

¿Se Permite el Uso del Tabaco, Alcohol, y Marihuana?

Los productos de alcohol, tabaco, marihuana y vaporizador no están permitidos dentro del edificio de la iglesia o en la propiedad de la iglesia. El único alcohol que se permite dentro de las instalaciones de la iglesia es el vino que se usa estrictamente para la Misa.

Sabemos que ciertas sustancias pueden ser perjudiciales para el cuerpo, que es el templo del Espíritu Santo. Como tal, el abuso (usar demasiado) de cualquiera de estas sustancias debe evitarse por completo. Algunos han argumentado que el uso moderado del alcohol es aceptable e incluso beneficioso, mientras que el uso del tabaco y de los productos de vaporizador debe evitarse debido a sus efectos nocivos. Sabemos mucho más sobre los efectos mortales de la nicotina que en años anteriores.

La Biblia no prohíbe explícitamente el uso del alcohol o del tabaco, pero sí proporciona guía sobre el uso de sustancias. Por ejemplo, 1 Corintios 6:19-20 dice: “¿O no sabéis que vuestro cuerpo es el Templo del Espíritu Santo, que está en vosotros y habéis recibido de Dios, y que no os pertenecéis? ¡Habéis sido bien comprados! Glorificad, por tanto, a Dios en vuestro cuerpo.”

La decisión de usar tabaco o alcohol es una decisión personal que debe basarse en la consideración cuidadosa de la propia salud, y del impacto sobre los demás y la relación con Dios. Es importante ejercer auto control y sabiduría en cualquier decisión relacionada con el uso de sustancias.

Se anima a los Católicos a vivir un estilo de vida saludable y equilibrado, y a evitar cualquier cosa que pueda dañarlos a ellos mismos o a otros física, emocional o espiritualmente. Todos los cristianos están llamados a ser responsables y considerados en su uso del tabaco y el alcohol, teniendo en cuenta los efectos de sus acciones sobre sí mismos y los demás.

Con respecto al uso de la marihuana: la Iglesia enseña que los Católicos deben respetar las leyes de su país y esforzarse por vivir una vida virtuosa. La Iglesia de Jerusalén no favorece el uso recreativo de la marihuana y otras drogas. Se permite el uso médico de la marihuana para el dolor.

En algunos países, el uso de la marihuana es ilegal, y los miembros de la Iglesia están llamados a obedecer las leyes de su país a menos que se les pida que hagan algo que sea contrario a la Ley de Dios. Por lo tanto, los miembros no deben usar marihuana en países donde sea ilegal. Los clérigos y los monásticos que usan marihuana o cualquier otra droga para fines recreativos están sujetos a ser disciplinados y posiblemente eliminados de sus

obligaciones.

En última instancia, los Católicos deben esforzarse por vivir una vida virtuosa y tomar decisiones que estén alineadas con la fe y las enseñanzas de la Iglesia.

Cualquiera que sufra una adicción debe buscar el asesoramiento de su cura y consultar a terapeutas profesionales. Hay varios programas disponibles para ayudar a romper las adicciones al alcohol y a las drogas. Nadie debería sentir vergüenza por buscar la guía apropiada.

¿Cuál es el peligro del uso de la nicotina?

La nicotina es una sustancia altamente adictiva que se encuentra en productos de tabaco como cigarrillos, puros y tabaco sin humo. El uso de la nicotina puede tener varios efectos nocivos sobre el cuerpo, que incluyen:

Adicción: la nicotina es altamente adictiva y puede causar dependencia, lo que dificulta que las personas dejen de usar productos de tabaco.

Enfermedad cardiovascular: la nicotina aumenta el ritmo cardíaco y la presión sanguínea, lo que puede conducir a un mayor riesgo de enfermedad cardíaca, ataque cardíaco o ictus.

Enfermedad respiratoria: fumar puede dañar los pulmones y causar enfermedades respiratorias como bronquitis crónica y enfisema.

Cáncer: el consumo de tabaco es una causa principal de muchos tipos de cáncer, que incluyen cáncer de pulmón, cáncer de garganta y cáncer de vejiga.

Complicaciones del embarazo: el uso de nicotina durante el embarazo puede aumentar el riesgo de complicaciones como el parto prematuro, el bajo peso al nacer y el síndrome de muerte súbita infantil (SMSI).

Problemas de salud bucal: el tabaco sin humo puede causar enfermedad de las encías, caries y cáncer oral.

En general, el uso de la nicotina es perjudicial para la salud y puede tener graves consecuencias a largo plazo. Dejar el uso de la nicotina puede mejorar la salud general y reducir el riesgo de desarrollar afecciones de salud graves.

¿Es peligroso fumar con vaporizador?

