

# afam

Tú, más cerca de Dios

## Liderazgo



## que sirve

EL LIDERAZGO DE LAS MUJERES CRISTIANAS ES UNA  
PODEROSA HERRAMIENTA PARA EL EVANGELISMO

**Una invitación para el liderazgo**  
Los diversos perfiles del liderazgo

**Nacidas para liderar:**  
Un llamado al servicio

**Mi vida:**  
Un milagro del amor de Dios



H0000010350

1º trimestre 2018

POR EL HECHO DE SER MUJERES, diariamente ejercemos cierto grado de influencia sobre la vida de las personas. Esta influencia será positiva o negativa, y podrá advertirse en diversos ámbitos de la vida: familia, iglesia, trabajo, escuela, o en las relaciones interpersonales. Elena de White, una dirigente que fuera llamada por Dios para desarrollar un liderazgo tal que llega hasta nuestros días, destacó puntos importantes a fin de que podamos reconocer y desarrollar el liderazgo femenino, siendo líderes que cumplan la voluntad de Dios al promover su Reino eterno. La autora afirma:

“El Señor tiene una obra tanto para las mujeres como para los hombres. [...] Pueden hacer en las familias una obra que los hombres no pueden hacer, una obra que llega hasta la vida íntima. Pueden acercarse al corazón de esas personas a las cuales los hombres no pueden llegar. Se necesita su obra” (*El ministerio de la bondad*, p. 151).

Qué maravilloso es saber que Dios desea realizar una importante obra por medio de nosotras; y también, que nuestro liderazgo es necesario. Por lo tanto, resulta imprescindible que conozcamos las características de un dirigente, a fin de que seamos usadas por el Espíritu Santo. Querida compañera de ministerio, ruego a Dios que disfrutes de la lectura de los artículos que se encuentran en esta revista, y que los mensajes aquí escritos puedan acercarte a Jesús, el más grandioso Líder. Porque solamente así serás una líder por excelencia.

Con estima,



QUÉ  
MARAVILLOSO ES  
SABER QUE DIOS  
DESEA REALIZAR  
UNA IMPORTANTE  
OBRA POR MEDIO  
DE NOSOTRAS.

{ Marli K. Peyerl }  
es coordinadora de la revista AFAM

afam

Año 2 – N° 1 / Enero - Marzo, 2018

Staff

**Directora:** Marli K. Peyerl

**Coordinadora editorial:** Jael E. Jerez

**Diseño:** CPB

**Ilustración:** CPB

**Pruebas:** Claudia Chichuala de Boleas

**Gerente general:** Gabriel Cesano

**Gerente financiero:** Marcelo Nestares

**Director editorial:** Marcos Blanco

**Gerente de Tecnología y Procesos:**

Sixto Minetto

**Gerente de Producción:** Julio Ciuffardi

**Gerente de Logística:** Leroy Jourdán

**Gerente de Educación:** Isaac Goncalvez

**Gerente comercial:** Benjamín Contreras

**AFAM.** Editada e impresa mensualmente, mediante el sistema *offset*, por su propietaria, la Asociación Casa Editora Sudamericana. Redacción, administración, talleres y ventas: Gral. José de San Martín 4555, B1604CDG Florida Oeste, Buenos Aires, Rep. Argentina. Teléfono: (54-11) 5544-4800. Fax (54-11) 4760-0416. Domicilio legal: Uriarte 2429, C1425FNI, Buenos Aires, Rep. Argentina. Correo electrónico: [aces@aces.com.ar](mailto:aces@aces.com.ar)

Revista trimestral de la Iglesia Adventista del 7° Día en la División Sudamericana.

Prohibida la *reproducción total o parcial* de esta publicación (texto, imágenes y diseño), su manipulación informática y transmisión ya sea electrónica, mecánica, por fotocopia u otros medios, sin permiso previo del editor.

Registro Nacional de la Propiedad Intelectual N° 5345416  
Franqueo a pagar. Cuenta 10272  
IMPRESO EN LA ARGENTINA

—109791—

# En esta edición



## 8

### NUESTROS DÍAS

*Cuando el liderazgo es un llamado divino al servicio y para predicar el evangelio.*

#### UNA INVITACIÓN AL LIDERAZGO 04

*Existen muchos perfiles de liderazgo, y todos hacen su parte con maestría.*

#### CONOCIENDO LA GLÁNDULA MÁS PODEROSA DEL ORGANISMO 12

*La tiroides y su importancia para la vida humana.*

#### Y EL ÓSCAR ES PARA... 16

*El ejemplo de las mujeres colaboradoras en la Biblia y las lecciones de ellas para nosotras.*

14



*TÚ  
testificando*

19



*MI  
jornada*

07



*PARA  
los niños*

# UNA INVITACIÓN AL *liderazgo*

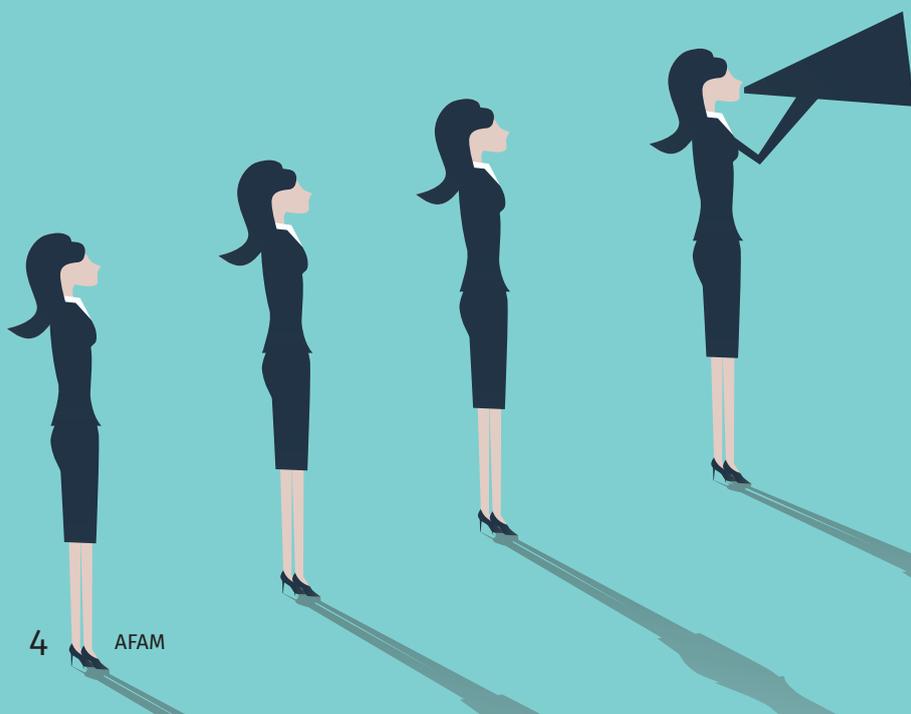
TEXTO: WELLINGTON BARBOSA / Editor de la revista *Ministerio Adventista*.

