



Una publicación de la oficina de Educación  
Pastoral y de Liderazgo Hispano (HPLE),  
The Mennonite e Iglesia Menonita Hispana

## ¡Bienvenidos al *Meno Acontecer* de Julio 2013!

Suscríbase gratis en:  
[menoacontecer@themennonite.org](mailto:menoacontecer@themennonite.org)  
Encuentre los números anteriores en:  
[www.MennoniteEducation.org/MenoA](http://www.MennoniteEducation.org/MenoA)

### ¡Saludos en Cristo!

Con el propósito de cubrir lo acontecido en las sesiones de la Convención nacional efectuada en Phoenix hace unos días atrás, y con unos días más tarde de lo acostumbrado, estamos llegando a ustedes con la presente edición de julio, 2013.



Viviendo en este país de libertad, hay libertad para hacer lo que le dé la gana a cualquiera, por supuesto que si está reñido con la ley, resultará en multas o cárcel. Ahora, hablando de la iglesia, también se ha introducido el mismo concepto de libertad. De hecho, se ven cosas que otra gente arreglaría de diferente manera, sin embargo, como en el reino de Dios debe reinar el amor, muchos también se aprovechan, sabiendo o no, para permitirse conductas que dañan el cuerpo de Cristo. Muchas veces sin detenerse a pensar en cuales pueden ser los resultados, y otras tantas, calculando lo que podrían obtener para sí mismos no importando la salud del cuerpo de Cristo, como la

Escritura nos indica en 2ª Timoteo 3:1-5, tiempos peligrosos... con gente amadora de sí mismos... amadores de los deleites, y que tienen apariencia de piedad.

Son tiempos en que el activismo político y las prácticas inmorales como el hurto y el engaño, la falsedad y la afirmación a la desviación y perversión sexual ya han destruido muchas iglesias. La iglesia no es el lugar para promover los cambios sociales de un mundo perdido que marcha hacia la condenación por su pecado. Por un mal entendido de la inclusión, la iglesia esta confundida. ¡Despertad, que el espíritu engañoso del mundo se ha introducido en la iglesia! Vivimos días en que aquella conducta mundana y perversa se ha instalado en la iglesia y se justifica con interpretaciones forzadas y rebuscadas en la Escritura.

Hablamos de acuerdo a Efesios 2:14 ... que dentro de la Iglesia debemos derribar las paredes divisorias que nos excluyen, y estamos de acuerdo. Sin embargo, debemos tener claro que una cosa es derribar las paredes de razas y nacionalidades que humanamente nosotros mismos hemos erigido, lo cual afirma dicho texto, pero otra cosa muy diferente es tratar de derribar las demarcaciones que Dios ha puesto para la entrada en el reino. Estas son apártese de pecado, entregue su vida al Señor y deje que sea Él quien dirija sus decisiones de acuerdo a la Palabra, “entonces nacerá tu luz” (Isaías 58:8).

La verdad y la realidad del evangelio es que Dios acepta y recibe al más vil y perdido pecador, pero no para seguir viviendo en pecado, por esto

es que la Biblia establece que la sangre de Cristo nos limpia de todo pecado, y su Espíritu nos da una vida nueva y diferente a la vida de pecado. Nos señala un camino a recorrer ofreciéndonos su compañía, para librarnos del pecado que nos asedia. Sin embargo, muchos deciden obedecer a su naturaleza pecaminosa y no obedecer a Dios, de ahí que el campo sembrado de trigo de la iglesia tiene también cizaña entremedio... y Jesús conociendo aquella condición, en Mateo 13:24-30 indica que al tiempo de la siega, la maleza será quemada. Pero observad cuidadosamente, ¡que la cizaña es diferente al trigo!

No somos nosotros los indicados a decidir quién está dentro o fuera de la iglesia, sino Dios, sin embargo, el propio testimonio manifiesta y delata a los que con engaños y huecas sutilezas dañan y destruyen al Cuerpo. La Palabra y el Espíritu nos exhortan: “apártese de iniquidad todo aquel que invoca el nombre de Cristo” (2ª Tim. 2:19b).

