

Gotitas De Salud

Andropausia: Cambios Hormonales en el Hombre

La andropausia es una forma de menopausia masculina. Esta condición apareció por primera vez en la revista de la Asociación Médica Americana en el 1940. Aunque desde entonces se le ha prestado poca atención a esta condición, últimamente la comunidad médica le está dando más importancia.

En la menopausia, hay disminución de estrógenos. En cambio, en el hombre que sufre de andropausia hay una disminución de la hormona masculina “testosterona.” La andropausia tiende a ocurrir en los hombres después de los 40 años de edad. Es posible que haya una conexión entre lo que llaman la crisis de edad media (midlife crisis) y los niveles de testosterona.

Los efectos de la andropausia en el hombre son muy parecidos a los de la menopausia en la mujer. Cuando esto sucede tiende a haber aumento en el peso (a veces al punto de obesidad), aumento en trastornos del corazón, la presión arterial, y el colesterol. La depresión en el hombre después de los 40 años, puede tener una relación íntima con la andropausia. Otros efectos notables pueden ser: la pérdida de virilidad, aumento

en el riesgo de osteoporosis y pérdida muscular (la grasa tiende a sustituir a los músculos).

Varios hábitos de estilo de vida pueden aumentar, precipitar o agravar el problema de la andropausia:

- Vida sedentaria (falta de ejercicio)
- Aumento de peso por hábitos alimenticios (La grasa tiende a favorecer la producción de estrógenos en el hombre. Este estrógeno compite con la testosterona reduciendo así su producción.)
- Consumo de alcohol
- Vida estresada

Si padece de algunos de estos síntomas, consulte con su médico para un análisis completo de su estado hormonal. Pero sobre todo, manténgase activo físicamente, coma saludable, evite totalmente el alcohol y especialmente, confíe en el Dios Altísimo para que tome control de su vida y de sus cargas.



Louis Cruz
Naturopata Certificado
gotitasnl@gmail.com

Discípulos En Acción

Saludos nuevamente! Espero que el deseo de traer un mensaje de esperanza a nuestros seres queridos continúe ardiendo dentro de vuestros corazones. Se que muchas veces parece difícil compartir el evangelio con otras personas pero recordemos lo que dice Romanos 1:16:

“Porque no me avergüenzo del evangelio, porque es poder de Dios para salvación a todo aquel que cree...”

No tengamos vergüenza de ser llamados hijos de Dios.

Este mes es un mes de victoria. Les reto a que compartan con alguien un corto testimonio de como Dios ha cambiado sus vidas. Puede ser en el autobús, en alguna cita médica, o en el supermercado.

Busquen el momento apropiado para hacer una amistad, sonreír y compartir como Dios hace que cada día sea un día de gozo en nuestras vidas!

Puedes escribir y contarnos tu experiencia al siguiente e-mail: carolina.bonilla@3abn.org



3ABN Latino
P.O. Box 220, West Frankfort, IL 62896
618-627-4651 • Web: 3abnlatino.org • Email: latino@3abn.org

Noticias y Más de

3ABN

Latino

EVANGELIZANDO CON PODER

ABRIL de 2010

UN NUEVO HOGAR EN SATÉLITE PARA 3ABN: ¡Divina providencia y maravillosas oportunidades!

por Bobby Davis

¡Nuestro Dios se deleita en convertir grandes problemas en enormes bendiciones! ¡Y lo ha hecho otra vez! Veán cómo el Señor transformó nuestro más reciente dilema en una maravillosa oportunidad.

NUESTRO PROBLEMA; UNA OPORTUNIDAD PARA DIOS

Inesperadamente, el satélite AMC-4 que transmite la red televisiva de 3ABN y 3ABN Latino a los Estados Unidos, Canadá y toda la América Central, comenzó a fallar. Era obvio que no teníamos alternativa; teníamos que encontrar rápidamente un nuevo “hogar” satelital.

“Ante la urgencia de la situación, empecé a contactar a todas las demás estaciones transmisoras adventistas del séptimo día en el satélite AMC-4,” dice Moses Primo, director de difusión e ingeniería de 3ABN. “Finalmente tomamos la decisión de movernos como grupo al nuevo satélite Galaxy 19 (G-19) sólo a unos pocos grados de distancia —con mínima inconveniencia para nuestra audiencia radial y televisiva.

“El G-19 es un sistema de satélite FTA (free-to-air) de primera, que va directo a los hogares, y estamos muy contentos de poder llegar a millones de televidentes que antes no podíamos alcanzar.”

¡TODO ES BUENO!

Sólo observen las bendiciones que Dios nos ha dado:

- El Galaxy 19 llega a más de 5 millones de nuevos potenciales televidentes de 3ABN que ya ven ese satélite.
- El “vecindario” televisivo al que nos estamos mudando es el lugar donde ya se encuentra la mayoría de los proveedores de canales cristianos por satélite. Esos espectadores están interesados en asuntos espirituales y pensamos que muchos de ellos descubrirán *una estación nueva, única y diferente* – 3ABN.