Fumar con vaporizador, o el uso de cigarrillos electrónicos, se ha

comercializado como una alternativa más segura que fumar cigarrillos tradicionales. Sin embargo, todavía hay varios peligros asociados con el fumar con vaporizador. Estos son algunos de los peligros potenciales:

Adicción a la nicotina: los cigarrillos electrónicos también contienen nicotina, lo cual es altamente adictivo y puede conducir a la dependencia.

Problemas respiratorios: los cigarrillos electrónicos pueden causar inflamación y daño pulmonar, así como un mayor riesgo de infecciones respiratorias.

Exposición química: los cigarrillos electrónicos pueden exponer a los usuarios a productos químicos nocivos como el formaldehído, el acetaldehído y la acroleína, que son carcinógenos conocidos.

Enfermedad cardiovascular: los cigarrillos electrónicos pueden aumentar el ritmo cardíaco y la presión sanguínea, lo que puede conducir a un mayor riesgo de enfermedad cardíaca e ictus.

Envenenamiento: los e-líquidos utilizados en los cigarrillos electrónicos pueden ser tóxicos si se ingieren, particularmente para niños y mascotas.

Explosiones de batería: ha habido cajas de baterías de cigarrillos electrónicos que han explotado, causando quemaduras y otras lesiones.

En general, el fumar con vaporizador no está libre de riesgos y puede tener graves consecuencias para la salud. Es importante ser consciente de los peligros potenciales y tomar decisiones informadas sobre el uso de los cigarrillos electrónicos.

¿Cuáles son los peligros del abuso del alcohol?

El abuso del alcohol puede tener numerosos efectos negativos en la salud de un individuo y el bienestar general. Estos son algunos de los peligros asociados con el abuso del alcohol:

Adicción: el alcohol es una sustancia altamente adictiva que puede conducir a una dependencia física y psicológica.

Enfermedad hepática: el abuso crónico del alcohol puede causar daño hepático, lo que provoca enfermedades como el hígado graso, la hepatitis alcohólica y la cirrosis.

Enfermedad cardiovascular: el abuso del alcohol a largo plazo puede

aumentar el riesgo de desarrollar enfermedades cardíacas, ictus y presión sanguínea alta.

Problemas de salud mental: el abuso del alcohol puede conducir a la depresión, la ansiedad y otros trastornos de salud mental.

Cáncer: el consumo del alcohol es un factor de riesgo para varios tipos de cáncer, como cáncer de hígado, cáncer de mama y cáncer colorrectal.

Accidentes y lesiones: el consumo del alcohol perjudica el juicio, la coordinación y el tiempo de reacción, aumentando el riesgo de accidentes, lesiones y muertes.

Problemas sociales e interpersonales: el abuso del alcohol puede causar problemas de relación, dificultades financieras y problemas legales.

En general, el abuso del alcohol es un problema de salud grave que puede tener consecuencias significativas. Es importante beber con moderación y buscar ayuda si tú o alguien que conoces está teniendo dificultad con el abuso del alcohol.

¿Qué puedo hacer para lidiar con la adicción?

Lidiar con la adicción puede ser un proceso desafiante y complejo. Aquí hay algunos pasos que pueden ayudar:

Admitir que hay un problema: reconocer que la adicción es un problema y que se necesita ayuda. Aceptar que la adicción es una enfermedad crónica y que requiere un tratamiento continuo.

Buscar ayuda religiosa y profesional: busca a un sacerdote para recibir asesoramiento y a un profesional de la salud o especialista en adicciones para un diagnóstico y un plan de tratamiento adecuado. El tratamiento puede incluir asesoramiento, terapia, medicamentos o una combinación de estos métodos.

Construyendo una red de apoyo: rodéate de personas positivas y compasivas que entiendan la adicción y puedan ofrecer ánimo y orientación.

Hacer cambios en el estilo de vida: desarrolla un estilo de vida saludable, que incluya el ejercicio regular, una dieta nutritiva, técnicas de reducción del estrés, la meditación y la oración regular.

Evitar las tentaciones: identifica y evita las tentaciones que puedan conducir

a recaídas, como ciertas personas, lugares o situaciones asociadas con el uso de sustancias.

Desarrollo de estrategias de afrontamiento: aprende estrategias de afrontamiento efectivas para gestionar los antojos y evitar recaídas. Estas estrategias pueden incluir técnicas de atención plena, terapia cognitiva-conductual u otras terapias conductuales.

Mantenerse comprometido con la recuperación: reconoce que la adicción es una condición crónica y que la recuperación requiere un esfuerzo y compromiso continuos. Mantente motivado y enfocado en los beneficios de la sobriedad y busca apoyo cuando sea necesario.

Recuerda que la recuperación es un proceso, y los contratiempos son comunes. No abandones la esperanza y continúa tomando pasos hacia una vida saludable y plena.