



UNIVERSIDAD TEOLOGICA
DEL
C A R I B E



SEMANA 6

Evelyn Betancourt Villanueva, MPHE

ebetancourtwillanueva@utc.pr.edu

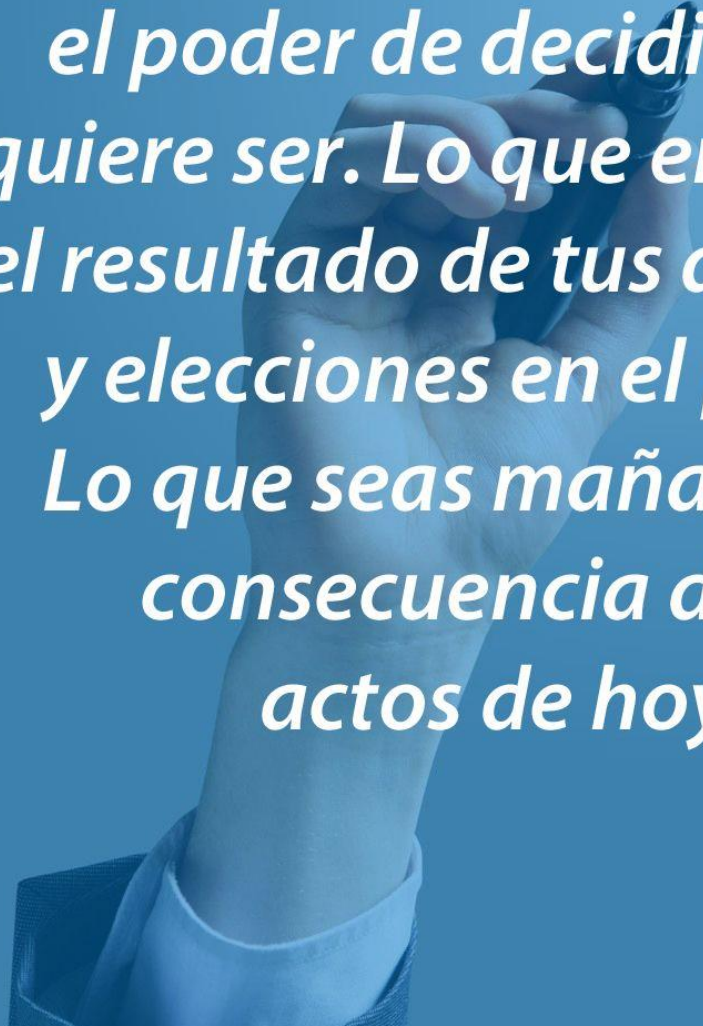
Tema: Salud Integral del Ministro

Objetivo: Evaluar la importancia de la salud integral del ministro

- Sexualidad sana
- Salud Integral del ministro
- ¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?
- Salud Familiar del ministro

Soy el único
responsable

“Cada uno es responsable de lo que le sucede y tiene el poder de decidir lo que quiere ser. Lo que eres hoy es el resultado de tus decisiones y elecciones en el pasado. Lo que seas mañana será consecuencia de tus actos de hoy.”

A hand holding a pen, symbolizing writing or decision-making. The hand is positioned as if about to write on a surface. The background is a solid blue color.



Sexualidad sana

¿Cuáles son los componentes de un ministro sexualmente sano?



- Integridad saludable
- Relaciones personales saludable
- Conocimiento de los límites
- Poseer una identidad (¿quién soy?) sana
- Tener influencia sana



Salud integral
del ministro

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

- El pastor que sigue los pasos de Jesús entiende que la sanidad es una parte vital del ministerio. La sanidad bíblica abarca la sanidad:
 1. Física
 2. Mental- Emocional
 3. Espiritual
- Con frecuencia los tres aspectos aparecen interrelacionados.

