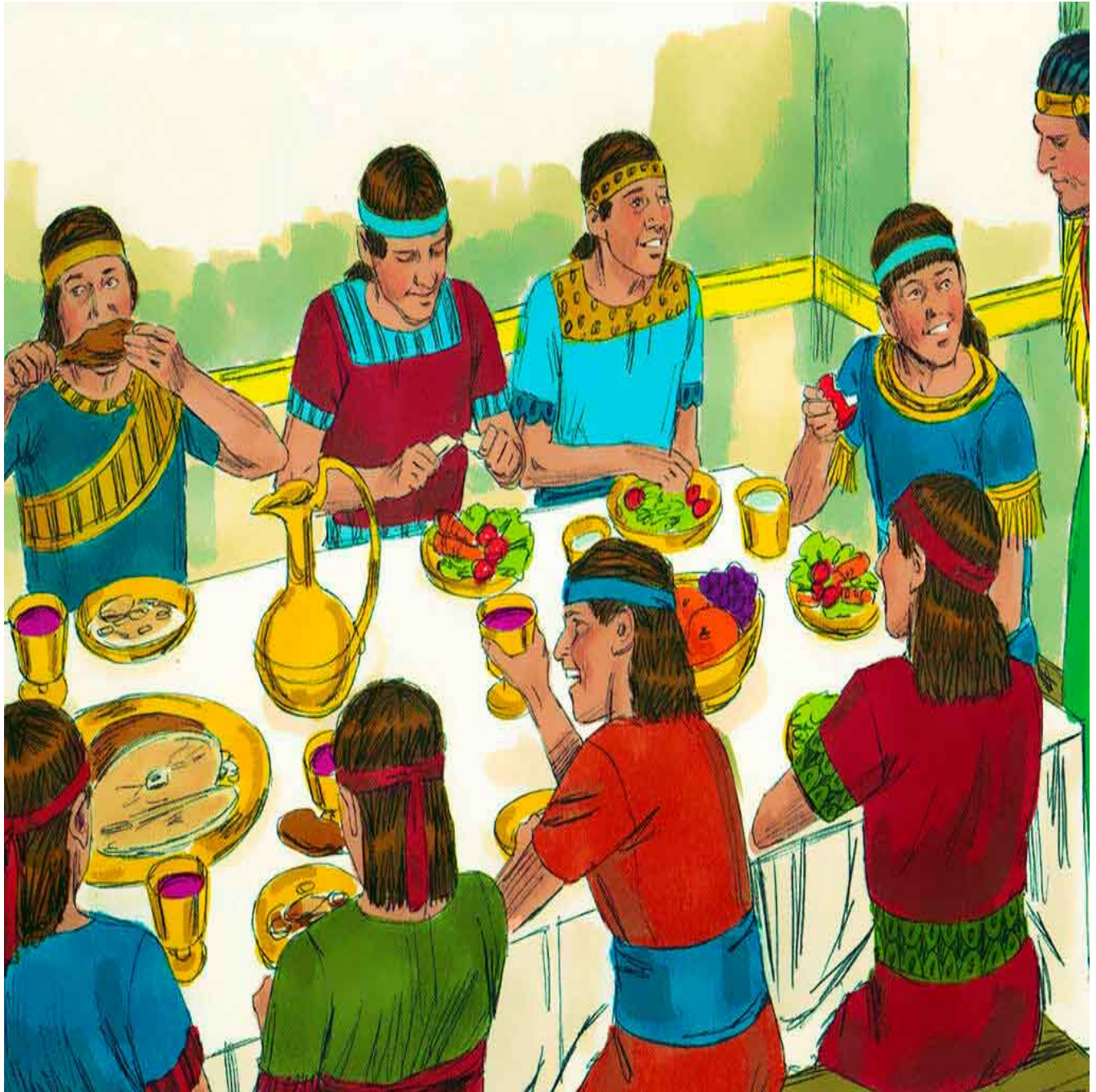


Matutina para Menores, Viernes 02 de Abril de 2021

### Descripción



## ¿Qué pidieron beber Daniel y sus amigos en Babilonia?

¿Ruego a usted que haga una prueba con estos servidores suyos: ordene usted que durante diez días nos den de comer solamente legumbres, y de beber solamente agua? (Daniel 1:12).

Marca la respuesta correcta

1. Agua.
2. Vino.
3. Leche.

### ¿Has leído alguna vez la lista de ingredientes que tienen las sodas o los refrescos?

Seguro que tus padres siempre te aconsejan no tomarlos, pero ¿sabes por qué? Si no lo sabes, hoy lo vas a averiguar.

Si lees detenidamente la lista de ingredientes te darás cuenta de que lo que menos tienen es fruta. En esa lista encontrarás palabras como: aditivos, colorantes, edulcorantes artificiales, acidulantes, estabilizantes, conservantes, sabores artificiales... ¿Y en ningún lugar encontrarás que tienen fruta!

Además de todas esas palabras, que puedes buscar en el diccionario para saber su significado, debes saber que las sodas no van a quitarte la sed, pues contienen una gran cantidad de azúcar y sal. Por eso, en lugar de calmar la sed, las sodas crean adicción y provocan muchas enfermedades como la diabetes, la obesidad, la osteoporosis, las caries y muchas más (cuyo significado puedes buscar también en el diccionario).

Actualmente, hay personas que no pueden dejar de tomar estas bebidas y otras más perjudiciales que contienen café o alcohol, incluso toman varias al día, durante toda su vida, sin darse cuenta de que son perjudiciales para su salud.

¿Recuerdas la historia de Daniel y sus amigos? Puedes leerla en la Biblia, en el libro de Daniel. Ellos decidieron no comer ni beber lo que el rey Nabucodonosor les ofrecía. A cambio, pidieron legumbres y agua. Y demostraron ser más fuertes e inteligentes que el resto de los jóvenes del palacio.

Si quieres mantener tu cuerpo saludable haz como Daniel, no bebas ni comas aquello que sabes que perjudica tu salud, aunque todos lo hagan. Y cúntales a los demás por qué no lo haces, seguro que se sorprenderán.

**Busca la etiqueta de una botella de agua y escribe en tu Diario de Oración tu compromiso de no tomar bebidas perjudiciales para tu salud.**