

PRINCIPIOS BÁSICOS DE LA SALUD BÍBLICA

Recopilado Por Courtney Jackson, DDS, MME

www.revelationofhem.org

Los principios delineados aquí tienen como propósito darle a cada persona un fundamento con principios bíblicos sobre cómo comer según lo aprueba el Señor, sin el lenguaje científico. Mi esperanza y oración es que cada uno estudiara sistemáticamente más profundo el mensaje de salud, para sí mismos y compartan con otros estos sencillos principios. Implementando estos sencillos principios conducirá a la sanación y prevención de enfermedades.

Estamos en el Día de la Expiación: “Y él dijo: Hasta dos mil trescientas tardes y mañanas; luego el santuario será purificado”. **Daniel 8:14. El Señor está invitando a la purificación del santuario, el celestial y nuestros cuerpos.** “¿No sabéis que sois templo de Dios, y que el Espíritu de Dios mora en vosotros? Si alguien destruye el templo de Dios, Dios lo destruirá a él; porque santo es el templo de Dios, el cual sois vosotros”. **1 Corintios 3:16-17.**

Dios el Padre os hace una pregunta mediante su Palabra: “No obstante, el Altísimo no habita en casas hechas por mano, como dice el profeta: El cielo es mi trono, y la tierra es el estrado de mis pies. ¿Qué casa me edificaréis? dice el Señor. ¿Cuál será el lugar de mi reposo?” **Hechos 7:48-49.** Podéis responder afirmativamente que el trabajo que os ha sido confiado, ¿está hecho?

Hebreos 3:12-4:3: “Mirad, hermanos, que no haya en ninguno de vosotros un corazón malo de incredulidad que os aparte del Dios vivo. Más bien, exhortaos los unos a los otros cada día, mientras aún se dice: "Hoy", para que ninguno de vosotros se endurezca por el engaño del pecado. Porque hemos llegado a ser participantes de Cristo, si de veras retenemos el principio de nuestra confianza hasta el fin, entre tanto se dice: Si oís hoy su voz, no endurezcáis vuestros corazones como en la provocación. Porque ¿quiénes fueron aquellos que habiendo oído le provocaron? ¿No fueron todos los que salieron de Egipto con Moisés? ¿Y con quiénes se disgustó durante cuarenta años? ¿No fue precisamente con los que pecaron, cuyos cuerpos cayeron en el desierto? ¿Y a quiénes juró que no entrarían en su reposo, sino a aquellos que no obedecieron? Y vemos que ellos no pudieron entrar debido a su incredulidad. Temamos, pues, mientras permanezca aún la promesa de entrar en su reposo, no sea que alguno de vosotros parezca quedarse atrás. Porque también a nosotros, como a ellos, nos han sido anunciadas las buenas nuevas; pero a ellos de nada les aprovechó oír la palabra, porque no se identificaron por fe con los que la obedecieron. Pero los que hemos creído sí entramos en el reposo,

como él ha dicho: Como juré en mi ira: "¡Jamás entrarán en mi reposo!" aunque sus obras quedaron terminadas desde la fundación del mundo".

El cumplimiento de la promesa para nosotros en el Día de la Expiación es la traslación a la vida eterna sin pasar por la muerte; la bendición inmediata es vida sin enfermedad en este mundo conforme a **Éxodo 15:26**: "diciéndole: --Si escuchas atentamente la voz de Jehovah tu Dios y haces lo recto ante sus ojos; si prestas atención a sus mandamientos y guardas todas sus leyes, ninguna enfermedad de las que envié a Egipto te enviaré a ti, porque yo soy Jehovah tu sanador". La enfermedad es una carga que Dios no quiere que ninguno tengamos. Él quiere que tengamos una salud óptima para poder funcionar óptimamente espiritualmente, teniendo mentes claras para escuchar su voz, comprender su Palabra, fortaleza para obedecer porque cuando tenemos la victoria sobre el apetito podemos tener victoria sobre toda otra tentación/pecado.

