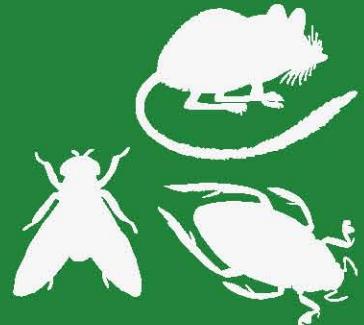
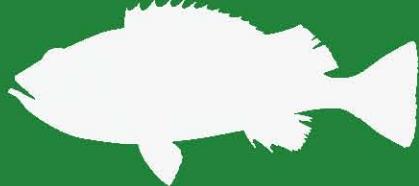
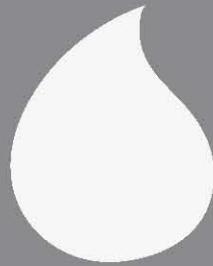


6 PASOS DE LA SALUD CON PREVENCIÓN





Maseualmej tlen nikaj tekitij

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
Náhuatl de la Huasteca

Traductor
Irla Élida Vargas Del Ángel



Tlen kipichtok ni

I. Kenijkatsaj mochiuas ni Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantli 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli

1. Tlajtolpeualistli
2. Ipan tlanauutilpa
3. Asitilistli
4. Ojtekitl ika mochiuas
5. Tekpantekitl tlen tlamachtilistli: 6 pasos de la salud con prevención 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli
6. Kenijkatsaj mochiuas

II. Nelmoneki tlayejyektli

1. Tlamaulkixtilistli uan kenijkatsaj kuali titekiuia atl
2. Ika tlapajpakilistli tikiskis tlakualistli
3. Kenijkatsaj timomajpajpkas
4. Tlen mokauajtiyaui tetik tlamantli
5. Tlakiya tichiucas ika kuitlatl
6. Kenijkatsaj titsakuilis tlapiyalmej tlen techtlanauiaj

III. Tlamachtianij ininsenkaualis

1. Tlamachtianij itekitl
2. Tlayolmelaualistli isenkaual
3. Machtisenkauali ika moixtlamatilis
4. Sentilis kinyekanaj
5. Tlamantinij tlen ika tlamachtiaj



I. Kenijkatsaj mochiuas ni Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantli 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli

1. Tlajtolpeualistli

Ni amatlajkuiloli eli se iamoch tlen kiseliah tlamachtilistli, ipan nochí Mexiko kichiua, Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios (COFEPRIS), tlen Chikaualis itekikalko Secretaría de Salud, ika ni Comisión de Fomento Sanitario, ipan ni Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantli 6 chikuase chikaualistli itlachiualis ika amo mitsasis kokolistli, yani kintemoltia kenijkatsaj kuitauis mexikajmaseualmej tlen kokolistli uan kitlachiliaj tlakiya tlachiualis kichiua tlen ni nelmoneki tlayejyektl.

Kemaj kintemoltiaj ma amo techasis kokolistli uan ma nochí tipiakaj chikaualistli yani eli ma mouejkauas ika tonali, kintemoltiaj ma amo miak tonali uan nojkia amo miak maseualmej kintekiuisej kokochkalmej uan nojkia amo miak kintekiuisej pajtli. Tlaj titekiuiaj kuali totlachiualis uajka kinkauiliaj maseualmej ma momiskaltikaj, mosenylismiskaltikaj, nojkia tlamtli ika motomijtlaniliaj uan nojkia nochí maseualmej, ijkinoj tiuikal timochiuasej uan achi tipiyasej tomij uan kuali timotetonisej.

Ipan ni tonali moneki ma onkas ni nelmoneki tlayejyektl ipan tochinanko titokachtaij saneamiento basico, yeka nimantsi moneki ma timokuepakaj ipan ni tlachiualistli tlen kichiua j ma amo techasis se tlamtli uan tikiixmatikaj kenijkatsaj eli ni nelmoneki tlayejyektl, pampa ni kuali eli ma ijkinoj tipiakaj chikaualistli. Amaj kuali timati kenijkatsaj mokualtiajki nompa atl, miakej kokolistli tlen toijtij kijtouaj elij pampa axkuali atl, pampa axkuali kinkuitauiaj kenijkatsaj kintekiuaj uan pampa axkana kinkixtaj itlamaualis uan amo kinchiua j tlamtli ika tlapajpkalistli.

