

©editorial BNEI SHOLEM

בס"ד

# *Saludable en Cuerpo, Mente y Espíritu*

**UNA GUÍA PARA LA BUENA SALUD**

**TEMAS DE SALUD FÍSICA ESPECÍFICOS  
Y REPRODUCCIÓN**

**VOLUMEN II**

**BASADO EN LAS ENSEÑANZAS DEL LUBAVITCHER REBE  
RABÍ MENAJEM M. SCHNEERSON**

Por Rabí Sholom B. Wineberg



**EDITORIAL BNEI SHOLEM**

©editorial BNEI SHOLEM  
Título del Original en Inglés

# Healthy in Body, Mind and Spirit

## Volume II

© COPYRIGHT 2008  
by Rabbi Sholom B. Wineberg

Unico autorizado para la distribución y comercialización en Español  
Editorial Bnei Sholem  
© COPYRIGHT 2008

Todos los derechos reservados. No pueden reproducirse en forma alguna,  
partes de este libro, ni tampoco almacenar  
o recuperar información, en forma total o parcial en cualquier  
idioma (con excepción de citas breves en artículos de crítica  
o análisis) sin el consentimiento escrito del editor.

Se aplicarán estrictamente los derechos de autor



**EDITORIAL BNEI SHOLEM**

**Jean Jaures 737**  
**Buenos Aires ARGENTINA**  
**tel: 54 4961 8338 / linea USA 1718-618-4158**  
**Whatsapp +549 11 5111 2925**  
**editorial@bneisholem.com.ar**  
**www.bneisholem.com.ar**

---

Schneerson, Menajem Mendel  
Saludable en cuerpo, mente y espíritu - 1a ed. - Buenos Aires: Bnei Sholem, 2008  
v. 2, 300 p.; 15x22 cm. ISBN 978-987-1380-24-4  
I. Judaísmo. I. trad. II. Título. CDD 296

Fecha de catalogación: 08/10/2008

---

**ISBN: 978-987-1380-24-4**

**IMPRESO EN ARGENTINA**  
**PRINTED IN ARGENTINA**

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723

## ÍNDICE

Prólogo del Compilador.....	XVII
Agradecimientos.....	XIX

### PRIMERA PARTE

#### CAPÍTULO 1

##### Pediatría

1. Un recién nacido debe ser inmediatamente rodeado de objetos de santidad.....	1
2. La elección del momento del brit.....	1
3. Ictericia perinatal.....	2
4. Demora de un brit por motivos de salud.....	2
5. Uso de anestesia durante el brit.....	3
6. Vacunaciones infantiles.....	3
7. Viajar con un bebé a un destino extranjero que posea un clima completamente diferente.....	4
8. Problemas para dormir infantiles causados por deficiencias en la dieta....	4
9. Problemas respiratorios infantiles.....	5
10. Aceleración del desarrollo del niño.....	6
11. Trastornos del desarrollo.....	7
12. Radioterapia para niños.....	7
13. Edificación de la confianza personal del niño.....	8
14. Amamantamiento.....	8
15. Tomar medicación mientras se amamanta.....	8
16. Un niño más pequeño de lo normal.....	9
17. Amigdalitis.....	9
18. Extracción de las amígdalas.....	10
19. Prevención de la enuresis nocturna.....	10
20. La atmósfera espiritual es más vital para el niño que la física.....	11
21. No comprometer el nivel de cashrut cuando es solo de mínimo beneficio para la salud del niño.....	12
22. Cuando un joven se niega a ir al médico.....	13

## CAPÍTULO 2

### Enfermedades circulatorias y vasculares

23. Problemas circulatorios de los pies.....	15
24. Flujo sanguíneo insuficiente.....	16
25. Tratamiento de las várices.....	16
26. Várices durante el embarazo.....	17