**P**ara muchas esposas de pastores, ser nombradas para ejercer cierto tipo de liderazgo en alguna función de la iglesia es algo que asusta. Tanto sea para dirigir un evento local o para coordinar el trabajo de algún ministerio en el distrito, o aun hasta en la Asociación, muchas valerosas mujeres temen no lograr desempeñar correctamente dicha actividad. Consideran que están “fuera de los patrones” para ser líderes eficientes, y acaban sucumbiendo ante las amenazas que viven dentro de sí mismas. Siendo víctimas de paradigmas equivocados, y perpetuados a lo largo del tiempo, autolimitan la influencia que podrían tener para bendecir todavía

más a la iglesia que está bajo su responsabilidad.

Por esto, resulta muy común escuchar a algunas esposas de pastores que dicen: “Yo no tengo el don para liderar”; o también, “No lograría hacer las cosas de la manera en que las hace mi marido”. Y, al actuar de esta manera, ignoran que aun dentro del grupo de los pastores el número de los que fueron dotados con el “don del liderazgo” es muy pequeño. Por ejemplo, en una investigación realizada en los Estados Unidos, entre 188 pastores, se descubrió que solamente un 5,9% de ellos se identificaba como poseyendo el don del liderazgo.<sup>1</sup> Además, olvidan que es el Señor el responsable por la variedad de dones dentro del cuerpo de Cristo. Moisés y Aarón, David y Salomón, Pablo y Timoteo, son ejemplos que figuran en el relato sagrado de líderes que tenían personalidades muy distintas, y no obstante han dejado su marca en la historia del pueblo de Dios.

Más allá de la incompreensión y la comparación, resulta fundamental destacar que el liderazgo es una actividad pasible de ser aprendida, y que no existe un tipo de personalidad exclusivo para aquel. Esto significa que no todos los extrovertidos serán excelentes dirigentes, ni que todos los introvertidos



están determinados para el fracaso. El secreto está en conocerse a sí mismos, conocer a las personas, crecer en las habilidades que nos permitan comprender el ambiente en el que se está liderando, y actuar de manera tal que haya crecimiento en los liderados.

En este artículo, me gustaría compartir algunas ideas basadas en las investigaciones de David Merrill y Roger Reid, que pueden ser útiles en la tarea del autoconocimiento y la comprensión de las personas, a fin de contribuir para que desarrolles tu liderazgo y amplíes tu influencia positiva en la causa de Cristo.

### Los estilos sociales

En la década de 1960, Merrill y Reid llegaron a la conclusión de que el comportamiento de las personas puede ser agrupado en tres segmentos: asertividad, responsividad y versatilidad.<sup>2</sup> Para los autores, la asertividad es “el aspecto del comportamiento que mensura si la persona tiende a expresarse o a preguntar, y el grado en que otros nos ven cuando intentamos influir en sus decisiones”.<sup>3</sup> A su vez, la responsividad es la dimensión que “indica si una persona tiende a emocionarse o a controlar sus sentimientos, y la medida en que los demás nos ven como individuos que demuestran abiertamente los sentimientos y las emociones en situaciones sociales”.<sup>4</sup> Finalmente, la versatilidad es “la proporción en que los otros nos ven como adaptables, talentosos y competentes”.<sup>5</sup>

Al analizar estos tres segmentos, identificaron que la intersección entre asertividad y responsividad formaba cuatro tipos básicos de estilo social, que influyen directamente sobre el modo en que las personas se adaptan al estilo de otras (versatilidad). Evidentemente, no existe un estilo mejor o peor, y todos tenemos elementos de los cuatro; sin embargo, uno o

dos serán los predominantes. Abajo se encuentran las descripciones de cada uno de ellos.<sup>6</sup>

### Conductor

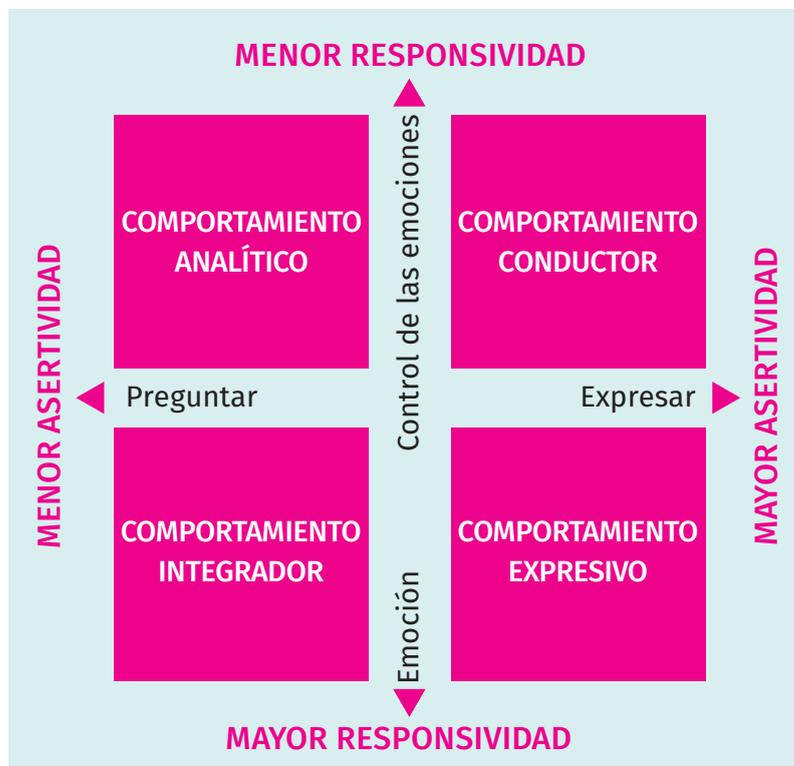
Es la persona que tiene ese tipo de estilo que tiende a ser orientado por tareas, enfocada en resultados tangibles y en procesos eficientes. No le gusta perder el tiempo, y se inclina por la eficiencia y la información precisa. Al valorar la razón por sobre la intuición, generalmente es una persona lógica y convincente cuando presenta sus ideas. Además, tiene confianza en sí misma y no teme asumir riesgos. En virtud de sus fuertes opiniones, tiene dificultades para escuchar y considerar las necesidades de los otros.