Kenijkatsaj niselis kuali at luan nojkia kuali nitekiuis, nojkia tlen kuali tlapajpkalistli, ni kintemouaj ma amo techasis kokolistli, yeka mochijki ni Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantli 6 chikuase chikaualistli itlachiualis ika amo mitsasis kokolistli uan moneki ma timoyolmelauakaj ipan ni tlamachtiltlamtli ipan mosenylis uan ipan mochinanko ijkinoj:

1. Atl: tikixtis tlamaualistli uan kuali titekiuis.
2. Tlakualistli: ika tlapajpkalistli tikiskis.
3. Majtli: momajpajpkas.
4. Tlasoli: tlen mokauajtiyaui tetik tlamtli.
5. Axixkuitlakali: tlakiya nichiuas ika kuitlatl.
6. Tlapiyalmej: kenijkatsaj titsakultis tlapiyalmej tlen techtlanauliaj.

Pampa axkana kuali tikuitauiaj atl uan totlakualis onka miakej kokolistli, kej cólera, itlatotonkayotl tifoidea, paratifoidea, salmonelosis, shigelosis, amibiosis intestinal, yani kokolistli eli ipan toijtij. Uan ijkinoj onka sekinoj kokolistli tlen elij pampa axkuali kenijkatsaj tichiua j ika mokauajtiyaui tetik tlamtli uan axkana titsakualtiaj tlapiyalmej tlen techtlanauliaj, kej ni tlatotonkayotl ika dengue uan la tripanosomiasis americana noso Chagas kokolistli, ni elij tlamaualiskokolistli uan tlen pilyolkatsitsij kinchiua j uan Ueyitekikalko Organización Mundial de la Salud (OMS) kintokachtaij tlen nelmokauajtijtokej ikokolistli enfermedades del rezago, pampa mouikaj kemaj axtleno tipia juan kemaj nelkalkauajtokmaseual. Ipan tlanautilpa.

2. Ipan tlanautilpa

Ni COFEPRIS, mochijki ika se Ueyiamatlajkuiloli ipan tonali 5 makuili ipan julio meetstli tlen 2001 xiuitl, eli se tekikalko tlen axkana iaxkaj Secretaría de Salud uan kipia itekitl makinkuitauis maseualmej tlaj nikaj techmelauasaj tlen ueli tlamtli tlen axkuali.

Ni Amatlanauutili tlen COFEPRIS mosenkauaj ma, kiasiti tlen kineki moneki ma kitlanauatis, kitsakultis, kintlachilis uan kintlayekana tlachiualistli ipan nelmoneki tlayejyektl titokachtaij saneamiento básico, tlej ni tekitl itlanauutili kichiaskaj Secretaría de Salud. Ni tekitl mochiua j pampa nojkia nochí Tlaltokajyotl motlatksiltiaj ipan Sistema Federal Sanitario.



3. Asitilistli tlen Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantekitl: 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli

Ueyiasitilistli: ma mexikajmaseualmej, amo kinasis, noso kinmelaus tlamantli tlen axkuali pampa onkas tlakiya kichiwas ni titokachtiaj factores físicos, químicos, uan biológicos tlen atl uan tlen tlakualistli tlen kichiwas nelkinkalkauajtokej ikokolis yani titokachtiaj enfermedades del rezago.

Tekitsitsij iasitilistli: kinpaleuis ma amo onkas kokolistli tlen kinkalkajtokej titokachtiaj enfermedades del rezago ipan mexikajmaseualmej ika tlachiualistli tlen ni nelmoneki tleyejeylektli (Programa los seis pasos de salud con prevención Tekpantekitl 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli) través de acciones de saneamiento básico (Programa los seis pasos de salud con prevención).

