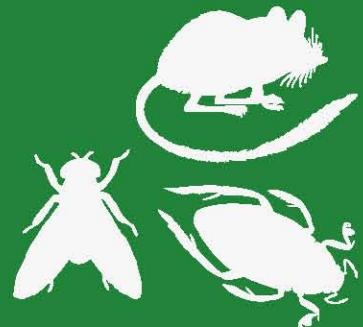
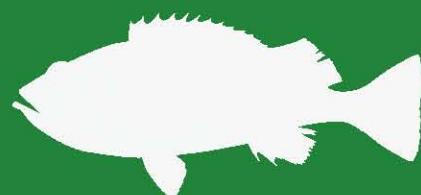


6 PASOS DE LA SALUD CON PREVENCIÓN





Hampu di hñä

Mikel Andoni Arriola Peñalosa
Comisionado Federal para la Protección
contra Riesgos Sanitarios
COFEPRIS

Julio Salvador Sánchez y Tépoz
Comisionado de Fomento Sanitario
COFEPRIS

Carlos Jesús Yadir Lizardi Álvarez
Director Ejecutivo de Comunicación
de Riesgos y Capacitación

Adelaida del Carmen Martínez Chapa
Subdirectora Ejecutiva de Comunicación
de Riesgos e Información

David Iván Arcos Mancilla
Gerente de Difusión e Información

Rogelio Tobón Camiro
Gerente de Desarrollo de Estrategias
de Comunicación de Riesgos

Lengua
Otomí Centro

Traductor
Petra Benítez Navarrete



Ya nfädi

I. Hanja ha di thoki ra nhio nzaki konge ya rato ñ'u pa hinda njya hnini

1. M'ä te xä thutsi
2. Thutsi ntsutbi
3. Tsotse
4. Ngatho te xa thutsi
5. Xadi pa ha di thoki: rato ñ'u pa hinda njya hnini
6. Ha di thoki

II. Mpäxi u xi jar m'edi

1. Ha di njapi pa di nkuetse ra dehe
2. Di thoki ra nhio ra hñuni
3. Nxu'ye
4. Ha di thot'e u te m'oni
5. Ha di nhnu ya nguu m'ii
6. Di nhnu ya zuë

III. Di hmuntsi ya to dä xante

1. Te di hoki ra xante
2. Ha di m'äpu ra hmä
3. Ha di m'äpu ra nt'üti ne ra nxadi nfädi
4. Ra ndä nu ya hmuntsi
5. Ya ko te di thoki nuya



I. Hanja ha ga thoki ra nhio nzaki konge ya rato ñ'u pa hinda nja ya hnini

1. M'ä te xä thutsi

Nura ra hem'i ge xa thoki pa di m'otsi nuä to xa nguat'i pa di xahni, ngatho ka ra ximha M'onda, ra Ndä Nzayo ra Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS), ne ra Secretaría de Salud, ne konge ra Comisión de Fomento Sanitario di ge ra ha gä thoki ya rato ñ'u pa hinda nja ya hnini, ge xi xa nfeni ra ntsotse digehia di nhnu ya hnini M'onda pa hindä nja ya hnini ge xi di thoki ra m'äxi pu ha xi jar m'edi.

Nu pa di nhu ra nhio ra nzaki pa hinda jar hnini ge xi di thogi xangu ya pa, kuati bojä ne ya pa pa gir gi nothe ne hinte tsu gi tsi ya ñ'ethi, numu di thoki ra nhio nuya, ge dar za dar m'ui ra nte ya jai, ya mengu, ya jai m'efi ne ya jai m'ui ka ya hnini, kongehia ne pa ngatho ya jai ngu ya atho ya hinte di m'ui ya thogi ya jai.

Nupia ge xi jar m'edi di nhnu ha di thoki ra m'äxi u jar m'edi ka ra hnini, ge xi hmä ge ngu ma ngetho di nja ya m'efi pa ra m'äxi pa hinte da ja ya hnini, ge di njapu pa di thoki pa hindä tho te di tsani ra nzaki, ge ma juani, ge xindi fädi ha di thoki pa di uetse ra dehe, pe xi xangu ya hnini u hingi hoki ha di kutse ra dehe ge xi uni ra uzt'e, ge hingi hoki nuya.

Ra kuetse dehe ge xi ra nhio, ne ngu ha di thoki ra nhio, ge kongehia hmä ge hindi nja ya hnini, ge ka xka njuki ya rato ñ'u pa hinda nja ya hnini pa di nfädi ne di nhu ha di thoki nuya konge ya mengu ne ngatho ya jai m'ui ka ya hnini di nuya:

1. Dehe: kuetse ge xi di hoki ra nhio.
2. Hñuni: di thoki ra nhio.
3. Ye: ge xi di nxu'ye.
4. Njoxki: di hmuntsi ne di r'ut'i.
5. Nguu pii: di m'äki ne di xut'i.
6. Zuë: yapu di m'ui ya zuë.

EM'ui xangu ya hnini tu ra dehe ne ya hñni, ngu ra cólera, ne ra tsoxpa tifoidea, ra paratifoidea, ra salmonelosis, la shigelosis, la amibiasis zit'e. Ne ma ra, ja ge hingi hoki ra nhio ha di ueke ya njoxki ne ha di ueke ya zuë, ngu ra tsoxpa dengue ne ra tripanosomiasis americana ne ua ra hnini Chagas, ge nuya ya hnini ne ya hmuntsi t'o ne nu ra Organización Mundial de la Salud (OMS) nu ge ya hnini ngu xi xa ngohi, ge hingi nhnu ngu ra thogi ya jai ne ya jai poni pa yapu di ge ka ya hnini.

2. Thutsi ntsutbi

Ra COFEPRIS, bi boni ra pa ra kut'ä 5 julio di ge ra 2001, ge ra Hmuntsi órgano adm ra zänä yoto inistrativo desconcentrado de la Secretaría de Salud ne petsi ra m'efi digen'ä di hoki ya m'efi pa hindä ndathi ya jai pa ngatho ra ximha.

Nuna ra hmända COFEPRIS ge m'ä, ge pa di tsotse ya nfeni ge petsi di hoki ha di japi, ha di badi, ha di hiandy ne ha di nhu ha di hoki ra nhio m'äxi u xi jar m'edi, ngu xa thutsi pa di thoki ka ya Secretaría de Salud. Nuya ya m'efi ge rangutho di thoki konge ya xeni ka ya hnini hmuntsi Sistema Federal Sanitario.



3. Ra tsotse ra ha di thoki ya rato ñ'u pa hinda nja ya hnini

Ra di tsotse ngatho: di nfädi, ya ngatho hnini M'onda, di nja ra hoga m'äxi pa hinda deñ'i, ya ntsoni hnini xa m'ui di ge ka ra dehe ka ya hñuni ge ka tupu ya hnini u xi m'utpu.

Ra ñ'i tho di tsotse: ge di nfatsi pa hinte di ja ya hnini u xi kotpu ka ya hnini ngatho M'onda ge xi thoki ya m'efi konge ra m'äxi u xi jar m'edi di ge ra (Ha di thoki ra rato ñ'u pa hinda nja ya hnini).

4. Ngatho te xa thutsi di ge ra Ha di thoki ra rato ñ'u pa hinda nja ya hnini

Nuna ha te di thoki ge xi tsoni ngatho ka ya hnini M'onda, ge xi thoki nxo n'ote ma ret'ä ka ya xeni hnini M'onda (32 entidades) ne ko ra nfatsi ra Sistema Nacional Sanitario.