### Expresivo

Aquel que se identifica con esta tipología también tiende a ser asertivo; sin embargo,



**EL LIDERAZGO ES UNA ACTIVIDAD PASIBLE DE SER APRENDIDA Y NO EXISTE UN TIPO DE PERSONALIDAD EXCLUSIVO PARA ÉL.**





EL SECRETO ESTÁ EN EL CONOCIMIENTO PERSONAL, EN CONOCER A LAS PERSONAS Y EN CRECER EN LAS HABILIDADES QUE LE PERMITAN COMPRENDER EL AMBIENTE EN QUE SE LIDERA.

sabe considerar los sentimientos, para alcanzar sus objetivos. Por lo tanto, es alguien sociable y se orienta hacia las interrelaciones. Generalmente es comunicativo, entusiasta e idealista. Y, al valorar el sentimiento y la intuición por sobre la razón, en ocasiones detesta la lógica. En general no les gustan las reglas, las agendas o los calendarios, pues son instrumentos muy “restrictivos”. El énfasis en las emociones puede llevar al expresivo a ser impulsivo, manipulador y superficial.

### Integrador

Le importan las personas por encima de todo. Su preocupación está en mantener la armonía, el equilibrio y la felicidad de aquellos que están a su alrededor. Generalmente, es un buen escucha y es eficaz en la resolución de conflictos. Para él, los sentimientos están por encima de las tareas, y es por esto que evita las divergencias. Aunque este perfil sea subestimado por muchas personas, su anhelo por la justicia y el bienestar hace que el integrador sea un líder relevante. Aunque la falta de disposición a confrontar lo convierte en poco inclinado a iniciar cambios y a actuar.

### Analítico

Aquel que se encuentra en esta categoría tiene un alto nivel de control emocional, y prioriza los hechos, la lógica y la organización. Aprecia la planificación, los procedimientos y el proceso, y decide basándose en la información de que dispone, siempre analizada desde el máximo de las perspectivas posibles. A veces, por su postura disciplinada y realista puede dar la impresión de que es frío y calculador. Además, tiende a demorar la declaración de su posicionamiento hasta sentirse seguro de sus fundamentos.



Una visión superficial de los estilos sociales aplicados al liderazgo tiende a ver a los conductores y los analíticos como los perfiles más adecuados para la administración. Sin embargo, los datos mundiales que fueron obtenidos por la Wilson Learning Corporation nos demuestran otra realidad. De acuerdo con esta consultora, el 39% de los líderes son expresivos, el 25% son conductores, el 19% son analíticos y el 17%, integradores.<sup>7</sup> En conclusión, existe un espacio para todo tipo de personalidades y liderazgos, y dentro del contexto de la iglesia esto refleja la maravillosa verdad de la diversidad del cuerpo de Cristo. Por lo tanto, acuérdate de que el liderazgo se desarrolla con determinación y tiempo. Si estás dispuesta a aprender, a usar tu personalidad para perfeccionar a las personas y a influir sobre quienes se encuentran a tu alrededor, el Señor te usará hábilmente a fin de que pueda cumplir sus propósitos por tu intermedio. **A**

<sup>1</sup> Lavern Brown, Gordon Penfold, Gary Westra, *Pastor Unique: Becoming a Turnaround Leader* (Bloomington, IN: Westbow Press, 2016), e-book.

<sup>2</sup> David Merrill y Roger Reid, *Personal Styles and Effective Performance: Make Your Style Work For You* (Nova York: CRC Press, 1999), p. 43.

<sup>3</sup> *Ibíd.*, pp. 43, 44.

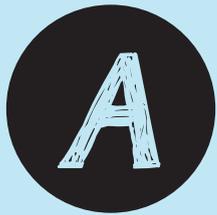
<sup>4</sup> *Ibíd.*, p. 44.

<sup>5</sup> *Ibíd.*

<sup>6</sup> Las descripciones se basaron en Merrill y Reid, pp. 61-65; Dan Dick y Barbara Miller, *Equipped for Every Good Work: Building a Gifts-Based Church* (Nashville: Discipleship Resources, 2001), pp. 58-60; Mike Clayton, “David Merrill & Roger Reid: Social Styles”, < <https://goo.gl/UPmqS7>>.

<sup>7</sup> Michael Lembach, “Versatile Leadership”, < <https://goo.gl/mnsBzh>>

# LA RADIO DEL ABUELITO



ana y Marcela jugaban felices, disfrutando de la naturaleza y de las vacaciones en casa de sus abuelos. Cierta día, mientras estaban jugando, encontraron uno de los objetos que era una constante compañía del abuelo: ¡la radio! Entonces, pensaron que no tendría nada de malo que la usaran durante un tiempito. Sin embargo, cuando la encendieron, no pudieron oír casi nada: la señal era pésima.

–¡Ya sé! Vamos a subir al tejado. En los lugares más altos la señal es más fuerte –dijo Marcela. Inmediatamente, comenzaron a subir.

–Dame la mano. Yo te ayudo –dijo Marcela.

Entonces, Ana dio un salto y logró equilibrarse. Sin embargo, Marcela no era lo suficientemente fuerte para sostenerla, y cada vez se volvía más difícil mantener el equilibrio. Si dejara caer la radio, esta acabaría totalmente destruida, y su abuelo se sentiría decepcionado, ¡pero soltar a Ana no era una opción! Y, de repente, la radio del abuelo se cayó y se estrelló, destruyéndose, en el suelo.

–Debemos hacer arreglar la radio. Conozco a un técnico que hace estas reparaciones –dijo Marcela.

Pero no había reparación posible; a la radio le faltaban algunas piezas, y ellas no tenían dinero para pagarlas. Y ¿qué dirían cuando llegaran? ¿Cuál sería la reacción del abuelo?

