

• **Dia Mundial da Osteoporose:**

- Dia da Homeopatia
- Dia do Anarquista
- Dia do Arquivista

CUIDANDO DOS OSSOS E AMADURECENDO NO ESPÍRITO

Eu soube que existem doenças barulhentas aquelas que “gritam” no corpo, forçando a pessoa a buscar ajuda médica imediatamente. Existem também doenças silenciosas que vão se instalando devagar, sem alarde, até as complicações ficam graves.

A osteoporose se instala quando o osso perde cálcio e outros minerais, ficando mais frágil e poroso.¹ Essa fragilidade aumenta o risco de fratura espontânea, qualquer pequeno tombo pode causar fraturas sérias. A população de risco consiste especialmente dos idosos, mulheres pós-menopausa, e em populações com menos recursos de saúde preventiva.

Você precisa de *uma alimentação adequada, um estilo de vida ativo, evitar fatores de risco* e contar com *atenção médica*. Claro que não somente os ossos mas também os músculos e todo o organismo. Então cada um procura fazer o que pode quando parece que há mais fatores de risco do que saúde.

Diferente das doenças que se manifestam com dor intensa, como no caso das fraturas por osteoporose, o Salmo lembra que **“enquanto escondi os meus pecados, envelheceram os meus ossos pelos meus constantes gemidos.”**² Isso revela que o silêncio do sofrimento emocional pode corroer nossa saúde de maneira insidiosa. A osteoporose, muitas vezes relacionada ao estresse e à saúde mental, sugere que um estado emocional equilibrado contribui para manter a vitalidade muscular e óssea. **“O coração em paz dá vida ao corpo, mas a inveja apodrece os ossos.”**³ Assim, na bíblia, os ossos funcionam como metáfora do que sustenta a existência: só a justiça e santidade divinas podem restaurar, preservar e dar verdadeira vitalidade ao ser humano.

Sabe qual é a base divina para o cristão desenvolver-se em novas reações aos desafios da vida? A promessa da ressurreição, como Cristo Jesus selada pelo Espírito Santo.⁴ Este é o selo divino dado pelo Senhor a cada um que é Seu.

- Essa mensagem responde à pergunta: **Quantas vezes você parou para pensar na necessidade dos ossos para o seu corpo, para sua saúde e sua vida?**
- Aplicação para sua vida: **A osteoporose pode ser medicada, mas precisamos de um novo corpo da Nova Criação. É esse que vence a morte pela ressurreição?**

¹ Outras referências para a data de hoje Dia Mundial da Estatística: Dia Mundial do Controlador de Tráfego Aéreo: Dia Mundial de Combate ao Bullying: Dia Internacional do Chef

² **Salmo 32:3** O livro de Salmos é composto de cento e cinquenta cânticos, orações e poemas compostos por Davi Moisés e muitos outros profetas a mais de 200 anos a.C

³ **Provérbios 14:30** Escrito por volta do século X e século VII a.C. aproximadamente 700 A.C. conhecido pela sabedoria que começa com Deus é a base para muitas exortações práticas das epístolas no Novo Testamento.

⁴ “Levando ele mesmo em seu corpo os nossos pecados sobre o madeiro, para que, mortos para os pecados, pudéssemos viver para a justiça; pelas suas feridas fostes sarados” **1 Pedro 2:24**