Ra hnini ge di tsotse ngatho ya hnini m'ui m'onda.

Ra COFEPRIS, ne konge ra Sistema Federal Sanitario, ge xi xahni ra ha di thoki ra rato ñ'u pa hinda nja ya hnini.

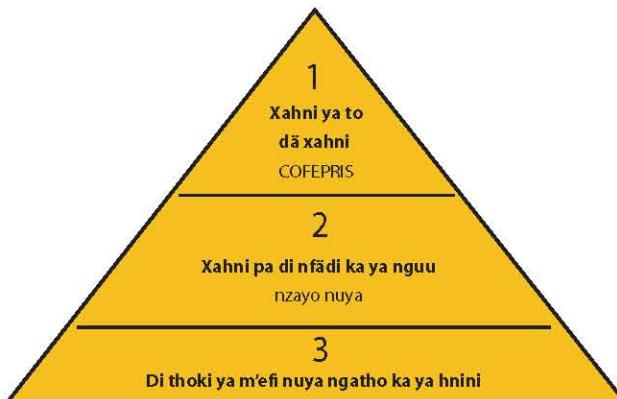
5. Ya nfädi di ge ra xahni: rato ñ'u pa hinda nja ya hnini

Horario	Nfädi	Tengu di tene
9:30 a 10:00	Thuxthuhu to di pa	30 minuto
10:00 a 10:30	Di nhu ha di, mpäxi u xi jar m'edi Ya mengu ngatho M'onda	30 minuto
10:30 a 11:30	Di m'äxi pu ha xi jar m'edi: 1. Dehe 2. Hñuni 3. Di xu'ye ra nhio 4. Ha di thot'e u te m'oni 5. Di m'äxi ne di nxut'i ya nguu m'ii 6. Yapu di m'ui ya nguu ya zuë	n'a ora
11:30 a 12:00	Tsoyo	30 minuto
12:00 a 13:00	Te di hoki ra xante 1. El papel del instructor 2. Ha di m'äpu ra hmä 3. Ha di m'äpu ra nt'üti ne ra nxadi nfädi 4. Ra ndä nu ya hmuntsi 5. Ya ko te di thoki nuya	n'a ora

6. Ha di thoki

Ra COFEPRIS, ne konge ra Sistema Federal Sanitaria, xahni ya m'efi ka ya xeni hnini ne pa di xahnite, ma ra ya jä, ne ua di xi hmä pa di nfädi te hmä di ge ya njoxki u xi jar m'edi ka ya ngatho hnini.

Hñu hangu pa di nxadi hangu pa di nxahni



Petsi ra tsedi di nja ra nxadi digehia

Ra COFEPRIS pädi ge ya to xahni di ge ra mpäxi u jar m'edi ge ya xante ya nfatsi ne pädi ra ndä nzaya ngatho m'onda. Ya jäi to ya t'uti ra nxadi ra ha di thoki ra rato ñ'u pa hinda nja ya hnini ge xi di nu ra COFEPRIS ge xi tso di üni ra xadi ya jäi u to xi ja masü ne di xahni ya hmuntsi m'ui ka ya hnini pa di ñäki pa di m'äxi u xi jar m'edi.

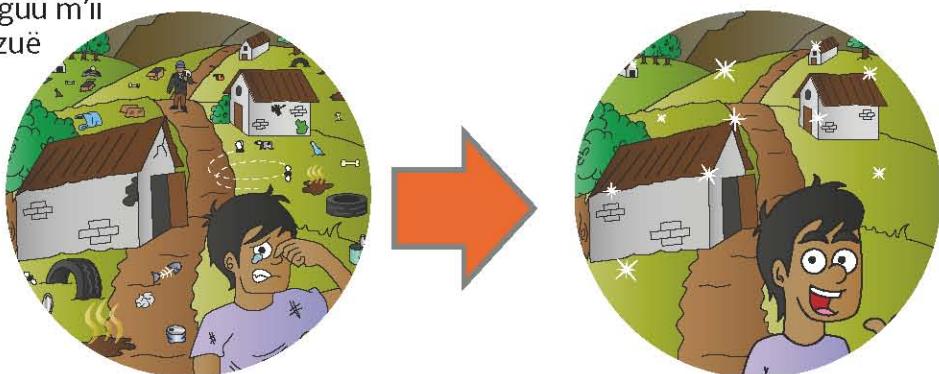
Ra xahni m'äxi xi jar m'edi ge di ja masü di t'üni yoho n'ote ora pa di nxahni di ge n'a nj'eya ge pa di nfädi ge ra xante nu ä, njapune, ge di da ra uenda nzänä mu nzänä ka ra COFEPRIS:

Hem'i ha thutsi ya m'efi u thoki, ha xä m'ä u xa thutsi di ge ya ra'yo m'efi xahni, ne njapu ne ya hem'i ya t'üdi ya uenda; ne di, teti ne ra hem'i ha thutsi ya thuhu ya jäi to bi m'ä ka ra xadi nuya.

I. M'äxi pu ha xi jar m'edi

Ra m'äxi pu ha xi jar m'edi, pa hindi nja ya hnini, di ge u xa r'ini ne xi nhnu ra m'axi, ka ya nguu ne ka ya hnini, pa ha di thoki ya m'efi ge gehia:

1. Di t'otse ne di juati ra nhio ra dehe pa di tsi
2. Di nhnu ha di thoki ra nhio ya hñuni
3. Di xu'ye ra nhio
4. Ha di thot'e u te m'oni
5. Di m'äxi ne di nxut'i ya nguu m'ii
6. Yapu di m'ui ya nguu ya zuë





Xa r'ini ge xi jar m'edi di m'äxipu ha jar m'edi ka ya hnini nu ge xa nhnu ne xa r'ini xki ñ'ëpu ge m'ui ya ntso u jäpi di ja ya hnini, nuya ha ga r'ogi ge hingi nhnu ra nhio ya te tsi ya mengu ne ya jää ka ya hnini; nu ge xi petsi di nhnu ha tsotse ne xi ñ'itho di thoki ya m'efi pa di thändi ne di hogi ra nhio nuna ra thoginä.

1. Di t'otse ne di juati ra nhio ra dehe pa di tsi

1.1 Hampu ba ru ra dehe

Tetpu ha ba r'u ra dehe ä tsi:

1. Ka tsithe
2. Ndämhe
3. Ka m'ehe, ka ñ'uthe
4. Le
5. Poni ka nzogi dehe
6. Kuetse dehe ä po xito



1.2 Ra nzatho dehe ä xi xa kuettse ko ya bacteriológica y físico-química

LRa hogu dehe ä tsi ya jää, ge xi nhnu ra nhio konge ya biológicas, físicas ne químicas (NOM-127-SSA1-1994).

1. **Biológicas:** ge hingi nthehu konge ya bacterias ne patógenos. Ne ngu ya hmuntsi coliformes ngotho ne Escherichia coli ua coliformes fohu.
2. **Ja:** xa nxä, yuni, ra kuhu ne xa mpoxi.
3. **Químicas:** ge hindí ntheui konge ya químicas minerales ne ngu ya boja ne ya manganeso.

1.3 Ya hnini xpa r'ogi ka dehe

Ya hnini u r'ogi konge ra tsothe ge atho xo goho hmuntsi:

Hmuntsi n'ä (1). Ya hnini xi r'ogi konge ra tsothe: dehe tsothe, ne ngu ha ga dutsi pu ha xa tsoni konge ya fohu ne ge xi di ja ya hnini ngu ra tofoidea, ambibialis, hepatitis, ra n'yo ne ma ra.