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

1. Físicas

- Descanso
- Cuidado personal
- Comer los alimentos adecuados
- Hacer ejercicio regularmente
- Visitar al médico

2. Mentales – Emocionales

- La salud mental-emocional puede afectar la **salud física y la salud espiritual**.
 - Por ejemplo, un agotamiento mental prolongado puede debilitar el sistema de inmunidad y bajar la resistencia a las enfermedades.

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

3. Mentales – Emocionales

- El **estrés** causa la liberación de adrenalina y de hidrocortisona, dos poderosas hormonas que aumentan la actitud de alerta y fomentan la energía.
- Esta respuesta de lucha-o-huye del agotamiento es perfecta para responder al daño físico, preparando a las personas para luchar o para huir de una amenaza a la supervivencia.
- Sin embargo, cuando los constantes agotamientos de la vida ponen en acción esta respuesta, pueden comprometer la salud de la persona.

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

3. Mentales – Emocionales (Cont.)

- El estrés continuo puede producir síntomas físicos, tales como dolores de cabeza, trastornos estomacales, alta tensión arterial, molestias en el pecho y problemas para dormir. También puede afectar las relaciones de la persona, e incluso la vida sexual de un matrimonio.
- Puede influir, por tanto, en el cuerpo, la mente y el espíritu del individuo.
- Algunas personas consideran que las relaciones sexuales es una forma de reducir las tensiones, sin embargo, otras personas piensan que las relaciones sexuales es una forma innecesaria para distraerse cuando tienen otras cosas que les preocupa.

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

3. Mentales – Emocionales (Cont.)

- El agotamiento mental puede aumentar la presión sanguínea al constreñir el flujo sanguíneo en las arterias, lo que resulta en problemas cardiovasculares.
- La *hidrocortisona* aumenta el azúcar en la sangre, lo que es normal si uno debe huir del peligro. Sin embargo, los niveles crónicamente elevados de hidrocortisona pueden llevar a la resistencia a la insulina y a diabetes de tipo 2.
- Muchas personas que sufren de depresión tienen niveles elevados de hidrocortisona, imitando los efectos de agotamiento mental crónico.
 - Proverbios 17:22, “El corazón alegre constituye buen remedio; mas el espíritu triste seca los huesos”.



Estrés

¿Qué es el estrés?

"POR NADA ESTÉIS AFANOSOS, SINO SEAN CONOCIDAS VUESTRAS PETICIONES DELANTE DE DIOS en toda oración y ruego...

Filipenses 4:6-7

**... Y LA PAZ DE DIOS, que sobrepasa todo entendimiento,
GUARDARÁ VUESTROS CORAZONES Y VUESTROS PENSAMIENTOS
en Cristo Jesús."**



Pasos para el manejo del estrés

- Explorar las causas
- Manejar los factores estresantes
- Asumir responsabilidades

¿Cómo fortalecer la salud sexual del ministro?

4. Espiritual

- Dedicar tiempo a la oración.
 - Por lo tanto orar es una disciplina importante para el ministro, así que el pastor que no ora es un perdedor porque en la oración hay poder que si no lo aprovecha caerá abatido ante las tentaciones del enemigo. Además ella afirma que la consagración diaria es el primer trabajo del cristiano.
- Alimentarse del estudio y la meditación de la palabra de Dios.
- Dedicar tiempo para la adoración y el estudio de la Palabra de Dios.
- Ayunar
- Ofrendar alabazas
- Lectura de libros, entre otros

Repasando...

Intimidad del ministro con su cónyuge

- El sexo en el matrimonio es:
 - Normal y bueno
- Ambos deben gozar del sexo
- Ayuda a una sana comunicación
- Aprender de las cosas que más agraden al otro
- Cultivar la relación para garantizar la máxima satisfacción
- Es una manera para aliviar la tensión, expresar el amor y es una manera de llenar de satisfacción
- Trae unidad en la pareja
- La relación de pareja debe ser la máxima prioridad.

