

Domingo 27 de Febrero de 2022 | Matutina para Adolescentes | Sustituto del azúcar

Descripción



Sustituto del azúcar

La ley del Señor es perfecta: infunde nuevo aliento. [!] Son más deseables que el oro, más que mucho oro refinado; son más dulces que la miel, la miel que destila

del panalâ?• (Salmo 19:7, 10, NVI).

Hoy en dÃa tenemos todo tipo de endulzantes sustitutivos del azÃcar, como la sacarina, la sucralosa y el aspartamo. La sacarina fue anterior a todos ellos al menos por cien aÃ±os. En este dÃa de 1879, se inventÃ³ la sacarina. Es un hecho muy sorprendente. Cuando pensamos en los sustitutos del azÃcar, no se nos suele ocurrir que se descubrieron hace 140 aÃ±os. Al fin y al cabo, en el siglo XIX, el azÃcar reciÃ©n estaba empezando a ganar terreno como endulzantes en las empresas de alimentos y en las mesas.

La sacarina fue descubierta por Constantine Fahlberg en la Universidad John Hopkins de Baltimore, Maryland, Estados Unidos. Se refiriÃ³ a ella como Âtoluensulfoclorido. (Â¡RepÃtelo, repÃtelo, rÃpido, rÃpido, rÃpido, cinco veces seguidas!) La sacarina es una sustancia quÃmica edulcorante que tiene algunas propiedades muy interesantes. Es 550 veces mÃs dulce que el azÃcar de mesa, no tiene calorÃas y el cuerpo humano no puede absorberla. No tiende a favorecer las caries dentales, tiene una vida Âtil bastante larga y deja un sabor ligeramente amargo.

En la dÃcada de 1970, los estudios de laboratorio sugirieron que la sacarina podÃa provocar cÃncer de estÃmago en las ratas. Sin embargo, estos hallazgos se revirtieron posteriormente cuando se descubriÃ³ que las ratas habÃan ingerido cantidades exorbitantes de sacarina. A pesar de su atractiva cualidad de tener cero calorÃas, incluso la sacarina puede causar problemas de salud si se consume en exceso.

Nuestros cuerpos son el templo de Dios y necesitamos mantenerlos sanos para Âl. David dijo que las leyes de Dios son perfectas y estÃn diseÃadas para hacernos sabios. Al hablar de ellas, no solo se referÃa a los Diez Mandamientos, sino tambiÃ©n a leyes de la salud, entre otras. Dios nos presentÃ³ estas leyes de salud en el JardÃn del EdÃ©n con AdÃn y con Eva, las compartiÃ³ en el desierto con los hijos de Israel, y las explicÃ³ con gran detalle a travÃs del ministerio de Elena de White. Dios no inventÃ³ estas leyes arbitrariamente para robarles a nuestras papilas gustativas un placer temporal o para hacernos sentir culpables por no comer bien. Son sus dones. Â! quiere que experimentemos el placer duradero que disfrutamos al mantener nuestros cuerpos en la mejor condiciÃ³n. Cuando nos comprometamos a comer alimentos sanos y naturales, descubriremos que las papilas gustativas empezarn a disfrutar del cambio.

Las leyes de Dios son mÃs valiosas que el oro fino y mÃs dulces que la miel. Â¿Por quÃ© no te sirves un poco hoy mismo?