

- Dia Nacional do Elos Internacional da Comunidade Lusíada
- Dia Nacional de combate ao Colesterol
- Dia do Bandeirante

COLESTEROL E ESPIRITUALIDADE!



Quem já perdeu um parente, amigo ou conhecido devido a um acidente vascular cerebral? Sim o conhecido AVC ou derrame cerebral? Ou então para um infarto do miocárdio? Uma das razões é o excesso de gordura nos vasos sanguíneos no cérebro ou no coração. O organismo humano precisa de gordura para funcionar devidamente.

Existem dois tipos de gordura que nas devidas proporções são saudáveis. O outro colesterol HDL (Proteína de Alta Densidade) é dito como o bom colesterol,

lipoproteína de alta densidade que retira o colesterol das artérias e transporta até o fígado para ser excretado. O colesterol mau são lipoproteínas de muito baixa densidade. Sua principal função é entregar colesterol e triglicérides para os outros tecidos a partir do fígado. Ao serem liberados pelo fígado, as partículas de VLDL sofrem uma série de transformações na corrente sanguínea, liberando triglicérides para serem estocados no tecido adiposo ou utilizado como fonte de energia.

A maioria das possíveis causas para se desenvolver colesterol alto são atitudes que podemos controlar. Existem apenas alguns fatores de risco para o colesterol elevado que estão fora do nosso alcance. Por exemplo: Ser mulher na menopausa aumenta o risco de colesterol alto. Ter uma história familiar de colesterol alto é também um fator de risco. Obesidade, Inatividade Física, m. Fumar, Diabetes e Alimentação. Você precisa prestar atenção ao equilíbrio necessário para manter sua saúde, para o seu próprio bem.¹

O mero conhecimento da bíblia, sem a devida prática, produz orgulho na mente humana. E esta é a causa de muitas ruínas na comunhão com Cristo Jesus.² É a prática do que você já conhece do que Cristo Jesus diz que dá o equilíbrio divino e saudável a espiritualidade cristã³, como o equilíbrio do colesterol à saúde do corpo humano. Percebe a necessidade do equilíbrio em mais essa área da sua existência?

- Essa mensagem responde à pergunta: **Você já tem alguma informação a respeito do funcionamento do colesterol para sua saúde?**
- Aplicação para sua vida: **O equilíbrio do colesterol como sua prática e conhecimento do que Jesus Cristo ensinou constituem segurança para sua saúde espiritual e física.**

¹ Visto em 25.07.2022 https://www.unimed.coop.br/web/cerrado/atencao-a-saude/boletim-ativo-online/o-que-e-colesterol-?gclid=Cj0KCQjw_vjWBhD8ARIsAH1mCd5sHrRFqSv2S-EOIF2JyFWkrnbK93hDJWtA7phgQ8Mtrc82XOfBanMaAkEUEALw_wcB

² 1 Coríntios 8:1-3 “Com respeito aos alimentos sacrificados aos ídolos, sabemos que todos temos conhecimento. O conhecimento traz orgulho, mas o amor edifica. Quem pensa conhecer alguma coisa, ainda não conhece como deveria. Mas quem ama a Deus, este é conhecido por Deus.” Entre 55 a 57/ o Apóstolo Paulo d.C. responde a 10 questões enviadas pelos cristãos na cidade de Corinto: espírito sectário, incesto, processos, fornicção, casamento e divórcio, ingestão de alimentos oferecidos a ídolos, uso do véu, a Ceia do Senhor, dons espirituais e a ressurreição do corpo.

³ Mateus 7:24,25 “Todo aquele, pois, que escuta estas minhas palavras, e as pratica, assemelha-lo-ei ao homem prudente, que edificou a sua casa sobre a rocha; E desceu a chuva, e correram rios, e assopraram ventos, e combateram aquela casa, e não caiu, porque estava edificada sobre a rocha.” Mateus o coletor de impostos, desprezado pelos judeus, mas discípulo de Jesus é nome do primeiro livro do Novo Testamento. Escrito por volta de 60-65 d.C. mostra que Jesus é o Messias esperado pelos judeus e que traz o Reino de Deus.