Buscad sabiduría, escudriñad las escrituras, orad sin cesar, vivid en la libertad con que Cristo nos hizo libres, esta es la libertad de no pecar, pues el yugo del pecado nos ha sido levantado por nuestro Señor Jesucristo... si es que vivimos en Él, y esto es vital.

La paciencia de Dios es infinita y asimismo su justicia y amor, pero no nos olvidemos que de acuerdo a lo que nosotros sembramos, así será lo que seguemos (Gál. 6:7). Por ahora, hemos sido llamados a sembrar la verdad, a exhortarnos, a edificarnos, a ayudarnos y a caminar juntos en paz.

¡Dios les bendiga! Y hasta la próxima edición...

RB por el equipo de HPLE

¿Tiene algo de su congregación, para compartir con los lectores de esta publicación? ¿Tiene proyectos que requieren oración? ¿Cuáles son sus peticiones? Envíenos un correo electrónico, o

denos una llamada telefónica, déjenos un mensaje en: [menoacontecer@themennonite.org](mailto:menoacontecer@themennonite.org)

Oficina de Educación Pastoral y del Liderazgo Hispano (HPLE) sirviendo a la Iglesia Menonita. No dude en contactarnos. El teléfono de nuestra oficina en Elkhart es el (574) 343-1315 Número gratuito para la denominación, en español es el 1-877-665-6662. Mi email es [rafaelb@mennoniteeducation.org](mailto:rafaelb@mennoniteeducation.org)

Por supuesto, si usted desea mayores detalles, puede entrar en nuestro sitio web [www.MennoniteEducation.org](http://www.MennoniteEducation.org) y presionar la barra azul que dice “En Español.”

Rogamos sus oraciones por el trabajo que Dios ha puesto en nuestras manos, ¡Gracias!

## Estudios y futuro

Las instituciones menonitas de educación presentaron interesantes exhibiciones durante la Convención de Phoenix, allí, miles de jóvenes visitaron y disfrutaron de juegos, premios y diversión, en medio de sus tiempos de adoración, seminarios educativos e informativos, acerca de sus decisiones para su futuro, en cuanto a estudios y carreras ofrecidas por las diferentes universidades. Ellos pudieron indagar acerca de sus posibilidades y becas en la parte financiera, además de residir en diferentes partes de la nación.

Si tú no pudiste estar en Phoenix, igualmente puedes buscar la información para tu caso en particular. Puedes contactar directamente a las instituciones menonitas listadas más abajo entrando en sus sitios de Internet. O si lo prefieres puedes llamarnos a la oficina de Educación Pastoral y de Liderazgo Hispano (HPLE) en la Agencia Menonita de Educación (MEA).

[www.MennoniteEducation.org](http://www.MennoniteEducation.org) Tel. (574) 642-3164 ó gratis al 1(800)877-665-6662.



**Bethel College**

Teléfono: 800-522-1887

**Bluffton University**

Teléfono: 800-488-3257

**Eastern Mennonite University**

Teléfono: 800-368-2665

**Goshen College**

Teléfono: 800-348-7422

**Hesston College**

Teléfono: 866-437-7866



**Convención en Phoenix**

*Por Rafael Barahona*

Del 1 al 5 de julio se celebró en Phoenix, Arizona, la Convención nacional bienal de la Iglesia Menonita de los Estados Unidos. Bajo un intenso calor sobre los 110 grados Fahrenheit se desarrollaron las sesiones de delegados, seminarios, talleres, adoración y sobre todo el compartir unos con otros. Por supuesto, que el calor estaba fuera de los edificios donde se realizaron las reuniones.

La representación de la IMH (Iglesia Menonita Hispana) se encontró ausente debido a las políticas anti-inmigratorias del estado de Arizona, como la había manifestado anteriormente. Es digno también de mencionar que hubo una cantidad de delegados anglosajones y de otras etnias que se abstuvieron de asistir a esta Convención en solidaridad con la posición de la Iglesia Menonita Hispana. Esta ausencia fue simbolizada durante todo el evento, por “la silla vacía”, esto consistió de una silla no ocupada, pero con algunos significantes elementos en ella, sobre la plataforma de sesiones de delegados y del lugar de la alabanza de los jóvenes.

