



*Ellen G. White*  
CENTRO DE INVESTIGACIÓN  
DIVISIÓN INTERAMERICANA

Panfleto No. 072

# Consejos de EGW sobre el uso de productos lácteos

Universidad de Montemorelos, No. L., México

## EL USO DE PRODUCTOS LACTEOS

### CONSEJOS DE E. G. W.

Un poco distinto a los consejos dados con respecto al uso de la carne como alimento, son las declaraciones del Espíritu de Profecía respecto al uso de productos lácteos, como son: la leche, la crema, la mantequilla y los huevos. Mientras ella aconseja que "en los lugares donde hay frutas, granos y nueces en abundancia, la carne no es el mejor alimento para el pueblo de Dios" (9T:159), la misma pluma escribe que "los vegetales deben prepararse en forma apetitosa con un poco de leche, crema o algo equivalente". (9T:162). Se nos advierte que: "la leche, los huevos y la mantequilla no debieran catalogarse junto con la carne". (7T:135). Ciertamente, hay admoniciones respecto al uso excesivo de los productos lácteos; y se nos previene respecto al peligro de que estos productos vengan de fuentes contaminadas por falta de higiene y cuidado. Sin embargo, con la posible excepción de la mantequilla, los productos lácteos fueron siempre considerados por la señora White como parte de la dieta apropiada del pueblo de Dios.

Fue durante el verano de 1863 que, mediante una visión dada a la señora White, la atención de los Adventistas del Séptimo Día fue llamada a la importancia de la reforma en la dieta y el cuidado de los enfermos. En su afán de hallar una aplicación racional acerca de los grandes principios de la salud revelados, los principales dirigentes de la denominación se interesaron en los doctores J. C. Jackson, R. T. Trall y Silvestre Graham, quienes en sus escritos estaban abogando y ejemplificando en la práctica la aplicación de los principios de la reforma pro salud. Estos hombres estaban a la cabeza en lo experimental y eran muy admirados por su trabajo agresivo y por su conocimiento racional.

Con el paso de los años, algunos de estos hombres "prominentes", a quienes los adventistas consideraban como pioneros en la reforma, se inclinaron hacia los extremos. Se ejemplifica esto con la actitud del Dr. Trall, cuyas obras publicadas eran ampliamente conocidas y leídas por los Adventistas del Séptimo Día, y quien llegó a ser contribuyente habitual en la revista sobre salud de la denominación titulada: El Reformador de la Salud. Era natural que aquellos que al principio habían hallado los puntos de vista del Dr. Trall tan lógicos y razonables, fueran inducidos a seguir sus opiniones, aun cuando estas se hubiesen ido al extremo. Así, no pocos hombres en nuestras filas, tomaron una posición extrema con respecto a lo que constituía una dieta apropiada. No fueron pocos los que descartaron los alimentos lácteos y de granja, así mismo descartaron el azúcar y la sal. Editoriales contundentes, y artículos selectos aparecieron por un tiempo en casi todos los números de El Reformador de la Salud, condenando la sal, el azúcar, los huevos y los productos lácteos.

La actitud de la señora White y sus enseñanzas durante esta ola de extremismo, son significantes. Avanzando cuidadosamente, guiada por revelaciones específicas sobre ciertas bases de la cuestión de la dieta, y observando por otro lado, las consecuencias de las enseñanzas extremistas que no tenían ni el apoyo científico ni del Espíritu de Profecía, evitó así los extremos en la práctica y en la enseñanza; sin embargo, continuó usando leche, huevos, sal y azúcar en su hogar. Somos afortunados al tener de la pluma de Jaime White y de su esposa, declaraciones clarísimas hechas durante este período de perplejidad que abarcó de 1870 a 1873. En 1870, la señora White escribió un consejo en una carta a una hermana inquieta al respecto:

"No ponemos mantequilla en nuestra mesa. Nuestras verduras son generalmente cocinadas con leche o crema y resultan muy apetitosas. . . Pensamos que una cantidad moderada de leche de vacas saludables no es objetable. Rara vez preparamos nuestros alimentos con mantequilla. Cuando no podemos conseguir leche, usamos muy poquito de este artículo en nuestras verduras. Tenemos una vaca, y nos da un poco de leche. Usamos ese poquito para cocinar y para tomar, siendo nosotros en casa de doce a veinte. No podemos obtener crema, pero usaríamos crema si pudiéramos conseguirla. Yo me opongo a una dieta pobre.

