

PROLOGO

Podía oír el sonido de la sirena de fondo mientras atendía la llamada por radio de una de nuestras ambulancias. «Tenemos a un hombre de 49 años inconsciente en el lugar. No tiene pulso. Le aplicamos tres descargas eléctricas, le estamos colocando una bolsa de oxígeno y haciendo compresiones torácicas. Estamos a dos minutos de distancia».

"De acuerdo. Prepararemos al equipo. Ustedes estarán en la sala de traumatología 1", respondí. Como médico de urgencias, esta situación me resultaba demasiado familiar. Sabía cuál sería el resultado probable, pero siempre esperaba lo mejor.

Cuando los paramédicos entraron corriendo en nuestro servicio de urgencias, los dirigimos a la sala de traumatología 1 y nos hicimos cargo del paciente. Le introdujimos un tubo en la garganta y continuamos haciendo la respiración por él. Seguimos con las compresiones torácicas. Le pusimos otra vía intravenosa y le administramos medicamentos para intentar que su corazón latiera. Le aplicamos varias descargas. Pero, al final, su corazón no volvió a latir. Y, una vez más, tuve que ir a decirle a otra familia que su ser querido había fallecido. Hicimos todo lo posible, pero no pudimos revertir en unos minutos lo que él se había estado haciendo a sí mismo durante los últimos 47 años.

No se trataba solo de los infartos, que son casi exclusivamente consecuencia del estilo de vida. También se trataba de los pacientes diabéticos con infecciones en los pies que requerían amputación. También se trataba de los pacientes con cáncer con dolor insoportable. También se trataba de los pacientes con enfermedades autoinmunes con brotes dolorosos y debilitantes. También se trataba de los pacientes con insuficiencia cardíaca congestiva que luchaban por respirar, con los pulmones llenos de líquido. La gran mayoría de estos

pacientes podrían haber evitado sus problemas de salud aplicando principios sencillos de estilo de vida.

Finalmente, dejé el trabajo en urgencias para siempre. En su lugar, me cambié a una consulta que utilizaba exclusivamente intervenciones de estilo de vida y remedios naturales. En lugar de recetar medicamentos, los suspendía. Aprendí a usar esos sencillos principios de estilo de vida para ayudar a las personas a cambiar sus vidas para siempre.

Mientras hacía la transición de la medicina de urgencias a la medicina del estilo de vida, descubrí el trabajo del Dr. John Clark. Él pasó de la medicina convencional a la medicina del estilo de vida varios años antes que yo y había publicado varios artículos excelentes sobre diversas enfermedades, los factores del estilo de vida y los remedios naturales que podían ayudar a revertirlas. Me impresionó la exhaustividad y el amplio contenido científico de sus artículos (algunos con más de 250 referencias científicas). Estudié esos artículos mientras aprendía a tratar a mis propios pacientes y vi de primera mano los resultados positivos.

Por supuesto, el Dr. Clark ha visto el poder de estos principios en su propia práctica, ya que ha asesorado a muchísimos pacientes a lo largo de los años y les ha ayudado a revertir sus enfermedades. Estos artículos se han recopilado en este libro, Modelo para la Salud y la Sanación. Ahora están en sus manos. Y podrá experimentar los profundos resultados en su propia vida al aprender y aplicar estos principios. Así que estudie, subraye, resalte, tome notas y, sobre todo, ponga en práctica lo que lea en este libro. Marcará una gran diferencia en su vida y su salud.

Mark Sandoval, MD, Presidente: New Paradigm Ministries, Expresidente y Director Médico: Uchee Pines Institute.

¿POR QUÉ ESTE LIBRO?

“A medida que la agresión religiosa subvierte las libertades de nuestra nación, quienes defienden la libertad de conciencia se verán en una situación desfavorable. Por su propio bien, deberían, mientras tengan la oportunidad, informarse sobre las enfermedades, sus causas, prevención y cura. Y quienes lo hagan encontrarán un campo de trabajo dondequiera que estén”.¹

CONOCER LA CAUSA AYUDA A DIRIGIR LA TERAPIA

«La enfermedad es un esfuerzo de la naturaleza por liberar al organismo de las condiciones que resultan de una violación de las leyes de la salud. En caso de enfermedad, se debe determinar la causa. Se deben cambiar las condiciones insalubres y corregir los hábitos incorrectos. Luego, se debe ayudar a la naturaleza en su esfuerzo por expulsar las impurezas y restablecer las condiciones adecuadas en el organismo».²

Una onza de prevención...

