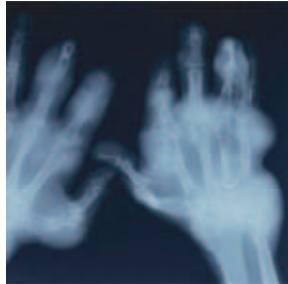


Gotitas De Salud

Secretos para aliviar la artritis



¿Has estado padeciendo de dolor en las articulaciones, dolores en los músculos, o pérdida de peso? Posiblemente estás padeciendo de artritis. Existen varios tipos de artritis, pero sólo voy a mencionar los dos tipos más comunes: la artritis reumatoidea y la osteoartritis.

La artritis reumática o reumatoidea es causada por un problema del sistema inmunológico donde las defensas están atacando a las articulaciones. En la medicina convencional, la estrategia es suprimir las defensas para que no ataquen ni dañen las articulaciones.

La osteoartritis es un poco diferente pues generalmente es causada por un desgaste del cartílago de las coyunturas (articulaciones). Aunque muchos dicen que este desgaste es debido al mucho uso de las articulaciones, parece ser que lo contrario es más correcto. Veamos: Los corredores de larga distancia generalmente tienen buenas articulaciones, mientras las personas obesas—mejor conocidas en los Estados Unidos como “couch potatoes”—son las que padecen más de este problema.

Muchas veces, la artritis reumatoidea puede mejorar al eliminar ciertos alimentos como los lácteos, la carne, la papa, el tomate, los cítricos, la berenjena y los pimientos. A veces es necesario eliminar el trigo también.

En la osteoartritis, el remedio principal es bajar de peso y hacer ciertos ejercicios para fortalecer los músculos y ligamentos que sostienen las rodillas.

Pero en ambos casos existe un tratamiento sencillo que puede dar alivio y eliminar la hinchazón: el fomento de aceite de castor (ricino). Es muy fácil de preparar. Simplemente, caliente el aceite en un sartén, pero no demasiado, para que no se queme. Después tome un paño de franela y sumérgalo en el aceite. Aplíquelo sobre la articulación afectada. Cubra el paño con un plástico y después con otra tela o toalla. Finalmente, coloque un “pad” eléctrico (heating pad) en la articulación a la temperatura más alta para mantener el calor, por lo menos por una hora.



Louis Cruz
Naturopata Certificado
gotitasnl@gmail.com

Discípulos En Acción

“Las últimas palabras que Cristo dijo a sus discípulos fueron: ‘He aquí yo estoy con vosotros todos los días, hasta el fin del mundo.’ ‘Por tanto, id, y haced discípulos a todas las naciones’ (Mat. 28: 20, 19)... A nosotros también se nos da la misma comisión. Se nos ordena que avancemos como mensajeros de Cristo, a fin de enseñar, instruir y persuadir a hombres y mujeres, instándoles a prestar atención a la palabra de vida. A nosotros también se nos asegura la permanente presencia de Cristo. Cualesquiera fueren las dificultades con las cuales tengamos que contender, cualesquiera las pruebas que debamos soportar, la siguiente promesa llena de gracia nos pertenece constantemente: ‘He aquí yo estoy con vosotros todos los días, hasta el fin del mundo’” (Evangelismo p.15).



¿Interesado en Enviar un Donativo?

Si desea enviarnos un donativo mensual deducible de impuestos, lo puede hacer visitando la página segura de nuestro sitio web 3abnlatino.org. Para su conveniencia puede utilizar cualquiera de las principales tarjetas de crédito. También puede enviar un cheque o giro postal a nuestras oficinas si así se le hace mas conveniente. Por favor indique donde desea que su donativo se aplique:

- ♦ Programas Nuevos
- ♦ Equipo
- ♦ Transmisiones en vivo
- ♦ Evangelizando con Poder

Antes de hacer su donativo, por favor ore para que Dios le guíe en su decisión permitiendo de este modo que Su bendición sea sobre usted y sus finanzas. Además, si desea puede escribirnos un correo electrónico a latino@3abn.org.



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

3ABN

Latino

EVANGELIZANDO CON PODER

Noticias y Más de

JULIO de 2010

Programación Transformadora

por Idalia Dinzey

“Mi esposa no pertenece a ninguna denominación, pero frecuentemente mira la programación y estudia con el canal. Desde hace dos semanas, yo también los estoy viendo. Me encantan las predicaciones del pastor Bohr y coincido con ustedes. Creo que el cuarto mandamiento es ignorado por muchos, y que el sábado, el séptimo día de la semana, es el que debe ser observado. No sé la razón por la cual ha sido ignorado, tanto por mí como por otras personas. Quiero que me envíen material acerca de las profecías y también del sábado.” Estas fueron palabras de mi hermano, Víctor de Jesús, que por primera vez pudo sintonizar 3ABN Latino en el canal 45 de la bella ciudad de Mayagüez, en el oeste de la isla de Puerto Rico.

