. The Faith of Jesus, p. 180, 186.

⁴ Ferdinand Binkofski, Ph.D.

⁵ Consels on Health p. 154-5.

⁶ Counsel on Diet and Foods, p. 204.

TEXTOS APROPIADOS PARA PROGRAMAS DE SALUD

1) LATIDO DEL CORAZON

- Levítico 3: 17
- Levítico 7:23-27
- Juan 5 : 14
- Gálatas 6:7

2) CONTROL DIETETICO PARA LAS ENFERMEDADES DEL CORAZON

- Génesis 1:29, 30
- Daniel 1:8, 12
- Éxodo 16:3
- Números 11:4-6
- Levítico 3 : 17; 7:26
- Levítico 17: 13, 14
- Levítico 7:23, 24
- Salmo 69 :22
- Miqueas 6: 15
- Génesis 9 :4
- Deuteronomio 12 :23
- Proverbios 27 :27
- Isaías 59:5
- Juan 5:14 5.
- Juan 10: 10
- Marcos 6:38, 41
- Marcos 8 :5-8
- 3 Juan 2
- Gálatas 6:7
- Hechos 15 :19,20,29

3) CONTROL DE PESO

- Salmo 69 :22
- Eclesiastés 10: 17
- Deuteronomio 8 :3
- Proverbios 23:1-3

- Salmo 141 :4
- Daniel 10: 2, 3
- Proverbios 23:20, 21
- Juan 10:10 6.
- Juan2 : 19-21
- Mateo 4:3, 4
- Juan 6:48-51
- Mateo 7:9-11
- Marcos 5:11-13
- Efesios 5:28, 29
- 3 Juan 2
- Gálatas 6 :7
- Filipenses 3:19
- 1 Timoteo 4:3
- Hechos 27 :33-35, 38
- Hechos 2:46
- 2 Tesalonicenses 3: 12

4) CONTROL DEL ESTRES

- Proverbios 17 :22
- Nehemías 8 :10
- Salmo 16:11
- Salmo 3 7:7
- Salmo 42 : 11
- Proverbios 3: 5-8
- Proverbios 15 :17
- Marcos 2:5, 12
- Juan 10 : 10
- Mateo 11 :28-30
- Marcos 6 :31
- 2 Timoteo 1:7
- 1 Pedro 5:7
- 1 Tesalonicenses 5:23

5) PREVENCIÓN CONTRA EL CÁNCER

- Éxodo 16:3
- Números 11 :4-6
- Salmo 67 :2
- Proverbios 4 :20-22
- Deuteronomio 28 :27
- 1 Samuel 5:5
- Proverbios 26:2
- Isaías 24 :5
- Juan 5: 14
- Juan 9 :2, 3
- Lucas 5:31
- Colosenses 4:14
- Gálatas 6:7

6) SALUD MENTAL

- Salmo 103: 2, 3
- Proverbios 1 7:22
- Nehemías 8 : 10
- Salmo 16:11
- Salmo 37 :7
- Salmo 42 : 11
- Proverbios 3:5-8
- Marcos 2 :5, 12
- Mateo 11 :28-30
- 1 Pedro 3:10
- 1 Pedro 2: 11
- 2 Timoteo 1: 7
- Filipenses 4 :7,8
- Santiago 1:27
- 1 Tesalonicenses 5:23

7) DEJAR DE FUMAR

- Efesios 5:28, 29
- 1 Corintios 3 : 16, 17

- 1 Corintios 6: 19, 20
- 1 Corintios 10: 31
- Romanos 12: 1, 2
- 1 Corintios 9 :25-27

8) ADECUACIÓN FÍSICA

- Génesis 2: 15
- Éxodo 20:8-11
- 3 Juan 2
- 1 Pedro 3: 10
- 1 Corintios 6: 19, 20
- 1 Corintios 9:25-27
- 1 Tesalonicenses 4 :11
- 1 Timoteo 5: 18