Hmuntsi yoho (2). Ya hnini r'ogi ka ya dehe: ra ya zuë m'ui ya nzaki ka ya dehe. Ge nuyu ge numu ya bi za ya jää ge ngu tsudi ya hnini ya jää.

Hmuntsi hñu (3). Mu hinte ja dehe ge xi ja ya hnini: ge numu hinte ja dehe ge hinte m'ui pa di nxu'ye ya jää di nxaha ne ma ra te di honi konge ra dehe, ne di gempu xi ja ya hnini, ra para sitos, ra uzt'e ne ra tracoma.

Hmuntsi goho (4). Ra ya hnini ge xi r'ogi konge ra tsothe ä ts'i: ge ya hnini tente di ge ya zuë ngu ya giuë ya Aedes Aegypti ge xi zudi ra tsoxpa dengue ne ra tsoxpa hemorrágica por eosdengue.



1.4 Ha pa di kuetse ra dehe

Ra kuetse dehe pa di tho ya zuë u higi thändi pege xi xa ntso ya te japo ngu ya (fugi) ne ua ya químicos (cloro, plata coloidal, yodo).

Ra fugi

1. Hiotse ra dehe xo kut'ä minuto.
2. Hiegi di tset'i ne di gempu ka gi tsí.
3. Xi gi xut'i ka ra hogadehe ya tsoi ha gi xit'i ra dehe ne gi kom'i ra nhio.
4. Xi gir xit'i ka ya m'äda xti nxut'i.



Cloro konge hipoclorito sodio

Pa di nkuetse ra dehe ge xi ne di m'etsi ngu xo 0.2 ne 1.5 emg/l dige n'a ra cloro ä ya di pähu ndä ä. pa genu, xa thutsi ka ra hñä mui ma dui pa di nhnu tengu di tsitsi dí ge hipoclorito ra sodio ä xi jer m'edi pa di kuetse ra tsothe.

Di kuetse ra dehe pa xi dar hogadehe ko cloro ne ko hipoclorito de sodio pa ngatho ya hnini			
DYa te m'e u	Capacidad	En condiciones normales	Para uso en aguas de dudosa calidad
Botella	1 litro	2 gotas	3 gotas
Jarra	2 litros	4 gotas	6 gotas
Cubeta	5 litros	10 gotas	15 gotas
Garrafón	10 litros	20 gotas (1ml)	30 gotas (1.5ml)
Garrafón	20 litros	40 gotas (2 ml)	60 gotas (3 ml)
Tambo	200 litros	400 gotas (20 ml)	600 gotas (30 ml)
Tinaco	1,000 litros	2,000 gotas (100 ml)	3,000 gotas (150 ml)
Cisterna	5,000 litros	10,000 gotas (500 ml)	15,000 gotas (750 ml)

Fuente: Comisión de Evidencia y Manejo de Riesgos (CEMAR) de la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios. Secretaría de Salud. México. 2014.

Procedimiento para la desinfección del agua:

Sustancia	Cantidad	Tiempo de espera
Hipoclorito de sodio	2 gotas por litro	30 minutos
Hipoclorito de calcio	1 pastilla de 7 gramos x 3,000 litros	30 minutos
Plata coloidal*	1 gota al 0.36% x 2 litros	30 minutos
Yodo	2 gotas al 2% x litro	20 minutos

Ge xi mä ge di nxadi ne pa di thoki hanja m'ä ra hem'i.

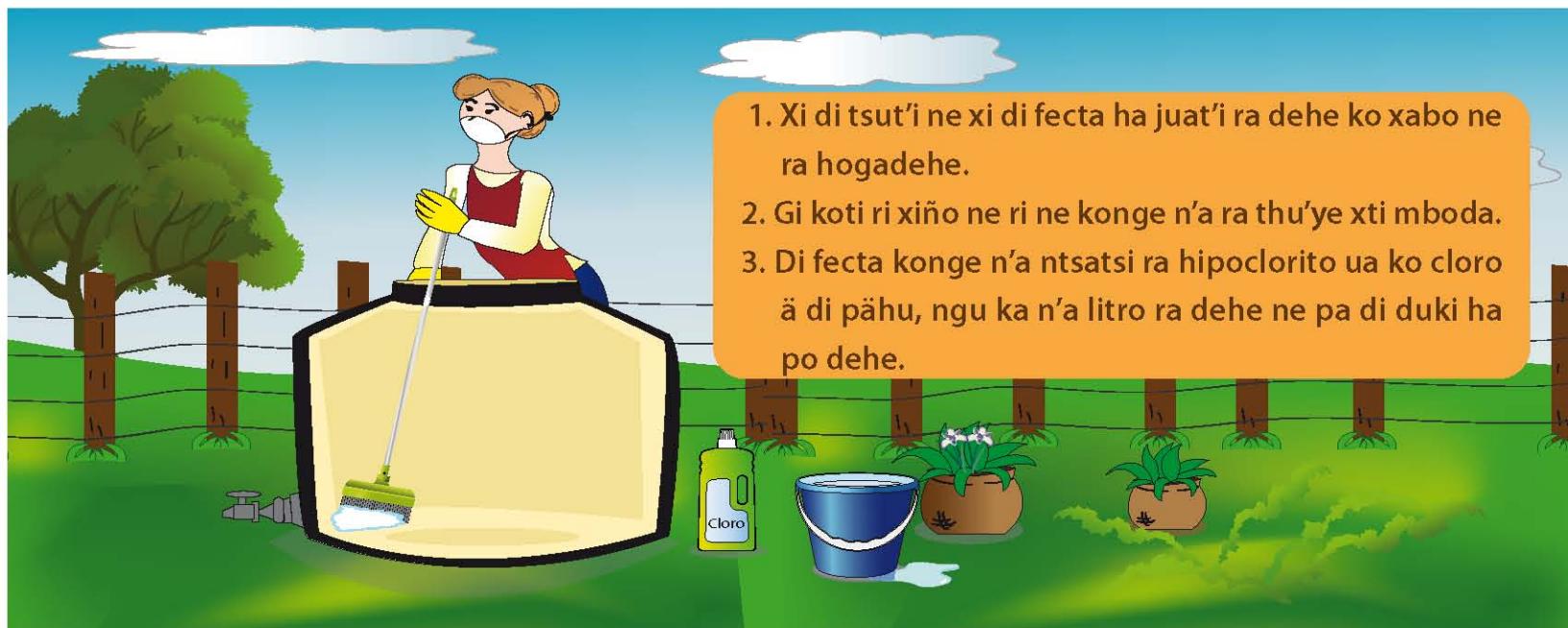
*Ya tsoi ge ne xi di n'an'yo di ge ya xibjä, pa hindi tsoni ne di podi ya química u tu di tsoni nuyu.

1.5 Xi xti tsuti ya ha da njüati nuya.

Ra dehe ge xi tsoni numu hingi nu ha gir jäpi pa gir xut'i ne gir kuetse nuu xi xa t'otpu. Pe genu ge xi ja ma sü di nhuya:

- Ge zämu xi xti tsuti ya tsoi ja di juati ra dehe
- Ge xi di tsuti ne xi xti fecta ya ha kuati ya dehe ngu numu ya bi zudi rato nzänä

Ya hanja xa thutsi ya hmä pa ya tsoi ha di juati ra dehe ge hingi ñ'ëti: xi xti tsuti, ge xi di za di ntsuti, ne ge hinte dä t'ut'i pa hindä tsoni ra dehe ha juati, ge xi xti jom'i pa hinda yut'i ra hai. Pa di tsuti ya pileta ne ya tinaco ne di nhuya:



2. Xi di nhnu ra nhio ya hñuni

Ya hnini xi xa ndeni konge ya hnuni (ETAs) ge xi zämu xi tsudi ya jäi ge xi xa ntsedi ga mupu ge xi zämu tsudi ya jäi.