"Así como nuestros primeros padres perdieron el Edén por complacer el apetito, nuestra única esperanza de reconquistar el Edén consiste en dominar firmemente el apetito y la pasión. La abstinencia en el régimen alimenticio y el dominio de todas las pasiones conservarán el intelecto y darán un vigor mental y moral que capacitará a los hombres para poner todas sus propensiones bajo el dominio de las facultades superiores, para discernir entre lo bueno y lo malo, lo sagrado y lo profano. Todos los que tienen un verdadero sentido del sacrificio hecho por Cristo al abandonar su hogar del cielo para venir a este mundo a fin de mostrar al hombre, por su propia vida, cómo resistir la tentación, se negarán alegremente a sí mismos y resolverán participar de los sufrimientos de Cristo". **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 69.**

"El temor de Jehová es el principio de la sabiduría. Los que venzan como Cristo venció, necesitarán precaverse constantemente contra las tentaciones de Satanás. El apetito y las pasiones deben ser sometidos al dominio de la conciencia iluminada, para que el intelecto no sufra perjuicio, y las facultades de percepción se mantengan claras a fin de que las obras y trampas de Satanás no sean interpretadas como providencia de Dios. Muchos desean la recompensa y la victoria finales que han de ser concedidas a los vencedores, pero no están dispuestos a soportar los trabajos, las privaciones y la abnegación como lo hizo su Redentor. Únicamente por la obediencia y el esfuerzo continuo seremos vencedores como Cristo lo fue". **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 69.**

"El poder dominante del apetito causará la ruina de millares de personas, que, si hubiesen vencido en ese punto, habrían tenido fuerza moral para obtener la victoria sobre todas las demás tentaciones de Satanás. Pero los que son esclavos del apetito no alcanzarán a perfeccionar el carácter cristiano. La continua transgresión del hombre durante seis mil años ha producido

enfermedad, dolor y muerte. Y a medida que nos acerquemos al fin, la tentación de complacer el apetito será más poderosa y más difícil de vencer”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, págs. 69- 70.**

Si no tenemos Victoria, no tendremos salvación, si nuestro cuerpo está manchado Dios nos destruirá. Este es un asunto de la mayor trascendencia.

ARTICULOS ALIMENTICIOS

Nuestros granos/harina/pan consumido debería ser siempre 100% grano integral. La intención de Dios para la perfecta asimilación de los nutrientes para ser digeridos, esto requiere que los granos estén en la forma dada, para ser consumidos sin refinamiento y procesamiento o descascarar. Yo pregunto: ¿Es el hombre más sabio que Dios? ¿Puede el hombre hacer una mejor harina al separar las partes y agregar vitaminas y minerales? No. Enriquecidas como manifiestan en las etiquetas, en realidad están empobrecidas. Si el Dios Omnisapiente del universo quería que fuera refinado o procesado como tal, Él lo habría hecho de esa manera desde el principio.

Los granos refinados causan artritis, cáncer, diabetes, enfermedad del corazón, osteoporosis, y otros males.

PRINCIPIO BÍBLICO

Marcos 10:9: “Por tanto, lo que Dios ha unido, no lo separe el hombre”.

“Los cereales, las frutas carnosas, los frutos oleaginosos, las legumbres y las hortalizas constituyen el alimento escogido para nosotros por el Creador. Preparados del modo más sencillo y natural posible, son los comestibles más sanos y nutritivos. Comunican una fuerza, una resistencia y un vigor intelectual que no pueden obtenerse de un régimen alimenticio más complejo y estimulante”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 95, 366, 370, 437; El Ministerio de Curación, pág. 228.**

“En la elaboración del pan, la harina blanca muy fina no es la mejor. Su uso no es saludable ni económico. El pan de flor de harina carece de los elementos nutritivos que se encuentran en el pan amasado con harina integral de trigo. Es causa frecuente de estreñimiento y otros efectos malsanos”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 380; El Ministerio de Curación, pág. 231.**

PRINCIPIO BÍBLICO

Deuteronomio 32:4: ““Él es la Roca, cuya obra es perfecta”.