Si tiene huevos, úselos de acuerdo al dictado de su propia conciencia. Sin embargo, le diría que para los hijos que tienen pasiones animales fuertes, los huevos no son lo mejor. Lo mismo se puede decir para con los adultos.

No le aconsejaría que elimine la leche o el uso moderado de huevos y del azúcar". (EGW Carta 5, 1870).

Poco más tarde, en el mismo año, el pastor Jaime White publicó en la Review and Herald un artículo en el cual repasaba sus recientes experiencias respecto a las enseñanzas y la práctica de los principios de la

Reforma pro salud. En este artículo, él hacía referencia a la actitud de la señora White en relación al uso de productos lácteos, fase importante de la reforma pro salud y sobre la cual ella había recibido clara luz.

"Sería bueno decir aquí; sin embargo, que mientras ella no considera la leche, tomada en grandes cantidades como se acostumbra a comer con pan, como el mejor alimento, su atención hasta ahora ha sido llamada a la importancia de la mejor condición posible de salud de la vaca, cuya leche es usada como alimento. Ella no puede unirse en hacer circular publicaciones que toman posiciones extremas sobre este asunto tan importante que tiene que ver con la leche, y sobre el cual ella al presente tiene luz". - Jaime White, Review and Herald, Nov. 8, 1870.

Tres años más tarde la señora White en una carta nuevamente alude a la práctica en su casa respecto al uso de productos lácteos:

"Nosotros hemos usado siempre un poco de leche con algo de azúcar. Jamás hemos condenado esto, ya sea por escrito o en nuestras predicaciones. Creemos que los animales con el tiempo llegarán a estar enfermos y entonces estas cosas deberán descartarse. Pero el tiempo no ha llegado para que el azúcar y la leche sean completamente eliminados de nuestras mesas". -- Elena White, Carta 1, 1873.

Es interesante notar que en todas estas declaraciones relacionadas con el punto de vista de la señora White sobre la cuestión del uso de los productos lácteos, nunca consideró ella el asunto como lo hacían los escritores contemporáneos en artículos que aparecían en El Reformador de la Salud, ellos abiertamente denunciaban todos los productos animales por su origen animal. Ella se refirió a estos como artículos útiles en la dieta, los cuales deberían ser cuidadosamente conservados debido a las enfermedades en el reino animal. Siempre señaló el cuidado que debería tomarse para ver que estos alimentos derivasen de fuentes saludables. En su actitud fue consistente, pues la mantuvo a través de los años. En el libro Temperancia Cristiana e Higiene Bíblica, publicado en 1890, hallamos estas significantes palabras de su pluma, indicando que no había prohibición alguna en el uso de la leche y la crema, pues estos productos constituían una parte importante de la dieta saludable:

"Dios ha favorecido al hombre con medios abundantes a fin de satisfacer su apetito no pervertido. Le ofrece en una forma variada y hermosa los productos de la tierra que son agradables, sabrosos y nutritivos para su cuerpo. De estos, nuestro benevolente Padre celestial dice que debemos comer libremente. Las frutas, verduras y granos; preparados en forma simple, libres de condimentos y grasa de cualquier clase, hacen junto con la leche y la crema la dieta más saludable. Dan nutrimento al cuerpo y un poder de resistencia y vigor al intelecto, que nos es logrado mediante una dieta estimulante". -- Temperancia Cristiana e Higiene Bíblica. p. 47.

### Se Prevén Condiciones Cambiantes

Fue casi al finalizar el siglo cuando un número de declaraciones fueron hechas por Elena White, llamando la atención sobre el incremento de las enfermedades en el reino animal, las cuales, en el futuro, cuando las condiciones resultaran agudas, daría como resultado que se hiciera un reajuste en el programa de la dieta. Anotamos aquí un cúmulo de citas sobre este particular, junto con las fechas en que fueron escritas.

"No hay seguridad al comer la carne de animales muertos, y en un corto tiempo la leche de las vacas será también excluida de la dieta del pueblo que guarda los mandamientos de Dios. En breve, no será seguro usar nada que proceda del reino animal". --E.G.White Carta 59, 1898.

