

A Importância da Mensagem de Saúde Adventista

Bárbara de Siqueira Beiriz Abreu

UNASP 



A Importância da Mensagem de Saúde Adventista

Bárbara de Siqueira Beiriz Abreu¹

Resumo: Em 2002 a Organização Mundial da Saúde (OMS) asseverou que dois terços de todas as doenças do mundo em 2020 seriam decorrentes de escolhas relativas ao estilo de vida individual. Atualmente a previsão se torna realidade, já que as principais causas de mortes prematuras em adultos estão relacionadas ao uso de tabaco, dieta inadequada, consumo de álcool e sedentarismo. Em contrapartida, os princípios de saúde dos Adventistas do Sétimo Dia vão na contramão desses dados mundiais. Assim, o objetivo deste trabalho é mostrar a importância da mensagem de saúde da IASD e como se pode aprender através da história acerca dos benefícios dos ensinos sobre saúde que Deus passou a seus profetas, designando um estilo de vida saudável. Metodologicamente, este estudo caracteriza-se por uma revisão bibliográfica. Com o presente estudo compreende-se que as raízes da mensagem de saúde da IASD são bíblicas, e que as visões de Ellen G. White sobre o assunto vieram trazer luz à escuridão que se havia tornado, como a história mostra. Atualmente, essa mensagem de saúde, que traz consigo um apelo à reforma do estilo de vida do povo de Deus, é de extrema relevância para o cumprimento da missão de levar a outros a esperança da salvação. Uma vez que essa mensagem de saúde é parte desse movimento profético.

Palavras-Chave: Adventistas do Sétimo Dia; Estilo de Vida; Mensagem de Saúde.

Abstract: In 2002, the World Health Organization (WHO) stated that two-thirds of all diseases in the world by 2020 would be caused by individual lifestyle choices. This prediction is now becoming a reality, since the main causes of premature deaths in adults are related to tobacco use, poor diet, alcohol consumption, and a sedentary lifestyle. On the other hand, the health principles of Seventh-day Adventists go against these global data. Thus, the objective of this study is to show the importance of the SDA health message and how we can learn from history about the benefits of the health teachings that God passed on to his prophets, designating a healthy lifestyle. Methodologically, this study is characterized by a literature review. With this study, we understand that the roots of the SDA health message are biblical, and that Ellen G. White's views on the subject brought light to the darkness that had become, as history shows. Today, this health message, which brings with it a call to reform the lifestyle of God's people, is extremely relevant to fulfilling the mission of bringing hope of salvation to others. This health message is part of this prophetic movement.

Keywords: Seventh-day Adventists; Lifestyle; Health Message.

¹ Graduada em Fisioterapia pela Pontifícia Universidade Católica e Teologia pelo Centro Universitário Adventista de São Paulo. Email: barbara.beiriz@yahoo.com.br

1. Introdução

Em 2002 a Organização Mundial da Saúde (OMS) divulgou que dois terços de todas as doenças do mundo em 2020 seriam decorrentes de escolhas relativas ao estilo de vida individual ([Chopra et al., 2002](#)). Hoje se vê que esta previsão estava correta, pois as principais causas de mortes prematuras em adultos estão ligadas a comportamentos insalubres, como uso de tabaco, dieta inadequada, consumo de álcool e sedentarismo. Por esse motivo, provavelmente, políticas públicas de saúde, em todas as partes do mundo, buscam favorecer a adoção e a manutenção de hábitos que melhorem a qualidade de vida da população ([Abdala e Alfieri, 2019](#)). O controle das Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT) é considerado um dos maiores desafios do século XXI, tendo a OMS estimado que as DCNT foram responsáveis por 68% das mortes em 2012 ([World Health Organization, 2014](#)).

Com essa perspectiva, [Dan Buettner \(2012\)](#) pesquisou, juntamente com National Geographic Society, grupos sociais que se destacam no mundo pelo estilo de vida saudável e estudou a fundo regiões do mundo conhecidas pela longevidade e pela grande quantidade de centenários, denominando-as ‘Zonas Azuis’. Ou seja, são locais que não só tem concentração elevada de indivíduos com mais de 100 anos, mas também são aglomerados de pessoas que envelhecem sem problemas de saúde como doenças cardíacas, obesidade, câncer ou diabetes. Um desses grupos são representados pelos Adventistas do Sétimo Dia (ASD), que são caracterizados por um estilo de vida próprio que incentiva e visa à boa saúde. Esse o estilo de vida constitui um dos pilares fundamentais da IASD.

Tal estudo trouxe os holofotes para o viver saudável e despertado o interesse da comunidade científica. Essa observação científica se verifica em pesquisas, realizadas sobre o grupo populacional dos ASD que vivem na Califórnia (EUA), como também, em outras comunidades dos ASD em diversas partes do mundo.

Os princípios de saúde dos Adventistas do Sétimo Dia englobam vários aspectos, dentre eles os hábitos de higiene pessoal, o regime alimentar, a não utilização de estimulantes, bebidas alcoólicas, tabaco e outras drogas, bem como a prática regular de atividades físicas ([White, 2015](#)). Atualmente, apenas o consumo de alimentos considerados impuros listados na bíblia, no livro de Levítico 11 e a utilização de tabaco e álcool são proibidos pela Igreja Adventista do Sétimo Dia, sendo as demais recomendações de livre escolha ([IASD, 2018](#)).

O objetivo deste artigo é mostrar a importância da mensagem de saúde da IASD e como se pode aprender através da história acerca dos benefícios dos ensinos sobre saúde que Deus passou a seus profetas, designando um estilo de vida saudável. É importante destacar que, metodologicamente, este estudo é caracterizado por uma revisão bibliográfica, considerando livros e artigos específicos da área de conhecimento da Teologia e Saúde. Vale salientar que este trabalho é fruto de incentivo do Grupo de Pesquisa Cultura e Adventismo do curso de Teologia da FAT, Campus UNASP Engenheiro Coelho.