Xangu ya hnini, ge ba ëhe ka ra hñuni di tsihu ge hingi thoki ra nhio ne hingi ntsuni ha ga thoki ne ua hingi hoki ra za, ngu di ndui ne ta di tsi ge hingi ntsuni ga thoki ne ga ntsi.

2.1 Te ma hnini tsudi tu ka ya hñuni

Ra ya jäi ge xi dathi konge ya hñuni u tsi. Nuya tsudi ge xi thutbi hnini 'yo ka ra zit'e ge xi xa nzu ya teni hnini u thutbi químicas ne di emhu tso ñ'ethi:

- **Teni konge bacteria**, ha xa fot'e ya zuë
- **Intoxicación** ge xi tsi ya hñuni u ngu xa tsoni konge ya químicas, ne ko tso ñ'ethi ge xi xa r'ogi pu ka ya hnuni

2.2 Hanja ga nzudi

Ya nzudi ya hnini ya ge xi tu ka ya hñuni u tsi ge n'ande ngu chutho ra n'u, ra xa ntsedi ra n'u ne ma ra atho xi xa ntsedi ya di du.

- **Nu u ngu chutho ra n'u**: ge hense xa n'u ya ndo'yo, uzt'e, k'äx ra mpuni, tso te tsi ne iaha
- **Xa ntsedi**: tsoxpa, ngu xi tu ra ndo'yo, intoxicación, hingi mbeni, ne tsu ra n'yo
- **Xi tar tsedi ge ya di du**: ge xi tsur n'uthe, tsur 'yo ko ji, xi bit'i ne di du



2.3 Te ma hnini m'ui*

*Ya hnini u tente di ge ya parasitarias di ge ra uzte'e ge xi thändi ha xi thoki ra hmä pa di nfädi ne di nu ra Epidemiológica de la Secretaría de Salud son:

- Teni hnini
- Tsoxpa tente hnini
- Ra paratifoidea
- Ra salmonelosis
- Ra shigelosis
- Amibiasis ka zit'e





Ma ra ya hnini xa r'ini gehia:

- Ra teni uzt'e di ge ma ra ya jái
- Konge ra tso ñ'ethi tu ka ya hñuni bacteriana
- Ra giardiasis
- Ma ra ya hnini uzte u xa nzudi di ge ya protozoarios
- Ra teniasis
- Ra ascariasis
- Ra enterobiasis
- Ne ma ra ya helmintiasis

Ya microorganismos ge xi ntheui ya hnini tente di ge ra uxt'e ne ua ra zit'e ä xa zudi ra ndathi ngu ra n'yo fädi ra shigella, salmonella ne cólera xa r'ogi konge ha xa teni ya foho ka ra dehe ungu xa tsi (xa nthuki foho- hi xa nxu'ye- ne xa nzi), ge nuya xa tsi ka ya hñuni ua ka ra dehe xa ndeni ne xa tsi kongehia.

2.4 Kut'ä pa di thoki ra nhio ya hñuni. NOM-251-SSA1-2009

Ra hmända pa ngatho m'onda NOM-251-SSA1-2009, pa ha di thoki ra nhio ya hñuni, ya ntsi ne u ma ra ya te tsi; ge xi xa thutsi n'a ngu n'a heke, pa ha di thoki ra nhio ya hñuni, ge nuya ge xi nhieui ngu m'ä ra ya kut'ä ha nja pa di thoki ra nhio ya hñuni ngu xa ngatsi ra Organización Mundial de la Salud (OMS):

1. Zämu di m'äxi
2. Ueke ya hñuni u xa ndä ne nu u ñätho.
3. Tää ra nhio
4. Chutho ra tsibi ndi njotsi.
5. Ge xi dar hogadehe ä ko te di thoki

Ge ja masü pa di r'ini ya kut'ä nhnu pa di thoki ra nhio ya hñuni, ge pa di dani ya te di thoki ya hñuni ge xi dar bo ngatho u ko te di thoki ne ya 'ye xi dar bo ne pa hindar r'ogi ya hnini tente ka ya hñuni.



1. Zämu gi mpaxi

- Xuki ri 'ye konge dehe ne xabo numu yahoki hñuni ngu gir ndui ne ta gir juadi gir hoki rahñuni
- Di xut'i ko ra hogadehe ne xabo, ya tsoi di huiti ko ñ'ethi ngatho u te di thoni pa te di thotse
- Nu dar nhio nupu ha gi hoki ra hñuni ge hinte di mupu ya zuë, hinte di ja ya iya ne hindar ntsotho
- Ge xi zämu di mpaxipu ha hoki ra hñuni numu ya di ndui ne numu ya di gätsi



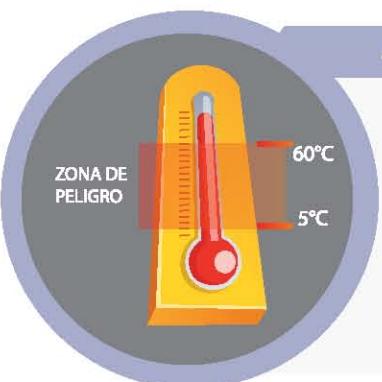
2. Ueke zämu ya hñuni u ya xa ndä ne di gen'u hñätho

- Ge hingam'ä gi teti ra mpoxi uxambo'
- Ueke zämu ya hñuni u ya xa ndä ne di gen'u hñätho
- Ya tsoi ne ya juai u di hä pa te di theki ge xi di poti di ge ya hnuni u xa ndä ne nu u hñätho di ge ya hñuni, ne ngu ya ngo ne ya k'ani



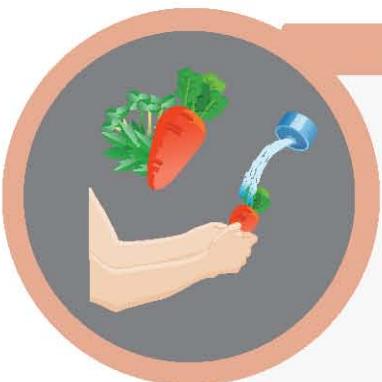
3. Xi dä dää xa nhio ya hñuni ngu ya ngo, oni ne ya juä

- Dä fugi ya hñuni ngu ra hñuni, ra ngi ne ya ngo
- Ge hindam'ät'i ya hñuni, ge numu dä m'ät'i ge di thegi di fugi ngu 70°C



4. Ya hñuni tää ra nhio ngu ra tsibi ä di jar m'edi

- Ogi tä ya hñuni chutho ra tsibi ge hindä dää
- Ya hñuni u xa thotse ge di tsi nu ra pa ä di thoki ne ua di juati ngu 60°C
- Di thot'ea ka refrigerador ne ngu dar tse ä 5°C pa di njuati ya hñuni u xa ndä



5. Ge xi dar hogadehe ä ko te di thoki

- Handy ra nhio ha xa zatho ya hñuni ua ya xa tsoni ne hindar ntsotho
- Nu ra nhio ra kuhu, hangu ne ha yuni ne hangu ra ngo, ne ngatho ya nk'ani
- Nu ra nhio ra kuhu, hangu ne ha yuni ne hangu ra ngo, ne ngatho ya nk'ani
- Handy ta hamu tso da tsi ya hñuni
- Ogi tsi ya hñuni u xa uetsi, xa fontse ne ua xa xet' Di petsi hogadehe ne ua di kuetsi

Nu ha di thoki pa di m'et'e ra nhio ya ixi ne ngatho ya k'ani:

Nu xit'i goho litro dehe ka tsoi ka xito ñ'ëhe ne ua ka xito ntudi:

- Xits'i n'a chulo t'atsi ra cloro* ä ya gi pädi ngu n'ote (20) gota di ge ra plata coloidal ngu 0.36 %*
- Gi uätsi ra nhio ne gi iyut'i ta dä njum'i ya ixi ne ya ngatho nk'äni.
- T'om'i n'ote ma ret'ä minuto
- Ya hingi pet'e ma n'agi ne ya hingi yut'i ta dä njum'i

*Ge xi hmä ge di teni ya hanja di thoki ya hñuni u m'o.