Al comienzo de la sesión de delegados, el moderador saliente Dick Thomas, explicó a los asistentes sobre la silla vacía y leyó parte de la carta de IMH al respecto. Luego dio lectura completa a la

carta oficial de la IMH. En ella se expresan las razones por las cuales IMH no está presente, destacando que IMH no está en contra de la denominación sino que está en busca de la justicia. “En nuestra ausencia estaremos orando igualmente por la Convención”, dice la carta entre otras cosas. Thomas pide observar un minuto de silencio en oración por un mejor entendimiento. La silla vacía también simbolizó la ausencia de Elisabeth Soto, la nueva moderadora de la denominación. Soto estaba viajando por tierra hacia Phoenix en un peregrinaje con paradas en varias localidades y congregaciones, hasta llegar a recibir su cargo en la última sesión de delegados. En ese momento ella se encontraba en Apopka, FL y desde allí se conectó por Skype, conversó con Dick Thomas y enseguida se dirigió a todos los asistentes a la convención. Orando por la Convención compartió su bendición sobre los asistentes. Un aplauso espontáneo aprobó este emotivo tiempo de comunicación. ¡Gracias a Dios por la tecnología!

El tema principal de la Convención se enfocó sobre los asuntos de inmigración, como el lema lo expresa: “Ciudadanos del Reino de Dios: sanados en la esperanza.” La asistencia total a la Convención fue de aproximadamente 4500 personas entre jóvenes, adultos y niños. Mientras que los delegados oficiales ascendieron a un total 635, representando a la mayoría de las congregaciones de toda la nación.

La alabanza fue muy bien guiada por un talentoso grupo musical integrado por hermanos y hermanas de diferentes etnias y de diferentes iglesias y lugares geográficos, en una preciosa combinación de sus talentos de voz e instrumentos. Los oradores hicieron muy buenas presentaciones en el tema de la inmigración, especialmente el hermano Daniel Carroll, de quien escuchamos los mejores comentarios de los asistentes.

El cuerpo de delegados, entre muchas cosas más, trabajó en la aprobación para que la MHS (Alianza Menonita de Servicios para la Salud, por sus siglas en inglés) fuese recibida por la asamblea, como la quinta agencia de la Iglesia Menonita USA. Así también trabajaron en la reactualización de la declaración del 2003, sobre la posición de la iglesia en los asuntos de inmigración, notando que debe ponerse atención al lenguaje del documento.

El día viernes 5 al finalizar las sesiones de delegados, la nueva moderadora para MC USA, Elisabeth Soto, se hizo presente para predicar en el último servicio y para recibir su cargo. Al concluir



el último servicio la hermana Soto lideró una caminata de oración que reunió a cientos de personas, saliendo del Centro de Convenciones y hasta la plaza llamada Civic Space Park.

Al pedir algunas opiniones, el ministro de conferencia David Boshart nos comentó que los oradores estuvieron excelentes, y que apreció mucho la exposición bíblica de Daniel Carroll, delineando la posición de las Escrituras en cuanto a la inmigración y nuestra responsabilidad como ciudadanos del Reino. Mientras que el pastor David Araujo nos comentó que “todo el tema de inmigración trajo muy buena información, mejor y actu-

alizada al respecto, con palabras más claras y no ofensivas y equivocadas, como es la palabra ilegal”. Por su parte, el pastor Byron Pellecer estaba muy alegre de ver una gran cantidad de nuevos delegados, que vinieron por primera vez. Expresó estar... “contento, porque estamos releendo la Biblia, creo que Dios nos está acorralando, y que la Iglesia Menonita USA no está muriendo, sino repensándose, buscando lo que realmente significa ser un cristiano anabautista”, “y esto es saludable” agregó. Las fotografías nos muestran varios momentos de los días de Convención. Fotos by Rafael Barahona.