Aire Fresco

- Génesis 2 :7

Luz Solar

- Génesis 1: 16

Descanso

- Génesis 1:5; 2 : 1-3
- Marcos 2:27, 28
- Marcos 6:31

9) ESCUELAS DE ARTE CULINARIO

- Génesis 1:29, 30
- Génesis 2: 16, 17
- Génesis 3:18, 19
- Daniel 1:8, 12
- Éxodo 16:3
- Éxodo 23: 19 ; 34:26
- Deuteronomio 14:21
- Levítico 11
- Deuteronomio 14
- Levítico 10:8, 9
- Números 6:3

- Deuteronomio 7: 13
- 1 Corintios 10:31
- Hechos 14: 17
- Hechos 10: 14

Pan

- Génesis 3: 19
- Éxodo 23:25
- Deuteronomio 8 :3
- Isaías 55 :2
- Éxodo 12 :34
- Génesis 19:3
- Isaías 33 : 16
- Ezequiel12: 17, 18
- 1 Reyes 18:4
- 1 Reyes 17 : 10,11
- 1 Reyes 19: 5-8
- 1 Reyes 17:11 -14
- Éxodo 29 :2
- Jueces 7: 13
- Ezequiel 4 :9
- 2 Samuel 17:28, 29
- Isaías 3: 1
- Ezequiel4: 16
- Ezequiel 5: 16
- Ezequiel 14: 13
- Mateo 6 : 11
- Mateo 4 :3, 4
- Juan 6:48-51
- Lucas 13:20, 21
- Mateo 7:9-11
- Mateo 15 :22, 26-28
- 2 Tesalonicenses 3 :8
- 2 Corintios 9: 10
- 1 Corintios 5:6-8
- 1 Corintios 15.37
- Apocalipsis 6:6

- Apocalipsis 18: 13

Frutas y Nueces

- Deuteronomio 33 : 14
- Eclesiastés 2 :4, 5
- Joel 1: 12
- Amós 8 :1
- 1 Samuel 25 :18
- Jeremías 24 : 1
- Proverbios 27: 18
- Nehemías 13:15
- 1 Samuel 30:12
- Isaías36: 17
- Isaías65:17,21
- Proverbios 25 : 11
- Cantares 2:5
- Cantares 4 : 13, 16
- 2 Samuel 16:1
- Cantares 6 : 11
- Génesis 43 : 11
- Eclesiastés 12 :5
- Jeremías 1: 11
- Deuteronomio 6: 11
- Mateo 7: 16-20
- Mateo 24 :32
- 1 Corintios 9:7
- Filipenses 4 : 16, 17
- Santiago 5: 7, 18
- Apocalipsis 22 :2

Legumbres

- Proverbios 15 : 17
- Juan 4: 14
- Hebreos 10:22
- Apocalipsis 22:17
- Apocalipsis 7:17
- Santiago 3: 11 , 12
- 2 Reyes 4 :39, 40

- 1 Timoteo 5 :23
- Deuteronomio 11 :10
- Salmo 104:14
- Isaías 1:8
- Deuteronomio 11 .5
- 2 Samuel 17:28
- Ezequiel 4 :9
- 2 Samuel 23:11
- Hebreos 6:7
- Romanos 14:2

Productos Lácteos

- Proverbios 27:27
- Proverbios 30:33
- Job 10: 10
- Isaías 59:5
- 1 Pedro 2:2
- Hebreos 5:12 -14
- 1 Corintios 9:7

Bebidas

- Éxodo 17:6
- Números 20: 11
- 1 Reyes 13: 19
- Daniel 1 : 12
- Proverbios 3:10
- Proverbios 20: 1
- Proverbios 23:20,21
- Proverbios 23:29-32
- Isaías 5:22

10) SALUD DE LA MADRE Y EL NIÑO

- Jueces 13:4, 5
- 1 Corintios 10:31
- 1 Corintios 9:25-27
- 1 Pedro 2:2
- Hebreos 5 : 12-14