4. Tlanauutili tlen Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantekitl 6 chikuase itlachiua lis tlen chikaualistli amo mitsasis kokolistli

Ni Programa Tekpantekitl eli ipan nochí Mexkotlali, mochiwas ipan 32 tlaltokajyotl uan mopaleuiaj ika Sistema Nacional Sanitario.

Kineki ma ni tekitl kiasiti nochí mexikajmaseualmej ipan nochí Mexkotlali.

Ni COFEPRIS, mopaleuiaj ika Sistema Federal Sanitario, kichiwa tlamachtilistli tlen Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantekitl 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli amo mitsasis kokolistli.

5. Tekpantekitl tlen tlamachtilistli: 6 pasos de la salud con prevención 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli

| Kauil | Tlamantiltlamachtis | Luejkaya |
|---------------|---|----------------|
| 9:30 a 10:00 | Ma moamatlalika tlen asiki | 30 kauiltsitsi |
| 10:00 a 10:30 | Tekpantekitl 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli maamo mitsasis kokolistli, nelmoneki tleyejeylektli ika mexikajsenyelimej | 30 kauiltsitsi |
| 10:30 a 11:30 | Nelmoneki tlayejeylektli: <ol style="list-style-type: none">1. Atl2. Tlakualistli3. Momajpajpakanlistli4. Kenijkatsaj kinkauajtiyaujj tetik tlamantli5. Tlakiya kichiwa ika kuitlatl6. Kenijkatsaj kintsakultisej tlapiyalmej tlen techtlanauij | 1 kauil |
| 11:30 a 12:00 | Ma mosiajkauakaj | 30 kauiltsitsi |
| 12:00 a 13:00 | Tlamachtianij iyolmelaualis <ol style="list-style-type: none">1. Tlamachtianij itekitl2. Tlayolmelaualistli isenkaual3. Machtisenkaualis ika ixtlamatilis4. Sentilis kinyekanaj5. Tlamatinij tlen ika tlamachtiaj | 1 kauil |



6. Kenijkatsaj mochiuas

Ni COFEPRIS, mopaleuiaj ika Sistema Federal Sanitario, kinmachtiaj maseualmej tlen tekitiaj ipan Tlaltokajyotl itekikalko ma ijkinoy moelikaj tlamachtianij uan nojkia ma sekinoj kinpaleuikaj ma momachtikaj noso nojkia kinyolmelaakaj ni nelmoneki tlayejyektl ika noch maseualmej.

3 Tlamachtilistli itlejkotipa



Itechpouilis uan itlanauatilis tlen momachtianij

Ni COFEPRIS kiixmati tlamachtianij tlen nelmoneki tlayejyektl kej momachtijtokej ika tlanauatili tlen Gobierno de México. Maseualmej tlen momachtijtokej ipan ni Programa 6 pasos de la salud con prevención Tekpantekil 6 chikuase itlachiualis tlen chikaualistli ika amo mitsasis kokolistli tlen ni COFEPRIS kuali nojkia kinmachtisej sekinoj maseualmej tlen ijkinoy kinekisej uan kinnotsasej maseualsentilis ma kinmakasej yolmelaualistli tlen ni nelmoneki tlayejyektl.

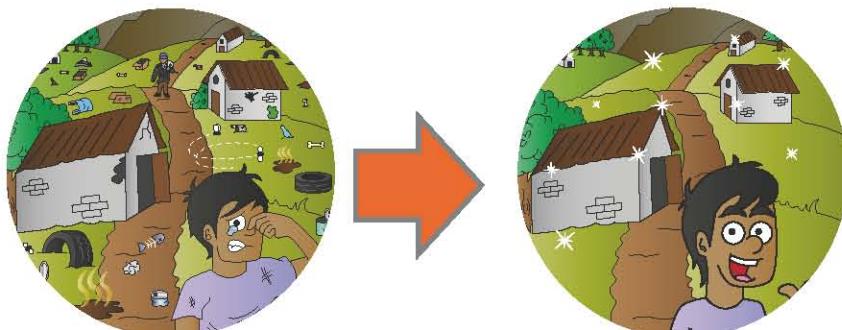
Ni nelmoneki tlayejyektl imachtianij kipia tlanauatili kintemakasej kemaj achi kentsi 40 kauil tlen tlamachtilistli ipan se xiuitl uan ijkinoy kiixmatisej elij machtianij, nojkia ipan se meetstli moneki ma kinkauatij ipan COFEPRIS:

Se amatlajkuiloli titokachti tlaumaualistli cedula kampa nesi tekitl tlen kichiuajtokej, ika yolmelaualistli tlen ika tonali kemaj kichijtok tlamachtilistli, nojkia iamatinij kampa ixnesi itekitl; uan nojkia moneki ma kinextikaj kampa moamatlatlijkej maseualmej tlen iuaya mochatijkej.

II. Nelmoneki tlayejyektl

Ni nelmoneki tlayejyektl, ma amo mitsasis kokolistli, elij kemaj titlachiliaj uan tikuitauiaj, ipan tosenyelis uan ika tochinanko, tlen tlachiualis tlen techmelauas ika ni:

1. Tikixtis tlamaualistli uan kuali titekiuis atl.
2. Tlakualistli ika tlapajpkalistli tikitskis.
3. Momajpajpkas.
4. Tlen mokauajtiyaui tetik tlamantli.
5. Tlakiya nichiuas ika kuitlatl.
6. Kenijkatsaj titsakultis tlapiyalmej tlen techtlanauiaj.





Ni tlen kisato ipan nelmoneki tlayejyekli ipan se altepetsitsi eli kenijkatsaj moixnextiaj uan motlayejyekouaj tlamantli tlen uelis kinmelaus ipan chikaualistli, yani mochiua pampa axkuali tiukaj tonemilis uan axkuali tlen tichiujaj ipan tosenyelis uan ipan tochinanko, yani moneki ma titlachilikaj ma ijkinoj kisenkausej ni ueyikuesoli.

1. Tikixtis tlamaualistli uan kuali titekiuis atl

1.1 Kenijkatsaj kintemoltiaj uan kinkajokuij atl

Sekinoj tlachiyalistli kintemoltiaj atl ma kintekiuisej:

1. Aostotl tlen tojuantij tichiujatokej
2. Ameyalmej
3. Atlaktli, ueyalmej, noso atemitl
4. Tlaauetsi
5. Ni atl tlen yaui ipan tepostli
6. Garrafón Ueyialemete tlen axtlamaua



1.2 Iyejyechiualis atl bacteriológica uan físico-química ma axtlano tlamantli tlen axkuali kipichtos

Ni iyejyechiualis atl tlen titekiuij tojuantij uan tikijj, motlamachiua pampa titlachilis kenijkatsaj elij biológicas, físicas y químicas (NOM-127-SSA1-1994).

- 1. Biológicas:** elij kemaj axkipia pilyolkatsitsij tlen techtlanauij: Yani elij pilyolkatsitsij tlen kipia ikuitlapil uan Escherichia coli noso tlen kipia ikuitlapil tlen ipan kuitlatll ualouaj.
- 2. Físicas:** kenijkatsaj elij imijyotilis, itlapatinij, iapoyaka, uan tlaj nesi senijke tenextli.
- 3. Químicas:** axkipia iayotl tlen químicas minerales kej tepostli uan manganeso.