NOTA: Los aditivos y preservativos causan muchas enfermedades, usualmente imposible de relacionar con la enfermedad y nunca deberían ser usados. Si

Dios en su sabiduría los hubiera considerado necesarios Él ya los habría colocado en los alimentos. ¿Cómo puede el hombre mejorar algo hecho por un Dios Omnisapiente?

ALIMENTOS PELIGROSOS

La Carne

“Los que esperan la venida del Señor con el tiempo eliminarán el consumo de carne; la carne dejará de formar parte de su régimen”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 454, Conducción del Niño, págs. 359-360; Consejos sobre la Salud, pág. 448; Eventos de los Últimos Días, pág. 83; Maranatha, pág. 60.**

“Es un error suponer que la fuerza muscular dependa de consumir alimento animal, pues sin él las necesidades del organismo pueden satisfacerse mejor y es posible gozar de salud más robusta. Los cereales, las frutas, las oleaginosas y las verduras contienen todas las propiedades nutritivas para producir buena sangre. Estos elementos no son provistos tan bien ni de un modo tan completo por el régimen de carne. Si la carne hubiera sido de uso indispensable para dar salud y fuerza, se la habría incluido en la alimentación indicada al hombre desde el principio”. **Conducción del Niño, pág. 360; Consejos sobre el Régimen Alimenticio, págs. 473-474; El Ministerio de Curación, pág. 243.**

“Deben verse mayores reformas entre nuestros hermanos que pretenden estar esperando la pronta venida de Cristo. La reforma pro salud ha de hacer entre nuestros hermanos una obra que todavía no se ha hecho. Hay personas que debieran estar despiertas ante el peligro de comer carne, pero que continúan consumiendo carne de animales, poniendo así en peligro la salud física, mental y espiritual. Muchos que están hoy solamente medio convertidos con respecto al consumo de carne abandonarán el pueblo de Dios para no andar más con él”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 456; Consejos sobre la Salud, pág. 577; Eventos de los Últimos Días, pág. 83; Maranatha, pág. 60.**

La Leche

“El Señor llevará a sus hijos hasta el punto en que ellos no tocarán ni gustarán la carne de animales muertos. No prescriba, pues, estas cosas ningún médico que tiene un conocimiento de la verdad para este tiempo. No hay seguridad en el consumo de carne de animales muertos, y dentro de poco tiempo la leche de las vacas también será excluida del régimen del pueblo que guarda los mandamientos de Dios. **(Escrito en 1898)** Dentro de un corto tiempo no será seguro usar ninguna cosa que proceda de la creación animal. Los que acepten sin reservas lo que Dios dice y obedezcan sus mandamientos de todo, corazón serán bendecidos. El será su escudo protector. Pero con el Señor no se

puede jugar. La desconfianza, la desobediencia, el enajenamiento de la voluntad y del camino de Dios, colocarán al pecador en una posición donde el Señor no puede darle su favor divino... .” **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 493-494.**

El Azúcar

“El azúcar no es bueno para el estómago. Causa fermentación, y esto nubla la mente y trae mal humor”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 389; Mente Carácter y Personalidad, Tomo 2, pág. 402, 644.**

La Leche y el Azúcar

“Se suele emplear demasiado azúcar en las comidas. Las tortas, los budines, las pastas, las jaleas, los dulces son causas activas de indigestión. Particularmente dañinos son los flanes cuyos ingredientes principales son la leche, los huevos y el azúcar. Debe evitarse el consumo copioso de la leche con azúcar”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 134, 389, 396; El Ministerio de Curación, pág. 232.**

Los Huevos

“Sea progresiva la reforma alimenticia. Enséñese a la gente a preparar alimentos sin mucho uso de leche o mantequilla. Expliquémosle que llegará pronto el tiempo en que será peligroso usar huevos, leche, crema o mantequilla, porque las enfermedades aumentan proporcionalmente a la maldad que reina entre los hombres. Se acerca el tiempo en que, debido a la iniquidad de la especie caída, toda la creación animal gemirá bajo las enfermedades que azotan nuestra tierra. Dios dará a su pueblo capacidad y tacto para preparar alimentos sanos sin aquellas cosas. Descarte nuestro pueblo todas las recetas malsanas”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 415, 437, 553; Consejos sobre la Salud, págs. 477-478; Joyas de los Testimonios, Tomo 3, pág. 138.**