- 1 Corintios 9:7

11) SEMINARIO SOBRE EL AGUA

- Génesis 2: 1 O
- Levítico 14:8, 9
- Levítico 15 : 13
- Levítico 10:8, 9
- Números 6 :3
- Éxodo 23:25
- Deuteronomio 11 : 11
- Éxodo 17:6
- Números 20:11
- 1 Reyes 13 : 19
- Daniel 1:12

12) PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES

- Génesis 3:19
- Génesis 6:3
- Génesis 10: 10-12
- Ezequiel 21 :21
- Éxodo 16:3
- Hechos 7:22
- Levítico 19:28
- Levítico 21 :5
- Deuteronomio 23:12, 13
- Números 5:2, 3
- Levítico 13
- Levítico 13:47-59
- Levítico 14 :34-42, 45-47
- Éxodo 15:26
- Deuteronomio 28:27-29
- Levítico 14:8-9
- Deuteronomio 7: 14, 15
- Éxodo 22 : 31
- Deuteronomio 14:21

- Levítico 11
- Deuteronomio 14
- Deuteronomio 5:33
- Proverbios 4:20-22
- Salmo 107:17
- Proverbios 26:2
- Isaías 24 :5
- Jeremías 46: 11
- Juan 9:2, 3
- Lucas 13:16
- 1 Corintios 6: 18
- 1 Tesalonicenses 4 : 3, 4

Forúnculos

- 2 Reyes 20:7
- Job 2:7
- Isaías 38:21

Fiebre e Inflamación

- Deuteronomio 28:22

Lepra

- Levítico 13 :2
- Levítico 14:2
- 2 Crónicas 26:19

Inapetencia

- 1Samuel1:7
- Salmo 102:4
- Salmo 107: 17, 18

Fiebre Palúdica

- Levítico 26: 16

Tuberculosis

- Levítico 26: 16
- Deuteronomio 28:22

Tumores

- Deuteronomio 28:27
- 1 Samuel 5:6

Sarna

- Deuteronomio 28:27

- Deuteronomio 33 :25

Insolación

- 2 Reyes 4: 18, 29

Ulceras

- Isaías 1:6

Fiebre Aftosa

- 2 Crónicas 16:2

Diabetes

- Proverbios 24 : 13
- Proverbios 25 : 2 7
- Génesis 43 : 11
- Jueces 14:8, 9
- Proverbios 23:1-3
- Salmo 141:4
- Daniel 10 2, 3

13) ENFERMEDADES VENEREAS Y EDUCACIÓN SEXUAL

- Éxodo 20:14
- Levítico 20: 10
- Éxodo 15:26
- Deuteronomio 28 :27-29
- Deuteronomio 7:14, 15
- Juan 5: 14
- Mateo 5:27, 28
- 1 Tesalonicenses 4:3, 4
- 1 Corintios 6:9, 10
- 1 Corintios 6: 18

14) DROGAS Y ALCOHOL

- Levítico 10:8, 9
- Números 6:3 18.
- Génesis 9:20,21
- Génesis 19:31-38
- Proverbios 3: 10
- Proverbios 20:1

- Proverbios 23:20,21
- Proverbios 23 :29-32
- Isaías 5:22
- Juan 4:14 2
- Juan 2:7-10
- Marcos 2 :22
- Mateo 26:27-29

15) PROMESAS DE SANIDAD Y CURACIÓN

- Deuteronomio 5:33
- Salmo 67:2
- Proverbios 4:20-22
- Deuteronomio 33:25
- Salmo 103:2,3
- Jeremías 30:17
- 2 Crónicas 16:12
- Marcos 5:25-34
- Lucas 7:6-10
- Marcos 3:1-5
- Juan 5:28,29
- Mateo 9:35
- Juan 10:10
- Hechos 3:1-10, 16
- Hechos 5:12-16
- Santiago 5:14,15
- Hechos 28:8,9
- Lucas 13:11-13