1.3 Kokolistli tlen uala ika atl

Ni kokolistli tlen uelis timopanoltisej ika atl mo xexelouaj ipan naui isentilis:

- 1. Sentilistli. Kokolistli tlen kiuikaj:** ni atl eli kampa yaui yolkatsitsij tlen techtlanauij uan uala ipan kuitlatl uan kuali kinchiuasej kokolistli kej tifoidea, amibasis, hepatitis, mapitsa yani titokachtaij virales pampa nimantsi motepeua uan nojka sekinoj.
- 2. Sentilistli. Kokolistli tlen mosajkauaj ipan atl:** sekinoj yolkatsitsij tlen techtlanauij kinchamanaltiaj inemilis ipan seki atlapiyalmej. Yani yolkatsitsij uelis kichiwas se kokolistli tlaj maseualmej kinkijj ni atl.
- 3. Sentilistli. Kokolistli tlen mochiua pampa amo onka atl:** ikemaj axonka atl axtimomapajpakaj uan nojka amo timomaltiaj, yani kichiua kokolistli kej sauatl sarna, pilyolkakuitlaxkoli yani titokachtaij parasitosis intestinal uan tracoma ni eli se kokolistli tlen mokajokuij ipan toixteyol, miak tinekis timouauanas uan neltlamaua.
- 4. Sentilistli. Kokolistli kampa ika tlamantinij tlen timotlamaauaj mochantlalijtokej ipan atl:** elij koko listli tlen mochiujaj ika yolkamej tlen motlanemiltiaj ipan atl kej sayoli Aedes Aegypti yani kichiujaj tlatonilistli tlen dengue uan estlatotonilistli tlen dengue.



1.4 Kenijkatsaj tikixtis tlamaualistli tlen atl

Ni kemaj tikixtis tlamaualistli eli nojkia kemaj moixpoliuaj yolkatsitsij tlen techtlanauiaj ni kuali tichiasej kemaj titlamolonisej atl yani titokachtaij procesos físicos (tlamolontilistli) noso ika tlamantinij tlen tikiljuiaj productos químicos (cloro, plata coloidal, yodo).

Tlamolontilistli

1. Ma tlamolonis atl ika makuili 5 pilkauitsitsij.
2. Ma mosejsekas teipa titekiuis.
3. Komitl kampa titemis ma nochipa sankistok itsitos uan nojkia moneki ma titsakuas.
4. Titemis ika sankistok tlamantinij tlen titekiuis.



Cloración yani elij kemaj titekiliaj se achi hipoclorito de sodio (cloro)

Ma tikixtis tlamaualistli ipan tsalantik atl moneki tipias 0.2 uan 1.5 mg/l tlen cloro residual ni kijtosnekij ipan tonali saya kuali pampa nompona mokaua pajtli. Ma ijkinoy tichiuaas moijtouaj ipan ni kaltsajkayotl keski hipoclorito de sodio moneki ma tikixtis tlamaualistli tlen atl.



| Kenijkatsaj nochí maseualmej kinkixtisej tlamaualistli tlen sankistok noso tsalantik atl ika hipoclorito de sodio | | | |
|--|--------------|------------------------------|-------------------------------------|
| Recipientes | Capacidad | En condiciones normales | Para uso en aguas de dudosa calidad |
| Botella | 1 litro | 2 tlachipintli | 3 tlachipintli |
| Jarra | 2 litros | 4 tlachipintli | 6 tlachipintli |
| Cubeta | 5 litros | 10 tlachipintli | 15 tlachipintli |
| Garrafón | 10 litros | 20 tlachipintli (1ml) | 30 tlachipintli (1.5ml) |
| Garrafón | 20 litros | 40 tlachipintli (2 ml) | 60 tlachipintli (3 ml) |
| Tambo | 200 litros | 400 tlachipintli (20 ml) | 600 tlachipintli (30 ml) |
| Tinaco | 1,000 litros | 2,000 tlachipintli (100 ml) | 3,000 tlachipintli (150 ml) |
| Cisterna | 5,000 litros | 10,000 tlachipintli (500 ml) | 15,000 tlachipintli (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:

| Ayotlamantli | Keski | Tonali tlen tichias |
|-----------------------|--|---------------------|
| Hipoclorito de sodio | 2 tlachipintli ika se litro | 30 kauiltsitsij |
| Hipoclorito de calcio | 1 yaualtsitsi tlen 7 gramos ika 3,000 litros | 30 kauiltsitsij |
| Plata coloidal* | 2 tlachipintli 0.36% ika se litro | 30 kauiltsitsij |
| Yodo | 2 tlachipintli 2% | 20 kauiltsitsij |

Mitsiljiaj ma titlaixpouas uan tineltokas tlajkuiloli tlen kijtouaj kenijkatsaj titekiuis tlamantli.