3. Di nxu'ye

Ge zämu, ya 'ye ge xi xa ntsotho nu u di embahu microorganismos di ge n'angudi ngu n'agadi, ge xi ja masü di nxu'ye.

Ngu ra Observatorio Regional en Salud de la OPS/OMS, di nxuki ya 'ye ko ge dehe ne xabo ge xi di m'echu ngu ta 50% ra n'yo di ge ya chulo bätsi.

Ge xi gi xuki ra nhio ya 'ye:

- Numu ya gir hoki ya hñuni ne ta gir juadi
- Mu ya gir hoki
- Mu ya gir ñuni
- Mu ya ga pengi ra pii
- Digempu mu ya xa tho ya ngobo ne ya ts'ints'u ñätho
- Mu ya ga poti ra mii ra ueene
- Mu ya gä huihni ri xiño
- Mu ya ga juadi ra mpaxi
- Mu ya ga juadi gi thoni ya ñ'ethi químicas (ne konge u ya te m'exka thuki)
- Mu ya bi juadi ra ñ'ení konge ya zuë
- Mu ya ga juadi gi tsi yui

Xinie kja: 1, 2 ñe 3

Numu gir hoki ra hñuni, mu ya ga ñuni ne mu ya gä pengi ra pii



1. Zämu gir xu'ye ko dehe ne xabo



2. Xuki ka ri tix'ye, ka ri xiye, ka zaha ne ka ya xa, xi täm'i ngu ret'ä ma kut'ä ne ua n'ote segundo



3. Po ne 'yot'i konge ra thu'ye, ne numu gi petsi ya m'ämhmé hem'i



4. Ha di t'ot'e ya te m'e u hingi iya

Genu ya m'äxi u ya hingi za ngu ya xito ya tsai xibjä u ya hingi jar m'edi ka nguu, ge xi nfädi ne ge ya m'äxi.

4.1 Tente

Numu hingi hoki ra nhio ra njoxki:

- Ge xi gi tsoni ra ndähi ä di juntsuhu
- Ge xi gi tsoni ne ya ndämhe, ra ñ'u dehe, ya ha pothe, ge xi xa za pa di tsi
- Ra hai ä xa tsoni ge xi di tsoni ne ya tsi nhu ra dehe
- Xa xänt'i ra tso zuë

4.2 Hanja di pa pa hindi teni ta tso hnini

Nu ya m'äxi u ya hingi za ge xi xa juantsi konge nuya, hem'i, doxito, n'ailo, xibjä, ya mbongä hñuni, ne ma ra.

'ra ya ha di njapi pa hinte da deni ya tso nguya:

- Ngu hingi juki xangu ya m'äxi
- Ueke ya m'äxi di genu hingi iya ne nuu iya*
- Ge gi pengi gi m'ui te di tsit'ätho man'ägi
- Di t'ot'e ka juähi ya m'oni u ñ'itho di iya
- Di t'ot'e ya m'äxi ka ya bare xibjä ka ya bare nuu di petsi ya jom'i

*Ya njoxki hñuni ne ma ra ge u dä iya ka ya juahi ne ua ka ya m'äthä doni.

Nu ya njoxki u ya hingi za ngu xki thoki konge ya näilo, xibjä, ya doxito, hem'i ne ya karto ge xi tene pa di xani.

4.2.1 Xi di m'äxi ka ya nguu

Numu hingi jar m'äxi ka ra nguu ge xi tsani ra dehe ne ya hñuni, ngu di ge ra proliferación ngu nfädi ge ya zuë tu ya hnini, ngu ya giuë, m'ozuë, ya nchoro ne ya ngu, ge kongenu ge xi ja xangu ya hnini uzt'e ne ua ma ra ngu ra tsoxpa dengue ne Chagas.

Pa ngut'ä di thoki ra m'äxi ka ra nguu ge xi tsa di thoki nuya:

- Jot'i ne ya tsit'i nguu pa hinda xet'i
- Ya nkongi tsit'i nguu, ya jot'i pa hinda ñämpu ya tso zuë ne ya tsortho
- Xi di hiegi di nyuti ra ndähi pa hinte dä nja ya hnini
- Ge di nja ra njoxki
- Ge xi di m'äxi hiamuka ya nguu hñuni ke ya nguu pii



- Ge n'ämpu ha di ähää, ha di thoki hñunu ne ha di nxaha
- Nu ha xi ja pa ge xi di r'ätsi n'a ra nt'aka giüë

Ra m'äxi ka ra nguu ge xi di njoxki ngatho nthi ne:

- Ge xi di tseni ya doni japu nthi ka ra nguu pa hinte di hyo ya menza zuë tu ya hnini.
- Di njom'i ya pothe mupu pa hindä hio ya hai pa hidä r'ogi ya hnini

4.2.2 Di m'äxi ka ra hnini

Ya njoxki m'oni ka hai ge xi xa nxä, ne xi r'ogi ya tsa hnini, ne xi ja xängu ya teni hnini, ne xi hotho ya m'enza zuë r'ogi ya hnini, ngu ya tsozuë, ne tsani ua ho ka ya hñuni ne ko ra dehe.

Nu ka ra hnini ge xi ja ra m'efi m'äxi pa xi dar nzatho ngu ka:

- Nguu nxadi
- Ka ya n'u
- Ka ya n'uthe ne ka ya hñë

Numu m'ui nthi ya ngu zuë, ge xi tetpu ha poho, ge xi tsani ra hai ne ra dehe.

Numu xi to ñ'ehe ya oni ge xi jar m'edi di nhnu:

- Ge xi m'äxi ya nguu zuë
- Xi di njoxki ya foho
- Ge xi di hiotse koge n'äni ne ua m'ozpi

5. Di nthuki ya foho

Ge numu ngu hingi joxki ra nhio ya foho, ge xi ka tupu ya ntsedi hnini ngu ra n'yo, ge nuya ya hnini ge xi di zudi numu thuki ya foho ne hingi xu'ye ne te tsi.