16) SALUD AMBIENTAL

- Isaías 24:5
- Apocalipsis 11:18

17) TRATAMIENTO MÉDICO Y PRIMEROS AUXILIOS

- Ezequiel 30:21

- Isaías 1:6
- 2 Reyes 20:7
- Isaías 38:21
- Jeremías 8:22
- Éxodo 37:25
- Jeremías 46:11
- Jeremías 30:13
- Ezequiel 47:12
- Deuteronomio 33:24
- 1 Samuel 30:12
- Cantares 2:5
- Lucas 10:33,34

18) VEGETARIANISMO

- Génesis 1:29, 30
- Génesis 3: 18, 19
- Génesis 7:2
- Génesis 9 : 2-4
- Isaías 66:17
- Deuteronomio 12:20, 23
- Proverbios 23:20, 21
- Marcos 5: 11 -13
- Hebreos 6:7
- Hechos 10: 14
- 1 Corintios 8 : 13
- Romanos 14 :21
- Isaías 65 : 17-25

19) ARTRITIS

- Juan 9:2, 3
- Lucas 13:16
- Lucas 5:31
- Colosenses 4: 14
- 2 Corintios 12: 7-9

PRINCIPIOS BÍBLICOS DE SALUD

1) La Dieta Original:

- Génesis 1:29 - Frutas, granos y nueces.
- Génesis 3:18 - Vegetales adicionados después de la caída. .
- Génesis 3:19 - El pan como alimento básico para la dieta del hombre.
- Génesis 7: 2,3- Distinción entre los animales limpios e inmundos.
- Génesis 9:2,3 - Permiso otorgado para usar la carne como alimento.

2) El Código Mosaico de Salud:

Dieta

- Éxodo 22:31 · Prohibición de la carne destrozada por las bestias.
- Éxodo 23:19 ·No cocinar el cabrito en la leche de su madre.
- Levítico 3:17; 7; 23-25 - Prohibición de alimentos grasos.
- Levítico 3:17; 7:26,27; 17:10-16; 19:26 - Prohibición de comer sangre.
- Deuteronomio 12:23-25 - Prohibición de comer sangre.
- Levítico 11; 20:25- Carnes alimenticias limpias e inmundas.
- Deuteronomio 14:3-21 · Carnes alimenticias limpias e inmundas.
- Deuteronomio 14:21- Prohibición de comer la carne de un animal muerto de muerte natural.

Enfermedad

- Levítico 13 y 14- Control de la lepra.
- Deuteronomio 14:3-21 · Leyes reguladoras del control de la lepra.
- Levítico 15:2-15; 22:4 - Condiciones anormales del sexo masculino.
- Números 5:2- Enfermedades del sexo masculino.

Uso de la Tierra

- Éxodo 23:10, 11 - Descanso de la tierra cada siete años.
- Levítico 25:2-22- El año del jubileo cada cincuenta años.

Narcóticos

- Levítico 10:9,10 · Los sacerdotes no debían beber alcohol.

Higiene Personal

- Levítico 12 :2 - La mujer considerada inmunda en el periodo después de concebir

- Levítico 12:3 · La circuncisión realizada en el octavo día.
- Levítico 15: 16-18 · Condiciones masculinas y del sexo.
- Levítico 15: 19-30- Leyes reguladoras de la menstruación.

Prevención de Enfermedades

- Éxodo 15:26; 23:25- Al guardar las leyes se previenen las enfermedades.
- Deuteronomio 7: 15- Al guardar las leyes se previenen las enfermedades
- Números 5:2-4- Aislamiento para las enfermedades (especialmente la lepra).

Reposo y Ejercicio

- Éxodo 20:8-11 - Seis días de trabajo seguidos por un día de reposo.
- Éxodo 23: 12 - Reposo y refrigerio Sabático.