### Presión sanguínea

27. Descenso de la presión sanguínea.....	18
28. Alivio de la presión y descenso de la presión sanguínea.....	18

## CAPÍTULO 3

### Los ojos y la visión

29. Glaucoma.....	20
30. Pérdida de la visión como resultado de una caída.....	21
31. Extracción de una catarata.....	22
32. Posible extracción de un ojo.....	22
33. Extracción de las cataratas.....	23
34. Extracción de un ojo.....	24
35. Amputación del nervio óptico.....	25
36. Lentes de contacto.....	26

### Consejo espiritual para mejorar la visión

37. Participación en lecciones de torá públicas.....	26
38. Aprender varias líneas del zohar y el tania diariamente.....	27
39. La mejora de la visión espiritual conduce a la mejora de la visión física.....	28
40. La "luminaria de la torá asiste en la iluminación de la visión.....	29

### Asistencias espirituales para ayudar a la visión

41. Honrar la torá y a sus estudiantes.....	31
42. Probar el vino del kidush y tocar los párpados con el vino de la havdalá.....	32
43. Adición del estudio de jasidut en shabat.....	33
44. Ayuda en la iluminación de la sinagoga.....	33

## CAPÍTULO 4

### El reposo y los sueños

#### Patrones del reposo y somnolencia

45. Establecimiento de las horas necesarias para el sueño.....34  
46. Dormir durante el día.....35  
47. La variedad como antídoto para la somnolencia extrema.....36

#### Conquista de las dificultades para dormir

48. Seguimiento de una rutina.....37  
49. Revisión de mezuzot y tefilín, recitación de tehilim, dar tzedaká y dormir con un talit katán.....38  
50. Una mezuzá casher cerca de la cama.....39  
51. Preparaciones espirituales antes de irse a dormir para una buena noche de sueño.....39  
52. Dificultades respiratorias durante el sueño.....40

#### Pesadillas y sueños perturbadores: combatir los terrores nocturnos

53. Revisar mezuzot, dar caridad, recitar el shemá y apartarse de las comidas pesadas antes de irse a dormir.....41  
54. Recitación escrupulosa del shemá de antes de acostarse varias líneas del tania de memoria.....41  
55. Revise las mezuzot del hogar y procure el perdón si se causó alguna ofensa.....42  
56. Dormir con un talit katán y con la cabeza cubierta.....43  
57. Para minimizar los sueños perturbadores hay que minimizar los pensamientos vanos durante el día.....43  
58. Accidentes nocturnos.....44

## CAPÍTULO 5

### El habla y la tartamudez

59. Ronquera.....45  
60. Resolución de un problema de tartamudez.....46  
61. Habla poco clara.....47  
62. Alexia.....49  
63. Tartamudez: aprender cómo no intimidarse.....49  
64. Problemas de tartamudez.....50

65. Alivio de la tartamudez realzando la sensibilidad espiritual y siendo así menos nervioso y sensible.....	51
66. Asistencias espirituales para problemas médicos relacionados con el habla.....	52

## **CAPÍTULO 6**

### **Procedimientos quirúrgicos y soluciones alternativas**

67. Apendicetomía.....	53
68. Hernia de disco.....	53
69. Cirugía de oído.....	54
70. Cirugía de pies.....	54
71. Cirugía de encías.....	55
72. Cirugía de manos.....	55
73. Cirugía de corazón.....	57
74. Cirugía a corazón abierto.....	58
75. Hemorroidectomía.....	58
76. Hernia doble.....	58
77. Histerectomía.....	59

### **Piedras en los riñones**

78. ¿Cirugía para piedras en los riñones?.....	59
79. Depósitos en los riñones.....	60
80. Piedras en los riñones.....	60
81. Cirugía para piedras en los riñones.....	62
82. Problemas renales.....	62
83. Piedras diminutas.....	63
84. Pulmones.....	63
85. Extracción de Lunares.....	64
86. Advertencias con respecto a las operaciones de amígdalas.....	64
87. Operación de amígdalas.....	65