"Por la luz que Dios me ha dado, no tardará mucho para que eliminemos de nuestra dieta cualquier producto animal. Aún la leche tendrá que ser descartada. Las enfermedades se acumulan rápidamente. La maldición de Dios pesa sobre la tierra, porque el hombre la ha contaminado". El Record de la Conferencia Australiana, Julio 28, 1899.

"Su propósito (de la compañía de alimentos) es suplir a nuestro pueblo con alimento que tome el lugar de la carne, la mantequilla y la leche, que por causa de las enfermedades en el ganado, están siendo más y más objetables". -- El Record de la Conferencia Australiana, Ene. 1, 1900.

"Permitid que la reforma en la dieta sea progresiva. Que el pueblo sea enseñado a preparar sus alimentos sin el uso de la leche y de la mantequilla. Díganles que muy pronto vendrá el tiempo, cuando no será seguro el usar los huevos, la leche, o la crema, por causa de las enfermedades en los animales, que están aumentando en la misma proporción en que aumentan las enfermedades en los hombres. El tiempo está cerca cuando, por causa de la iniquidad en la raza caída, toda la creación animal gemirá a causa de las enfermedades y la maldición de nuestra tierra". --Testimonios, Vol.7, p. 135.

"Llegará el tiempo cuando no será seguro usar la leche. Mas si las vacas están sanas y la leche ha sido hervida cuidadosamente, no hay necesidad de crear un tiempo de angustia antes de tiempo". --E.G.White, Carta 9, 1901.

### Acción Prematura

Sin duda, las declaraciones de este tipo hechas por Elena White, confirmaron a algunos de nuestros obreros del ramo de la salud en su convicción de que todos los productos de origen animal deberían ser descartados de la dieta. Tal actitud era mantenida por un número considerable de médicos en Battle Creek y por aquellos que habían estado asociados con ellos, quienes ahora estaban esparcidos en varias partes del campo mundial haciendo obra médico-misionera. Uno de ellos era el Dr. D. H. Kress, quien escribió su experiencia sobre este particular.

Una dieta inadecuada, dio por resultado el que contrajera una anemia perniciosa que amenazó gravemente cegar su vida a la escasa edad de 40 años. Pero en visión, la señora White fue instruida para que dijera al Dr. Kress que usara huevos con jugo de uva y de esta manera salvara su vida. Se le aconsejó, que proveyera para sí una dieta adecuada compuesta en parte de productos lácteos. También le señaló que no quedaba justificado al tomar una posición extrema respecto a la dieta. Llana y positivamente le escribió:

"Le aconsejo que la leche y los huevos debieran ser incluidos en su dieta. Estas cosas al presente, no pueden ser descartadas, y la doctrina de que hay que eliminarlos no debiera ser enseñada". --Elena White Carta 37, 1901.

Siguiendo este consejo, que fue oportuno en su caso, el Dr. Kress añadió a su dieta leche, crema y huevos, se recuperó plenamente. Todavía trabaja en la causa de Dios a la edad madura de 82 años (se escribió esto en 1945). Al final de este documento, se hallará un artículo escrito por el Dr. Kress, el 6 de enero de 1944.

Nuevamente en 1902 el consejo fue repetido:

"La leche, los huevos y la mantequilla no debieran ser clasificados con la carne. En algunos casos el uso de los huevos es benéfico. No ha llegado el tiempo para decir que el uso de la leche y los huevos debieran ser por completo descartados". Testimonios, Vol. 7, p. 135.

En 1909 la sierva del Señor amonestaba: "Esperad hasta que las circunstancias lo demanden, y entonces el Señor abrirá el camino". Testimonios, Vol. 9, p. 162.

### Una Medida de Emergencia

Parecería que un examen de todas estas declaraciones que tienen que ver con este asunto, y del tiempo mencionado cuando todos los productos de granja han de ser puestos a un lado, es presentado como un asunto de emergencia, no es establecido como una posición avanzada de vida saludable. Puede haber algún significado en las variadas formas de hablar acerca de que el tiempo no ha llegado aún. Las condiciones en el reino animal, ¿podrían cambiar, resultando también una variante en la adecuación al

problema? Pero la situación completa está claramente basada en el aumento de las enfermedades en el reino animal y, por lo tanto, dependiendo del factor emergencia.