Me alegré muchísimo cuando escuché estas palabras pronunciadas por mi hermano Víctor. Gracias doy a Dios por los que están viendo la programación y por la bendición de hombres que imparten Su palabra en manera peculiar y clara a tantas personas que nos ven por esa primera vez. Me pregunto ¿Qué impresión se llevan? ¿Qué causa que deseen volver a sintonizar el canal? Sin lugar a dudas es el Espíritu Santo que impresionó a nuestros presentadores y trabaja a través de ellos para llegar a muchos corazones.

Es por eso que queremos dar la más calurosa bienvenida a todos los que ven nuestra programación por el canal 45 en

la ciudad de Mayagüez. Aunque el canal estuvo fuera del aire por situaciones fuera de nuestro control por varios meses, hoy damos gracias a Dios por haberse podido reanudar la transmisión y poder observar el poder de los medios de comunicación en las manos de nuestro Dios. Deseamos que usted, querido amigo que nos ve, siga orando por éste, su canal, y pueda ser bendecido con nuestros programas. También quisiéramos saber quienes están agradecidos al ver nuevamente 3ABN Latino a través del canal 45 en Mayagüez. Muchas gracias por acompañarnos cada día.

Otro público que quisiéramos alcanzar son aquellos usuarios de compañías de cable local, sean tanto de Puerto Rico, como de otros países en toda Latinoamérica. Para lograr este objetivo deseáramos tener contacto con personas que puedan colaborar con nosotros para visitar las compañías de servicio de televisión por cable. Estoy segura que hay, por lo menos una persona que esta dispuesta a ayudarnos a llevar este mensaje a su comunidad. Con su ayuda y la bendición de Dios, lograremos abarcar cada ciudad a través de las compañías de cable. ¡Les exhorto a tomar un paso de fe y a que trabajemos juntos en la predicación del evangelio con los medios de comunicación disponibles!

Conectándonos

Apreciados colegas,

¡Este es el año de los aniversarios! Este mes, Camille y yo celebramos nuestro aniversario de bodas. Al mismo tiempo que 3ABN está en medio de la celebración de su 25 aniversario. Además es el décimo aniversario de la primera grabación del programa *Kids' Time* en 3ABN, que se ha convertido en el programa infantil de más audiencia en nuestro canal y que no sólo ha impactado a un sinnúmero de niños, sino también a adultos, a juzgar por las cartas que recibimos.

Todo esto gracias al liderazgo de Brenda Walsh quien, dicho sea de paso, ¡dona su tiempo en forma voluntaria! Sus hermanas, Linda Johnson y Cinda Sanner (conocidas como las "Micheff Sisters") pronto decidieron producir el programa *Tiny Tots for Jesus*, para niños más pequeños. ¡Mamá Micheff también es de gran ayuda al encargarse del muy popular club de lecciones bíblicas "3ABN Kids' Club Bible Lessons," mientras el papá apoya y motiva entusiastamente a su familia! ¡Muchas felicidades Miss Brenda y *Kids' Time*! Estamos muy orgullosos de ustedes y de todo su equipo de producción. ¡Y qué de las docenas de voluntarios incondicionales que permiten que las cosas corran suavemente, quienes construyen escenarios, y atienden los innumerables detalles requeridos para una producción tal!

Les queremos a todos y oramos para que nuestra próxima celebración de aniversario sea en el cielo con los millones de niños que han sido tocados por su ministerio amoroso y desinteresado.

¡Manténganse marchando adelante, ganando niños para Jesús!



Jim Gilley
Presidente

Es un gozo leer los testimonios de las personas que están descubriendo las preciosas verdades de la Palabra de Dios. También es impactante saber que a través de los años Dios ha usado a este ministerio para rescatar a personas del uso de alcohol, cigarrillos, diferentes drogas, adulterio, brujería, ateísmo, y mucho más.

Todavía recuerdo el breve pero poderoso testimonio de un hermano de Puerto Rico que fue rescatado por Cristo Jesús. El dijo:

"Por favor usen esta pequeña ofrenda para predicar el evangelio. Yo se que no es mucho, pero es lo que puedo enviar. Gracias a Dios y 3ABN Latino en ves de usar este dinero para comprar drogas como hacia en el pasado, me gozo en poder enviarlo para ganar almas para Cristo. Sigamos adelante predicando el evangelio y por favor oren por mi y mi familia. Gracias."

En ese breve testimonio podemos ver evidencia del maravilloso poder del amor de Dios. Dios rescató a un hombre que estaba entregado a un vicio que estaba destruyendo su vida. Hoy día él es una nueva criatura con una viva esperanza, mejor salud, y encontró la fuente de paz y felicidad.