### **Cirugía de próstata**

88. Cirugía de próstata.....	66
89. Llevar a cabo la cirugía de próstata de manera permisible.....	66
90. Cirugía de próstata sin amputar los conductos.....	67
91. Cirugía de próstata y vejiga.....	67

92. Cirugía del escroto.....	68
93. Cirugía para las úlceras.....	69
94. Tratamiento de las úlceras.....	70
95. Paz mental y dieta apropiada antes de decidirse por la cirugía.....	71
96. Cirugía del estómago para la reducción de peso.....	72
97. Decisión contra la cirugía: solo con la aprobación del médico.....	72

## CAPÍTULO 7

### **Dolencias y temas médicos variados**

98. Baño terapéutico en Shabat.....	73
99. Transfusiones de sangre.....	74
100. “La enfermedad conocida”.....	75
101. Estreñimiento.....	76

### **Oídos**

102. Tratamiento de enfermedades de los oídos.....	77
103. Perforación de las orejas.....	77
104. Inmersión de un hombre en una mikvá cuando le afecta los oídos.....	78

### **Epilepsia**

105. Medicaciones para la epilepsia.....	78
106. Tratamientos para la epilepsia.....	79

### **Enfermedades de los pies**

107. Sanación de los pies por medio de la fe.....	79
108. Tanto la caridad física como la económica acrecientan la sanación de los pies.....	80
109. El aumento de la fe y la caridad aumentan la sanación de los pies.....	81
110. El aumento de la creencia y la fe en el poder sanador de Dios aumentan la sanación de los pies.....	81
111. Tratamiento de los furúnculos por medio de la dieta.....	82

### **Dolores de cabeza**

112. Tratamiento de los dolores de cabeza.....	82
113. Dolores de cabeza resultantes del ciclo menstrual irregular.....	83
114. Tratamiento de la migraña.....	83

115. Hernia recurrente.....	84
116. Dolor de hernia residual.....	84
117. Inmersión de un varón en una mikve cuando podría afectarle negativamente la salud.....	85
<b>La Memoria</b>	
118. Mejoría de la memoria.....	85
119. Para mejorar la memoria – cambio de tema.....	86
120. Aviso contra el olvido.....	86
121. Combatir el olvido.....	87
122. Obesidad.....	87
123. Retoma de las actividades regulares después de un procedimiento médico.....	88
124. Radioterapia.....	89
125. Radiación de la cabeza.....	89
<b>Enfermedades cutáneas</b>	
126. No tratar una enfermedad cutánea por cuenta propia, ir al dermatólogo.....	90
127. Erupciones y urticaria.....	91
128. Remedios para un problema cutáneo.....	91
129. Remedios espirituales para un problema cutáneo.....	92
<b>Consumo de tabaco</b>	
130. Cuando el médico dice que hay que dejar de fumar.....	92
<b>La dentadura</b>	
131. Dolor de muelas.....	95
132. Extracción de toda la dentadura.....	96
133. Extracción de los dientes.....	96
134. Una segulá para los dientes.....	97
<b>Los viajes</b>	
135. Modificación del programa de viajes.....	97

## CAPÍTULO 8

### El envejecimiento

136. Avejentar.....	99
137. Ponerse mayor.....	102

138. La vida: una definición.....	105
139. ¿Por qué?.....	107
140. Un curso de acción.....	108
141. La belleza de los mayores.....	109
142. Alivio de la carga laboral – no retirarse.....	119
143. Trabajar durante los “años dorados”.....	120
144. Escribir un testamento: segulá para la longevidad.....	120
145. Buena salud y “largos y buenos años” memorizando secciones de la mishná.....	120
146. Tal vez los posibles problemas del corazón no sean eso en absoluto sino simplemente un síntoma de la menopausia.....	121
147. En el momento de la menopausia se requiere de una sensibilidad especial.....	122

## CAPÍTULO 9

### Las discapacidades

148. Esclerosis múltiple.....	123
149. “Distinguido” y no “discapacitado”.....	124
150. Los distinguidos de israel, una sijá del rebe.....	127