2. Conceito de Saúde

O termo saúde acompanha o desenrolar da história desde milhares de anos e se desenrola até os dias atuais. Ao se observar as primeiras publicações no que se diz respeito à saúde, nota-se seu atrelamento à doença. Estar enfermo era considerado o contrário de estar saudável, mas ainda não havia um conceito universalmente aceito para definir a palavra saúde até o século XX. Para isso, foi necessário um consenso entre as nações, através de um organismo internacional. Assim, ao findar da Segunda Guerra Mundial foi criada a OMS e difundido o primeiro conceito de saúde universalmente aceito, divulgado na carta de princípios de 7 de abril de 1948. Nela está escrito: “Saúde é o estado do mais completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de enfermidade” ([Scliar, 2007](#)).

Já em 1999 a OMS propôs um novo conceito de saúde em que é considerada um “estado dinâmico de completo bem-estar físico, mental, espiritual e social” ([World Health Organization, 1999](#)). Ou seja, uma abordagem holística da saúde, que requer a adoção de um conjunto maior de bons hábitos para que haja uma efetiva promoção da saúde.

2.1 Conceito Bíblico de Saúde

De acordo com [Reid \(2011\)](#) qualquer estimativa racional dos ensinos bíblicos sobre saúde e cura deve ser pela perspectiva que o mundo de Deus era um planeta de grande complexidade, organizado em harmonia integrada, na qual os seres humanos e toda natureza se uniam para cumprir os ideais divinos. Nisso se vê que a abordagem bíblica não somente reconhece a participação divina além da natureza, mas faz desse envolvimento algo central.

As Escrituras Sagradas são claras a respeito dos seres humanos pertencerem a Deus por criação e redenção, e que, como mordomos, possuem a responsabilidade de cuidar de si próprios. Sendo assim, a ligação integral entre saúde e santidade é vital para estreitar os laços entre Deus e o ser humano. Embora distorcido pelo pecado, o vínculo Criador-criatura continua garantindo que tudo quanto afeta os seres humanos é importante para Deus, que por ser misericordioso sempre almeja o melhor para Suas criaturas. Essas verdades formam a estrutura da visão (cosmovisão) bíblica e demonstram porque a vida humana e a própria compreensão dela devem ser essencialmente religiosas ([Reid, 2011](#)).

[Souza \(2011\)](#) ressalta que no Antigo Testamento os hebreus não separavam a saúde física de sua dimensão espiritual, porque a relação com Javé, formalizada pela aliança, deveria ser desenvolvida em todas as esferas da vida. Os hebreus não separavam a saúde física de sua dimensão espiritual, a mente hebraica não pensava no ser humano como puramente físico, nem a saúde como sendo por uma condição exclusivamente física ([Reid, 2011](#)).

Provavelmente a palavra hebraica *shalom* é a que melhor expressa o conceito de saúde no Antigo Testamento (AT). Ela ocorre aproximadamente 240 vezes, sendo somente 38 vezes usada em contextos que a contrastam com guerra. Na realidade *shalom*, cujo significado básico é paz, possui um espectro amplo de significados, podendo expressar a noção de plenitude, prosperidade, bem-estar e, consequentemente, saúde. Em algumas passagens, esta é a palavra hebraica subentendida ao termo “saúde”, como em Gênesis 43:27 e Êxodo 18:7 ([Souza, 2011](#)).

[Carson \(2007\)](#) em seu comentário sobre o evangelho de João diz que embora *shalom* seja uma palavra comum, utilizada até hoje como saudação, era também um termo abrangente usado para denotar o bem-estar absoluto que caracterizaria o povo de Deus uma vez inaugurado o reino escatológico.

Pode-se encontrar várias passagens na Bíblia onde observamos, muitas vezes não explicitamente, medidas de promoção de saúde. O descanso, por exemplo, foi institucionalizado no quarto mandamento, pois a observância deste mandamento ensinava o princípio básico da necessidade de repouso e estimulava uma relação vertical com Deus (Êx 20:8-11), desconsiderar este princípio poderia levar à exaustão e ao estresse ([Souza, 2011](#)).

No Pentateuco encontram-se procedimentos relacionados com a prevenção de doenças e a consequente preservação da saúde; por exemplo, as prescrições para

isolamento de pessoas suspeitas de estarem infectadas pela “lepra” ilustram um aspecto interessante da legislação hebraica que contribuía para inibir difusão de doenças contagiosas. Além disso, na Bíblia o termo “mãos limpas” tornou-se uma metáfora para uma consciência limpa, o que indica a importância deste ato elementar de higiene no contexto bíblico (Dt 21:6; 2 Sm 22:1; Sl 18:21; Jó 9:30; 22:30). Outros textos mencionam o lavar os pés como parte do ritual de hospitalidade. A ênfase na pureza incluía frequente lavagem, principalmente antes das refeições; a limpeza de panelas ou a sua destruição (Lv 11:33); saneamento e coleta de lixo adequada (Dt 23:12-14); e as casas deviam ser mantidas livres de mofo e bolor ou então destruídas ([Souza, 2011](#)).

Nota-se também várias leis que orientavam a conduta sexual dos israelitas (Lv 15), incluindo-se a circuncisão (Lv 12:3) e outras normas que abordavam a sexualidade (Êx 20:14), aspectos aparentemente triviais, mas que exerciam um papel importante na prevenção de doenças transmissíveis e assim contribuíam para uma melhor qualidade de vida ([Souza, 2011](#)).