Arturo Montoya, vistiendo camisa que decía: I JUST LOOK ILEGAL (solo parezco ilegal)



Byron Pellecer ministrando



Exhibiciones de las agencias



La silla vacía



Mesa con traducción para delegados hispanos



Vista a la sesión de delegados

## Sitios Hispanos Menonitas en el Internet

¡Facilitando la interconexión menonita hispana!  
Incluimos las direcciones y enlaces electrónicos de sitio en la red, blogs y Facebook, de iglesias e instituciones menonitas hispanas de Estados Unidos, Puerto Rico, Canadá y otros lugares del mundo. Si su iglesia tiene sitio en el web, y no está aquí, por favor háganos llegar la dirección para incluirla en este listado. Esto nos ayudará a todos. ¡Exploremos lo que nuestros hermanos tienen para ofrecer!

### En los Estados Unidos:

Academia Menonita Betania  
[www.academiamenonitabetania.com](http://www.academiamenonitabetania.com)

CCM Damascus Road  
<http://PanParaElCamino.wordpress.com>

Comunidad Cristiana Vida Abundante  
[www.vidaabu.com](http://www.vidaabu.com)

Café de Tercera Alternativa  
[www.menonitas.net](http://www.menonitas.net)

Equipos Cristianos para la Paz  
<http://www.cpt.org/es/>

Fundación Abrazando la Niñez  
[www.abrazando.org](http://www.abrazando.org)

Iglesia Alfa y Omega  
[www.iglesiaalfayomega.com](http://www.iglesiaalfayomega.com)

Iglesia Luz del Evangelio  
[www.iglesialuzdelevangelio.com](http://www.iglesialuzdelevangelio.com)

Iglesia Manantial de Vida.  
[www.iglesiaevangelicamenonita.org](http://www.iglesiaevangelicamenonita.org)

Igl. Menonita de New Holland  
Jesucristo es el Señor  
[www.imjees.org](http://www.imjees.org)

Iglesia Menonita Betania  
[www.iglesiamenonitabetania.com](http://www.iglesiamenonitabetania.com)

Iniciativa Menonita Hispana  
<http://www.organicchurchtoday.com/profile/MarvinLorenzana>

Misiones menonitas en Puerto Rico  
[www.misionesmenonita.com](http://www.misionesmenonita.com)  
<http://misionesmenonitasdepuertorico.blogspot.com/>

Norristown Nueva Vida  
[www.norristownnewlife.com](http://www.norristownnewlife.com)

Sonido de Alabanza  
[www.sonidodealabanza.com](http://www.sonidodealabanza.com)

### Enlaces:

MC USA noticias en español  
<http://mennoniteusa.org/on-the-way/>

Para libros  
<http://astore.amazon.com/menonitas-20>

### Facebook:

Iglesia Menonita Unida de Avivamiento/United Revival Menonite Church, Brooklyn, NY  
Iglesia Menonita del Buen Pastor, Goshen, IN  
IBA Instituto Biblico Anabautista. Para cultivar la relación entre los centros de estudio.  
Misiones Menonitas de Puerto Rico

Menonita Rey de Gloria, Brownsville, TX  
Mujeres Victoriosas <http://www.facebook.com/pages/Mujeres-Victoriosas/115679195252055?ref=hl>

### En Latinoamérica:

Agrupación Menonita Latinoamericana de Comunicaciones  
[www.amlac.org.ar](http://www.amlac.org.ar) con noticias frescas de toda Latinoamérica

Centro Evangélico Menonita de Teología Asunción  
<http://www.cemta.org.py>

Enfoque Cristiano, desde Uruguay  
<http://enfoque.virtualave.net>

Iglesias Hermanos Menonitas de Colombia  
[www.HermanosMenonitasdeColombia.com](http://www.HermanosMenonitasdeColombia.com)

Iglesia Torre Fuerte Hermanos Menonitas  
[www.TorreFuerteHM.com](http://www.TorreFuerteHM.com)