Ge kongehia ge xi jar m'edi di nhnu nuya:

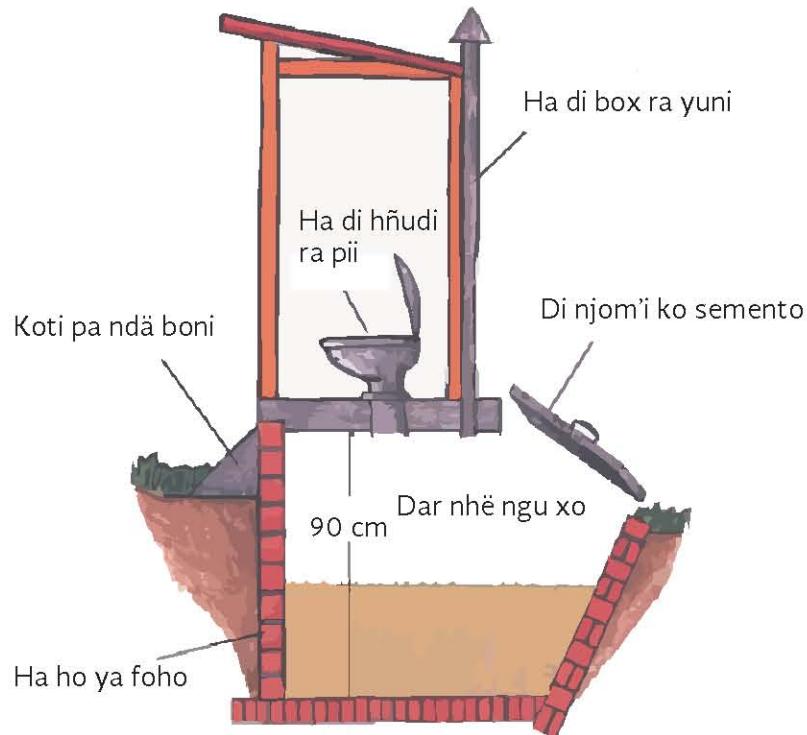
- Ge di petsi ya nguu pii
- Ge xi di iet'i ka tsatse ya m'ii
- Ge xi di hyote ñäni ua m'ozpi ka ya nguu pii pa hindi r'ogi ya hnini

Nuya m'ii ua foho ya jäi, ge xi xa ntsa ka tupu ya hnini, ge ka xi r'ini pu ya tsedi hnini thutbi ya microorganismos patógenos ge xi tsani ra dehe ne ya hñuni, ne di gempu r'ogi ya hnini.



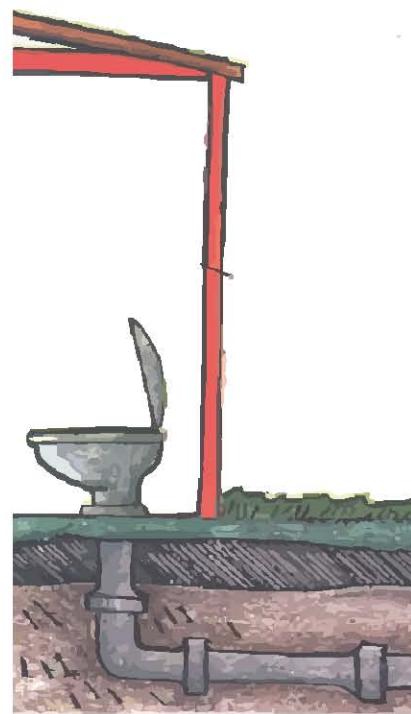
5.1 Nguu pii ha di petsi ra njuätä m'ii

Ya nguu pii thoki ge xi dì m'etsi n'a ra ta ñë pa ha di jom'i ne ha juat'i ya foho



5.2 Ha di boni ra nhio ra tsathe

Ge xi di boni ra nhio ra tsathe ngu ga nfädi thoki ka ya hnini.





6. Di n'u ya menza zuë

Numu ngu hingi ne gi n'u ra nhio ra m'äxi ha gi m'ui, ge xi di tsani ri nzaki, ge xi ja ya hnini u xa hmuntsi pu ngu xa r'ogi ka ya hmuntsi zuë, ngu ngatho u ya xa nfädi ge xi hmuntsi ya ntso zuë

- Ya ngu
- Ya m'o zuë
- Ya giuë ne ta m'o giuë
- Ya a ne ya t'o
- Ya zuë ngu ya Aedes aegypti
- Xäju

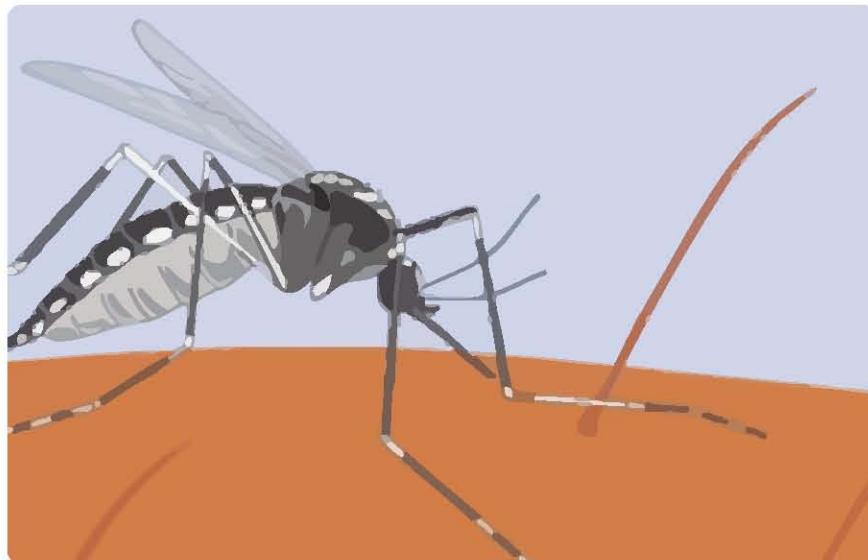


'ra ya hnini tente di gehia ya zuëya ge hmuntsi nuya:

- Ya hnini n'yo
- Ra n'ogo
- Rickettsiosis
- Ra tsoxpa ne pigi ji
- Ya m'enza zuë

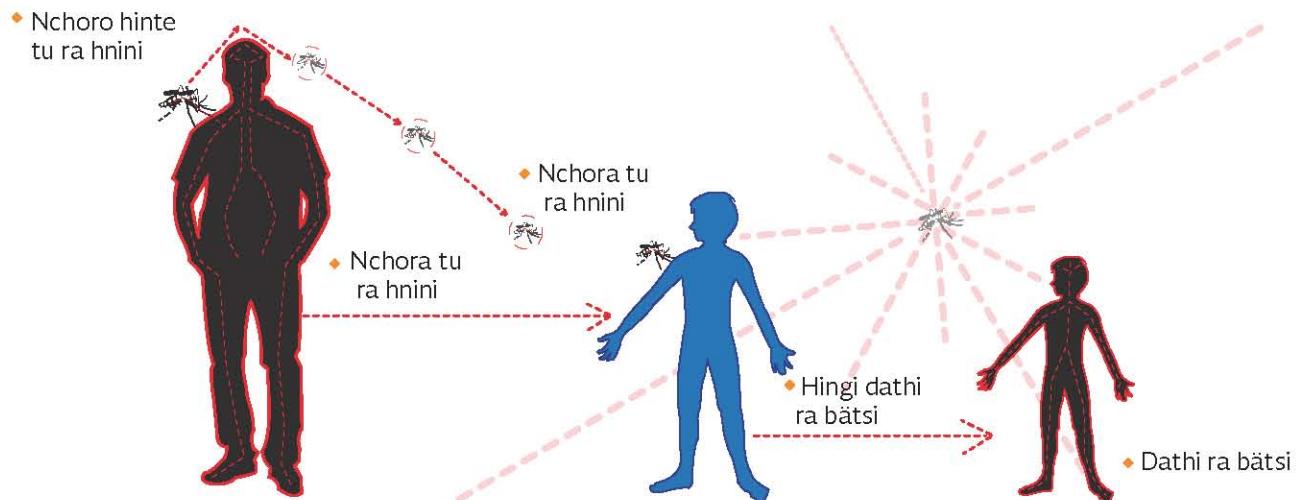
6.1 Tsu ra choxpa di ge ya dengue

Nuya ra hnini ra thuhu dengue, nuna ra hnini ge xi xa teni numu ya bi za'i n'a ra nchoro Aedes aegypti, ra zuë ngu fädi ge xi tu ya ua xa bindingu ra zuë cebra.