Saneamiento

- Levítico 19:28- Ley contra el tatuaje.
- Deuteronomio 23:12,13 - Disposición para el excremento humano.

3) La Promesa de Dios Acerca de la Salud Total:

- Isaías 58:8 - Salud mental, física y espiritual.

4) El Ejemplo de Daniel:

- Daniel 1:8-16 - Rehusó la comida y el vino del rey y en cambio solicitó "legumbres a comer, y agua a beber".

5) Otros Textos Sobre Salud Registrados en el Antiguo Testamento :

- Génesis 9:3,4- Prohibición de comer sangre.
- Génesis 18:8- Mantequilla, leche y carne vacuna como parte de la dieta.
- Éxodo 20:13- Prohibición contra el homicidio y suicidio.
- Números 11:31-34- Resultado de la glotonería de la carne de codornices.
- Números 12:13-15- Curación postergada por siete días.
- Deuteronomio 5:33- Vida abundante, bienestar físico y longevidad como resultado de guardar los mandamientos de Dios.

- Deuteronomio 11: 11 -Bendiciones de agua.
- Deuteronomio 12:20-22 -Carne usada como alimento en la tierra prometida
- Deuteronomio 33: 13,14- Escogidos frutos del sol.
- Deuteronomio 33:25- Como tus días serán tus fuerzas.
- Deuteronomio 34: 7- El vigor de Moisés hasta su muerte.
- Josué 5: 11,12- Israel comió del fruto de la tierra y el maná cesó.
- Josué 14: 1 O, 11 - Caleb mantiene la fuerza que poseía cuarenta años atrás.
- Jueces 13:2-5- La salud y actitud de la madre son importantes para su descendencia.
- Samuel 2: 12-1 7 - Los sacerdotes inicuos comían carne con grosura y sangre.
- Reyes 13:3-6- La restauración de la mano seca de Jeroboam.
- 1 Reyes 17:17-24- Elías hace revivir al hijo de la viuda.
- 2 Reyes 4:32-37- Eliseo resucita al hijo de la Sunamita.
- 2 Reyes 5:1 -14 - Naaman curado de su lepra.
- Nehemías 8: 10- El gozo de Jehová es vuestra fuerza.
- Job 42: 7-1 O - Sanado cuando oró por sus "amigos".
- Salmo 16:11- La senda de la vida: plenitud de gozo en Dios.
- Salmo 37:3-7- La confianza en Dios es saludable.
- Salmo 41:3 - Los que piensan en el pobre serán fortalecidos sobre el lecho del dolor.
- Salmo 42:11 - Dios es la "salvación mía".
- Salmo 6 7: 1,2 - Sea conocida la salvación de Dios en todas las naciones.
- Salmo 68:20- De Jehová el Señor es el " librar de la muerte".
- Salmo 69:22- Sea su convite por lazo y tropiezo.
- Salmo 103:1-3, 13,14- Dios sana todas nuestras dolencias.
- Salmo 106: 15- La mortandad como resultado de la codicia o deseo vehemente.
- Salmo 107: 17-2 1- La sanidad que proviene de Dios.
- Proverbios 3:5-8- La confianza en Dios será medicina.
- Proverbios 14:30 - Salud mental.
- Proverbios 17:22- El corazón alegre constituye buen remedio.
- Proverbios 20:1 · El vino es escarecedor.