Com relação à dieta e às prescrições alimentares, também associadas ao conceito de saúde bíblica, destaca-se que a primeira dieta, a dieta ideal, consistia em alimentos de origem vegetal, uma dieta puramente vegetariana (Gn 1:29-30). Esse padrão reaparece em outros textos, como no caso de Daniel e seus companheiros, que se destacaram entre os demais sábios da Babilônia por adotarem uma dieta de vegetais (Dn 1:12-15). Textos de teor messiânico descrevem ainda uma nova criação, onde os animais viveriam em harmonia entre si e com os humanos, como em Isaías (11:6-9); tais passagens inferem uma dieta vegetariana na nova criação, já que o consumo de carne se opõe ao ideal edênico e messiânico de um paraíso ecológico de convivência pacífica entre humanos e animais ([Souza, 2011](#)).

O consumo de carne passou a fazer parte da dieta humana por ocasião do dilúvio. Com isso, Deus distingue entre carne limpa e imunda, sendo a imunda proibida para consumo humano (Gn 7:8; 8:20). Além disso, a ingestão de sangue também era proibida (Gn 9:4; Lv 3:17; 7:26-27; Dt 12:16). Levítico 11 e Deuteronômio 14:4-21 prescrevem de forma concisa e clara os princípios alimentares a serem seguidos. Seu propósito e consequência se cristalizam no adjetivo “santo” e na relação de aliança entre Deus e Seu povo; por estar em íntima conexão com Deus, este povo desfruta de saúde em suas múltiplas dimensões ([Souza, 2011](#)).

Em seus ensinos sobre o corpo como lugar de habitação de Deus, o apóstolo Paulo faz um retrospecto desde os ensinos do AT para mostrar que o cuidado físico é uma questão que interessa a Deus (1Co 3:16-17; 6:19-20). Seu apelo incisivo mostra que ele considerava isso uma importante verdade, destacando que o corpo pertence a Deus tanto por criação como por redenção e que manter o corpo puro para a habitação do Espírito é uma responsabilidade cristã. Conservar a saúde em ótimo estado é, portanto, um empreendimento cooperativo entre o Criador e a criatura ([Reid, 2011](#)).

Ao cumprir as ordenanças que Deus estabelecera, o povo de Israel seria admirado; ao chamar atenção dos outros povos, Deus seria exaltado (Dt 4:5-9; 28:1-14). Assim, o bom exemplo e o testemunho alcançariam pessoas que, de outra forma, jamais seriam alcançadas, associando assim o conceito de saúde à obra missionária ([Santos, 2007](#)).

[Doss \(2024\)](#) afirma que, por meio do estilo magnético, em que a nação israelita serviria como um modelo atraente de qualidade de vida com base nas leis de Deus, quando os estrangeiros interagissem com eles ou vivessem em seu meio, seriam ensinados a temer ao Senhor e a guardar a Sua lei. Alguns exemplos que ilustram de modo emblemático esse poder atrativo que o estilo de vida de Israel poderia exercer sobre os gentios são a rainha de Sabá e o capitão sírio Naamã.

[Santos \(2007\)](#) destaca a cura como um fator importante que revela a restauração feita somente por Deus, visto que Cristo é o grande médico dos homens e o objetivo principal da obra médico-missionária é levar os doentes ao encontro do médico dos médicos. Para ele, o maior exemplo no Antigo Testamento é a história de Naamã encontrada em 2 Reis 5: 1-14, em que a fé da menina em Deus despertou a fé de Naamã, e com a cura ele abandonou a adoração dos deuses sírios e reconheceu o Deus de Israel como o verdadeiro Deus.

[Reid \(2011\)](#) afirma que as Escrituras dedicam mais atenção à cura do que à saúde e que a abordagem de Jesus à cura jamais foi difusa e mágica como a da comunidade gentílica. Sua frequente atribuição da doença a causas observáveis, solucionadas pelo poder curativo de Deus, demonstrava como a doença e a cura devem ser encaradas em termos racionais que relacionam causa e efeito. Essa perspectiva contribuiu significativamente para o desenvolvimento do tratamento de saúde moderno e racional.

Em Isaías 61:1-3, uma profecia da obra Messiânica de Cristo confirmada no NT (Lc 4:18-19) denota algo de antemão planejado por Deus como método de trabalho no NT, em que Cristo é o grande médico que veio curar os corações e almas dos homens,

libertar da escravidão e do pecado. Este método sugere atender à cura física e espiritual, o grande objetivo da obra médico-missionária ([Santos, 2007](#)).

[Fortin \(2018\)](#) declara que Isaías 60:1-4 retrata a obra médico-missionária como sendo de origem divina, autorada pelo próprio Cristo e uma missão gloriosa a cumprir. O fato de Jesus ser o grande Médico missionário e Seu ministério terrestre de ensino, pregação e cura é um exemplo perfeito para seus seguidores (Mt 4:23).

A abordagem missionária de Jesus era integral, unindo cura espiritual, emocional e física em seu ministério. Ele dedicou muito tempo aos marginalizados, como os leprosos, adúlteros, ladrões, pobres, enfermos e mulheres. Quando enviou os doze discípulos (Mt 10) disse que eles deveriam curar os enfermos e expulsar os demônios, o que mais tarde se tornou normativo na igreja do Novo Testamento. Desde o início de Seu ministério Jesus queria que seus seguidores dessem continuidade à Sua missão quando Ele partisse ([Doss, 2024](#)).

Jesus pretendia que seus discípulos, sua Igreja, continuassem Seu ministério de cura. A delegação dessa tarefa aos discípulos e a manifestação desse dom na igreja apostólica (Mc 6:13; Tg 5:13-16; At 3:1-10; 5:12-16; 8:5-8; 28:3-6, 8; 1Co 12:4-11, 27-28, 30; Ef 4:11, 12; Rm 12:6-8) provam que as curas continuariam tanto como sinais quanto como alívio ao sofrimento humano. Por isso, é razoável esperar que esse mesmo ministério tenha lugar na obra dos crentes dos últimos dias ([Reid, 2011](#)).