Ja yoho ya hnini: ra choxpa n'yo m'enza zuë ne ra tsoxpa pii ji dengue -m'eza zuë.



Numu n'a ra nchoro di zipi ra ji n'a ra jäi dathi di ge Denge, ne numu di za'i, ge ya xi ten'i ra Denge

Ra nchoro Denge ge xi xänt'i nupu ha xi po ra dehe ne hingi poni, ge ka xi fotpu, ge xi ra za di thoki:

- Hinté dä t'opu ya njoxki ne hindá da m'odpu ra dehe
- Di t'ot'e hai ha hingi poni ra dehe

6.2 Deni hnini Chaga (*Trypanosomiasis americana*)

Ra hinini Chaga ge xi r'ogi ngu ya zuë: *Trypanosoma cruzi*, ne xi m'ui ka ya ta m'eza zuë (chinche desucona)



Ha ga deni ra hnini teni numu ya bi zipi ya ji n'a ra jai ne numu ha fot'e ne ra ta m'enza m'o zuë, ra njutsi ji ka tempu ne.

Hanja ra hnini: tsur choxpa, xi xa n'u ya nda'yo, ne xi xa nenipu ha xa nza ra nchora (chagoma), ge xi xa ntsedi ra hnini ne di du.

Pa hindi xänt'i ya zuë ge xi tso di thoki ya:

- Xi di m'äxi pa hinte di mupu ya ta m'enza zuë
- Di njäti ha xa xeti ya joti, pa hindi ñänipu ya zuë
- Di m'oni ya m'etsi u ya hingi za ne hinte di hmuntsi ya m'äxi ngatho ka ra nguu.
- Di thändi ne xi di m'äxi ya ngu zuë ne nupu ha m'ui ya zuë, ge ka r'opu ne ya hnini.

Gätsi

Ra Observatorio Regional en Salud de la OPS/OMS ma ge:

- Ya hnini tente zit'e ge xi tu xangu ya bätsi nuu petsi kut'a (5) nj'eya ka ma hnini América Latina
- Xi di xut'i ya 'ye ko dehe ne xabo ge numu da hoki nuya ge xi di made (50 %) di ge ra n'yo ya chulo bätsi
- Nu di xuki ya 'ye ko xabo numu ya bi uadi thoni ra ha pii mui ya bi ñuni ne numu ya hoki ya ñuni, ge xa nhio pa di zotse di thoki ra nhio ne pa hindi du ya nzaki

Ra nxadi xa r'i di ge ra n'yo ne ha ga nzi ya hñuni ya bätsi nuu petsi k'ut'ä nj'eya, m'ui M'onda, ra Instituto Nacional de Salud Pública, ge xi hmä:

- Ngu xa pede Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, 11.8% di ge ya chulo bätsi petsi 5 nj'eya petsi ra hnini 'yo (EDAs)
- Nuya ge di ndui ge xi di thoki ra nhio pa di ntsüni ya EDAs ge xi hmä ge xi di thoki nuya ya m'efi ya di ra nhio nzaki, ha di njotsi ra nhio ra xabo nunu ya to bi nxu'ye ne xi di kuti ra nhio ra dehe ä di tsi ne ha di thoki ra nhio ra ñuni

III. Di nxahni pa di nfädi ha di thoki nuya xi jar m'edi

Tsotse

Di nxani ra xante ne pa di xahni ya jai nu ä to xi xa tuni ra nsü pa di guki nuya ka ya hnini ngatho u te hmä xi jar m'edi di m'äxi ra nhio, njapu ne di thuni ya ko te di hoki nuna ra m'efi.

1. Hamu di zahni

Ra xahni ge zämu di thoki pa xi di pätho, ha di thoki pa di hñä ra nhio ne ua ha di poti ya m'ui ya jai, ge xi di zahni pa xi di hoki ra nhio ra m'efi.

1.1 Ra m'efi ra xante

Hangu ra xante

- Ge xi dar hogajäi ne xi di nu u xi jar m'edi ra hnini
- Di iodé, di hiandy ne di gempu di ñä
- Ge xi hmä ge ra jäi ngu xi hä ra nsü ka ra hnini, ge xi di pädi di ñä ra nhio, hindar kue, ne xi dar hogajäi
- Ge xi di pätho ra nfädi di ge nuna ra m'efi nä ne pa di gempu di xante
- Di t'üdi ngu ra hogajäi konge ya jäi, u to dä mpehu ka ra hnini
- Ge zämu xi di pätho ra ntsotse ä di hoki pa di m'ä

Ra m'efi ra xante

Ra xante ge xi di pätho ha di jäpi pa di uti ya xadi ne xi di pätho ko te di hoki pa di bädi ra nhio ra m'efi ne pa xi tsotse ya nfeni di gen'ä ra m'efi nä ngu ä di xahni nuu di hoki ge gehia:

- Ge xi di bädi ra nhio hangu ra hnini
- Xi di bädi hangu te petsi ne hinte petsi ra hnini
- Di bädi ndä ä ra m'ede pa di hñähu ya to di hothu ra m'efi nuna
- Ge xi dar nhio ra xante
- Ge xi di hioni ha di yut'i ka ra hmuntsi xadi

2. Xi di hñähu

Xi fädi ge pa di hñähu, ge xi di pothu ya ntüdi ya hñä ne ya ñäki di ge u ko te hñähu

2.1 Hindär nhio ra hñä

Ge numu hindar nhio ra hñä ge xi hense ra jäi ä to padí ra hñä ge di gohui, ge ngu, ra hñä kuat'äse, ge xi hmä ge:

- 'yoptho ä m'ä
- Himajuäntho ä hmä
- Hense pädi ra hñä ä
- Ge xi kuati ra hñä
- Hense rangutho u to pädi

Nu pa di da ra hñä ge nuya, ge xi hingi padí pa di dädi ya r'a'yo nfädi, hingi pädi u di üdi, ne di geu xi jar m'edi p'ia ne hindar nhio ra nxadi.

U xi di goni ra hmä

Ä to m'ä:

- Xi di njohia
- Hingi handi ra nhio ge xi handi ge xi n'an'yo ya xadi

Di ge bra hnini:

- Xi ma juani
- Xi n'an'yo ha ga nfädi
- Xi n'an'yo ra nfädi

2.2 Hmä xi ra nhio

Ra hmä xi ra nhio ge xi fädi ge xa m'ä konge ra hñäki ne xi mpodi ha ga ñä, ra ge xi ñä konge ya ntsom'i, ne ya te nfeni ne ua ngu ta ne beni. Ge nuya ge t'ebi hñä xi thegi pa di hñä, ge ngu gehia:

- Gi xi hñäki
- Ge xi di m'ä ka ra hnini
- Ge xi di njuätho
- Ge xi di yoho ya hñä
- Ge xi di kuat'i
- Di m'ui pa di m'otsi xangu ya nk'oi n'ote ma hñätho (18)



3. Ha ga m'ä ra nt'üti/nfädi (PEA)

Ge ra nxadi ge xi nfätho, di ngatho di n'u ya nfädi ne xi zämu di t'üti ra nhio pa xi di mpodi ha di bädi ne pa te di hoki, di ge ra nfädi.