El Queso

“El queso merece aún más objeciones; es absolutamente impropio como alimento”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 440; El Ministerio de Curación, pág. 232.**

Polvo de Hornear/Bicarbonato de Soda

“El uso de sosa de leudar, o polvos de hornear, en la elaboración del pan es nocivo e inútil. La sosa inflama el estómago, y a veces envenena todo el organismo. Muchas cocineras se figuran que no pueden hacer buen pan sin sosa, pero esto es un error. Si quisieran tomarse la molestia de aprender mejores métodos, su pan sería más sano, y también más sabroso para un

paladar normal”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 375, 408; El Ministerio de Curación 231.**

El Vinagre

“Las ensaladas se preparan con aceite y vinagre, y esto produce fermentación en el estómago, y el alimento no se digiere, sino que se descompone o entra en putrefacción; como consecuencia, la sangre no resulta nutrida, sino que se llena de impurezas, y aparecen dificultades en el hígado y los riñones”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 412.**

Condimentos

“En esta época de apresuramiento, cuanto menos excitante sea el alimento, mejor. Los condimentos son perjudiciales de por sí. La mostaza, la pimienta, las especias, los encurtidos y otras cosas por el estilo, irritan el estómago y enardecen y contaminan la sangre. La inflamación del estómago del borracho se representa muchas veces gráficamente para ilustrar el efecto de las bebidas alcohólicas. El consumo de condimentos irritantes produce una inflamación parecida. El organismo siente una necesidad insaciable de algo más estimulante”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 403; El Ministerio de Curación, pág. 250.**

Libre de Grasa

“Los cereales y las frutas, preparados sin grasa en forma tan natural como sea posible, deben ser el alimento destinado a todos aquellos que aseveran estar preparándose para ser trasladados al cielo”. **Consejos sobre el Régimen alimenticio, pág. 75; Consejos sobre la Salud, pág. 42; 624; Joyas de los Testimonios, Tomo 1, pág. 259; Mente Carácter y Personalidad, Tomo 1, pág. 242; Testimonios para la Iglesia, Tomo 2, pág. 316.**

“No creemos que las papas fritas sean saludables, porque se usa más o menos grasa o mantequilla para prepararlas”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 384, 422.**

Nota: Cocine sus alimentos sin usar aceites, esto previene el bloqueo de las arterias, problemas digestivos, diabetes, artritis, cáncer, por nombrar algunas enfermedades a las que contribuye.

Mantequilla

“Sea progresiva la reforma alimenticia. Enséñese a la gente a preparar alimentos sin mucho uso de leche o mantequilla. Expliquémosle que llegará pronto el tiempo en que será peligroso usar huevos, leche, crema o mantequilla, porque las enfermedades aumentan proporcionalmente a la maldad que reina entre los hombres. Se acerca el tiempo en que, debido a la

iniquidad de la especie caída, toda la creación animal gemirá bajo las enfermedades que azotan nuestra tierra”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 415, 424-425, 437, 553; Consejos sobre la Salud, págs. 477-478; Joyas de los Testimonios, Tomo 3, pág. 138; Testimonios para la Iglesia, Tomo 7, pág. 132.**

Condiciones Erradas para Comer

“Los manjares no deben ingerirse muy calientes ni muy fríos. Si la comida está fría, la fuerza vital del estómago se distrae en parte para calentarlos antes que pueda digerirlos. Por el mismo motivo las bebidas frías son perjudiciales, al par que el consumo de bebidas calientes resulta debilitante. En realidad, cuanto más líquido se toma en las comidas, más difícil es la digestión, pues el líquido debe quedar absorbido antes de que pueda empezar la digestión”. **El Ministerio de Curación, pág. 235; Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 125-126.**