“Enseña al pueblo que es mejor saber conservar la salud que saber curar la enfermedad”.³

LA CURA VIENE CON LA COOPERACIÓN

“Los medios naturales, usados conforme a la voluntad de Dios, producen resultados sobrenaturales. Pedimos un milagro, y el Señor dirige nuestra mente hacia un remedio sencillo.

Pedimos ser librados de la peste que anda en tinieblas, que acecha con tanta fuerza por el mundo; entonces debemos cooperar con Dios, observando las leyes de la salud y la vida. Habiendo hecho todo lo posible, debemos seguir pidiendo con fe salud y fortaleza. Debemos comer los alimentos que preserven la salud del cuerpo. Dios no nos anima a hacer por nosotros lo que nosotros podemos hacer por nosotros mismos. Las leyes naturales deben obedecerse. No debemos dejar de hacer nuestra parte. Dios nos dice: «Ocupaos en vuestra salvación con temor y temblor, porque Dios es el que en vosotros produce así el querer como el hacer, por su buena voluntad» (Fil. 2:12, 13).»⁴

Este libro le brinda información básica sobre las causas de enfermedades comunes, además de remedios naturales simples y cambios en el estilo de vida necesarios para la prevención y la recuperación.

¹ White, E. G. (1923). *Counsels on Health*. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association. p. 506.

² White, E. G. (1905). *The Ministry of Healing*. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association. p. 127.

³ White, E. G. (1912, June 6). “Home Preparation for Camp-Meeting.” *The Review and Herald*. Art. B, par. 8.

⁴ White, E. G. (1958). *Selected Messages Book 2*. Washington, D.C.: Review and Herald Publishing Association. p. 346.

PREFACIO

Mi viaje desde la medicina alopática, como cirujano ortopédico, a un verdadero misionero médico.

Mi bisabuelo, el Dr. Warner, padre de mi abuela materna, fue médico en el Sanatorio de Nevada, Iowa, a principios del siglo XX. El sanatorio fue construido y administrado por los Adventistas del Séptimo Día. El énfasis del Sanatorio estaba en la prevención de enfermedades y el mantenimiento de la salud. (<https://www.amespubliclibrary.org/archive/1909/1447914-6>).

Mi bisabuelo a menudo acogía a pacientes enfermos de enfermedades que la Clínica Mayo había desestimado y ayudaba a recuperar la salud de esos pacientes sin necesidad de medicamentos ni cirugía.

Mi abuela materna era una enfermera que sirvió como misionera adventista del séptimo día en África entre 1926 y 1928.

Mi madre fue a la Facultad de Medicina de la Universidad de Loma Linda en California y sirvió como médica misionera en un hospital Adventista del Séptimo Día en Monument Valley, Utah, de 1978 a 1980.

Mi juventud estuvo llena de la rica influencia de mi familia y mi iglesia, y del maravilloso gozo del servicio misionero. Escuché y leí sobre milagros y vidas salvadas, tanto física como espiritualmente. Anhelaba experimentar esta alegría y tomé decisiones que me guiaron hacia ser médico misionero para Jesucristo.

De joven, aprendí agricultura y mecánica con mi abuelo y mi padre. En mi primer año de preparatoria, leí el libro "Consejos sobre el régimen alimenticio" e inmediatamente cambié a una dieta completamente vegetal. Tuve el privilegio de escuchar muchas historias de exmisioneros. A veces trabajaba en la cocina de la escuela y aprendí a preparar y cocinar alimentos saludables del huerto.

También aprendí a construir, soldar y hacer plomería en la preparatoria, y después de

graduarme, trabajé en un internado. Allí aprendí el oficio de electricista.

De ahí fui a la universidad y pensé en ser ingeniero, porque una de las historias que más me influyó de niño fue la del Dr. Richli, conocido como "El Doctor Volador de Filipinas". El Dr. Richli fue un médico misionero y un talentoso ingeniero autodidacta que restauró instalaciones hospitalarias y diseñó y construyó centrales hidroeléctricas para beneficiar a las instituciones a las que servía.

Durante la universidad, me tomé 15 meses libres para servir como estudiante misionero en Filipinas y Corea. En Filipinas, ayudé a construir una clínica y una iglesia, y en Corea, enseñé inglés como segundo idioma y presencié cinco bautismos gracias a la bendición del Señor en mi trabajo. Al regresar, decidí cambiar mis estudios a medicina porque parecía que la necesidad era mayor de ayudar a las personas con su salud que de restaurar instalaciones hospitalarias y diseñar y construir centrales hidroeléctricas.