Para aquellos que en 1870 tomaron posiciones extremas y descartaron no sólo la carne, sino también todos los productos de granja de su dieta, no dieron un paso hacia adelante en la reforma pro salud, sino que se desbocaron hasta los extremos. En 1901, cuando algunos abogaban que el tiempo había llegado para descartar estos artículos de la dieta, se les previno de que estaban en peligro de que en lugar de reformar la salud la iban a deformar, y que era una idea equivocada de su parte la que los había conducido a tales extremos. El consejo fue dado de que "el tiempo no había llegado aún" y que "deberían esperar a que el Señor preparase el camino". Elena White Cartas 151, 37, 1901.

#### Cómo Podemos Saber Cuándo Descartar los Productos Lácteos y los Huevos.

Con la predicción "vendrá" o "podrá llegar el tiempo" cuando por causa del aumento de las enfermedades en el reino animal, los productos lácteos y los huevos deberán ponerse a un lado, se levanta entonces la pregunta: ¿Cómo podemos saber cuándo llegará o será ese tiempo? En conexión con algunas de estas precauciones dadas, se nos ha dado la seguridad de que conoceremos cuando llegue ese tiempo. Notemos cuidadosamente la siguiente cita:

"Cuando predico el evangelio a los pobres, se me ha pedido que les enseñe a comer alimentos de lo más nutritivo posible. No les puedo decir: no debéis comer huevos, ni leche o crema. No debéis usar mantequilla en la preparación de vuestros alimentos. El evangelio ha de ser predicado a los pobres, pero no ha llegado el tiempo para prescribirles una dieta estricta. . . .

Pero deseo aclarar que cuando el tiempo llegue y no sea más seguro usar la leche, la crema y los huevos, Dios nos lo ha de revelar. Jamás debemos abogar por los extremos en la reforma pro salud. La cuestión de si debemos usar leche, mantequilla y huevos se resolverá por sí misma. Actualmente no debemos preocuparnos por ello. Que vuestra moderación sea conocida por todos los hombres". --Elena White Carta 37, 1901.

Del mensaje enviado al Dr. Kress en 1901 extraemos el consejo guiador siguiente:

"Llegará el tiempo cuando tendremos que descartar algunas de las cosas que usamos en nuestra dieta, tales como la leche, la crema y los huevos; pero el mensaje es que no viva el tiempo de angustia antes de tiempo y no aflija su alma hasta la muerte. Espere que el Señor prepare el camino ante usted".

"Le aseguro que sus ideas respecto a la dieta de los enfermos no es sabia. El cambio es demasiado grande. Mientras yo descartaría la carne como dañina, algo menos objetable puede ser usado y esto se encuentra en los huevos. No quite la leche de sus mesas y prohíba su uso al cocinar los alimentos. La leche debiera procurarse de vacas saludables y debiera ser esterilizada". --Elena White, Carta 37, 1901.

Escribiendo unos meses más tarde, reiteró la seguridad de que Dios iluminará a su pueblo cuando sea necesario tomar medidas de emergencia y descartar los productos de granja de la dieta.

"Vemos que el ganado cada vez más se enferma, la tierra misma está contaminada, por lo mismo sabemos que vendrá el tiempo cuando no será lo mejor usar la leche y los huevos. Pero el tiempo no ha llegado todavía. Sabemos que cuando llegue, el Señor proveerá . . . En cualquier parte del mundo, se hará provisión para suplir la leche y los huevos. El Señor nos hará saber, cuando el tiempo llegue, que hemos de abandonar estos artículos". --Elena White Carta 151, 1901.

#### El Consejo Repetido en 1909

Al presentarse ante los delegados de la Conferencia General de 1909, repasó los abarcales principios de la reforma pro salud, y nuevamente advirtió en contra de una acción prematura respecto a nuestra actitud hacia el uso de artículos derivados de los animales, lo cual acarrearía perplejidad:

"Llegará el tiempo cuando tengamos que descartar algunos de estos artículos en nuestra dieta de hoy, tales como la leche, la crema y los huevos; pero no es necesario traer sobre nosotros perplejidad por extremismos prematuros y restricciones. Esperad hasta que las circunstancias lo demanden, y el Señor nos mostrará el camino a seguir". Testimonios Vol. 9, p. 162.