- Proverbios 23:20,21. 29-35- El ay de las bebidas alcohólicas.
- Proverbios 24: 13 · La miel es buena.
- Proverbios 25:16,27 · Comer mucha miel no es bueno.
- Proverbios 26:2- La maldición no vendrá sin causa.
- Proverbios 31:6.7 · El vino como tranquilizante y anestésico.
- Eclesiastés 3:13- Todo hombre debiera comer, beber y gozar el bien de su labor.
- Eclesiastés 10:17 · Descripción de la gula.
- Isaías 5:11,22 · El ay sobre aquellos que beben bebidas fuertes.
- Isaías 7:15 · La dieta de Cristo consistiría en mantequilla y miel hasta que pudiera desechar lo malo y escoger lo bueno.
- Isaías 24:5,6- La contaminación de la tierra a causa de la maldad del hombre.
- Isaías 28:7 · El resultado de bebidas fuertes sobre el juez, sacerdote y profeta.
- Isaías 30:15 · El descanso, quietud y confianza brindan fortaleza.
- Isaías 38:21 · Remedios naturales usados con oración para sanar al enfermo.
- Isaías 55:2 - Por qué gastar dinero en lo que no sea pan.
- Isaías 61: 1-3- El ministerio curativo de Cristo en la profecía.
- Isaías 66:17- Advertencias contra la ingestión de la carne de cerdo y de ratón.
- Jeremías 35:2-19 · Los recabitas son bendecidos por no beber vino.
- Ezequiel 44:21- Los sacerdotes no debían beber vino.
- Daniel 10:3 - El ayuno de Daniel.
- Oseas 4:6-11- La fornicación y el vino apartan el corazón y la gula no se satisface.
- Habacuc 2: 15 - El ay de aquel que da de beber alcohol a su prójimo.
- Malaquías 4:2- El Sol de justicia en sus alas traerá salvación.

6) Curas Milagrosas de Jesús:

- Juan 4:43-5 4- El hijo de un noble.
- Juan 5: 1-15- El paralítico de Betesda.
- Marcos 1:21-28- El hombre con espíritu inmundo dentro de la sinagoga.

- Marcos 1:29-31- La suegra de Pedro.
- Marcos 1:40-45 - Un leproso.
- Marcos 2: 1-12 - El paralítico bajado por el techo.
- Marcos 3: 1-6 - El hombre con una mano seca.
- Lucas 7: 1-10- El siervo de un centurión.
- Mateo 9:27-31 - Dos hombres ciegos.
- Mateo 9:32-34- Un mudo endemoniado.
- Lucas 7:11 -17- La resurrección del hijo de la viuda de Natan.
- Mateo 12:22-32- Un endemoniado ciego y mudo.
- Marcos 5: 1-20 - El endemoniado gadareno.
- Marcos 5:25-34: La mujer enferma que tocó el manto de Jesús.
- Marcos 5:22-24; 35-43- La resurrección de la hija de Jairo.
- Mateo 15:21-28- La hija de la mujer siro fenicia.
- Marcos 7:31 -37 - El sordomudo de Decápolis.
- Marcos 8:22 -26 - Un hombre ciego cerca de Betsaida.
- Marcos 9: 14-29- Un muchacho endemoniado.
- Juan 9: 1-41- Un hombre ciego de nacimiento.
- Lucas 13: 10-17- Una mujer encorvada.
- Lucas 14:1-4- Un hombre hidrópico.
- Juan 11:1 -45- La resurrección de Lázaro.
- Lucas 17: 11 ·19 · Los diez leprosos.
- Marcos 10:46-52 ·El ciego Bartimeo.
- Lucas 22:50 ,51 · La oreja derecha de Maleo.
- Marcos 1:35 · La oración como el secreto de su poder.
- Marcos 3: 15 ·El poder otorgado a los discípulos para sanar enfermedades y echar fuera demonios.
- Marcos 16: 17,18 · La comisión evangélica acompañada por "señales".
- Marcos 16:20 ·La promesa del cumplimiento de "señales".

7) Pablo y el Templo del Cuerpo:

- Juan 2: 19-22 ·Introducción al tema por Jesús.
- Éxodo 25:8 ·El templo es donde habita Dios.
- Efesios 2:22 ·Dios habita en nosotros a través del Espíritu Santo.
- 1 Corintios 6: 12-20 · El cuerpo debe ser tratado como un santo templo.