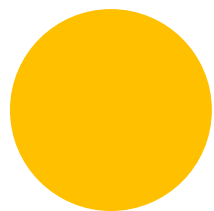
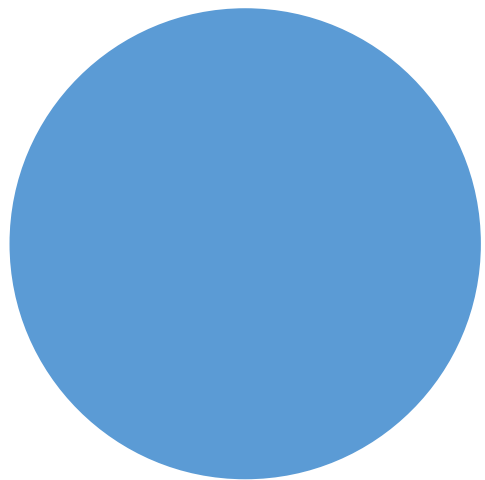
La relación de pareja del ministro es un ejemplo para inspirar a otros.

¿Cómo enfrentan los problemas?

¿Cómo discuten los problemas frente a otros?

¿Cuidan su comunicación frente a los demás?

¿Dedican tiempo de calidad con la pareja?



La salud familiar del
ministro

Cultivar un hogar feliz



Referencias del curso

- Beattie, J. P., & Stephens, D. W. (2013). *Professional Sexual Ethics: A Holistic Ministry Approach (1ra ed.)*. Mineapolis: Fortress Press.
- Brubee, R. K. (2011). *El pastor sexualmente sano*. Recuperado en enero 18, 2016, de Enrichment Journal for Pentecostal Ministry: http://ag.org/enrichmentjournal_sp/201103/201103_038_Sex_Health.cfm
- Crooks, R., & Baur, K. (2010). *Nuestra sexualidad* (2nd ed.). Distrito Federal, Mexico: Cengage Learning .
- Hormacheca, D. (2005). *Tesoros de Intimidad*. Nashville, Tennessee, United States of America: Caribe-Betania, Inc.
- López, E. (2001). *Simbolismo de la Sexualidad Humana: Criterios para una ética sexual* (2nd ed.). Michigan: Sal Terrace.
- Mock, G., & Montes, C. (2013). *Aprendo sobre el amor y el sexo* (1ra ed.). Puerto Rico: Publicaciones Puertorriqueñas.
- Reassons, J. A. (2004). *El código de moralidad para los ministros: un nivel mas alto de conducta y compromiso*. Recuperado en enero 15, 2016, de Enrichment Journal for Pentecostal Ministry: http://ag.org/enrichmentjournal_sp/200404/200404_102_code.cfm
- Scott, F. (2008). *Crisis Counseling: A Guide for Pastor and Professionals*. Michigan: Kregel Academic & Professional.
- Struthers, W. M. (2011). *La adicción a la pornografía en el cerebro: su naturaleza destructiva y cómo superarla*. Recuperado en enero 16, 2016, de Enrichment Journal for pentecostal Ministry: http://ag.org/enrichmentjournal_sp/201103/201103_080_porn_addict.cfm
- Trull, J. E., & Carter, J. E. (2013). *Ética Ministerial* (11ma ed.) Alabama, Texas, Estados Unidos de America: Mundo Hispano.
- Wood, R. K. (2011). *La restauración de un alma dañada: un ministerio de la iglesia para los sexualmete quebrantados*. Recuperado en enero 18, 2016, de Enrichment Journal for Pentecostal Ministry: http://ag.org/enrichmentjournal_sp/201103/201103_072_Restore_soul.cfm
- Young, R. J. (2014). *El ministerio y las éticas en crisis: Implicaciones para los ministros del siglo 21*. Recuperado en enero 15, 2016, de Enrichment Journal for Pentecostal Ministry: http://ag.org/enrichmentjournal_sp/200404/200404_016_crisis.cfm

QUE
ME
LLEVO?