#### Garantizando la Calidad de los Productos Animales

Mientras Elena White consistentemente señaló como propio el que productos de granja aparecieran en nuestras mesas, fervientemente urgió del adecuado cuidado que debiera observarse, a fin de asegurar que tales alimentos fueran completamente sanos. Al Dr. Kress le escribió:

"Cuando note que se está debilitando físicamente, es esencial que usted haga cambios en su dieta de inmediato. Ponga en su dieta algo que le ha faltado. Es su deber hacer esto. Consiga huevos de aves sanas. Use estos huevos crudos o cocidos. Agregue algunos huevos al mejor vino sin fermentar que pueda hallar. Esto suplirá aquello que es necesario a su sistema. No piense ni por un momento de que no es correcto hacer esto". --Elena White Carta 37, 1901.

Y en el Ministerio de Curación leemos:

"En el caso de las personas cuyos órganos productores de sangre están débiles -- particularmente si no pueden conseguir otros alimentos que suplan los elementos necesarios -- la leche y los huevos no deben suprimirse. Gran cuidado debe tomarse, sin embargo, al obtener la leche, pues esta deberá proceder de vacas saludables y los huevos deberán ser de aves sanas, que estén bien cuidadas. Los huevos deben cocerse en la forma que los haga más digeribles". Ministerio de Curación p. 246, 247.

"Si se hace uso de la leche, debe ser bien esterilizada, pues con esta precaución hay menos peligro de enfermedad". Ministerio de Curación p. 232.

Con esto vienen a la mente frases previamente leídas:

"Creemos que una cantidad moderada de leche de vacas sanas no es objetable". --Elena White Carta 5, 1870.

"Hasta ahora su atención ha sido llamada a la importancia de la mejor y más saludable condición posible de las vacas, cuya leche ha de usarse como alimento". -- Jaime White en Review and Herald, Nov. 8, 1870.

"Si las vacas son saludables y la leche está bien hervida, no hay necesidad de crear un tiempo de angustia antes de tiempo". --Elena White Carta 39, 1901.

"La leche debiera proceder de vacas saludables, y debiera ser esterilizada". -- Elena White Carta 37, 1901.

#### Precauciones Respecto a Acciones Prematuras

Al presentar la verdadera reforma pro salud, ciertos principios guidores fueron establecidos en los primeros años. Notemos el significado de estas declaraciones publicadas en 1872:

"Deberíamos conceder a la gente tanto tiempo como el que nos requirió a nosotros para llegar a nuestro estado, presente y avanzado en la reforma. Deberíamos ser muy pacientes con ellos, y permitirles que avancen paso a paso como lo hemos hecho nosotros, hasta que sus pies sean firmemente establecidos sobre la plataforma de la reforma pro salud. Deberíamos ser cautelosos en no avanzar demasiado rápido, no sea que nos veamos obligados a acortar el paso. En lo que tiene que ver con reformas, es mejor quedar un poco cortos del ideal, que ir un paso más adelante del

mismo. Y si después de todo se cometiese un error en esto, que sea en favor de la gente y no en aras del ideal". Testimonios Vol. 3, p.20.

Y de nuevo en 1912 los mismos principios fueron establecidos en las palabras siguientes:

"Al enseñar la reforma pro salud, así como otro aspecto del evangelio, debemos salir al encuentro de la gente donde está. Hasta que podamos enseñarles cómo preparar alimentos saludables, apetitosos y nutritivos; sobre todo baratos, no estamos en libertad de presentarles los puntos más avanzados de la reforma pro salud". Testimonios Vol.7, p. 135.

#### Un Programa Balanceado que se Recomendará por sí Mismo.

Los verdaderos reformadores se recomendarán a sí mismos pues serán consistentes, sensibles y prácticos. De nuevo será conveniente leer una vez más el consejo y prevención dado al Dr. Kress:

"No se ubique en los extremos de la reforma pro salud. Algunos de nuestros hermanos son muy descuidados en lo referente a la reforma pro salud. Pero por el hecho de que hay quienes están muy rezagados, Ud. no debe ser extremista a fin de servir de ejemplo para ellos. No debe privarse de aquella clase de alimento que produce buena sangre. Su devoción a los buenos principios le induce a someterse a un régimen que le hace pasar por una experiencia que contraría la reforma pro salud". --Elena White Carta 37, 1901.