“Otro mal grave es el de comer a deshoras, como por ejemplo después de un ejercicio violento y excesivo, o cuando se siente uno extenuado o acalorado. Inmediatamente después de haber comido, el organismo gasta un gran caudal de energía nerviosa; y cuando la mente o el cuerpo están muy recargados inmediatamente antes o después de la comida, la digestión queda entorpecida. Cuando se siente uno agitado, inquieto o apurado, es mejor no comer antes de haber obtenido descanso o sosiego”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 129; El Ministerio de Curación, pág. 235.**

Coma Lentamente

“Conviene comer despacio y masticar perfectamente, para que la saliva se mezcle debidamente con el alimento y los jugos digestivos entren en acción”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 127; El Ministerio de Curación, pág. 235.**

Uso Correcto y Errado del Agua

“Muchos cometen un error al beber agua fría con sus comidas. Los alimentos no deben ser lavados en el estómago. Tomada con las comidas, el agua disminuye el flujo de la saliva; y cuanto más fría, tanto mayor es el perjuicio para el estómago. El agua o la limonada heladas, tomadas en las comidas, detendrán la digestión hasta que el organismo haya impartido suficiente calor al estómago de manera que pueda reasumir su tarea. Masticad con lentitud, permitiendo que la saliva se mezcle con los alimentos. Cuanto más líquido se lleve al estómago con las comidas, tanto más difícil será la digestión de los alimentos; pues el líquido deberá ser primeramente absorbido. Además, los líquidos diluyen los jugos gástricos y retardan así la acción digestiva”.

Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 126; Consejos sobre la Salud, pág. 118.

“Las bebidas calientes son debilitantes; y además, los que complacen en usarlas llegan a ser esclavos del hábito. El alimento no debe ser lavado; no se necesita beber nada con los alimentos. Cómase con lentitud y permítase que la saliva se mezcle con los alimentos. Cuanto más líquido se introduzca en el estómago con las comidas, tanto más difícil es que los alimentos se digieran; porque el líquido debe ser primeramente absorbido. No consumáis sal en gran escala; abandonad lo encurtidos envasados, dejad libre vuestro estómago de los alimentos con muchas, especias; comed fruta en vuestras comidas, y la irritación que exige beber tanto cesará. Pero si algo se necesita para apagar la seda el agua pura, bebida poco tiempo antes o después de la comida, es todo lo que la naturaleza exige. Nunca se tome té, café, cerveza, vino o cualquier bebida alcohólica. Agua es el mejor líquido posible para limpiar los tejidos”.

Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 504-505.

Nota: Es mejor tomar agua o jugo 30 minutos antes de una comida o dos horas después de comer.

PRINCIPIOS QUE CONLLEVAN A UNA BUENA SALUD

Frutas y Vegetales

“No conviene ingerir frutas y verduras en la misma comida, pues a las personas de digestión débil esta combinación les produce muchas veces desórdenes gástricos e incapacidad para el esfuerzo mental. Es mejor consumir la fruta en una comida y las verduras en otra”. **El Ministerio de Curación, pág. 230; Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 133.**

El Pan

“El pan debe ser ligero y agradable, sin acidez. Los panes deben ser pequeños, y tan bien cocidos que, en cuanto sea posible, los gérmenes de la levadura queden destruidos. Cuando está caliente y recién cocido, el pan leudado, cualquiera que sea su calidad, no es de fácil digestión. No debiera nunca figurar en la mesa. No sucede lo mismo con el pan sin levadura. Los panecillos de harina de trigo sin levadura recién cocidos en un horno muy caliente son saludables y sabrosos. . .” **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 375; El Ministerio de Curación, pág. 231.**

Nota: El pan leudado, cualquiera que sea su calidad, no debe ser consumido fresco.