### En España:

Menonitas en España  
[www.menonitas.org](http://www.menonitas.org)

Este sitio de las iglesias de España coordinado por Dionisio Byler, tiene unas secciones muy útiles de lecturas, meditaciones, libros y textos. Aquí hay excelentes recursos para estudio

## HPLE presenta taller en Phoenix

Por Rafael Barahona

Nuestra oficina MEA/HPLE presentó un taller en inglés, para informar a la audiencia anglosajona acerca de los programas de estudios teológicos a distancia ofrecidos por IBA y SeBAH, y que las iglesias hispanas están usando para la preparación de liderazgo en sus propias congregaciones. Debido al interés de varios líderes por explorar la posibilidad de usar los programas en las iglesias anglosajonas, y de otras etnias, se ha comenzado la traducción de los materiales al inglés. Este material también servirá especialmente a los estudiantes hispanos, que para sus estudios, se pueden expresar mejor en inglés.

Si usted no conoce de estos programas le invitamos a encontrar la información entrando al sitio de Internet:

<http://www.mennoniteeducation.org/MEAPortal/DeskTopDefault.aspx?tabid=704>



## Libros en español

En la actualidad hay recursos escritos disponibles tanto en nuestra página web: <http://www.mennoniteeducation.org/MEAPortal/Portals/57ad7180-c5e7-49f5-b282-c6475cdb7ee7/HPLE%20material/HPLE%20Order%20Form%20201207101.pdf> como en MennoMedia: [www.mennomedia.org](http://www.mennomedia.org) busque el material en español, este último cuenta con materiales provistos por SEMILLA, ambos muy útiles para la educación cristiana y la enseñanza en la congregación.

## Testimonio personal

De Amanda Falla: La Obra de Dios: Sanación de los riñones, Mieloma Múltiple y restauración total.

Amanda Falla cree que los milagros se consideran poco comunes porque la gente no comparte de ellos. Pero Amanda no puede guardar silencio.

Fue a mediados de junio en 2012, cuando Amanda fue diagnosticada con insuficiencia renal. Ella recuerda haber estado acostada en una cama

del hospital en Armenia, Colombia, mientras que la sangre fluía de un brazo a una máquina blanca del tamaño de un refrigerador pequeño, filtrando los desechos antes de que regresara de la máquina al otro brazo. Mientras que Amanda servía como obrero fraternal de la Red Menonita de Misión en Colombia, no era raro ver sus brazos extendidos para confortar a los vecinos. Pero esta vez, los brazos de ella se extendían a una máquina de diálisis fría y metálica.

Amanda y Gamaliel Falla, su esposo, tienen mucha experiencia en plantar iglesias. Pasaron mucho tiempo en los Estados Unidos plantando iglesias en los Estados Unidos y luego fueron enviados a la costa norte de Colombia. Debido a su trabajo, actualmente hay cinco iglesias y obras nuevas en la ciudad de Barranquilla, una iglesia en Riohacha y otra en Sahagún. El mismo mes que Amanda Falla fue diagnosticada con insuficiencia renal, la pareja se había trasladado a Armenia, Colombia, con el plan de servir desde un sitio central en el país, como coordinadores de acompañamiento pastoral con la Iglesia Menonita de Colombia (IMCOL).

El diagnóstico de Amanda significa que sus riñones no estaban extrayendo el líquido necesario de su cuerpo. Se hincharon sus pies y manos, y el líquido había entrado en sus pulmones. En ese momento, los médicos, Amanda, Gamaliel y sus tres hijos decidieron que Amanda debe trasladarse a vivir con sus hijos cerca de Chicago en los Estados Unidos. Falla recibiría atención médica de especialistas, así como estar cerca de sus tres nietos, de edades 16, 10 y dos.

Amanda, acompañada de un médico y su hijo, David, fue trasladado al Hospital de Edward en Naperville, Illinois. Gamaliel llegó un poco después.