La misma apariencia de los que abogan por la reforma pro salud es factor determinante para ganar adherentes a una forma de vida mejor:

"Hay peligro que al presentar los principios de la reforma pro salud, algunos estén en favor de hacer cambios que serían peores en lugar de ser mejores. La reforma pro salud no debe ser en una manera radical y compulsiva. A como está hoy la situación, no debemos decir que la leche, los huevos y la mantequilla debieran eliminarse por completo. Debemos ser cuidadosos al hacer innovaciones, porque bajo la influencia de enseñanzas extremistas hay almas concienzudas que seguramente se irán a los extremos. Su apariencia física arruinará la causa de la reforma pro salud. Pocos saben cómo suplir adecuadamente aquello que ha sido eliminado". Elena White Carta 98, 1901.

En 1909 una amonestación fue dada nuevamente en contra de seguir un curso de acción que dañará la verdadera reforma.

"Al paso que se han dado admoniciones respecto a los peligros de enfermedades producidas por el uso de la mantequilla, y los males que acarrea el libre uso de los huevos en los niños pequeños, aun así no debiéramos considerar una violación del principio. El uso de los huevos de gallinas sanas que han sido bien cuidadas y alimentadas es permitido. Los huevos contienen propiedades que son agentes benéficos en contra de ciertos venenos.

Algunos, al abstenerse de la leche, los huevos y la mantequilla han fracasado en suplir el sistema con nutrimento propio. Como consecuencia, han llegado a estar débiles e incapacitados para trabajar. De esta manera la reforma pro salud, ha sido desprestigiada. Lo que hemos tratado de construir sólidamente, se ha confundido con cosas extrañas que Dios no ha pedido y las energías de la iglesia se han paralizado. Pero Dios intervendrá para frenar los resultados de estas ideas extrañas". --Testimonios, Vol. 9, p. 162. (1909).

#### Tolerancia con los Puntos de Vista de Otros

Respecto a puntos de vista menores en relación a la dieta individual, la señora White abogaba porque debiera haber un margen amplio de tolerancia, reconociendo que algunos podrían usar algunos alimentos que otros no. El principio establecido se nos ofrece en la siguiente declaración, que fue ejemplificado en la experiencia de la señora White y que vale la pena darle cuidadoso estudio.

"Debemos recordar que en el mundo hay grandes y variadas mentalidades y no podemos suponer que cada uno vea exactamente las cosas respecto a la dieta como otro las ve. Las mentes no funcionan exactamente de la misma manera. Yo no como mantequilla, pero hay miembros en mi familia que sí lo hacen. No se coloca jamás en mi mesa, pero no provoqué un escándalo si algunos miembros de mi familia desean comerla ocasionalmente.

Muchos de nuestros fieles hermanos colocan mantequilla en sus mesas, y yo no me siento bajo la obligación de forzarlos a obrar de otra manera. Estas cosas no debieran permitirse ser causa de disturbio entre los hermanos. No puedo ver que el uso de la mantequilla sea necesaria en donde abundan las frutas y la crema esterilizada. Aquellos que aman y sirven a Dios debiera permitírseles seguir sus propias convicciones. No debiéramos sentirnos justificados para hacer lo que ellos hacen, pero no debiéramos permitir que las diferencias de opinión creen desunión". --Elena White, Carta 331, 1904

"Hay gran diferencia en constituciones y temperamentos, y las demandas del cuerpo difieren grandemente de una persona a otra. Lo que sería alimento para uno, podría no serlo para otro; así reglas precisas no pueden establecerse que convengan a cada caso en particular. Yo no puedo comer frijoles, pues son veneno para mi cuerpo; pero otros los digieren bien. Para mí decir que por esta razón nadie debería comerlos, sería ridículo. No puedo comer una cucharada de salsa blanca, o leche en mi pan, sin sufrir las consecuencias; pero otros miembros de mi familia pueden comer estas cosas y no les afecta en absoluto. Por lo tanto, como lo que mejor le sienta a mi estómago, y ellos hacen igual. No hay contención por ello, todos nos movemos en armonía dentro de una familia grande, pues yo no intento reglamentar qué deberán comer y que no". --Elena White Carta 19a, 1891.

