



B REVELAR LO QUE DICE LA BIBLIA

La comida saludable que Dios provee



Cuál es el propósito de este estudio bíblico

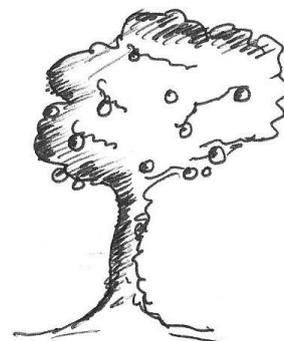
Este estudio bíblico nos ayuda a examinar lo que la Biblia enseña sobre la importancia de ingerir alimentos saludables.



Los frutos de los árboles

Leer **Génesis 1:11-13** y **Génesis 1:29-31**. Haga un debate sobre los principales alimentos que se ingieren en nuestra área.

¿Cuántos de ellos provienen de vegetales o de árboles que producen semillas?



Al principio, Dios eligió una dieta vegetariana para nosotros; permitió a las personas comer solamente granos, nueces y frutos de los vegetales y de los árboles. Sin embargo, después del diluvio, autorizó el consumo de carne. Advirtió a las personas que no comieran sangre o grasa, sino la carne «limpia» de los animales que se alimentan de plantas o de insectos, en lugar de la carne inmunda (sucia) de los carroñeros (ver Levítico 11). El Señor estipuló estas leyes alimentarias para sellar a los israelitas como Su pueblo escogido; pero, a la vez, eran buenas para la salud de las personas.



Ideas clave

- Dios nos ha proporcionado una variedad de alimentos saludables para que los disfrutemos y para que nos mantengamos con buena salud.
- La Biblia nos enseña que nuestros cuerpos son el templo del Espíritu Santo; así que debemos santificarlos, no destruirlos.
- A Dios le preocupa lo que hacemos con nuestros cuerpos, cómo los cuidamos y lo que comemos.



Preguntas para el debate

Leer **Génesis 9:1-5**. Dios establece un nuevo pacto con respecto a los alimentos, esta vez con Noé y su familia.

- ¿Qué cambios se produjeron desde el momento del primer pacto que aparece en Génesis 1?
- ¿Qué nuevo alimento estaba disponible? ¿Por qué cree que hubo un cambio?
- ¿Por qué cree que Dios les dijo a las personas que no comieran carne con sangre?
- ¿Por qué hoy no se aplica esta ley a nosotros?

Toma de conciencia

Niños y jóvenes

Clima y medio ambiente

Conflictos y construcción de la paz

Gobernanza y corrupción

Gestión de riesgos de desastres

Discriminación e inclusión

Alimento y medios de vida

Género y violencia sexual

Salud y VIH

Influenciar a los encargados de la toma de decisiones

Migración y la trata de personas

Agua, saneamiento e higiene

Leer Corintios 3:16-17.

- En su opinión, ¿qué significa que nuestros cuerpos son templos del Espíritu de Dios?
- ¿Cómo podemos mantener santos nuestros cuerpos y no destruirlos?

**Notas**

Este estudio bíblico es una adaptación de otro que se publicó por primera vez en Tearfund (2005)

Paso a Paso 65: Cómo aumentar el valor de los alimentos

https://learn.tearfund.org/es-ES/resources/publications/footsteps/footsteps_61-70/footsteps_65/

Herramientas relacionadas:

- B – Una sabia elección dietética [*B: Alimento y medios de vida-1*]
- C2 – Desarrollo de huertos familiares en zonas rurales [*C2: Alimento y medios de vida-8*]
- C2 – Desarrollo de huertos familiares en zonas urbanas [*C2: Alimento y medios de vida-9*]
- C2 – Crianza de aves de corral [*C2: Alimento y medios de vida-3*]
- C2 – Cría de ganado [*C2: Alimento y medios de vida-2*]
- C2 – Procesamiento y conservación de productos frescos [*C2: Alimento y medios de vida-11*]

Toma de conciencia
Niños y jóvenes
Clima y medio ambiente
Conflicto y construcción de la paz
Gobernanza y corrupción
Gestión de riesgos de desastres
Discriminación e inclusión
Alimento y medios de vida
Género y violencia sexual
Salud y VIH
Influir en la toma de decisiones
Migración y la trata de personas
Agua, saneamiento e higiene