## CAPÍTULO 10

### La dieta, la nutrición y el entorno

151. La elaboración de la dieta.....	132
152. Vegetarianismo.....	133
153. Dieta, aire y sueño apropiados.....	133
154. La función del médico, particularmente en lo relacionado con la adhesión del paciente a una dieta apropiada.....	137
155. Asma.....	140
156. Crecimiento vegetal artificial.....	140
157. Dificultad para beber vino.....	141

## CAPÍTULO 11

### Medicaciones y vacunas

158. Antibióticos.....	142
------------------------	-----

159. Vacuna de polio salk.....	143
160. Inoculación contra la enfermedad.....	144
161. El cashrut de las inyecciones y las vacunas.....	145
162. Vacunaciones.....	145
163. Vacunaciones.....	146
164. Potencia de las diversas medicaciones.....	146
165. Envío de medicinas al exterior.....	147
166. Importación de medicaciones.....	147
167. Uso de hidrocortisona.....	148
168. Determinación de la eficacia de las medicaciones.....	148
169. Efectos colaterales de las medicaciones.....	148

## **CAPÍTULO 12**

### **Modos alternativos de medicina y sanación**

170. Tratamiento con medicina natural.....	150
171. Medicina quiropráctica.....	150
172. Medicina quiropráctica.....	152
173. Sanación no convencional.....	152
174. Seguir el consejo de la medicina natural herborista.....	153
175. Sanación totalmente no convencional.....	154

## **SEGUNDA PARTE - REPRODUCCIÓN**

### **CAPÍTULO 1**

#### **La concepción**

#### **Actitud apropiada, estudios y técnicas médicas para permitirle concebir a la pareja**

176. No perder la esperanza de tener hijos.....	155
177. Consejo de un especialista sobre las nuevas técnicas de reproducción.....	157
178. Asistencia espiritual y física para tener hijos.....	157
179. Emplear medios tanto naturales como espirituales para lograr la bendición de tener hijos.....	158
180. Inseminación artificial.....	159

181. Acortamiento del ciclo menstrual para permitir la concepción..	159
182. Factor RH.....	162
183. Un niño sano y fuerte.....	163
184. Adquisición de autorización rabínica para concebir cuando ha habido dificultades pasadas.....	164
<b>Estudios y técnicas médicas para permitir la concepción</b>	
185. El médico dice que la mujer es estéril.....	164
186. Obstrucción de una de las trompas de falopio.....	165
187. Obstrucción de las trompas de falopio.....	166
188. Corriente eléctrica para sanar el útero y permitir la concepción..	167
189. Preocupación sobre tener que concebir.....	168
190. Cuando los médicos dicen que un útero mal desarrollado dificulta la maternidad.....	168
191. Hacer de lado los pensamientos y preocupaciones sobre las dificultades para concebir.....	169
<b>Estudios y técnicas médicas para permitirle al hombre engendrar</b>	
192. Tratamiento de la impotencia.....	170
193. Superación de la impotencia.....	170
194. Impotencia.....	171
195. Pruebas de fertilidad.....	171
196. “Para tener hijos hay que tener mesirut néfesh”.....	172
197. Análisis exitoso.....	173
198. Intentar otros métodos solo si el primero no tiene éxito.....	173
199. Cuando hay una directiva clara por parte del especialista.....	174
200. Análisis de fertilidad masculina.....	174
201. Análisis de los testículos.....	175
<b>Acciones favorables que pueden ayudar a ser bendecido con hijos</b>	
202. Después de mejorar la ejecución de las mitzvot y la pureza familiar, pregúntele nuevamente a un especialista en fertilidad.....	175
203. Taharat hamishpajá es el receptáculo especial para recibir la bendición de tener hijos.....	176
204. La observancia meticulosa de la pureza familiar aumenta las posibilidades de tener hijos.....	177
205. La vital importancia de observar la pureza familiar para tener	