Al terminar la universidad, solicité a la Conferencia General de la Iglesia Adventista del Séptimo Día participar en el programa de nombramientos misioneros diferidos. Se trata de un programa en el que la conferencia se compromete a amortizar los préstamos estudiantiles de un estudiante para que estudie medicina y luego sirva en el campo misionero durante diez años. La conferencia ayuda a colocar al médico donde mejor pueda atender las necesidades de las clínicas y hospitales extranjeros.

Para resumir una historia muy LARGA, al concluir la residencia, terminé en una situación en la que me sacaron del programa de nombramientos de misión diferida debido a una serie de acontecimientos que me obligaron a quedarme en Estados Unidos trabajando como cirujano ortopédico en el Medio Oeste del país. Esta larga historia podría ser un libro en sí misma, pero, para ahorrárselo al lector y a mí mismo, la conclusión es que me encontré en una situación extremadamente angustiada.

Todo lo que había anhelado y deseado ya no estaba disponible para mí. En cambio, estaba atrapado en un contrato hospitalario con una deuda universitaria muy grande y no podía localizar a mi esposa y mis dos hijos, que habían desaparecido sin dejar rastro.

Después de muchos meses, mientras trabajaba a tiempo completo como cirujano joven y novato, mi esposa apareció en un lugar muy lejano y no tenía intención de continuar nuestro matrimonio. Procedió al divorcio a pesar de mis súplicas de regresar, y después del divorcio se casó con el otro hombre.

Me encontré trabajando en un sistema médico que estaba descubriendo que era una pesadilla viviente. Recuerdo que un día miré hacia el pasillo y vi a una mujer que había sido paciente mía entrando en mi clínica para darle dinero en monedas a mi secretaria. Después de que se marchara, le pregunté a mi secretaria por qué estaba allí, y ella me explicó que estaba haciendo un pequeño pago semanal en monedas por una factura que le habían enviado por mis servicios. Tenga en cuenta que yo no era un profesional independiente. Era empleado de un conglomerado médico.

Estaba completamente horrorizado. Le pedí a mi secretaria que cancelara la factura de esa mujer. Empezaba a darme cuenta de la pesadilla del increíble sistema en el que me encontraba.

Trabajaba en un sistema muy político y plagado de subterfugios. Había competencia y presiones enormes. Había pacientes que buscaban medicamentos, compensación laboral y discapacidad. Estaba en una situación en la que nunca pretendí estar.

Un día, el pastor de la iglesia local a la que asistía me animó a ayudarlo con los ministerios de salud para la iglesia y la comunidad. En aquella época, era amigo de Don Macintosh, de Kansas, que participaba en el Proyecto de Mejora de la Salud Coronaria (CHIP, por sus siglas en inglés) con el Dr. Hans Diehl. Así que le hablé a mi pastor sobre el programa CHIP y le expliqué que recibir formación al respecto sería muy beneficioso para la iglesia y la comunidad.

Después de asistir a la formación para CHIP con mi pastor, descubrimos que la mayoría de la iglesia y la comunidad de Iowa, donde vivíamos, no estaban en absoluto interesadas en cambiar su dieta, por lo que nuestro interés por la educación sanitaria no dio ningún resultado en aquel momento.

Un par de años después de divorciarme, conocí a mi actual esposa. Nos casamos, tuvimos un bebé y, en 2005, nos mudamos a un lugar donde acepté un puesto como cirujano ortopédico en un pequeño hospital independiente de la Iglesia Adventista del Séptimo Día en Brunswick, Maine. Este hospital contaba con un programa interno con una estructura muy similar al programa CHIP, solo que las charlas de educación para la salud las impartían médicos que ejercían en el hospital.

Poco después de llegar al trabajo, comencé a dar charlas de educación para la salud en su programa sobre artritis. Luego, la enfermera de bienestar me pidió que creara otra charla sobre osteoporosis. Poco después, preparé una sobre diabetes.

El hospital se entusiasmó con mis charlas de salud y empezó a encargarme que las impartiera regularmente a la comunidad local, como parte del programa de relaciones públicas. Las reuniones se popularizaron y, a menudo, el recinto se llenaba al máximo, por lo que tenían que rechazar a la gente o realizar una segunda reunión para quienes no asistían a la primera.

Además, durante esta época, el presidente de la conferencia asistía mensualmente a las reuniones de la junta del hospital y empezó a pedirme que lo ayudara con los ministerios de salud de la conferencia. Después de varias solicitudes, finalmente me convencieron.

Luego comencé a trabajar con el evangelista de la conferencia y el director de evangelismo literario de la conferencia y muy rápidamente descubrí que mi trabajo en el hospital estaba en conflicto con mi trabajo en el ministerio de salud.