Cuando llegaron a la casa, no tuvieron el coraje de confesar lo que había sucedido. Simplemente, escondieron la radio, e intentaron no levantar sospechas. Sin embargo, cada día sentían más culpa y remordimiento. Finalmente, la madre de Ana intervino:

–Algo sucedió el día que se quedaron solitas. Ustedes cambiaron mucho desde ese día. Acuérdense de que nada puede mantenerse oculto durante mucho tiempo.

Ana no pudo continuar callada, y confesó todo. En aquel instante, el abuelo entró y oyó lo sucedido. Marcela se quedó paralizada y, con lágrimas, exclamó:

–Abuelito, ¡perdóname! No debí haber tomado tu radio. ¡Yo no quería romperla!

Él las abrazó y, con mucha ternura y una sonrisa, les dijo:

–Lo más importante es que ustedes reconocieron el error y decidieron no esconderlo durante más tiempo. Además, ¡esa radio necesitaba ser cambiada!

No importa cuál haya sido nuestro error. Si buscamos corregirlo con nuestras propias fuerzas, solamente fracasaremos. Jesús nos espera cariñosamente, y quiere darnos su perdón y su paz. **A**



# NACIDAS PARA

LIDERAR NO ES SOLAMENTE GERENCIAR A LAS PERSONAS, SINO TAMBIÉN ATENDER UN LLAMADO PARA SERVIR.

TEXTO: DENISE M. LOPES

Coordinadora de AFAM y del Ministerio de la Mujer en la Unión Sur Brasileña.



# liderar

**d**icen que todos nosotros tenemos en la punta de la lengua una sugerencia para lo que alguien debería hacer o no hacer, alguna cosa cuando se está enfrentando con determinada situación. Entonces, ¿qué consejo darías tú a una mujer que es esposa, madre, maestra, voluntaria en algún grupo, introvertida, insegura, que no le gusta la exposición, que no cree tener las características juzgadas como esenciales para liderar, y a pesar de todo eso se la invita para ejercer una función de liderazgo? Ciertamente, tu consejo estaría sustentado en tu contexto del mundo, y en tu visión de liderazgo. Entonces, ¿qué significa liderar, para ti? ¿Existe algún tipo de temperamento como prerrequisito? La persona ¿nace para liderar o es algo que tiene que ser aprendido? Y, todavía más, nosotras, las mujeres, ¿tenemos la capacidad para tal tarea? Y, hablando específicamente para nosotras, las esposas de pastores: ¿qué es lo que nos cabe, en términos de liderazgo?

Desde tiempos antiguos, hubo estudios sobre la vida y las acciones de los líderes, a fin de entender qué hicieron y por qué pudieron hacerlo. La propia Biblia es una fuente de investigación y comprensión de lo que significa, o no significa, liderar. Lo que se percibe en el transcurso de la historia es que el concepto de liderazgo estuvo conectado con el contexto social y con las necesidades percibidas, y que no está asociado a un tipo de temperamento, a una tendencia innata o a una capacidad para mandar y detentar el poder.

Mucho más que gerenciar un grupo, tal como lo expresa Bergamini (1994, p. 88), “liderar es la habilidad de influenciar con vistas a la realización de objetivos en una determinada situación”. Esta influencia sucede por el ejemplo y por la capacidad de apoyar y facilitar a fin de que la motivación y el entusiasmo para el alcance de los objetivos sean una respuesta interna del liderado. Me gustaría reforzar que el temperamento no es un determinante para liderar, sino que es el estilo



CUANDO ASUMIMOS NUESTRO PAPEL EN EL HOGAR, NOS ESTAMOS PREPARANDO PARA ASUMIR POSICIONES EN EL MUNDO.

de liderazgo el que estará basado en aquel. Como no existe un temperamento perfecto, resultará necesario pulirlo. Y esto es válido para todos los perfiles. Abraham era flemático; Moisés, melancólico; Pablo era colérico; y Pedro, sanguíneo. Todos necesitaron la actuación del Espíritu Santo para ejercer su liderazgo. Por lo tanto, no evites el hecho de ejercer el liderazgo en razón de tu temperamento. Te vas a volver apta para liderar en la medida en que estés dispuesta a ser moldeada, a educarte para eso y a no huir de los desafíos.

Y, con relación a la cuestión de las inseguridades, será bueno recordar que las desarrollamos por fallas en el proceso de la construcción de nuestra identidad, por la inexperiencia, por el miedo a lo desconocido, y aun por cuestiones culturales. Sin embargo, esto es susceptible de ser trabajado o superado. Cuando conocemos la vida de Mark Zuckerberg, fundador de Facebook; Larry Page, cofundador de Google; Barack Obama, ex presidente de los Estados Unidos; y Hillary Clinton, ex candidata a la presidencia de los Estados Unidos; y consideramos a nuestra querida Elena de White, no podemos imaginarnos que la timidez y la inseguridad hayan formado parte de la vida de ellos. Por lo tanto, tienes que permitir que Dios te presente tu real valor como persona y como mujer. Enfrenta los miedos, busca el conocimiento, y confía en que él te capacitará. Todavía diría más: nunca desees borrar las inseguridades, pues estas pueden ser, justamente, las que te mantengan dependiente de Dios.

Sin embargo, ¿qué podríamos decir de nuestra sensibilidad y emotividad? ¿Serían impedimentos para liderar, tal como lo afirmó el ex presidente estadounidense Richard Nixon? Diversos estudios actuales nos con-

firman que nuestras estructuras psicológicas y emocionales son esenciales para un liderazgo orientado a las necesidades de los tiempos actuales. En realidad, no necesitamos depender de investigaciones para saber que podemos estar involucradas con el liderazgo. Nacimos con el equipaje dispuesto para liderar cuando el Señor nos hizo colaboradoras. Si el marido es la cabeza del hogar, y esto significa ser el líder, y no el jefe, colaboradora significa ser compañera en este liderazgo.

Gran parte de las características que las empresas desean encontrar en las mujeres están relacionadas con el don de la maternidad, dado por Dios. La capacidad de la comunicación y la expresión, tan necesarias para la enseñanza y la formación de los hijos, es esencial para el liderazgo, al orientar a las personas en el entendimiento de los objetivos. La prontitud y la paciencia para enseñar, adecuando los temas y las situaciones al desarrollo y el aprendizaje de los hijos, muestra la habilidad para la adaptación y la naturaleza cooperativa, cuestiones importantes para que el trabajo en equipo se desarrolle naturalmente. Nuestra tendencia altruista, empática y comprensiva frente a las dificultades y los aciertos de los hijos es el factor que se agrega en el liderazgo a fin de incluir a las personas en los procesos, y alcanzar al liderado, despertando lo mejor que hay en él y valorizándolo.