hijos.....	178
206. Observancia escrupulosa de taharat hamishpajá.....	179
207. Estudio diligente del jasidut.....	180
208. Divulgación de los manantiales del jasidut.....	180
209. Diversas segulot y consejo para tener hijos.....	181
210. Mejora en la ejecución de torá y mitzvot, aclaración si hubo ofensa, revisar tefilín y mezuzot.....	182
211. Para ser bendecido con hijos estudiar “jitat” y acrecentar la tzedaká.....	183
212. Volver a revisar mezuzot y tefilín.....	184
213. Lección de estudio de jasidut adicional y otros modos de conducta.....	185
214. Ocuparse de la educación judía: una segulá para tener hijos....	186
<b>Acercar a los hijos de Di-s a su padre en el cielo</b>	
215. Acerca la bendición recíproca de Di-s de tener hijos .....	186
216. Recibir la bendición de hijos de Di-s; reexaminar las leyes de la pureza familiar.....	188
217. Cuando Di-s observa un cambio de corazón hace que ese corazón se regocije con hijos.....	188
218. La modestia y cubrirse el cabello da como resultado la bendición de “hijos y nietos”.....	189
219. Enseñar torá, una segulá digna de mención para tener hijos....	190
220. Aliá a Éretz Israel.....	190
<b>Hijos adicionales</b>	
221. Medidas espirituales para tener [más] hijos.....	191
<b>Descendencia masculina</b>	
222. Fortalecer el amor por otro judío, la torá y Di-s.....	192
223. Ser hospitalario con invitados y extraños.....	193

## CAPÍTULO 2

### El embarazo

224. Prevención de un aborto espontáneo.....	194
225. Cambios de humor durante el embarazo.....	195
226. Abatimiento producido por el embarazo.....	196

227. Examen interno de rutina durante el embarazo.....	197
228. Exámenes internos durante el embarazo.....	197
229. Sonogramas.....	198
230. Rayos X durante el embarazo.....	198
231. Permitir que el embarazo siga su curso natural.....	199
232. Revisación de una mujer por parte de un médico varón.....	199
233. Revisación de un paciente por parte de un médico del mismo género.....	199
<b>La bendición del Rebe</b>	
234. La bendición tradicional del Rebe.....	200
<b>Conducta durante el embarazo: la notificación a otros</b>	
235. Aguardar hasta el quinto mes antes de hacer públicas las noticias.....	200
<b>Conducta especial durante el tiempo del embarazo</b>	
236. La conducta de la futura mamá y su efecto en el hijo.....	201
237. Conducta especial tanto para el marido como para la esposa....	202
238. Revisar las mezuzot y dar tzedaká todos los días de semana....	203

## CAPÍTULO 3

### El parto

239. Lugar preferencial para parir al bebé.....	204
240. Shir hamaalot en el hospital.....	204
241. Recitación de tehilim.....	208
242. El marido no debe estar en la sala de partos.....	209

## CAPÍTULO 4

### El posparto

243. Procedimientos y cirugía del posparto.....	210
244. Las cesáreas y sus secuelas.....	211
245. Ligado de trompas después de la cesárea.....	213

## CAPÍTULO 5

### El control de la natalidad y la anticoncepción

246. El primer hijo – el primero de muchos.....	214
---	-----

247. El preciado obsequio de tener hijos.....	216
248. Dejar el tiempo oportuno en manos de Di-s.....	217
249. Espaciar la tenencia de hijos y el control de la natalidad.....	218
250. Cuándo puede usarse o no el control de la natalidad.....	219
251. Evitar el embarazo debido a la alta presión sanguínea.....	220
252. Uso de un moj para impedir el embarazo.....	222
253. Relaciones empleando un moj.....	223
254. Razones válidas para la prevención del embarazo.....	223
255. Uso de medidas permitidas adicionales para impedir un embarazo peligroso.....	224
256. Métodos anticonceptivos cuando la esposa tiene una herida....	225
257. Ligación de trompas en casos en que es peligroso que la esposa conciba.....	226
258. Ligadura de trompas.....	227
259. Práctica de la abstinencia cuando el embarazo es peligroso....	227