Mientras tanto, en el hospital estaban ocurriendo cosas extrañas que me afectaban directamente y que van más allá de lo que podría describir brevemente aquí. Digamos simplemente que era muy inquietante y que estaba convencido de que ya no podía seguir trabajando en el sistema

hospitalario ni en el sistema médico, también conocido como medicina alopática. Les daré un pequeño ejemplo. Un señor llegó al hospital con fascitis necrotizante en el codo. Después de la cirugía, a la mañana siguiente, mientras hacía mi ronda, estaba con él en su habitación y la dietista entró para preguntarle cuáles eran sus preferencias alimenticias. Entre otras cosas, le ofreció varios postres diferentes. Intervine y le dije: «¡No quiere ninguno de esos!». Ambos se rieron y él eligió uno. Entonces les dije: «¡Estoy tratando de mantenerlo con vida!». Se rieron y él hizo su elección, ignorando por completo mis comentarios y recomendaciones. Es extraño que un paciente acuda a un médico y le pida que lo salve, pero luego ignore o rechace cualquier cosa que no sea medicación o cirugía.

Fue a principios de 2006 que di un gran paso de fe. Renuncié al hospital y dejé mi consulta para dedicarme a tiempo completo al ministerio de salud basado en la fe. Estaba convencido de que Jesús nunca cobró a nadie por ayudarlo con su salud, así que yo tampoco cobré por el ministerio de salud al que sentía que el Señor me llamaba. Cobramos nuestro fondo de jubilación y comenzamos a vivir de nuestros ahorros. Aceptábamos donaciones, pero no las solicitamos.

Empecé a recibir llamadas una tras otra y viajé por todo Estados Unidos realizando programas de salud en iglesias y escuelas. Personas que buscaban alivio de sus enfermedades se acercaban a mí en privado. He visto innumerables casos desesperados recuperarse y a personas recuperar la salud. He participado en muchos programas de televisión y radio en Estados Unidos y en todo el mundo. Estuvimos en Australia por poco menos de cinco años e hicimos lo mismo allí.

Desde que estalló la pandemia de COVID en 2020, hemos viajado muy poco, pero mi trabajo como médico misionero y educador de salud no ha disminuido. Al contrario, simplemente he pasado de viajar para estar en el lugar a quedarme en casa y participar en línea por Zoom en todo tipo de reuniones, en todo el mundo.

Dios ha seguido siendo fiel. Nunca hemos dejado de recibir su cuidado y apoyo. Si somos fieles a Él y a su obra, Él proveerá para todas nuestras necesidades.

Desde el inicio de este ministerio, mi esposa siempre me animó a hacer mis presentaciones por escrito, además de en video. Ella prefiere leer la información en lugar de escucharla, y por eso lo he estado haciendo desde el principio. La elaboración de muchos de los capítulos temáticos de este libro me llevó más de seis meses de investigación.

Recientemente, mi esposa comenzó a considerar que tal vez deberíamos publicar los muchos artículos que he escrito desde 2006 en un libro y así fue como surgió este libro.

En resumen, la verdadera labor médica misionera, a diferencia de la medicina alopática, busca encontrar la causa de la enfermedad y corregirla, en lugar de simplemente tratar los síntomas. Espero que este libro sea un recurso valioso para quienes buscan encontrar la causa de las enfermedades que padecen las personas y que aporte ideas útiles para el tratamiento y la reversión de muchas de las enfermedades que aquejan a la sociedad actual.

"La naturaleza necesitará ayuda para que todo vuelva a su estado normal, la cual se puede encontrar en los remedios más sencillos, especialmente en el uso de los remedios que ella misma proporciona: aire puro y un valioso conocimiento de cómo respirar; agua pura y saber cómo aplicarla; abundante luz solar en cada habitación de la casa, si es posible, y un conocimiento inteligente de las ventajas que se obtienen con su uso. Todos estos son eficaces, y el paciente que ha adquirido el conocimiento de cómo comer y vestirse saludablemente puede vivir para la comodidad, la paz y la salud, y no se dejará persuadir a consumir drogas que, en lugar de ayudar a la naturaleza, paralizan sus poderes. Si los enfermos y los que sufren se esfuerzan solo según sus conocimientos en cuanto a vivir con perseverancia los principios de la reforma pro salud, entonces, en nueve de cada diez casos, se recuperarán de sus dolencias".⁵ - EG White.

⁵ White, EG (1932). Medical Ministry. Mountain View, CA: Pacific Press Publishing Association. pág. 223.