*Mokomitl noso mokaxitl tlen titekiuijaj moneki ma amo elis tlen tepostli, ijkinoy amo monenpolos ika ni químicos tlen titlalilis.



1.5 Tlamantli kampa tikajokuiaj itlapajpkilis

Ni atl uelis monenpolos tlaj amo tikuitauiaj kenijkatsaj tipajpkaj uan tikixtiaj tlamaualistli tlen tlamantli kampa mokajokuiaj. Ijkinoj nelueyi eli:

- Ma nochipa itsitos sankistok tlamantli kampa tikajokuiaj ni atl
- Ma ipan chikuase meetstli tlapajpjatos uan tikixtilijtok tlamaualistli tlamantli kampa tikajokuiaj atl

Tlanauatili tlen kijtouaj kenijkatsaj moneki ma elikaj nompa komitl noso tlamantli kampa tikajokus axoui: ma itsitos sankistok, ma axoui tipajpkas, uan amo tikalakis tlamantli kampa tikajokuiaj ni. Moneki ma motsakuas ijkinoj axkalakis tlattepojtli. Kemaj tipajpkas tinaco noso piletta moneki ma tichiwas ijkinoj:





2. Tlakualistli ika pajpakilistli tikitskis

Ni kokolistli tlen mopanouaj ika tlakualistli (ETAs) elij se ueyikuesoli tlen chikaualistli tlen achi mochiuaj ika maseualmej.

Miakej tlen ni kokolistli, moyolkachiuaj pampa axkuali timokuitauiaj kemaj tichiua j tlakuali noso kemaj tikitskiaj ipan tlen ueli iojtli, kemaj kinpeualtiaj noso kemaj asiti kampa ajkaya kitlakuas.

2.1 Kenijkatsaj elij kokolistli tlen mopanouaj ika tlakualistli

Sekinoj maseualmej mokokouaj ika itlakalis tlen kikuaj. Ni kokolistli motokachtiaj kokolistli tlen toijtij aparato digestivo uan mochiuaj ika pilyolkatsitsij tlen axnesi uan tlamaua uan nojkia ika ayotl tlen techtlanauij sustancias químicas tóxicas:

- Tlamaualistli ika pilyolkatsitsij, yani titokachtiaj bacterias, larvas noso teksistli tlen pilyolkatsimej
- Kemaj tikuaj se tlamantli tlen axkuali uan mitstlanauia, yani tikiljuiaj Intoxicación ika tlamantli tlen químicos uelis nompa mochiuaj ipan ni tlakualistli.

2.2 Ueyitlaixnextilistli

Ni kokolistlaixnextilistli ueli mochiuas san kentsi timachilis, noso achi timachilis uan nojkia neltimachilis:

- **Kemaj san kentsi timachilis:** nochí motlakayo timachilis axkuali tiitstok, mitskokouas moijtij, timokuaixpoyaui, elmoyaulistli, timisotla
- **Kemaj achi timachilis:** tlatotonilistli, axtimotetonia, intoxicación, axtimati kenijkatsaj tiitstok, timapitsa
- **Kemaj neltimachilis:** neltiamikij motlakayo nelmoneki atl, tiesmapitsa, mitskokouaj monakayo, mijkistli



2.3 Kenijkatsaj eli kokolistli*

*Tlen achi ueyikokolistli tlen tlamaualistli uan tlen yolakatsitsij tlen toijtij aparato digestivo nelmoneki ma kintlachilikaj ipan Sistema Único de Información para la Vigilancia Epidemiológica de la Secretaría de Salud

- Córrea
- Fiebre tifoidea
- Paratifioidea
- Salmonelosis
- Shigelosis
- Amibiásis intestinal