Y ¿qué decir del “sexto sentido”, que descubre las intenciones de los hijos y que “lee entre líneas”? Una valiosa herramienta en el liderazgo es prevenir situaciones. ¿Y la habilidad de separar a los hijos durante una pelea, convenciéndolos de lo acertados o lo equivocados que están? Sin lugar a dudas, el importante recurso para alinear las diferencias en el liderazgo es establecer trabajos

en sociedad; y todo esto, sin mencionar la capacidad de hacer muchas cosas al mismo tiempo. Cuando asumimos nuestro papel en el hogar, nos estamos preparando para asumir posiciones en el mundo.

Pero, entonces, ¿cuál es nuestra posición en la iglesia? ¿Por qué, a veces, resultamos ser resistentes en esta cuestión? Si la asociación hombre/mujer en el liderazgo empresarial ya ha sido establecida para el éxito de una empresa, ¿por qué sería diferente en el plano ministerial?

Así, tal como existen diversas empresas dentro de un mismo ramo de actuación, pero con características distintas, y con un perfil diferenciado, así también es en el ministerio. Fuimos llamadas por Dios para estar en el ramo ministerial; claro que no de una manera pasiva. No somos las pastoras, sino que somos las colaboradoras. Nuestro ministerio primario es la familia, pero claro que no es solamente este. No tenemos que saber todo lo que pasa (cada problema o cada decisión que ha sido tomada por parte de nuestro marido con relación a la iglesia); sin embargo, sí tenemos un papel para desempeñar.

Dios sabía de las habilidades que teníamos, y conocía también las habilidades de nuestro esposo, y pretendió, al unirnos, que nos completáramos como personas, y que juntos construyéramos un ministerio diferente, y con un perfil que es único para cada matrimonio.

“La esposa del pastor tiene una responsabilidad que no debería, y no puede, descartar livianamente. Dios le pedirá cuenta, con intereses, por el talento que le ha encomendado. Debería trabajar activamente, con fidelidad y unida con su esposo para salvar a la gente” (*Testimonios para la iglesia*, t. 1, p. 469). ¡Tú has nacido para liderar! 



# CONOCIENDO LA GLÁNDULA MÁS *poderosa* DEL ORGANISMO – PARTE I

LA TIROIDES TIENE UNA INCIDENCIA DIRECTA EN TODO EL CUERPO HUMANO.

TEXTO: **ALINE DO VALLE** / Periodista

**d**esde el desarrollo fetal hasta la fase adulta, la glándula tiroides actúa en el organismo. Localizada en el cuello, y con un peso que varía entre los 15 y los 25 gramos en el adulto, libera hormonas T3 y T4, que regulan las funciones de órganos tales como el hígado, los pulmones, el corazón y hasta el cerebro. “Es una glándula vital. Sin las hormonas que libera, podemos llegar a casos de incompatibilidad con la vida. Y esto es porque tiene relación con un ciento por ciento de las funciones del cuerpo”, afirma la endocrinóloga Luisa Adriana de Oliveira.

Cuando la producción de hormonas es excesiva, o es insuficiente, la glándula presenta disfunciones clasificadas como hipertiroidismo (superproducción) e hipotiroidismo (producción insuficiente). En más del cincuenta por ciento de los casos, estas alteraciones afectan a las mujeres en su fase reproductiva, o en la menopausia. “Estos son los períodos en los que el organismo femenino enfrenta grandes cambios hormonales, los cuales pueden afectar las producciones de esta glándula”, explica Oliveira. De acuerdo con la médica, las personas que tengan casos de enfermedades autoinmunes en la familia y de disturbios de la tiroides tienen más propensión a desarrollar algunos de esos trastornos. La recomendación es que los individuos con ese antecedente médico busquen el auxilio de un profesional. Preferentemente, que sea un especialista endocrinólogo.





# PRIMERO DIOS

en la familia



Del 23 de febrero  
al 3 de marzo  
**¡Participa!**

**10** DÍAS DE  
ORACIÓN  
y 10 horas de ayuno

PARA MÁS INFORMACIONES, INGRESA A:

[ADVENTISTAS.ORG/10DIAS](http://ADVENTISTAS.ORG/10DIAS)

## Señales y síntomas

Dado que son muy sutiles, los síntomas de trastornos de la tiroides (aumento o descenso repentino de peso, ansiedad o llanto excesivo) suelen ser ignorados, o tratados como reflejos del estrés o de la depresión. “La recomendación es que la persona obser-

ve si las señales continúan o desaparecen en un período de un mes. Su fueran persistentes, o diferentes de lo habitual, deben ser comunicados al médico, a fin de realizar una investigación más amplia”, nos alerta la endocrinóloga.

HIPOTIROIDISMO

HIPERTIROIDISMO

 Alteración del humor (síntomas depresivos)	 Edema en las extremidades y alrededor de los ojos	 Cansancio extremo, sin razón aparente
 Dificultad de concentración o memorización	 Aumento de peso (cerca de 2 a 3% de lo normal)	

ESTOS SÍNTOMAS PUEDEN SER SEÑALES TANTO DE UNO COMO DE OTRO

 Caída del cabello	 Uñas débiles	 Cansancio	 Ciclo menstrual irregular
-----------------------	------------------	---------------	-------------------------------

 Alteraciones del humor (síntomas de irritación, ansiedad)	 Alteración del sistema gastrointestinal (diarrea)	 Latidos cardíacos acelerados (taquicardia, palpitaciones)
 Insomnio	 Temblores en las extremidades	 Piel más fría (sudor frío)

\* Información: Dra. Luisa Adriana Antunes de Oliveira (endocrinóloga)

## Nódulos

La tiroides también puede presentar nódulos. De acuerdo con la Sociedad Brasileña de Endocrinología y Metabolismo, alcanzan una incidencia del 60% de la población y, por lo general, son asintomáticos. Por esta

razón, el acompañamiento profesional es fundamental. No dejes de chequear los consejos de prevención y tratamiento para las enfermedades de la tiroides en la próxima edición. **A**

# MI VIDA, UN MILAGRO DEL AMOR DE *Dios*

TEXTO: MARLENE RACHO MANAY

Esposa del Pr. Gerson Vera, pastor del distrito de San Miguel, de la Asociación Peruana Central, Unión Peruana del Sur.