Por esa razón es necesario seguir transmitiendo las 24 horas del día al mundo entero para que miles y millones de personas tengan la oportunidad de tener esta bendita esperanza.

3ABN Latino es un canal de origen divino que está predicando el evangelio de Cristo con el poder del Espíritu Santo y el poder del amor de Dios. Por favor continúe orando por nosotros.



John Dinzey
Gerente General



En Producción... Estrellitas de Jesús

Como padres, la educación espiritual de nuestros hijos es un asunto de suma importancia, pues Dios nos ha dejado el legado y la responsabilidad de guiar a nuestros pequeñuelos por la senda del bien. 3ABN Latino esta trabajando en un proyecto muy especial orientado hacia nuestro publico infantil. Es el programa que hemos titulado *Estrellitas de Jesús*. Este programa, cuyo objetivo principal no es entretener sino fomentar principios y valores morales que sirvan para la formación del carácter. Contará con segmentos variados como alabanzas, historia bíblicas y mucho más. No deje de orar por este nuevo proyecto que será de gran beneficio para nuestra audiencia infantil.



Teresa Bonilla
Coordinadora de Producción

Saludos, 3ABN LATINO

"Les escribo desde Japón, donde resido desde hace unos 13 años. Les felicito por la calidad y variedad de vuestros programas. Le agradezco a Dios porque me permitió conocerles a través del Internet hace tres años, por sugerencia de un joven mexicano (los dos somos adventistas). Desde entonces, disfruto de casi todas sus programaciones. A pesar de la diferencia de horario he sido grandemente bendecida. No se imaginan la alegría que me da escuchar sermones, música y tantos otros programas en español o portugués. Es un oasis en este país tan pagano. Pero sobre todo, Dios me ha contestado— a través de ustedes— muchas dudas que estaban arruinando mi vida. Ustedes son la respuesta a mis oraciones. Dios les bendiga y les prospere. ¡Con 3 ABN, nunca me siento sola!

Tuve la oportunidad de ver un tema relacionado con el concepto cristiano de lo que es un HOMBRE de verdad. Desconozco el título, pero fue demasiado importante para mí y estoy segura que lo será para muchas parejas que residen en este país.

Seguiré orando todos los días para que este canal de origen divino continúe en el aire, llevando esperanza y buenas nuevas a los corazones que desfallecen en este mundo caótico. Gracias una vez más y reciban las más ricas bendiciones del cielo.

Desde JAPÓN y en el amor de Cristo,"

A. L.

"Me llamo Mercedes, tengo 22 años, vivo en NICARAGUA, en un pueblo llamado Mina El Limón, localizado como a 50 km de la ciudad de León, Nicaragua. En mi pueblo gozamos del privilegio de ver el canal 3ABN Latino desde hace más de un año.

Quiero expresarles que en lo personal, este canal es una BENDICIÓN. Me encanta ver toda su programación. *El joven de hoy* es uno de mis favoritos por los temas interesantes que se debaten. También me gusta *La pregunta del día es...* y *Melodías del corazón*. EN FIN, TODA SU PROGRAMACIÓN ES BENDECIDA POR DIOS Y TOCA LOS CORAZONES."

Desde Nicaragua,
Mercedes

"Hace meses que gozamos viendo los niños tocando bellos himnos y sus diferentes programas de consejos bíblicos, alimentación y cocina, medicina, etc. Los vemos en San Pedro Sula, Honduras, por el canal 50 de Amnet. Gracias por sus enseñanzas. Rogamos al Todopoderoso y Creador de todo lo que existe, que derrame sus bendiciones sobre todos ustedes. AMÉN, HERMANOS EN CRISTO."

Alejandro
Honduras

"Amados hermanos,

Es la primera vez que los sintonizo vía Internet y quiero felicitarles por la programación. Para mí fue de mucha bendición. Reconozco que cada día necesito la dirección de Dios para resolver los conflictos que vienen a mi vida, y sobre todo humildad para reconocer que no podré resolverlos por mis propias fuerzas. Les envío muchas bendiciones y deseo que Dios los siga usando en gran manera. Amén."

Cristy

"Hermanos, Dios les bendiga siempre en forma muy especial y les colme de muchas bendiciones sobre sus vidas y sus ministerios. El motivo de la presente es para decirles que su programación es de mucha bendición para mi vida. Me congrego en la Iglesia de Dios Remanente Fiel. La doctrina es diferente a la de ustedes, pero tengo mucho interés en saber más de su doctrina.

Estuve viendo un programa donde se hablaba de que nosotros tenemos que cuidar nuestro cuerpo que es templo del Espíritu Santo. Anunciaron que, a quien lo deseara, le enviarían gratuitamente el libro titulado EL MINISTERIO DE LA CURACIÓN. Es mi deseo obtener este libro que sé que será de mucha bendición."

José
Desde Honduras