Cura de enfermos, exorcismos e outros sinais e maravilhas faziam parte do modelo missionário de Cristo, tanto que Jesus e Seus discípulos aliviaram o sofrimento humano e confrontaram o poder do mal ([Doss, 2024](#)).

No cenário escatológico, ao final da era de pecado, a Bíblia prediz um povo remanescente especial; inteiramente comprometido com Deus; que mesmo vivendo em um mundo corrompido e sofrendo um grande custo pessoal, ainda escolhe a justiça; que salvaguardam a advertência de Jesus de que aqueles que vivem nesse período devem levar uma vida sóbria e comprometida (Mt 24:36-51; 25:1-13; Lc 12:13-21; 35-48; Mc 13:32-37). O Apocalipse os descreve como santos (Ap 14:12). Para esses e para a multidão de santos ressuscitados de todas as eras, Jesus vem com a cura completa e término do pecado e de suas consequências, assim tudo que se perdeu no Éden será restaurado ([Reid, 2011](#)).

Para [Reid \(2011\)](#) ao Paulo introduzir o evangelho no coração do mundo helenístico, o apóstolo se deslocou da concepção holística de saúde e cura centrada em Deus, comum às Escrituras, para um paradigma diferente. Na Grécia a saúde era diretamente expressa na destreza atlética, praticamente definida no desenvolvimento

físico. Em contraste, os hebreus davam pouquíssima atenção a jogos, competições ou perícia atlética, visto que sua atividade física era expressa basicamente em trabalho produtivo, e a recompensa pessoal era obtida mediante a satisfação de um trabalho bem-feito.

2.2 Mudanças do Conceito de Saúde na Era Cristã Pós-Bíblica

Durante os primeiros anos o cristianismo existiu dentro do judaísmo, até que o mesmo tentou extirpá-lo, como relatado nos livros do Novo Testamento. Porém, quando o cristianismo veio a se tornar a religião da maioria, e os judeus uma minoria dentro de uma sociedade que se chamava cristã, muitos cristãos, levados pelos relatos no Novo Testamento acerca da oposição dos judeus ao cristianismo, fomentaram o sentimento antijudaico ([González, 1995](#)).

Pode-se destacar quatro fatores que modificaram e afastaram a sociedade cristã do conceito praticado na Bíblia e contribuíram para a diminuição do ministério cristão de cura: (1) intromissão de teorias gnósticas, interpretações alegóricas e fantasiosas das Escrituras, que depreciavam o valor do corpo humano; (2) a aceitação crescente da concepção dualística grega da pessoa, separação bem definida entre o corpo físico e a alma imortal, substituindo o holismo bíblico, em que a alma seria o centro eterno e espiritual e o corpo se torna uma espécie de prisão temporária da alma; (3) a legitimação do sofrimento como disciplina de Deus, em que as paixões do corpo e da mente só ofereciam o mal e a tentação e por isso deviam ser suprimidas pela mortificação ascética do corpo para combater a carne mediante rigorosas privações; (4) o crescimento do sacramentalismo e do sacerdotalismo numa igreja institucional e litúrgica, que abandonou a ideia de cura, com os seus resultados incertos, conferindo virtude aos sacramentos e deixando o aspecto físico em grande parte desatendido ([Reid, 2011](#)).

Porém, por toda a Idade Média, igrejas e mosteiros mantiveram albergues para doentes e moribundos, e grupos ainda menores, excluídos como hereges, deram atenção à cura ([Reid, 2011](#)). O cuidado de doentes estava, em boa parte, entregue a ordens religiosas, não como um lugar de cura, mas de abrigo e de conforto para os doentes. Contudo, ao mesmo tempo, as ideias hipocráticas se mantinham, através do comer e beber, na contenção sexual e no controle das paixões ([Scliar, 2007](#)).

Entretanto, no século XII, uma série de decretos eclesiásticos separou completamente a igreja da medicina. No Concilio de [Tours \(1163\)](#) proibiu-se os

funcionários da igreja de trabalhar como cirurgiões, pois o atendimento médico era visto como competição. Recomendava-se aos doentes que fizessem devoções reivindicando os poderes meritórios das relíquias e dos santos. Em 1566, a lei canônica exigia que os médicos parassem de tratar qualquer doente que não confessasse seus pecados ao terceiro dia de enfermidade. A dissecação de cadáveres, por outro lado, foi estritamente proibida, impedindo o conhecimento tanto da anatomia como da fisiologia ([Reid, 2011](#)).

Durante a Reforma Protestante, os reformadores Calvino (1509-1564) e Lutero (1483-1546) seguiram a premissa tradicional que limitava os milagres de cura somente à era apostólica, embora Lutero tivesse ficado impressionado com o restabelecimento de Philipp Melanchton em resposta à oração. O *Primitive Physick*, de Wesley, teve muitas edições, servindo de guia popular de cura. Com o desenvolvimento da ciência moderna no fim do século XVIII, o tratamento de saúde migrou gradualmente para os círculos seculares, tendo a transição sido inteiramente concluída por volta da década de 1850 ([Reid, 2011](#)).

3. Movimentos de Reforma de Saúde e a Mensagem de Saúde Adventista

Seguem apontamentos acerca de como os cuidados com saúde se desenrolavam nos Estados Unidos da América do Norte. Observa-se o contraponto com as orientações de Deus dadas por meio das visões de Ellen G. White sobre o cuidado com o corpo e a prevenção de doenças.