*"h*e aquí que yo les traeré sanidad y medicina; y los curaré, y les revelaré abundancia de paz y verdad" (Jer. 33:6).

Mi nombre es Marlene Racho Manay, y trabajo en el área de informática y sistemas. Trabajé durante muchos años en diferentes empresas; entre estas, la embajada de los Estados Unidos, durante tres años. Un día, cambiaron a mi jefe, que no aceptaba ni respetaba mis principios con relación a la observancia del sábado. Fue una prueba muy difícil para mí, financieramente hablando. Sin embargo, para

mí Dios está en primer lugar. Yo le decía: "Señor, ¿qué es lo que deseas para mí, con estos cambios?"

En ese tiempo, yo concurría a la iglesia de la Avenida Brasil, de la Asociación Peruana Central, y Dios me había dado la oportunidad de servirlo en diferentes ministerios: en el Club de Aventureros y como coordinadora general de la Asociación. Entonces, allí conocí a un joven que había venido a servir como misionero en mi iglesia, y con el cual me puse de novia. Esto me llevó a comprender cuáles eran los planes del Señor para mi vida.

Después de nuestro casamiento, comenzamos una aventura de fe en el ministerio pastoral. Nuestro primer campo fue la Misión del Oriente Peruano, en el Distrito de Campo Verde, Pucallpa. Estando en ese distrito, comencé a sentir dolores de cabeza muy intensos, seguidos de desmayos. Una resonancia magnética mostraba un tumor cerebral profundo y muy cercano al tronco encefálico. La indicación médica fue una cirugía de emergencia. Esta noticia fue muy difícil para mí y para toda mi familia. Sin embargo, yo sentía en mi corazón que la obra del Señor no podía detenerse.

Nuestro amor por los niños nos llevó a abrir los clubes de Aventureros y Conquistadores en nuestras iglesias. En cierta ocasión, tuvimos una interesante experiencia. Organizamos la Escuela Cristiana de Vacaciones en el Centro Comunitario de una población llamada Venenillo, un lugar muy tumultuoso. Cerca de cien pequeñitos participaron del programa. Lo más sorprendente fue que los policías, al observar el trabajo que realizábamos en el poblado, nos ayudaron a realizar los trabajos manuales en los talleres de artesanías de los niños y, a la noche, asistían a la campaña que estaba realizando mi marido, juntamente con los militares y los padres de los chicos. Como resultado, la iglesia no solamente tuvo un crecimiento numérico, sino también lo tuvo en el deseo de servir a la comunidad. Definitivamente, la mano de Dios estaba con nosotros, dándonos las fuerzas, y la satisfacción del servicio abnegado.

Cuando fuimos transferidos a la ciudad de Lima, en el distrito misionero de San Miguel, el desafío era grande. Mi marido y yo oramos mucho: "Señor, el desafío es muy grande. Por favor, ayúdanos a hacer tu obra. Y también hazlo en mi salud".

Los dolores de cabeza eran cada vez más intensos, insoportables, tanto que me impedían realizar las tareas diarias. Fui internada en un hospital nacional de la ciudad de Lima, donde también el Señor generó maravillas. Me regaló ángeles para que me cuidaran: médicos y enfermeras que me trataron como si fuera de su familia. Allí, yo pude testificar a mis compañeras de cuarto, con la sabiduría de Dios.

Y llegó el día de la cirugía: el 8 de marzo de 2017. El médico nos había informado que la cirugía era de alto riesgo, y que existían dos posibilidades: que yo muriera o que quedara con la mitad del cuerpo paralizada. En ese momento, sentí la presencia de Dios tan cercana que respondí al médico: "Hay una red de mujeres, pastores, amigos y familiares que están orando por mí. Haga lo mejor que pueda. ¡Yo confío en que Dios lo ayudará!" Mi amado marido oró con el médico y el cirujano.

La cirugía fue muy larga, y la expectativa era que yo reaccionaría a los siete días. Sin embargo, reaccioné al tercer día. Mi permanencia en el hospital fue un testimonio que transformó mi vida en un milagro del amor de Dios. Los médicos realizaron un buen trabajo, pero solamente Dios hizo el milagro de la curación y de la vida.

El Señor siempre quiere lo mejor para nosotros, a despecho de las situaciones dolorosas, pues estas son los desafíos que nos harán crecer más y más. Esta prueba me dio la alegría de ver a mi familia regresar a los caminos de Dios. Cinco de ellos ya lo hicieron por medio del bautismo, y sé que mis padres y mis hermanos rápidamente harán lo mismo. Si alguna de ustedes está atravesando por momentos difíciles, la única cosa que puedo decirles es: "Arrodillense y clamen a Dios. Él es quien nos da las respuestas. Y estas siempre serán la mejores". <sup>A</sup>



SON DESAFÍOS  
QUE NOS HARÁN  
CRECER MÁS Y  
MÁS.

# Y EL ÓSCAR ES *para...*



TEXTO: PAULO RABELLO / Misionero

*t*odos los años es la misma cosa: alfombra roja, limusinas, muchas luces, personal de seguridad, centenares de periodistas y millones de personas que siguen, a través de los medios de comunicación, la llegada de los candidatos. La ceremonia de los Óscar premia a un grupo selecto de personas, escogido como los mejores en sus respectivas categorías de la cinematografía. En el año 2018 llegaremos a la edición número noventa de los premios. Sin embargo, un detalle nos llama la atención en esta historia. Fue recién en la novena edición que la Academia entendió que nadie llega a la cumbre solo. Y por esto, en 1936 fue creado el premio para los actores y las actrices que aun actuando en papeles secundarios (de reparto, o colaboradores) se habían destacado de alguna manera, y,



imagen: © Natanan | Fotolia

por decirlo de algún modo, habían ayudado en la producción de las películas. Hollywood demoró en entender que difícilmente alguien llega a la cumbre sin alguna ayuda. El antiguo proverbio africano ya nos enseñaba: “Si quieres ir más rápido, anda solito; pero si quieres ir más lejos, ve acompañado”.

