**5 MINUTOS DE SAÚDE**

**SAÚDE – HIGIENE ESCRUPULOSA (PARTE II)**

**Se toda família reconhecesse os benéficos resultados de um asseio completo, fariam esforços especiais para remover toda impureza, de si e de sua casa, e estenderiam seus esforços aos arredores. Muitos deixam matéria vegetal em decomposição na proximidade de sua casa. Não estão alerta aos efeitos dessas coisas. Dessas substâncias em decomposição desprendem-se constantemente gases que intoxicam o ar. Inalando o ar impuro, intoxica-se o sangue, os pulmões ficam afetados, e todo o organismo adoece. Doenças de quase todas as descrições são causadas pela inalação do ar afetado por essas substâncias em decomposição.**

**Famílias têm sido afligidas com febres, alguns membros têm morrido e os restantes da família quase murmuraram contra seu Criador por causa da triste perda, quando a causa única de toda a sua doença e morte foram resultado de seu próprio descuido. A sujeira em volta de sua casa acarretara-lhes doenças contagiosas, e as tristes aflições de que acusam a Deus. Toda a família que preze a saúde deve limpar sua casa e arredores de toda substância em decomposição.**

**Deus ordenou que os filhos de Israel em caso algum tolerassem a impureza em sua pessoa ou sua roupa. Os que tinham qualquer impureza pessoal eram excluídos do acampamento até à tarde, e então tinham que se lavar e a sua roupa, antes de poderem entrar no acampamento. Também lhes ordenou Deus que não tivessem sujeira em seus arredores até grande distância do acampamento, para que o Senhor, passando, não visse sua imundícia.**

**Com respeito ao asseio, Deus não requer menos de Seu povo hoje, do que em relação ao Israel antigo. A negligência da limpeza induz a doença. Doença e morte prematura não vêm sem causa. Febres obstinadas e graves doenças têm prevalecido em comunidades e cidades anteriormente consideradas salubres, e alguns têm morrido, enquanto outros foram deixados com a constituição alquebrada, mutilados por toda a vida, pela doença. Em muitos casos seu próprio quintal contém o agente de destruição, que despediu veneno letal para a atmosfera, para ser inalado pela família e a vizinhança. A lerdeza e negligência testemunhada às vezes são animalescas, e a ignorância dos efeitos dessas coisas sobre a saúde é assombrosa. Esses lugares devem ser limpos, especialmente no verão, com auxílio de cal, ou cinza, ou pelo enterramento diário.**

***Conselhos Sobre Saúde, pág. 63.***