## **CAPÍTULO 6**

### **El aborto**

260. Aborto de un embarazo.....	229
261. No abortar.....	230

## **CAPÍTULO 7**

### **La adopción**

262. Adopción de un niño.....	234
263. Qué tomar en cuenta al considerar la adopción.....	235
264. Cuestiones de la ley judía relacionadas con la adopción.....	236

PRIMERA PARTE

# Capítulo 1

---

---

## Pediatría

### 1. UN RECIÉN NACIDO DEBE SER INMEDIATAMENTE RODEADO DE OBJETOS DE SANTIDAD

Es muy importante que apenas nazca un niño o niña judío se lo envuelva en una atmósfera de santidad. Es sabido que lo que vea y oiga un bebé de un día tendrá influencia en el niño incluso muchos años después.<sup>1</sup>

Rodear al niño con objetos de santidad ayudará a añadir bendición y éxito a su vida de modo que los padres merezcan criar al niño “para la Torá, la *jupá* y las buenas acciones”.

(*Hitvaaduiot 5747*, Vol. II, p. 37)

### 2. LA ELECCIÓN DEL MOMENTO DEL BRIT

... Que Di-s conceda que el *brit* (circuncisión) tenga lugar en el tiempo propicio y favorable; y, como solía instruir mi suegro de santa memoria, el Rebe: que se efectúe el *brit* [un día] en que el médico y el *mohel* estén de acuerdo [en que llevar a cabo el *brit* ese día no presentará ningún riesgo perjudicial para el bebé].

(De una carta del Rebe fechada el 19 de shevat de 5721)

---

1. De este modo la costumbre entre tantos de *Anash* de poner una imagen del Rebe en la cuna del bebé.

### 3. ICTERICIA PERINATAL<sup>2</sup>

Los secretarios del Rebe cuentan que si un niño se enfermaba de ictericia, no solo de la infección misma sino incluso de la condición perinatal, el Rebe exponía enfáticamente que debían esperar siete días completos a partir de la sanación del bebé antes de llevar a cabo la circuncisión.<sup>3</sup>

### 4. DEMORA DE UN BRIT POR MOTIVOS DE SALUD

... En respuesta a sus preguntas:

A) ... El *brit* debe tener lugar cuando sus hijos [mellizos], *shejju*, estén completamente sanos; si hay siquiera la más ligera duda en el asunto, puede hacerse en una fecha posterior...

B) Con respecto a su pregunta de si postergar el *brit* hasta que ambos *britim* puedan hacerse juntos: No comprendo la lógica detrás de esto; cada uno de ellos debe tener su *brit* cuando esté completamente saludable, aun si ambos no tienen el *brit* el mismo día.

(*Igrot Kodesh*, Vol. VII, p. 143)

2. El siguiente párrafo, así como la siguiente nota a pie de página, es del libro *Mind Over Matter*, el cual es una traducción del libro hebreo *Kulam beJojmá Asisa*. El libro postula enseñanzas del Rebe de Lubavitch sobre ciencia, tecnología y medicina, y fue compilado por el rabino Joseph Ginsburg y el profesor Heman Branover. Fue editado y traducido al inglés por el Dr. Arnie Gotfryd, Ph.D.

3. Para fallos detallados, el Rebe solía remitir a los interesados a una autoridad *halájica*. El *Rav* del vecindario del Rebe, el rabino Zalman Shimon Dvorkin, dictaminaba (según lo oído del experto *mohel* Rabí Moshe Klein): Hasta una cuenta de bilirrubina de 10, se puede efectuar la circuncisión en el tiempo apropiado. De 10 a 15, se debe esperar hasta que caiga por debajo de 10, y entonces efectuar la circuncisión de inmediato. (No obstante, puesto que ya no se hace en el momento apropiado, se puede esperar más tiempo para que baje un poco más). Si es superior a 15, se considera que el bebé está "enfermo en todo su cuerpo". Por consiguiente, se debe esperar hasta que caiga por debajo de 10, y entonces esperar otros siete días completos (ver *Kfar Jabad*, número #828, p. 95).