3.1 O Surgimento das Reformas de Saúde nos Estados Unidos

No começo do século XIX, os Estados Unidos da América (EUA) experimentaram um grande descrédito na profissão médica e um crescente despertar por tratamentos naturais, reforma de saúde e temperança. Como resultado, foram organizadas sociedades de temperança, clínicas e instituições de saúde que promoviam tratamentos naturais ([Zukowski, 2010](#)).

Apesar de toda sua aparente vitalidade, os EUA, no início do século XIX, eram uma nação doente e suja. O saneamento público era grosseiramente inadequado e a higiene pessoal praticamente inexistente. A grande maioria dos americanos raramente, ou nunca, tomava banho. Seus hábitos alimentares, que incluíam o consumo de quantidades gigantescas de carne, eram suficientes para manter a maioria dos estômagos

continuamente perturbados. Frutas e vegetais verdes e folhosos raramente apareciam na mesa, e os que apareciam eram muitas vezes saturados com manteiga ou banha ([Numbers, 2008](#)).

Os hábitos alimentares pobres contribuíam para o surgimento de enfermidades – a base da dieta americana era carne, pão branco, massas, frituras e alimentos gordurosos. As pobres condições de higiene da população eram um campo fértil para a proliferação de doenças. As práticas convencionais de medicina não eram eficientes para promover a cura na maioria dos casos. Os procedimentos médicos baseavam-se em premissas erradas quanto ao diagnóstico e natureza das doenças ([Zukowski, 2010](#)).

Havia duas linhas de pensamento: uma acreditava que o sangue em excesso causava inflamação e febre, por isso faziam sangria para abaixar a temperatura, porém, a prática levava pacientes ao óbito com frequência. A outra promovia o tratamento dos doentes com drogas como nitrato de prata, ópio, heroína, ácido e outras drogas potentes, pois acreditavam que, enquanto o corpo vencia o efeito da droga, automaticamente venceria as causas da doença original. Quando o paciente falecia, assumiam que era por não terem sido chamados em tempo hábil ou de os remédios não terem sido ativos suficientemente ([Ribeiro, 2006](#)).

Os problemas de saúde e a imoralidade experimentada pelos americanos levaram muitas pessoas a se envolverem com terapias naturais e movimentos de reforma de saúde no começo do século XIX. As sociedades de temperança e principais movimentos de reforma advogavam uma forte redução no consumo de álcool, mas instituições de tratamento natural procuravam uma reforma de saúde mais ampla. Os pontos principais defendidos por estes reformadores eram a reforma alimentar, o uso de água (interior e exterior), exercício, descanso e a abstinência de bebidas fortes, do chá e do café. Dentre estes reformadores, podemos citar Sylvester Graham, William Alcott, Dr. J. C. Jackson, Dr. Harriet Austin e Dr. Joel Shew entre outros ([Zukowski, 2010](#)).

Os primeiros adventistas estiveram envolvidos nas campanhas sociais pró-saúde de seu tempo, inclusive a própria comunidade adventista naquela época carecia de instruções devido à falta de conhecimentos básicos na área da saúde ([Ribeiro, 2006](#)).

José Bates, mesmo antes de ter aceitado o cristianismo, já havia abandonado o uso de álcool e fumo. Ele foi, entre os pioneiros adventistas do Sétimo Dia, o primeiro a adotar a reforma de saúde. Após sua conversão, ele organizou uma

sociedade de temperança em sua igreja local. Quando se aposentou, fez mudanças em seus hábitos nutricionais além de abandonar o uso do chá e café, sendo o mais saudável dentre os líderes do movimento Adventista do Sétimo Dia. Mesmo assim, ele nunca tentou impor seu estilo de vida aos outros, advogando a reforma de saúde apenas depois das visões de Ellen G. White ([Zukowiski, 2010](#)).

3.2 Visões de Ellen White sobre Saúde

Ellen G. White teve quatro visões específicas na área de saúde ([Douglass, 2015](#)). Em seus escritos, ela apresenta inúmeros conceitos sobre a reforma de saúde. Suas quatro visões contêm o cerne da mensagem de saúde adventista e através delas pode ser delineado o desenvolvimento do entendimento adventista na área ([Zukowiski, 2010](#)).

Sua primeira visão sobre saúde² foi com relação aos efeitos prejudiciais do fumo, do chá e do café. Desde então, passou a sugerir outros aspectos do viver saudável que contrariavam os hábitos gerais da sociedade da época ([Douglass, 2015](#)). Na segunda visão³ foram abordados temas como o adultério na igreja, falta de pureza do corpo entre adventistas, higiene pessoal, necessidade do controle do apetite, alimentos refinados, alimentos substanciosos, alimentos integrais, profanação, negligência paterna na educação dos filhos e casamentos não recomendados ([Centro White, s.d.; Zukowiski, 2010](#)).

A terceira visão⁴ foi a mais compreensiva, lhe sendo exposto em linhas gerais o tema da reforma da saúde ([Schwarz e Greenleaf, 2009; Douglass, 2015](#)). Até então, as visões haviam motivado timidamente o desenvolvimento de cruzadas sobre saúde e não provocaram mudanças nos hábitos dos adventistas em geral ([Ribeiro, 2006](#)). A partir dessa visão, ela passou a escrever e publicar artigos na revista *Review and Herald* sobre o que lhe havia sido revelado acerca do tema de saúde e estilo de vida saudável. Algumas dessas considerações apareceram no Testemunho n.º 11 e numa obra intitulada *How to Live* [Como Viver] ([Loughborough, 2014](#)).

De acordo com [Zukowiski \(2010\)](#), as diferentes orientações trazidas pela terceira visão podem ser sumarizadas em dez tópicos: 1) o cuidado com a saúde como um dever religioso; 2) doenças são apresentadas como resultado das violações das leis de saúde; 3)

² Em 18 e 19 de agosto de 1848, durante a Conferência em Volney, Nova York.