- 2 Corintios 6: 16-18 · El cuerpo es el lugar de morada del Espíritu Santo.
- 2 Corintios 3: 16,17 · No profanar el templo del cuerpo.
- Romanos 12: 1.2 · Presentar los cuerpos en un "sacrificio vivo".

8) El Deseo de Dios para su Pueblo :

- 3 Juan 2 · "Que tengas salud".

9) Otros Textos Sobre Salud Registrados en el Nuevo Testamento :

- Mateo 4: 1-4 · La victoria de Cristo sobre el apetito.
- Mateo 6:28-30 · Descanso en Cristo.
- Mateo 17:21 · La sanidad requiere ayuno y oración.
- Mateo 24:37,38 · Para Cristo la preparación es más importante que comer y beber.
- Marcos 3: 14,15 · Doce hombres escogidos para predicar y sanar.
- Marcos 6:30,31 · Venid aparte y descansad un poco.
- Lucas 1:15 · Juan el Bautista no debía beber bebidas alcohólicas.
- Lucas 21:34 · Problemas de salud de los últimos días - glotonería, embriaguez, ansiedad.
- Juan 9:11 · En los milagros Jesús utilizó remedios naturales.
- Hechos 2:43 · Milagros realizados por los apóstoles.
- Hechos 4:30 · El don de sanidad de la iglesia.
- Hechos 5: 12, 15,16 · Muchos eran sanados por los apóstoles.
- Hechos 6:8 · Esteban realizando milagros.
- Hechos 8:7 · Muchos fueron sanados en Samaria.
- Hechos 10:9-17, 28 · Carnes limpias e inmundas.
- Hechos 15: 19, 20,29 · Los cristianos deben abstenerse de algunos alimentos.
- Hechos 27:34 · Debiéramos comer por nuestra salud.
- Romanos 14: 1-4 · No juzgar la dieta de los demás.
- Romanos 14:21 · Bueno es no comer carne.
- 1 Corintios 8: 7-13 · No ocasionar tropiezo con la dieta.
- 1 Corintios 9:25 -27 · Mantener nuestro cuerpo en servidumbre a semejanza del atleta.
- 1 Corintios 10:31 · Comer y beber para gloria de Dios.
- 1 Corintios 7:1 · Limpiarse a sí mismo de la corrupción de la carne.

- Gálatas 6: 7,8 · Lo que el hombre sembrare, segará.
- Efesios 5: 18 · No os embriaguéis con vino.
- Filipenses 4:6-8 ·Salud mental.
- 1 Tesalonicenses 5:23 ·Que el cuerpo, alma y espíritu sea guardado irreprochable.
- 1 Timoteo 5:23 · Un poco de vino por causa del estómago.
- 2 Timoteo 1:7 ·El dominio propio un don de Dios.
- Santiago 1:27 - La religión pura incluye un ministerio abnegado.
- 1 Pedro 2:1 1- Abstener se. de los deseos carnales
- 1 Pedro 5: 7 - Echar toda nuestra ansiedad sobre él.
- 2 Pedro 1:6- Temperancia.
- Santiago 5: 13-15- Instrucción para la sanidad divina.
- 1 Timoteo 4:3,4- Alimentos (hablando acerca de la abstención). (En otras versiones menciona " Carnes").
- Filipenses 3: 19- Su dios es el vientre.
- 1 Corintios 10:28- Alimento dedicado a los ídolos.
- Hechos 9:9 - El ayuno de Pablo.
- 1 Tesalonicenses 4: 11 -Trabajar- con vuestras manos.
- 1 Tesalonicenses 4:3 ,4 - La prohibición de la fornicación.
- 1 Timoteo 5: 18- Digno es el obrero de su salario.
- 1 Pedro 2:2 - La leche.
- 1 Pedro 3: 10 - El amor a la vida.
- 1 Corintios 6:18- La fornicación es un pecado contra nuestro propio cuerpo
- Apocalipsis 22: 17- El agua de la vida.