3.1 Hanja pa di bädi ra nfädi

Ge xi di tsotse ra nhio ra PEA, ge dar za di petsi ge ya jäi u to da nxadi di da nuya t'adi xa thutsi pa xi di bädi ya nfädi u xi jar m'edi, ne ngu xi di mpodi ya hanja di m'ui ne ha te di hoki.

Ra xante ge ra jäi pädi pa di hoki ra nhio ra xante ne pa xi di tsotse ra nfädi ya nxadi:

- Ne di bädi
- Di iodé
- Di bädi
- Di bentho
- Xi di hñäki





3.2 Pa hindi nfädi ra nxadi

Ra xampate ge xi theui ye te m'e u ngu hingi hegi pa di hoki ra m'efi di ge ra nfädi. Ge hingi pädi ha di hoki nunä ra m'efi n'ä pa di nte ya nfädi ne pa ha di xahni ra hnumtsi xadi.

Ra'ya ya nfädi ge ngu genuya:

- Hindä hiegi dä hiegi ra nxadi ya xadi ngu di ge ä ndui; ra xadi ne ra ñäki
- Ge xi di bädi di dädi ya nt'ani u xi xa ntsedi
- Ge xi di bädi di dädi ya nt'ani u xi xa ntsedi
- Di hiandi ne di bädi ha di iote ya jäi u ngu xi xa ñ'eti
- Xi di petsi ra tsedi di mpodi ha di n'a'yo ra t'ütate
- Ge xi di nu ne di hiandäbi ra nhuio ya m'ui ka ra hnini

4. Ha di xani ra nhio ra hmnutsi xadi

Ra jäi ge xi jar m'edi m'ui te ne pa di thogi u ngu te ne ngu ra ndo'yo ne ra feni. Ge xi honi to di ñ'oui pa di m'ui ra nhio di hmädi ne di m'otsi. Ge nuya ge ra m'efi ra xante xi pätho pa di nu nuya konge ra hmuntsi nxadi, ge di hiandi ngu di n'aya pa di tsotse ä di nfädi ne, ngu pa di m'äpu, ramchu di kuät'ätse ne di gempu di ñ'ëmbi ra hmuntsi ya hmuntsi nxadi.

4.1 ¿Te me ä n'a ra hmuntsi?

N'a ra hmuntsi ge ya jäi u ngu nk'ohmi konge yoho ne ta di m'äpu pa di nk'ohmi pa di pothu ra nfädi ne di ngatho do tsotse ya nfädi u xa nfeni rangutho.

4.2 Ha ga ndui ra hmuntsi

Ra hmuntsi ge petsi ra ndui nzaki: m'ui, di thoki, di te ne di gät'i, ngu ja ra jäi. Ge ra m'efi ra xante di jäpi di tsotse ra m'ui ra hmuntsi di ge ra nxadi nfädi.

Gehia ha ga ndui ra hmuntsi:

- Kuat'
- Di tsifi ra nfädi
- Di hmuntsi
- Di nte
- Di thoki
- Di gätsi





4.3 Hmuntsi xadi

Ra hmuntsi xadi ge xi dui konge xangu ya thogi n'u, hmä ge, n'a ra hmuntsi ge xi zämu petsi di zotse ya m'efi ñ'ëti, ge xi nu ge xi di pähu ma ra ya hmuntsi ge pa di hiandi hanja g ante ne xi nte ya hmuntsisehu ne. Ge xi ümbi ra nfeni, di mbeni, pa di bädi ha di bädi di hñä konge ra hmuntsi.

4.4 Di mpefi konge ra hmuntsi

Ya hmuntsi ge chi chulo ne petsi ge xi di tsotse ya nfeni u xi beni pa di hoki ñ'itho
Ra m'efi hmuntsi ge xi petsi:

- Ya te xa hoki hmuntsi ge xi üdi ne ge xi thändi ge xa zotse ya m'efi
- Nu ngu gatho ga nzotse ra m'efi, ge xi tsotse ya m'efise
- Ge xi nuse ya m'ese n'a ngu n'a ya kuat'i hmuntsi
- Ge xi johia ge embi kuat'i n'a ra hmuntsi
- Di nte ne di gatsi pa di nte ra nfädi

4.5 Xi pädi ha ga hoki ra m'efi

Made ge xi di pätho ra nfädi pa di xahni ya hmuntsi ge xi di bädi ha di jäpi. Nfädi ge ha di jäpi pa di thoki ya m'efi mbo ha hmuntsi ya xadi ge nuya ge geu xi pädo hoki ko ra ntsedi. Tsedi zämu hoki konge ya hmuntsi ge xi jäpi di mpothu nuya ya m'efi xi gehu.

Ha jäpi ga hoki ya m'efi di ge ra nfädi ko ge ya hmuntsi u thäki. Ngu t'embí ge ya hanja ga hoki ra m'efi pa ngatho ya hmuntsi ge di ndui, di t'üti ra nhio ne xi di ra'yo ya nfädi. Ya hanja pa di thoki ya m'efi ge n'u ge di nhnu ha hogi ra nhio ne xi di nte ya m'efi di bädi ya hmuntsi xadi pa di tsotse ya nfeni.

4.6 Te di hoki n'a ngu n'a u

Nu mbo di ge ra hmuntsi ge xi hmä te di hoki n'a ngu n'a ya kuat'i xadi. Ra xante ge xi di hiady to di hä ra m'efi pa di xahni ya n'yohuhmuntsi, ne ma ra ge hindi hoki ra nhio ra m'efi konge ya hmuntsi. Ra xante ge xi di nu nuya ya m'efi ya pa hindi tsombi nfeni ya kuat'i hmuntsi ngu hindi pädi pa hinda m'edi di tsotse ra nfeni ge ya m'efi nuna.

Hmä ge nu ya m'efi nuya ge gehia:

- Ge xi nän'yo ya feni ne ya m'ui ya kuat'i hmuntsi
- Ge ya feni ne ya m'ui ya kuat'i di ge ra hmuntsi
- Ge xi xä t'üni ya m'efi ne xi häse ya to hmuntsi di gense u
- Ge hmä ge pa di nhnu konge ra hog a m'efi ge ne xi di hñä ra tsü ra ndä m'ui ka ra hnini



5. Ko ha te di thoki

Ge xi di hioni ngatho ya te ko di hoki ra m'efi pa xi di nfädi/ ra xadi ne ñämbi ra ñä ngatho te petsi ka ra nfeni pa di thoki ya m'efi nuya.

Pa ha di njäpi pa di thoki ra m'efi:

- Di jäpi di tsoni ra jäi pa di hoki ya m'efi u xi xa mbädi pa di nfädi
- Xi di nzafo xa nhio mu ya ja ya nxadi
- Ge xi di jäpi di teni ra nfädi u te di t'ani di ge ya thogi ne ya te jä ka ya hnini
- Ge xi di 'yopi di nu ra nfädi ra xampate pa di bädi ra nhio ya xadi
- Contribuir a la fijación del aprendizaje
- Ge xi di hmuntsi pa xi di nt'üdi ranfä ä xa nxadi
- Di üni pa di hoki ha di ñä di ge u xa nbädi pa di nte ne di nfädi ya nfädi ko te tsa di hoki