³ Em 12 de fevereiro de 1854.

⁴ Em Otsego, Michigan, no dia 6 de junho de 1863. Essa visão durou aproximadamente 45 minutos.

a intemperança pode se manifestar na vida do cristão de diferentes maneiras, como: o uso de bebidas estimulantes, o uso de tabaco de qualquer forma, o uso de alimentos altamente condimentados, a intemperança no trabalho e a indulgência como base das paixões; 4) a dieta vegetariana como ideal para o ser humano; 5) a importância de hábitos corretos de saúde como: o controlar o apetite, não comer demasiado, não comer entre as refeições, etc.; 6) a saúde mental, pois muitas das doenças têm sua origem na mente e não são causadas por fatores externos ou orgânicos; 7) os efetivos remédios de Deus para os seres humanos – ar, água, luz solar, exercício, descanso, e abstinência; 8) a higiene pessoal como pureza de vida, pois envolvem cuidados com o corpo, roupa, casa e pureza de coração; 9) orientações sobre a construção de uma casa; 10) o dever cristão de partilhar com outros os princípios da reforma de saúde.

Na quarta visão⁵ apelou-se para que fossem organizadas instituições de saúde e dadas as bases para o estabelecimento das instituições de saúde Adventistas, onde as pessoas pudessem se recuperar, ser curadas e aprender hábitos de vida saudável através da medicina natural preventiva, a fim de prevenir doenças por conta própria ([Centro White, s.d.; Zukowski, 2010](#)).

A quinta e última, visão⁶ voltou a destacar os objetivos das instituições Adventistas de saúde e o íntimo relacionamento entre a obra de saúde e a Terceira Mensagem Angélica ([Douglass, 2015](#)).

4. A Mensagem de Saúde

Será apresentado a seguir uma visão geral sobre a mensagem de saúde. Tanto as visões que Ellen G. White teve como meio de chamar a atenção para a reforma de saúde individual quanto o aspecto missionário da mensagem de saúde no tocante à proclamação do evangelho por meio dessa mensagem.

4.1 Aspectos Pessoais

Para [Ribeiro \(2006\)](#), Deus não está apenas interessado no que o homem faz com o seu corpo, mas dá devida importância do corpo, pois o corpo precisa estar saudável para não interferir na comunicação entre Criador e criatura, com isso o estilo

⁵ Em 25 de dezembro de 1865.

⁶ Em Bordoville, Vermont, no dia 10 de dezembro de 1871.

de vida saudável que considera os oito remédios da natureza, possibilitam essa comunicação.

As visões de Ellen G. White sobre saúde chamavam a atenção para a importância da boa saúde e a íntima relação entre o bem-estar físico e a vida espiritual. Tais esclarecimentos relacionavam-se com vários aspectos do viver, pois a violação das leis da saúde cria um estado enfermo e desejos não naturais ([White, 2014](#)).

Ellen White escreveu mais sobre saúde do que sobre qualquer outro ponto singular de conselho, pois, para ela, a promoção da mensagem da saúde era um assunto da maior importância, visto que a transgressão da lei moral conduz ao descaso para com as leis do corpo e da mente. Assim, ela atribui grande importância à obediência da lei moral, tendo-a como uma das primeiras condições para a conquista de uma saúde perfeita. E a obediência à lei moral, insiste-se, só pode ser conseguida mediante a aceitação de Cristo e união com Ele, o Redentor do homem arruinado pela transgressão. Dessa forma, o perfeito remédio para todos os males da família humana é a combinação, apreciação e observância das leis físicas, mentais e espirituais de nosso ser ([White, 2008](#)).

Ela afirma que a culpa por violar as leis da saúde é paga com sofrimento; que a negligência no tocante à saúde física tende à negligência moral; que se todos adquirissem conhecimentos sobre este assunto e se compenetrassem da importância de pô-los em prática, veríamos um melhor estado de coisas; e exorta os pais a ensinarem seus filhos estes preceitos (White, 2013e).

[Ellen G. White \(2013d\)](#) revela que Deus deseja ensinar a importância da temperança em todas as coisas; como a intemperança, pela transgressão da lei de Deus, causou a queda de nossos primeiros pais; e como a temperança em todas as coisas guardará nossas faculdades na melhor condição de saúde possível, para que nenhuma névoa ou incerteza lhe obscureça. Dessa forma, o intelecto poderá guiar a ações retas, na observância da lei divina. Por isso é preciso trabalhar em harmonia com as leis naturais ao se querer discernir as reivindicações vigentes da lei que Deus proferiu do Sinai.

[Fortin \(2018\)](#) declara que Ellen G. White enfatizou que a mensagem de saúde não era apenas uma questão pessoal, mas também social e missionária; e que quanto mais perfeita nossa saúde for, mais perfeito será o nosso trabalho. Isso vai de encontro com o seu conceito de mordomia cristã, que envolve o estilo de vida da pessoa como

um todo: finanças, tempo, talentos, templo do corpo (vida saudável) e do evangelho da graça. Essa compreensão vem da ideia de que Deus é o dono de tudo e os seres humanos são Seus mordomos.

Por viver num tempo solene, entre as cenas finais da história da Terra, o povo de Deus deve despertar e fazer maior progresso na reforma de seus hábitos de vida, alimentação, vestuário, trabalho e repouso. Devemos glorificar a Deus em tudo isso para estarmos preparados para o combate com nosso grande inimigo e “desfrutar as preciosas vitórias reservadas por Deus para os que exercem a temperança em todas as coisas, enquanto se empenham por alcançar uma coroa incorruptível” ([White, 2013e](#)).