"En los momentos de soledad y dolor emocional, el apoyo de la Red de Misión en todos los aspectos era muy importante. Las llamadas telefónicas, mensajes, ayuda económica para el traslado a Chicago, la flexibilidad para mí estar con ella en Chicago, todos sirvieron de inspiración", dijo Gamaliel.

Como ciudadanos de los EE.UU., conseguir las visas no era un problema para Amanda y Gamaliel. Aún así, no era pequeño milagro que los Falla encontraron un médico que pudo ayudar en la transferencia de Amanda a Chicago, a sólo 15 minutos de sus hijos.

Fue sólo cuando Amanda llegó al hospital, y fue



rodeada de un equipo de médicos, se dio cuenta de que su vida estaba en juego. Sin embargo, en un entorno hospitalario estéril y una cultura diferente, con un futuro incierto, Amanda continuamente recordaba a sí misma que estaba en las manos de Dios.

Cuando ella fue asignada a uno de los muchos especialistas en Chicago, otro pequeño milagro ocurrió: el médico era colombiano. Este fue otro pequeño recordatorio de que ella estaba en las manos de Dios.

Los médicos descubrieron que la causa de la insuficiencia renal era mieloma múltiple, una forma peligrosa de cáncer que se origina en la médula ósea. Tres veces a la semana, durante los próximos tres meses, se sometió a quimioterapia. Y cada vez que tenía tratamiento, ella oraba por un milagro, si no para la curación física, entonces tal vez la curación emocional. También continuó la diálisis de los riñones.

Después de tres meses de tratamiento, se enfrentó a un trasplante de médula ósea. “Dios, tú nos has dado todos estos recursos,” Oró ella durante el trasplante. “Aceptaré cualquier cosa que suceda.” Tras el trasplante de médula ósea, Amanda estaba agotada pero sorprendentemente de buen ánimo. No se sentía el dolor intenso que a menudo acompaña a la operación. Sólo le faltaba el apetito, un otro pequeño milagro.

“Su disposición a seguir el consejo de los médicos, mientras oraba a Dios para la curación, dio un fuerte testimonio de ser colaboradores con Dios: hacer nuestra parte y creer en la soberanía de Dios,” dijo Linda Shelly, directora de misiones latinoamericanas con la Red Menonita de Misión.

En las siguientes semanas, Amanda se enfrentó a más quimioterapia y una infección intestinal. Continuó su obra misionera por el intercambio de oraciones por sus amigos en Colombia, Chicago y Miami, mientras oraban por su sanidad.

En todo de su recuperación de la quimioterapia, seguía creyendo que Dios la sanaría. Pero aún ella no estaba preparada para la noticia que iba a escuchar.

Cuando escuchó los resultados de su última biopsia, Amanda se enteró de que su cáncer había entrado en remisión. “El Señor es bueno,” dijo.

“Tengo fe en que Dios me va a sanar,” dijo, refiriéndose a la insuficiencia renal. Sin embargo, le dijeron que si quería tener riñones que funcionen correctamente, ella tendría que estar conectada a una máquina de diálisis durante 4 horas al día, tres

días a la semana.

“Con [todo lo que hemos pasado],” Gamaliel escribió en una carta de oración, “siempre vemos la mano de Dios, [obrando]”. Después del trasplante de médula ósea, Amanda tuvo una visita de seguimiento para ver cómo sus riñones estaban reaccionando al trasplante. Cuando escuchó las siguientes palabras del doctor, ella sabía sin ninguna duda que Dios estaba en control.

“Amanda,” dijo el médico, “sus riñones están funcionando normalmente, no necesita un trasplante de riñón, o incluso la diálisis o la medicación.”

El médico le dijo que, en sus muchos años de práctica profesional, nunca había visto un riñón que se recupere completamente de esta forma. Amanda dijo que no tenía palabras para expresar lo agradecida que ella, toda su familia y la comunidad tenían para expresar gratitud por su recuperación. No sabe por qué Dios escogió sanarla, pero sabe que Dios todavía tiene trabajo para que ella haga.