### Resumen

En nuestro estudio sobre este tema hemos hallado que:

1. La leche, la crema, la mantequilla y los huevos, no se condenan como se condena el uso de la carne como alimento y ni aun se los clasifica o equipara a ella.
2. La señora White nunca recibió instrucción de que los productos lácteos y los huevos debieran ser eliminados de la dieta.
3. En la casa de los White, la leche, la crema, los huevos y de vez en cuando la mantequilla se usaron como alimento.
4. Los productos de granja son parte de una dieta nutritiva y apetecible.
5. Los consejos del Espíritu de Profecía mandan a que si los productos antes mencionados se han de consumir, debe asegurarse de que provienen de fuentes saludables y confiables.
6. Por causa del aumento de las enfermedades en los animales, podrá o llegará el tiempo cuando será necesario descartar el uso de estos productos en nuestra dieta, una emergencia para la cual debemos estar preparados.
7. La gente debiera ser enseñada cómo preparar una dieta completa y sana sin el uso de estos artículos, (huevos y los derivados de la leche).
8. Nuestras fábricas de alimentos han sido establecidas para preparar alimentos saludable y baratos, los cuales suplan la carne, la leche y los huevos.
9. En 1870, 1901 y 1902, y nuevamente en 1909, la señora White dijo que no había llegado el tiempo aún para decir que los productos lácteos y los huevos deberían ser eliminados de la dieta.

10. Los huevos contienen propiedades benéficas y constituyen un sustituto para la carne en nuestros sanatorios.

11. Debemos guardarnos de los extremos en la reforma pro salud, al enseñarla y al practicarla y no abogar por la eliminación prematura de los productos lácteos y los huevos.

12. La causa de la reforma pro salud no debiera entorpecerse ni ser causa de discordia por enseñanzas radicales que conduzcan a extremos y que den por resultado un grupo de personas cuya fuerza física y aspecto sea en menoscabo de la verdadera reforma pro salud.

13. Cosas extrañas, no requeridas por Dios, no deben enseñarse.

14. Tenemos que esperar hasta que las circunstancias lo demanden para abandonar estos alimentos; él Señor preparará el camino para realizar tal acción.

15. "Cuando llegue el tiempo, cuando no sea más seguro usar la leche, la crema, la mantequilla y los huevos, el Señor nos lo revelará".

16. "No debemos traer sobre nosotros perplejidades por prematuras y extremas restricciones".

17. "El problema del uso de la leche, la mantequilla y los huevos, tendrá su propia solución".

18. Cuando el tiempo llegue "el Señor proveerá".

19. No debiéramos considerar una violación de principios el usar los productos de granja si provienen de una fuente saludable y segura.

20. A aquellos que aman a Dios y le temen, se les debiera permitir seguir sus propias convicciones en asuntos menores respecto a la dieta.

La opinión sostenida por nuestros más eficientes médicos y dietistas es, que cuando el tiempo del cual la señora White habló llegue (en que no sería seguro usar productos animales) las evidencias en el reino animal serán tales que no dará lugar a dudas. Incuestionablemente, la inspección de los establos y rastros para ver si hay ganado infectado, la pasteurización de los productos lácteos, la refrigeración y la distribución rápida a los mercados de consumo hacen que estos artículos sean mantenidos en un grado de seguridad para su uso, que no se hubiese logrado si no hubiese sido por los más modernos métodos de conservación de los alimentos en la actualidad.

¿Es posible también, que al igual que las siete plagas, el empeoramiento de las condiciones en el reino animal del cual habló Elena White pudiera no ser universal? Quizá podría ser más agudo en algunos lugares que en otros.

Sea lo que fuere, tenemos consejos precautorios respecto al abandono de estos artículos en nuestra dieta y tenemos que esperar hasta que las circunstancias los demanden y el Señor nos lo de a conocer cuando llegue el tiempo.

Sin lugar a dudas, está en la providencia de Dios que la obra experimental sea hecha para descubrir y fabricar alimentos saludables y naturales que puedan muy bien suplir la leche y la mantequilla. Necesitamos con urgencia que se elaboren estos sustitutos.

En conexión con esta discusión, se llama la atención del lector al libro Consejos Sobre el Régimen Alimenticio, especialmente al capítulo "Los Extremos en la Dieta" y la sección sobre las grasas la leche y la crema.

Avancemos en la reforma pro salud, viviendo consistentemente y con gran cuidado, guardándonos sobre todo de caer en posiciones extremas, siguiendo la orientación que recomendará mejor la reforma pro salud a los que nos rodean.

Publicaciones de Elena G. de White  
Asociación General de Adventistas del Séptimo Día  
Washington, D. C. 1961

Traducido por el Centro White, Octubre, 1991.