Em tempos de crise, há grande necessidade de que aqueles que se acham ligados à obra tenham mente clara; que compreendam, como o apóstolo Paulo, a importância de exercer temperança em tudo. Afinal, há trabalho para se realizar para nosso Mestre. Dessa forma, podemos assegurar as melhores condições físicas e mentais para discernir entre o mal e o bem. Por isso a intemperança, de qualquer espécie, obscurece os órgãos perceptivos e enfraquece o cérebro para que as coisas eternas não sejam apreciadas, mas sejam colocadas no nível das coisas comuns. Somente quando os hábitos físicos estão corretos as faculdades mentais e morais podem ser fortes, pois existe íntima relação entre o físico e o moral ([White, 2014](#)).

A reforma de saúde aponta a transgressão às leis do organismo humano, que pode ser considerada uma transgressão da lei de Deus. Essa violação afeta a constituição física, mental e espiritual. A reforma de saúde prepara o povo para o tempo do reavivamento (At 3:19) e o mantém em estado de vigilância para o "Dia do Senhor" conforme Lucas 21:34 ([Ribeiro, 2006](#)).

4.2 Aspecto Missionário

A IASD se identifica como um movimento que carrega uma mensagem e missão proféticas, conforme previsto em Apocalipse 10:7. Nessa passagem, a expressão "mistério de Deus" é uma referência à missão da igreja relacionada, entre outros temas, à saúde, preparando um povo para o encontro com o Criador ([Ribeiro, 2006](#)).

[Ellen G. White \(2021\)](#) declara que a obra médico-missionária é uma parte da obra de Deus, a qual leva Sua assinatura, e que de modo algum deve ela ser considerada sem importância. A falta de compreensão com relação a isso por parte de tantos membros da igreja é porque tais membros não estão seguindo seu Líder passo apóss passo, em autonegação e autossacrifício. Enfatiza ainda o ministério evangélico como uma organização para a proclamação da verdade aos enfermos e aos sãos, já que combina a obra médica-missionária e o ministério da Palavra, pois essas instituições combinadas dão a oportunidade de comunicar luz e apresentar o evangelho a todas as classes e a todas as categorias da sociedade.

O motivo, para [Ellen G. White \(2021\)](#), de nem todos os ministros cooperarem com os que levam avante a obra médica-missionária é porque eles não estudam cuidadosamente a vida de Cristo para descobrir de que modo operava, por isso não seguem Seu exemplo. Assim, eles estão criticando a própria obra que Jesus veio realizar entre os homens. Ela ainda reforça que a obra médica-missionária é a pioneira do evangelho, trazendo à humanidade o evangelho de libertação do sofrimento, pois é o evangelho praticado, a compaixão de Cristo revelada. Por isso há grande necessidade dessa obra, e o mundo está aberto para ela ([White, 2013c](#)).

Para [Fortin \(2018\)](#), a obra médica-missionária é “o trabalho de ministrar às necessidades físicas humanas, como expressão do amor de Cristo e complemento ao ‘ministério da Palavra’”, que inclui uma vasta gama de serviços na área de promoção da saúde, cura e serviços sociais humanitários. Ellen G. White ensinou que a obra médica-missionária deve ser combinada com o “ministério da Palavra” para que se possa conhecer o povo, ajudá-lo e assim comunicar luz e apresentar o evangelho.

[Ellen G. White \(2013b\)](#) vê uma íntima ligação entre a obra médica-missionária e o evangelho a partir de Isaías 58, sendo o ela “o evangelho ilustrado”. Os dois devem se misturar, não devem ser separados, pois nenhuma é completo sem o outro ([White, 2013a](#)). Essa autora revela que:

A obra médica-missionária deve ser a obra da igreja, assim como o braço direito se relaciona com o corpo. O terceiro anjo proclama os mandamentos de Deus e a fé de Jesus. O trabalho missionário médico é o evangelho posto em prática. Todas as linhas de trabalho devem se fundir harmoniosamente ao expor o convite: “Vinde, que já tudo está preparado” (Lc 14:17) ([White, 2013f, p.77](#)).

[Ellen White \(2013b\)](#) compara a relação entre o braço direito e o corpo com a da obra médica-missionária e a mensagem do evangelho nos últimos dias, pois os

métodos de Deus para tratamento das doenças abrirão portas para a entrada da verdade presente.

5. Conclusão

Analizando os ensinos e exemplos bíblicos relacionados à saúde, à qualidade de vida e à cura, percebe-se que todos apontam para a compreensão de como Deus tem guiado Seu povo a se relacionar efetivamente com o mundo. A Bíblia apresenta princípios básicos e importantes que servem de guia para a boa saúde e endossa a valorização do corpo físico por meio de atividades sadias.

Buscar a compreensão e a prática desses princípios de saúde honra a Deus como Criador e Senhor, pois o cuidado com a saúde não é simplesmente uma opção, mas uma prova de lealdade e serviço responsável a Deus. Nesse contexto, a mensagem de saúde anunciada por Ellen G. White teve o intuito de resgatar o que havia se perdido com o tempo, promovendo e restaurando a saúde do povo de Deus, a fim de prepará-lo para sua missão. Afinal, a obra médico missionária continua, visto que os discípulos de hoje têm a mesma vocação e comissão que o Mestre deu aos doze e aos setenta (Mt 10:1, 7-8; Lc 10:8-9).

Com o presente estudo comprehende-se que as raízes da mensagem de saúde da IASD são bíblicas e que as visões de Ellen G. White sobre o assunto vieram trazer luz à escuridão em que se havia tornado, como a história mostra. Atualmente, essa mensagem de saúde, que traz consigo um apelo à reforma do estilo de vida do povo de Deus, é de extrema relevância para o cumprimento da missão de levar a outros a esperança da salvação. Afinal, a mensagem de saúde faz parte desse movimento profético.

