



Testemunho de Vida

Eloisa compartilha as vitórias que Deus lhe deu na busca pela saúde e bem-estar

Eloisa Lacerda da Cruz Freire enfrentou, em sua juventude, um problema grave de saúde: a bulimia. Aos 14 anos, ela “assaltava” o armário de casa e comia compulsivamente doces e outras guloseimas. Juntando a ansiedade e os comentários repreensivos de familiares e amigos, ela tentou várias técnicas de emagrecimento. “Tentei emagrecer de várias formas: com exercícios físicos, regimes ‘doidos’, até me tornar vegetariana”, lembra.

Aos 16 anos, os pais se mudaram para São José dos Campos e ela passou a morar sozinha com a irmã de 18 anos, em Guarulhos (SP). “Foi aí que encontrei minha oportunidade de comer o que quisesse”, relata.

Eloisa, de origem evangélica, tinha crescido na igreja junto com a família. Participava das atividades da igreja e começou a ter consciência de seu problema. “Descobri que o que fazia era uma doença e também um pecado.”

Depois que se casou, aos 20 anos, a bulimia ainda a acompanhava, porém em escala menor. Aos 26 anos, Eloisa engravidou e, com este presente de Deus, passou a ter mais consciência de que precisava se cuidar. “Dali em diante, me senti mais responsável e passei a comer de tudo, com qualidade. O amor pelo bebê me amadureceu; me valorizei e nem me lembrei do vício da bulimia”, conta.

Hoje ela comemora a vitória que conseguiu graças a Deus. “Ansiedade e maus pensamentos do passado ainda me assolam, mas estou mais madura buscando outras “fontes saudáveis” como oração, Bíblia, mensagens evangélicas, diálogo com o marido, pais, irmãos e amigos”, relaciona.

Pela misericórdia de Deus, Eloisa é hoje uma pessoa saudável. “Como de ‘tudo’, mas procuro alimentos saudáveis sem abrir mão de guloseimas. Pratico exercícios duas vezes por semana, cuido do “hipotireoidismo” e dedico a minha vida a cuidar da minha família (Felipe e Adilson), do serviço no banco, das atividades da igreja e de momentos de lazer”, detalha.

Com essa provação, ela aprendeu que Deus a criou de maneira especial e que o melhor alimento é o da alma. “Se meu espírito estiver bom, a saúde do corpo e a beleza vêm, e tudo o mais é acrescentado. Aprendi a amar mais a Deus e ao meu próximo, a falar, a ter humildade, pedir ajuda e a depender do Senhor em qualquer circunstância”, conclui.