En la Escrituras Sagradas encontramos diversos relatos de protagonistas y de “colaboradores”. Y ambos grupos resultan ser de fundamental importancia para el avance de la causa de Dios. Quiero invitarte a regresar en el tiempo, para recordar la historia de dos personajes que, actuando como colaboradores y aun estando lejos del escenario principal, marcaron una diferencia en el ministerio de Jesús y en el de Pablo.

A medida que Jesús iba pasando por las ciudades y los poblados, curando a la gente y proclamando la llegada del Reino de Dios, miles de personas iban a su encuentro. Junto con el aumento de la popularidad, vino también la oposición. Los dirigentes religiosos cuestionaban el carácter de su predicación y de sus intenciones. Todo aquel que se colocaba al lado del Nazareno automáticamente pasaba a ser un enemigo en potencia de los doctores de la Ley (esta era la clase dominante de la sociedad israelita en la época de Jesús). Si esto era verdad para los hombres, imagínate lo que sería en esa época para una mujer que decidiera tomar esa posición. Los rabinos judíos enseñaban que las mujeres no debían tener, ni siquiera, contacto social con hombres que no fueran sus parientes, y mucho menos viajar con ellos. No obstante, Jesús no seguía esas reglas, y permitía que las mujeres lo acompañaran en su grupo.

Juana fue una de esas valientes que decidieron seguir a Jesús. Casi una anónima, lejos de las luces, a ella se la menciona sola-



*ES LA SUMA DE  
LAS PARTES LO  
QUE LE PROVEE  
LA FUERZA AL  
TODO.*

ESTANDO EN EVIDENCIA COMO PROTAGONISTA, O ENTRE BAMBALINAS, COMO AUXILIAR, TODOS HAN SIDO LLAMADOS A SERVIR.

mente dos veces en la Biblia. Se la presenta como la mujer de Chuza, administrador en la casa de Herodes (Luc. 8:3). Solamente sabemos que ella era alguien que gozaba de una buena posición social y financiera. Sin embargo, su papel fue fundamental justamente porque, junto con las demás mujeres, Juana ayudó a sostener con sus propios recursos el ministerio itinerante de Jesús y de sus discípulos. Ella se dispuso a poner en riesgo su reputación, su buena condición de vida, y salir de la zona de comodidad para seguir al Salvador. Juana no recibió ninguna otra mención en las páginas de la Biblia, tampoco fue preseleccionada para algún Óscar; sin embargo, como recompensa por su discreto y abnegado servicio, fue premiada para poder estar presente en el primer grupo que fue testigo de la resurrección de Cristo (Luc. 24:10).

Otra colaboradora fue Priscila. Su nombre también aparece pocas veces en las Escrituras, y siempre acompañado del nombre de su esposo, Aquila. En la ciudad de Corinto, el matrimonio trabajaba construyendo tiendas, al momento que abrieron las puertas de su hogar durante un año y medio a fin de hospedar a Pablo, y antes de que salieran juntos de viaje hacia Siria, y después hacia Éfeso. Esta disposición al servicio que tenía este matrimonio resulta ser más evidente cuando Pablo menciona a ellos dos como sus colaboradores en la causa de Dios (Rom. 16:3). El compromiso de Priscila queda más evidenciado todavía cuando las Escrituras destacan cómo ella abría las puertas de su casa, en caso de que fuera necesario, con el objetivo de hacer de esta una iglesia (Hech. 18:18; 1 Cor. 16:19). Entre bambalinas, inseparable de su esposo, fiel y comprometida con el Reino de Dios, Priscila es un ejemplo más de lo que podemos hacer por el servicio de Cristo.



¿Cómo habría sido el ministerio de Jesús sin la ayuda de Juana? ¿Habría podido viajar Pablo hacia tantos lugares llevando el mensaje del Salvador resucitado sin el apoyo de Priscila y de Aquila? Tal vez las luces y la alfombra roja sean, de hecho, para algunos pocos. Sin embargo, este concepto solamente es válido para los premios de Hollywood; en el Reino de Dios, la dinámica es otra. El servicio es una oportunidad que está disponible para todos, no solamente para unos pocos “seleccionados”. Estando en evidencia como protagonista, o entre bambalinas, como auxiliar, todos han sido llamados a servir. Contrariamente al de los “famosos”, el premio con el que sueñan los cristianos es mucho más grande que una estatuilla. ¡La corona de oro definitivamente será mucho más valiosa! Los premiados serán aquellos que entendieron, y cumplieron, su papel en la película del Gran Conflicto, y se mostraron dispuestos al servicio de Dios, sin preocuparse por su posición o por aparecer destacados. Anhele el día en que Jesús salga de entre los bastidores del cielo y coloque a cada uno de sus hijos premiados en el brillante escenario de la eternidad. <sup>A</sup>



## “Y SI...”

El dilema del contentamiento y de agradecer por lo que se tiene.

TEXTO: LAURENCE SOARES / Esposa de pastor y abogada del Instituto Adventista Paranaense en la República del Brasil.

PARECE QUE ESTE PENSAMIENTO “Y SI...”, nos acompaña a muchas de nosotras.

Estas dos palabras, juntas, pueden hacer estragos mentales y emocionales. Pueden hacer nacer muchas dudas que no tenemos cómo responder. Si este “y si” estuviera relacionado con el futuro, nos sentiremos angustiadas cuando tengamos que tomar decisiones. Si fuera en relación con algo que ya pasó, más allá de la duda, que ya es cruel, podremos tener sentimientos de arrepentimiento y de pesar.

¿Y si hubiera hecho otro curso? ¿Y si hubiera oído a mis padres? ¿Y si me hubiera casado con fulano? ¿Y si hubiera hecho aquel viaje? ¿Y si lo hubiera hecho de otra manera? ¿Y si hubiese decidido comer otra cosa? ¿Y si no hubiera esperado tanto para perseguir mi sueño? ¿Y si estuviera en otro distrito? ¿Y si tuviera otro temperamento? ¿Y si tuviera otro tipo de cuerpo? ¿Y si hubiera escogido otro tipo de vida?

Descubrí que cada vez que me detuve para plantearme cuestionamientos de esta naturaleza y permití que mis pensamientos divagaran dejé de vivir, de sentir y de disfrutar de lo que ya tenía. Aquello que vivimos, sentimos y tenemos –nuestra realidad en la actualidad– es el fruto de nuestras elecciones, como también de las elecciones de otras personas. Sin embargo, todo está protegido por el cuidado y la misericordia de Dios, cada día y en cada momento sobre nosotros.