Referências Bibliográficas

- ABDALA, Gina Andrade; ALFIERI, Fábio Marcon. **A ciência dos 8 remédios naturais.** 1. ed. Engenheiro Coelho, SP: Unaspres, 2019.
- BUETTNER, Dan. **The blue zones: 9 lessons for living longer from the people who've lived the longest.** National Geographic Books, 2012.
- CARSON, D. A. **O comentário de João.** São Paulo, SP: Shedd Publicações, 2007.
- CENTRO WHITE. **Cronologia da Vida de Ellen G. White.** Disponível em: <https://centrowhite.org.br/ellen-g-white/cronologia-ellen-g-white/>. Acessado em: 10 de novembro de 2024.
- CHOPRA, Mickey; GALBRAITH, Sarah; DARNTON-HILL, Ian. **A global response to a global problem: the epidemic of overnutrition.** Bulletin of the world Health Organization, v. 80, p. 952-958, 2002.
- SOUZA, Elias Brasil de. Saúde na Bíblia Hebraica. In: **Estudos Bíblicos**, v. 28, n. 111, p. 25-34, 2011.
- SANTOS, Ricardo Cypriano. **O trabalho médico-missionário adventista:** sua base bíblica e utilização como método de evangelismo pelos leigos adventistas. **Kerygma**, v. 3, n. 1, p. 54, 2007.
- DOSS, Gorden R. **Introdução à missão adventista: teologia, história e estratégias.** 1.ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2024.
- DOUGLASS, H. E. **Mensageira do Senhor.** José Augusto da Silva. 3. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2015.
- FORTIN, Denis. **Encyclopédia Ellen G. White.** Jerry Moon. 1. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2018.
- GONZÁLES, Justo L. **E até aos confins da terra:** uma história ilustrada do cristianismo. São Paulo, SP: Vida Nova, 1995.
- IASD. **IGREJA ADVENTISTA DO SÉTIMO DIA. MANUAL da Igreja Adventista do Sétimo Dia.** Naor G. Conrado, Ranieri Sales, Levi Gruber, Rubens Lessa, Andréa Cordeiro. 22. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2018.
- LOUGHBOROUGH, J. N. **O Grande Movimento Adventista.** Oregon, OR, USA: Adventist Pioneer Library, 2014.
- NUMBERS, R. L. **Prophetess of health: a study of Ellen G. White.** Wm. B. Eerdmans Publishing, 2008.
- REID, George W. **Saúde e Cura.** In: DEDEREN, Raoul. Tratado de teologia adventista do sétimo dia. Tatuí: Casa Publicadora Brasileira, 2011.

RIBEIRO, Mirtes Amaral Domingos et al. **Ellen White e a saúde na cosmovisão adventista.** 2006.

RODRIGUES, Wellington Gil; DE CRISTO, Antônia Mariana Barbosa; DE LEON RODRIGUES, Jéssica Renata Ponce. Relações entre Ciência e Religião nos Escritos de Ellen G. White e suas Implicações para o Ensino de Ciências na Rede Educacional Adventista. In: **Revista Hermenêutica**, v. 14, n. 1, 2014.

SCLIAR, Moacyr. História do conceito de saúde. **Physis: Revista de saúde coletiva**, v. 17, p. 29-41, 2007.

WHITE, Ellen G. **A ciência do bom viver.** Carlos A. Trezza. 10. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2015.

WHITE, Ellen G. **Cristo em Seu santuário.** Carlos A. Trezza. Santo André, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013a. 120 p. Disponível em:
https://biblioteca.sophia.com.br/9198/index.asp?codigo_sophia=793879. Acesso em: 18 nov. 2024.

WHITE, Ellen G. **Evangelismo.** Santo André, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013b. 559 p. Disponível em:
https://biblioteca.sophia.com.br/9198/index.asp?codigo_sophia=793883. Acesso em: 18 nov. 2024.

WHITE, Ellen G. **Medicina e salvação.** Almir A. da Fonseca, Carlos A. Trezza. 1. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2008.

WHITE, Ellen G. **Ministério para as cidades:** Esperança para os centros urbanos. Eunice Scheffel do Prado. 1. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013c.

WHITE, Ellen G. **Nos lugares celestiais.** Santo André, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013d. 773 p. Disponível em:
https://biblioteca.sophia.com.br/9198/index.asp?codigo_sophia=793933. Acesso em: 18 nov. 2024.

WHITE, Ellen G. **Temperança:** dos escritos de Ellen G. White - 3^a edição. Isolina A. Waldvogel. 3. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2014.

WHITE, Ellen G. **Testemunhos para a Igreja 6.** 2. ed. Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2021.

WHITE, Ellen Gould. **Testemunhos para a igreja 8.** Tatuí, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013f. 333 p. Disponível em:
https://biblioteca.sophia.com.br/9198/index.asp?codigo_sophia=794001. Acesso em: 18 nov. 2024.

WHITE, Ellen G. **Testemunhos seletos 3.** 5. ed. São Paulo, SP: Casa Publicadora Brasileira, 2013e. 405 p. Disponível em:
https://biblioteca.sophia.com.br/9198/index.asp?codigo_sophia=793989. Acesso em: 18 nov. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Fifty-second World Health Assembly, Geneva, 17–25 May 1999: verbatim records of plenary meetings and list of participants.** 1999. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/258945/WHA52-1999-REC-2-eng-fre.pdf;jsessionid=5D9A40A14E464DBCB9C2141D8712D36D?sequence=1>. Acessado em: 13 de março de 2024.

ZUCOWISKI, J. Reforma de saúde: história e relevância teológica no movimento adventista. In: **Parousia**, ano. 9, n. 2. Engenheiro Coelho, SP: SALT – Seminário Latinoamericano de Teologia, 2010. P. 95-111