• Nos encontrábamos sin salida y limitados en nuestro satélite anterior, pero ahora el G-19 nos brinda la oportunidad de *añadir más canales*.

• Al entrar en una frecuencia (o al re-escanear los canales), los televidentes podrán añadir al mismo tiempo, todos los canales adventistas disponibles en el nuevo satélite. A la fecha de impresión de esta edición, estos incluían: las cadenas de 3ABN en inglés y 3ABN Latino, nuestro nuevo canal Proclaim!, exhibiendo sermones e instrucción bíblica, 3ABN Radio, Radio 74, Loma Linda Broadcasting Network (incluyendo sus nuevos canales de TV en árabe y chino), el canal de Amazing Discoveries, y un nuevo canal de evangelismo patrocinado por Amazing Facts. (Nota: otros canales podrían haberse añadido después de la publicación de esta revista.)

• El satélite G-19 fue lanzado hace poco más de un año, lo cual le provee una *señal poderosa* y un periodo de vida mayor.

ALCANZANDO MÁS ALMAS PARA EL REINO

“Estamos muy emocionados con esta oportunidad de hacer más para el Señor,” expresa Jim Gilley, presidente de 3ABN. “El mero hecho de que podamos llevar el mensaje de los tres ángeles de Apocalipsis 14, constituye una asombrosa oportunidad. Creemos que Dios bendecirá cualquier esfuerzo para alcanzar más almas para su reino.”

“Siempre es emocionante poder llevar el evangelio a nuevas áreas,” dice el fundador de 3ABN, Danny Shelton. “Aunque es desafortunado que el AMC-4 haya experimentado tales dificultades, siempre recuerdo que ‘todas las cosas obran para bien’ cuando estamos sirviendo al Señor.”

Conectándonos

Apreciados amigos,

En Romanos 8:28 hay una esperanzadora promesa para cada uno de nosotros: "Sabemos que todas las cosas obran para el bien de los que aman a Dios, los que han sido llamados según su propósito." Pero a veces, no es fácil creerlo hasta que, después de confiar en Dios suficiente tiempo, vemos que las dificultades se tornan en bendiciones.

Al enterarnos del fallo en el satélite AMC-4 que transmite nuestra señal a los Estados Unidos, Canadá, México y Centroamérica, nuestro corazón dejó de latir. ¡Pensábamos que este satélite duraría hasta el regreso de Jesús! Me preguntaba si algo bueno podría resultar de esto.

Pero cuando nuestro director de difusión, Moses Primo, nos dio la noticia de que había encontrado un satélite, que no solo continuaría sirviendo a nuestra audiencia actual, sino que alcanzaría a más de 5 millones de potenciales espectadores, ¡entonces vimos la mano del Señor!

¡Dios a veces permite ciertos retos (y este es uno para nosotros y nuestra audiencia) para que más personas sean alcanzadas con el Evangelio! Así fue cuando le dio a Danny el sueño para construir este ministerio. Y todavía lo dirige y multiplica Su palabra.

Estamos felices al saber que otras cadenas televisivas adventistas se están moviendo a G-19. Ahora podrán ver estos canales cerca uno del otro, como en el pasado. Asegúrense de leer cuidadosamente el artículo principal sobre el cambio de satélite y recuerden que éste afecta solamente a los que tienen satélites (antenas parabólicas) de 3ABN o Glorystar. No afectará a aquellos que ven el canal 3ABN en Dish Network, o a través de la mayoría de nuestras estaciones repetidoras en Estados Unidos, ni a los que nos ven por la red cibernética, o los sistemas de cable AT&T y Verizon.

¡Continúen adelante con Jesús!

Jim Gilley
Presidente



Estimados amigos y hermanos:

¿Cambio de satélite? ¡Oh, no! Estoy seguro que muchos de ustedes reaccionaron igual que yo al escuchar del cambio de satélite AMC-4. Pero al escuchar los beneficios dije, ¡gloria a Dios!

Uno de los beneficios del cambio es que en el nuevo satélite G-19 vamos a tener el potencial de llegar a cinco millones de personas más que ya sintonizan ese satélite. Lamentablemente, es inconveniente tener que hacer el cambio, pero verdaderamente no es tan difícil. Los ingenieros indican que sintonizar la señal del satélite G-19 es aun más fácil que sintonizar la señal del satélite AMC-4.

Los científicos calculan que los satélites duran aproximadamente quince años. De acuerdo a esto, al satélite AMC-4 le quedaban entre cinco y seis años más. Desafortunadamente, ya empezó a fallar y es necesario hacer este cambio urgentemente.

Después de oración, asesoramiento sobre la cobertura, y los beneficios del cambio pensamos que la mejor opción es hacer el cambio. Les invitamos a que nos ayuden a compartir con otros la necesidad y los beneficios de hacer este cambio de satélite.