El hermano del hijo pródigo, por haberse quedado en la lamentación, pensando en su



*...CADA VEZ QUE ME DETUVE PARA PLANTEARME CUESTIONAMIENTOS DE ESTA NATURALEZA Y PERMITÍ QUE MIS PENSAMIENTOS DIVAGARAN DEJÉ DE VIVIR, DE SENTIR Y DE DISFRUTAR DE LO QUE YA TENÍA...”*

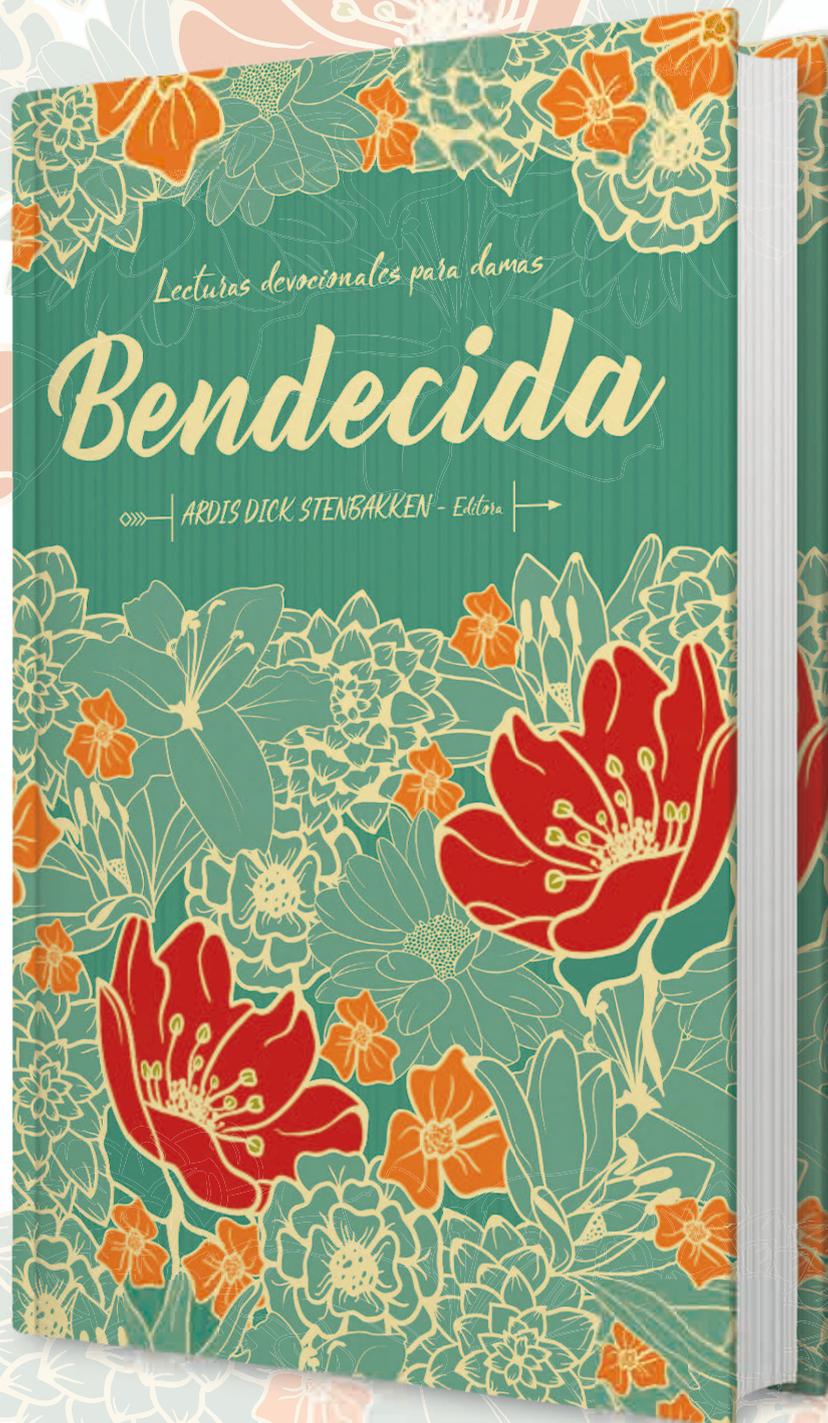
“Y si...”, se perdió la fiesta que el padre había organizado, la alegría, la celebración, y se enterró en sentimientos incontrolables.

Cada vez que tú y yo nos encerramos en estos pensamientos dudosos, perdemos las bendiciones del contentamiento, que está asociado a una actitud mental de alegría. En cambio, la comodidad se asocia con la indiferencia. El primero nos lleva a las realizaciones; la segunda, a las lamentaciones. Lo que necesitamos hacer es limpiar la suciedad, es decir, tener la actitud para levantar todo lo derramado y sortear las dificultades. Siempre que somos resilientes, y retomamos el enfoque, la misión, escribimos una nueva historia.

El hijo pródigo tuvo sus “Y si...”. Uno de estos, el de salir de la casa e intentar otro tipo de vida lejos, fue puesto en acción, aun cuando sabía que esta no era la voluntad de Dios. Las elecciones equivocadas traen sufrimiento, independientemente de que la situación sea simple o compleja; y cuando esto sucede, el “Y si...” aparece de nuevo. En el caso del hijo pródigo, fue más o menos así: “¿Y si volviera a mi casa?” “¿Y si mi padre me aceptara nuevamente?” “¿Y si pudiera tener una segunda oportunidad?” El hijo pródigo tuvo su segunda oportunidad, y nosotros también.

Oremos para que nuestras dudas y lamentaciones no nos quiten la maravillosa fiesta que está siendo preparada ahora por nuestro Padre celestial en el Reino eterno. Cambiemos los “Y si...” por los “¡Muchas gracias, Señor!” <sup>A</sup>

**NOVEDAD | PARA DAMAS**



Pídelo al Servicio Educacional Hogar y Salud más cercano a tu domicilio o a tu coordinador de Publicaciones.

ventas@aces.com.ar | Síguenos en:      

**SEHS**

**aces**

Asociación  
Casa Editora  
Sudamericana

[editorialaces.com](http://editorialaces.com)