Nuestra Obligación de Aprender

“Es un deber sagrado para las personas que cocinan aprender a preparar comidas sanas. Muchas almas se pierden como resultado de los alimentos mal preparados. Se necesita pensar mucho y tener mucho cuidado para hacer buen pan; pero en un pan bien hecho hay más religión de lo que muchos se figuran. Son muy pocas las cocineras realmente buenas, Las jóvenes piensan que cocinar y hacer otras tareas de la casa es trabajo servil; y por lo tanto, muchas que se casan y deben atender a una familia tienen muy poca idea de los deberes que incumben a la esposa y madre”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 303; El Ministerio de Curación, pág. 233.**

“La ciencia culinaria no es una ciencia despreciable, sino una de las más importantes de la vida práctica. Es una ciencia que toda mujer debería aprender, y que debería ser enseñada en forma provechosa a las clases pobres. Preparar manjares apetitosos, al par que sencillos y nutritivos, requiere habilidad pero puede hacerse. Las cocineras deberían saber preparar manjares sencillos en forma saludable, y de tal manera que resulten sabrosos precisamente por su sencillez”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 303; El Ministerio de Curación, pág. 233.**

Regularidad

“La regularidad en las comidas es de vital importancia. Debe haber una hora señalada para cada comida, y entonces cada cual debe comer lo que su organismo requiere, y no ingerir más alimento hasta la comida siguiente. Son muchos los que comen a intervalos desiguales y entre comidas, cuando el organismo no necesita comida, porque no tienen suficiente fuerza de voluntad para resistir a sus inclinaciones. Los hay que cuando van de viaje se pasan el tiempo comiendo bocaditos de cuanto comestible les cae a mano. Esto es muy perjudicial. Si los que viajan comiesen con regularidad y sólo alimentos sencillos y nutritivos, no se sentirían tan cansados, ni padecerían tantas enfermedades”. **El Ministerio de Curación, págs. 233-234.**

Coma Temprano

“Otro hábito pernicioso es el de comer inmediatamente antes de irse a la cama. Pueden haberse tomado ya las comidas de costumbre; pero por experimentar una sensación de debilidad, se vuelve a comer. Cediendo así al apetito se establece un hábito tan arraigado, que muchas veces se considera imposible dormir sin comer algo. Como resultado de estas cenas tardías, la digestión prosigue durante el sueño; y aunque el estómago trabaja constantemente no lo hace en buenas condiciones. Las pesadillas suelen entonces perturbar el sueño, y por la mañana se despierta uno sin haber descansado, y con pocas ganas de desayunar. Cuando nos entregamos al descanso, el estómago debe haber concluido ya su tarea, para que él también pueda descansar, como los demás órganos del cuerpo. A las personas de hábitos sedentarios les resultan

particularmente perjudiciales las cenas tardías y el desarreglo que las ocasionan es muchas veces principio de alguna enfermedad que acaba en muerte. **Conducción del Niño, pág. 366; El Ministerio de Curación, pág. 234.**

Tiempo entre las Comidas

“En numerosos casos, la sensación de debilidad que despierta el deseo de comer proviene del excesivo recargo de los órganos digestivos durante el día. Estos, después de haber digerido una comida, necesitan descanso. Entre las comidas deben mediar cuando menos cinco o seis horas, y la mayoría de las personas que quieren hacer la prueba verán que dos comidas al día dan mejor resultado que tres”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 206; El Ministerio de Curación, pág. 235.**

ADITIVOS ALIMENTICIOS

El siguiente es tan solo un listado muestra de cientos de aditivos alimenticios que se pueden encontrar cuando se consume alimentos empacados / procesados/refinados. El diablo trabaja de manera muy efectiva escondiendo la obra que realiza y procesa los alimentos y los aditivos es una de las mejores formas de conseguir que usted consuma algo desaprobado por Dios y destructor de la salud, que en última instancia afectará su estado espiritual y mental que una vez destruidos deja a la víctima en un estado indefenso.

Visite la página web www.ivu.org/faq o con: /animal_derived.

Los pocos elementos listados aquí es una lista parcial son algunos de los elementos de los cuales tener cuidado www.vrg.org/

[nutshell/faqingredients](#). Los dos sitios web mencionados no son Adventistas y toda la información no está conforme a las normas de la Biblia y el Espíritu de Profecía pero contienen información útil que bien aplicada puede ser de gran beneficio.