## 5. USO DE ANESTESIA DURANTE EL BRIT

... Usted escribe que puesto que el individuo que tuvo el *brit* era mayor de trece años, se le dio anestesia (por lo cual quiere dar a entender anestesia general):

Debe preguntarle a un *Rav* en ejercicio en lo concerniente a este asunto, puesto que puede ser posible darle [a un no infante que se haga el *brit*] un anestésico local en una zona próxima (generalmente en la espalda y la espina dorsal).

Esto solo obstruye la sensación de *dolor* durante cierta cantidad de tiempo, pero no hace que la persona se quede dormida. La persona está entonces totalmente consciente, lo cual es decir que está obligada en todas las *mitzvot* [y de este modo efectúa la *mitzvá* de la circuncisión conscientemente].

La diferencia entre estas dos acciones [es decir, la diferencia entre suministrar un anestésico general o uno local] es fácilmente comprensible.

(*Igrot Kodesh*, Vol. XV, p. 343)

## 6. VACUNACIONES INFANTILES

En respuesta a su carta en la cual usted pide mi opinión sobre las inyecciones [es decir, vacunaciones] que se les dan comúnmente a los niños:

Es con respecto a asuntos como estos que se aplica el axioma de “No te apartes de la comunidad”. Debe actuar de acuerdo con lo que hagan [los padres de] la mayoría de los niños que estén en las clases de sus hijos...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XI, p. 137)

## 7. VIAJAR CON UN BEBÉ A UN DESTINO EXTRANJERO QUE POSEA UN CLIMA COMPLETAMENTE DIFERENTE

En respuesta a su carta del 11 de siván en la cual usted escribe sobre visitar *Éretz Israel* junto con sus hijos, *sheijiu*:

Estoy un tanto sorprendido de esto, puesto que creo que la opinión de los médicos es que hasta que el bebé tenga un año no debe sacárselo del país a un lugar donde el aire, el agua, etc. sea muy diferente.

[Esto es] particularmente así puesto que la ciudad en la cual se halla usted en el presente –según lo que he oído– tiene un clima muy templado y placentero sin mayores cambios de semana a semana, o incluso de estación en estación. Este no es siempre el caso en ... particularmente durante el otoño y el invierno...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XIII, p. 195)

## 8. PROBLEMAS PARA DORMIR INFANTILES CAUSADOS POR DEFICIENCIAS EN LA DIETA

... Usted escribe que su hijo duerme muy ligeramente, despertándose casi todas las noches, etc.:

Es probable que a su hijo le falte en la dieta un ingrediente nutricional; cuando esto se rectifique, se le fortalecerán los nervios y asimismo su sueño mejorará.

No obstante, aparte de lo anterior, es también importante revisar la *mezuzá* de su habitación [para verificar su *cashrut*] y ser escrupuloso en el *cashrut* de la comida y bebida que se le suministren.

Todo lo anterior asistirá en la producción de una firme mejoría en la situación de su hijo...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XVII, p. 245)

## 9. PROBLEMAS RESPIRATORIOS INFANTILES

En respuesta a su carta del 20 de siván en la cual escribe sobre el estado de salud de su hijo ... *shlita*, y las opiniones de los médicos:

Pareciera por el tono de la carta —a pesar de no exponerlo explícitamente— que todos los médicos concuerdan en que en este momento no se consideran siquiera formas serias de tratamiento (como la cirugía, Di-s lo prohíba, o procedimientos similares [ni siquiera la cirugía exploratoria]), lo que es totalmente comprensible dada la tierna edad de su hijo, *sheijie*.