Amanda enfatizó la importancia de compartir los milagros que se experimentan. “¡No hemos oído de los milagros, porque somos demasiado callados sobre ellos!”

Entonces, ¿qué planea Amanda Falla de hacer ahora? “Vivir para El hoy, dar gloria a Dios y compartir acerca de su curación milagrosa,” dijo.

## Del Dr. Nuñez: Dolores de cabeza

Conclusión

Por el Dr. Eliseo Nuñez Estrella

Estimado lector, concluiremos con el tema más arriba señalado, recordándoles que es con la finalidad de educar e informar y no suplir el diagnóstico médico. Permítanme usar este texto clave: deseo que tú seas prosperado en todas las cosas, y que tengas salud, así como prospera tu alma. (3Jn 1:2).

En la edición anterior decíamos que la enfermedad se caracteriza por un inicio rápido y síntomas que pueden variar ampliamente. En conclusión, el síndrome de Reye generalmente se presenta después de una infección de las vías respiratorias superiores o de una varicela, aproximadamente después de una semana. Con frecuencia comienza con vómito persistente du-



rante varias horas, seguido rápidamente por un comportamiento irritable y agresivo. A medida que la afección progresa, el niño puede entrar en un estado de semi-inconsciencia o estupor y finalmente presentar convulsiones y coma que puede llevar rápidamente a la muerte.

Las jaquecas pueden responder a una combinación de medicamentos para la migraña. En caso de que los medicamentos de venta libre no logren controlar el dolor, se recomienda hablar con el médico con respecto a su dolor de cabeza. Si se utilizan medicamentos para el dolor más de dos veces por semana se puede estar sufriendo de cefaleas de rebote, las cuales son causadas por un ciclo de uso de medicamentos para el dolor a corto plazo, al que le sigue el retorno del dolor de cabeza por períodos cada vez más largos, a pesar de tomar más medicamentos para el dolor.

Todos los tipos de analgésicos (incluyendo los medicamentos de venta libre), relajantes musculares, algunos descongestionantes y la cafeína pueden producir este patrón. Si se considera que este puede ser un problema para la persona, se debe consultar al médico.

Algunos de los exámenes diagnósticos que se pueden practicar son:

TC de la cabeza, IRM de la cabeza, Radiografía de los senos paranasales, Biopsia de la arteria temporal y Punción lumbar.

Si se diagnostica una migraña es posible que se prescriban medicamentos que contienen derivados del cornezuelo del centeno. La arteritis temporal se debe tratar con esteroides para prevenir el desarrollo de ceguera y los demás trastornos se manejan con un tratamiento apropiado. Sin embargo, debe saber que estos tienen efectos secundarios. La prevención es más importante.

La Prevención es importante: Los siguientes hábitos saludables pueden disminuir el estrés y reducir la probabilidad de padecer dolores de cabeza: Dormir bien, Consumir una dieta saludable, Hacer ejercicio de manera regular, estirar el cuello y la parte superior del cuerpo, especialmente si el trabajo implica escribir a máquina o usar un computador. Aprender a adoptar una postura apropiada, dejar de fumar, aprender a relajarse utilizando la meditación, y la respiración profunda.

En nuestra farmacia natural puede conseguir los suplementos que le pueden ayudar a suprimir estos y otros problemas; como dolor de cabeza o migraña. Vea la lista Síntomas/Enfermedades.

**¡QUE DIOS LES BENDIGA!**

Para preguntas o consejos, escríbenos a:  
drenuneze@msn.com Sígueme en  
www.twitter.com/drenuneze

No olvides visitar:  
www.hnhsupplements.com/es Síguenos en  
www.facebook.com/medicinasnaturales

[El Dr. Núñez Estrella practicó medicina general y es especialista en medicina alternativa. Sirve como tutor de IBA en Apopka, FL.]

Las opiniones vertidas por los colaboradores en esta publicación no representan necesariamente la posición oficial de Meno Acontecer, The Mennonite, Inc., o la Iglesia Menonita Hispana o la Iglesia Menonita USA