¿Qué es la cochinilla (carmín)?

Algunos colorantes rojos son hechos con el Crustáceo isópodo terrestre. Estos usualmente son etiquetados como cochinilla, carmín, o ácido carmínico.

¿Qué es **estearato de sodio lactilato**?

Un mineral animal (vaca o cerdo o leche) o mineral vegetal. Es un aditivo alimenticio común, que se usa frecuentemente para condicionar la masa del pan o para mezclar ingredientes que normalmente no se combinan, como el aceite y el agua.

¿Qué es **cisteína/cistina**?

Conocida también como l-cistina, nuestra investigación indica que la fuente de la cistina es el cabello humano. La cistina es un aminoácido que el humano necesita, que puede ser producido por el cuerpo humano. Una cantidad muy pequeña es usada en menos de 5% de todos los productos de pan. Con frecuencia se usa el pelo de las mujeres del tercer mundo.

¿Qué son **Mono y diglicérido**?

Monoglicérido y diglicérido son aditivos alimenticios comunes usados para mezclar ciertos ingredientes, tales como aceite y agua, que de lo contrario no se mezclarían bien. La fuente comercial puede ser animal (derivado de la vaca o el cerdo) o vegetal, y también son elaborados sintéticamente también. A menudo se les encuentra en los productos de panadería, bebidas, helados, gomas de mascar, mantecas, cubiertas para tortas, margarinas, y confites o dulces.

¿Qué es **amilasa**?

La amilasa es una enzima que desdobra el almidón a una forma más simple. Puede derivarse de fuente bacteriana, hongo, o animal (derivados del cerdo).

¿Es la **caseína** de origen animal?

La caseína es un derivado de la leche. Con frecuencia se usa para resaltar la textura en los quesos de soya y arroz porque ayuda a que el queso “se funde”.

Nota: Esta es la proteína de la leche que constituye el principal problema componente de la leche que crea problemas como diabetes, y es el portador de la enfermedad de las vacas locas y comúnmente es usado en productos que los Adventistas consideran seguros aun si son vegetarianos.

¿De dónde se obtiene la **gelatina**?

La gelatina se hace de los huesos, pieles, pezuñas, y tendones de vacas, cerdos, pescados y otros animales.

Es proteína animal usada especialmente por sus propiedades de espesor y gelatinosas.

Nota: Las capsulas de gelatina pueden ser hechas con huesos de pescado, y/o pieles de vaca o cerdo. Las capsulas donde vienen los suplementos, hierbas y vitaminas son hechas de la pezuña del caballo a menos que se indica que son de origen vegetarianas.

¿Es la **gelatina kosher** vegetariana?

La gelatina kosher puede ser hecha a base de huesos de pescado, y/o pieles de ganado o cerdo. Contrario a las suposiciones o conjeturas, también se considera kosher usarlo con productos lácteos.

Victoria

“El Redentor del mundo sabía que, la complacencia del apetito produciría debilidad física y embotaría de tal manera los órganos de la percepción, que no discernirían las cosas sagradas y eternas. Cristo sabía que el mundo estaba entregado a la glotonería y que esta sensualidad pervertiría las facultades morales. Si la costumbre de complacer el apetito dominaba de tal manera a la especie humana que, a fin de romper su poder, el divino Hijo de Dios tuvo que ayunar casi seis semanas en favor del hombre, ¡qué obra confronta al cristiano para poder vencer como Cristo venció! El poder de la tentación a complacer el apetito pervertido puede medirse únicamente por la angustia indecible de Cristo en aquel largo ayuno en el desierto”. **Consejos sobre el Régimen Alimenticio, pág. 220-221; Consejos sobre la Salud, pág. 121; Exaltad a Jesús, pág. 266; Joyas de los Testimonios, Tomo 1, pág. 416; Testimonios Selectos, Tomo 3, pág. 209.**