Puesto que actualmente no hay ningún curso de tratamiento a seguir y en términos prácticos su pregunta se relaciona solo con una fecha futura, su modo de conducta presente de acuerdo con nuestra Torá, la Torá de la Vida, debe ser estar firme en el *bitajón* en Di-s, “Sanador de toda carne y Hacedor de maravillas”, que de seguro la situación mejorará consistentemente.

Sin embargo, creo que sería aconsejable llamar la atención de los médicos la posibilidad de que la causa [de las dificultades respiratorias de su hijo] sea que el pasaje de aire de uno de los tubos bronquiales sea más estrecho de lo usual.

Si este es el caso, entonces hay soluciones y remedios empleando medios mecánicos que no pueden causar daño alguno y ser solo beneficiosos, haciendo movimientos respiratorios que sean *ligeramente* más potentes y de ritmo más rápido en la zona de los músculos del cuello; puesto que todos los órganos, [y los pulmones entre ellos], se fortalecen más y se desarrollan mejor cuando se los prepara para funcionar adecuadamente.

Lo mismo puede ser verdad también en este caso. Y como he acentuado arriba: “*ligeramente más*” [movimientos respiratorios

más fuertes y de ritmo rápido].

Cómo debe hacerse exactamente y si debe hacerse manualmente o con aparatos depende de la decisión del médico: tal vez deba procurarse el consejo de los fisioterapeutas.

Sería apropiado que usted haga revisar sus *tefilín* si no han sido revisados en los últimos doce meses, y que su esposa, *tijie*, observe la buena costumbre judía de las refinadas mujeres judías, la costumbre de dar *tzedaká* antes del encendido de las velas de *érev Shabat* y *érev Iom Tov*.

Sería asimismo apropiado determinar si su *shiduj* el uno con el otro hirió el orgullo de algún joven judío o joven judía al punto de precisar –de acuerdo con la ley judía– pedirles perdón.

Puesto que todo es providencial, tengo la obligación (y el *zejut*) de alentarlos de la necesidad de establecer períodos de estudio fijos para el estudio del aspecto interior de la Torá, que en nuestra generación ha sido revelado en *Torat HaJasidut*. Establezca una sesión de estudios diaria en lo anterior, con un estudio suplementario en Shabat, un día que es santo para Di-s...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XX, p. 267)

## 10. ACELERACIÓN DEL DESARROLLO DEL NIÑO

... Respecto de lo que escribe acerca de su hija (al punto de lo que pude determinar de su carta):

Durante los últimos años se han desarrollado muchos nuevos tipos de tratamiento para tales asuntos, como píldoras que aceleran el desarrollo, etc.

Creo que en Suiza hay médicos que son grandes especialistas

en esta área. Le sería conveniente averiguar más detalles sobre este tema, y actuar de acuerdo con la información recibida...  
(*Igrot Kodesh*, Vol. XV, p. 400)

## 11. TRASTORNOS DEL DESARROLLO

... Con respecto al estado de salud de su hija, *tijie*, y su desarrollo (el cual no es satisfactorio):

Seguramente sabe usted que durante los últimos años se han desarrollado para tales asuntos muchos nuevos tipos de tratamiento. Por lo tanto, le sería conveniente consultar a un especialista en esta área (particularmente con respecto a los nuevos métodos de tratamiento y si son apropiados en el estado presente).

Di-s quiera que reciba usted el mejor consejo posible para su hija en un bien abiertamente revelado...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XV, p. 36)

## 12. RADIOTERAPIA PARA NIÑOS

... Se debe tener sumo cuidado en el empleo de la radioterapia y particularmente en los niños, en especial muy pequeños. Si hay un médico que se oponga a esta forma de terapia, entonces usted no debe emplearla.

Que el Sanador de toda carne la sane en una manera abiertamente buena y revelada...

(*Igrot Kodesh*, Vol. XXII, p. 31)