Recuerden en sus oraciones a los 5 millones de televidentes que van a tener acceso a la programación de 3ABN en inglés y 3ABN Latino. Nuestro deseo es llegar a más personas, lo más pronto posible, con el mensaje de Cristo. Por favor, oren por nosotros. Si solo uno de los 5 millones de personas se entrega a Jesús, ya valió la pena. Pero, ¡seguramente serán muchos más!

John Dinzey
Gerente General



En Producción... Melodías del Corazón

Estoy segura que ustedes en sus hogares han tenido la oportunidad de mirar el programa *Melodías del Corazón*, en este programa se aprecia la participación de distintas personas que han llegado a nuestros estudios a grabar música inspiradora que exalta el nombre de Dios. Nuestro deseo es que sigan siendo bendecidos con estas hermosas alabanzas y es por eso que estamos trabajando en un nuevo proyecto que al igual que melodías del Corazón presentará maravillosos himnos que enriquecerán sus vidas. No dejen de sintonizar 3ABN Latino que día a día le trae más programación para usted.

Teresa Bonilla
Coordinadora de Producción



ESTOS SON LOS HECHOS:

¿Todos serán afectados por este cambio de satélite? ¡Rotundamente, no!

NO SERÁ AFECTADO si nos ve fuera de Norteamérica o Centroamérica.

NO SERÁ AFECTADO si usted ve una de las estaciones afiliadas de 3ABN.

NO SERÁ AFECTADO si ve a 3ABN en el sistema de Dish Network.

NO SERÁ AFECTADO si ve a 3ABN en una "antena parabólica" de satélite dual-LNB Glorystar.

NO SERÁ AFECTADO si ve a 3ABN en los sistemas de MOIPTV o MoPCWeb.

NO SERÁ AFECTADO si nos ve a través del Internet.

PROBABLEMENTE NO SERÁ AFECTADO si nos ve por cable. Si lo fuera, contacte a su compañía de cable e infórmele sobre el cambio de satélite.

AJUSTES MENORES

Si usted ve las estaciones de televisión 3ABN o 3ABN Latino, o escucha la emisora radial 3ABN con una antena parabólica ("disco") de satélite, sólo se requiere un pequeño ajuste para continuar recibiendo las cadenas de 3ABN y todos los restantes canales de radio y televisión adventistas disponibles a través del G-19.

Primero, determine si usted tiene un sistema de satélite 3ABN o Glorystar, mirando el logo que aparece pintado en su plato de satélite. Si no está seguro, examine la caja de recepción. El sistema de 3ABN utiliza cajas Manhattan o Topfield, mientras que las cajas de Glorystar son FORTEC STAR o Geosat Pro.

SISTEMA GLORYSTAR

Las antenas parabólicas Glorystar podrían o no necesitar un ajuste. Glorystar provee asistencia técnica, incluyendo un localizador de satélite e instrucciones fáciles de seguir en: www.3abn.glorystar.tv. También provee Servicio al Cliente exclusivo para sus sistemas, a través de la línea de ayuda gratuita: (866) 419-1385.

SISTEMA DE SATÉLITE 3ABN

Los platos de 3ABN sólo necesitan un ajuste menor. Primero, entre la información de la nueva frecuencia (vea información adjunta), entonces cambie levemente la posición del plato de 101° oeste a 97° oeste. La barra amarilla

subirá cuando esté en el satélite correcto.

Si únicamente desea recibir a través del G-19 las cadenas de 3ABN y de otros ministerios adventistas del séptimo día, puede eliminar los otros canales que había registrado. Pero si quiere tener acceso a todos los otros canales, solamente vuelva a escanearlos cuando haya movido el plato.

Puede encontrar asistencia técnica con instrucciones fáciles de seguir en nuestra página: www.3abn.org. O llame al (800) 752-3226 y pida que lo transfieran a nuestro Departamento de Satélite.

"Hemos añadido representantes adicionales de servicio al cliente para poder manejar el gran número de llamadas anticipado," informa Greg Morikone, gerente del Centro de Llamadas de 3ABN, añadiendo que a pesar del reto, está muy emocionando por los nuevos televidentes que descubrirán a 3ABN por primera vez.

Si usted considera que no puede hacer este cambio por sí mismo, encontrará una lista de instaladores profesionales en Estados Unidos y Canadá que pueden hacerlo por un cargo mínimo visitando: www.ftainstall.com.

Durante esta transición, continuaremos transmitiendo en AMC-4, pero únicamente hasta aproximadamente el 1º de mayo de 2010. No deje para último momento este pequeño ajuste. ¡Podemos ayudarlo!

Nueva Frecuencia Satelital

Agregue esta información sobre la nueva frecuencia satelital y apunte su plato hacia G-19 para recoger todas las estaciones de radio y televisión de 3ABN, ¡además de una asombrosa serie de canales de televisión y estaciones de radio adventistas!

Satélite: Galaxy 19 (G-19)
Posición: 97° Oeste
Transpondedor: 6
Frecuencia: 11.842
Polaridad: Horizontal
MHz Symbol rate: 22000
F.E.C.: 3/4