Sekinok kokolistli tlen tikiixmati elij:

- Kuitlaxkoli itlamaual ika sekinoj yolkatsitsij
- Ika tlakualistli tlen kipia yolkatsitsij motlanau
- Giardiasis
- Sekinoj kuitlaxkoli itlamaual tlen kichiua seyok yolkatsitsij tlen titokachtiaj protozoarios
- Teniasis
- Ascariasis
- Enterobiasis
- Sekinok helmintiasis

Ni pilyolkatsitsij mouikaj ika kokolistli tlen kuitlaxkoli itlamaual noso tlen tojti itlamaual yani kichiua j tlauelmapitsa kokolistli kej ni shigella, salmonella, uan cólera motepeua ika se ojtli tlen titokachtiaj fecal-oral (kuijchili, maitl, kamaktli), mochiuaj pampa tikiij atl noso tikuaj tlen ueli tlamantli tlen monenpolojtok ika ni pilyolkatsitsij tlen nojkia uala ipan kuitlatl, noso pampa tikitskia se tlamantli tlen kipichtok noso achi kuitlatl kinkauajtokej.

2.4 Makuili tlamantli tlen kichiua ma Tlakualistli ika pajpakistanli tikitskis. NOM-251-SSA1-2009

Ni mexikajtlanautil tlen titokachtiaj NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios; kipia ipan ixexelka, tlanautili tlen moneki ma mochiuakaj kemaj kinchiuaj tlakualistli, yani nojkia elij iuikal ika makuili tlamantli tlanautiaj nompa Ueyitekikalko Organización Mundial de la Salud (OMS) ika tlakualistli:

1. Ma nochipa sankistok ika pajpakistanli.
2. Xixexeloj tlakualistli tlen esitok uan tlen amo esitok.
3. Kuali xiesij.
4. Ma nochipa tlakualistli itsitos ika san kuali tlatotonili.
5. Xitekui atl uan tlamantli tlen ika tichiuas motlakuali tlen ika temachtli san kuali mokauas.

Nelueyi tlamantli eli ma tineltokas makuili tlanautili kemaj tlakualistli ika pajpakistanli tikitskis, pampa yani uelis kichiua ma amo mitsasis se kokolistli tlen ika tlakualti mohanoltiaj.



1. Ma nochipa sankistok ika pajpakistanli

- Moneki ma timomapajpakistanli ika atl uan xapoj achtou kemaj tichiuas tlakuali uan kemaj tichiuas
- Tipajpakistanli ika sankistok atl uan xapoj, uan nojkia moneki ma tikixtilis tlamaualistli noch i tlamantli komitl, uajkali, tepostinij, achtou kemaj titekiuis
- Xitlamanaui ma amo onkas tlapiyalmej tlen techtlanauiaj noso chichimej, mistomej, uan sekinoj kampa tichiuaj motlakuali, nojkia ma amo onkas tlasoli noso moapachijtok noso moxolontok



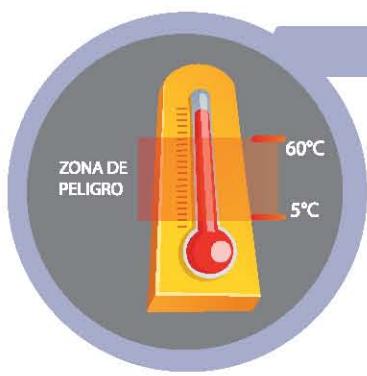
2. Xibxeloj tlakualistli tlen esitok tlen ika amo esitok

- Nochipa moneki ma tixexelos tlakualistli tlen esitok tlen ika amo esitok
- Nochi tlamantli tlen titekiuiaj kemaj tichiuaj tlakuali komitl, chichapali, uajkali, tlatekiloni moneki ma amo sempa titekiuis, tlaj titekiuiaj ika tlakuali tlan esitok noso tlaj kipia tlen amo moesitok, uan nojkia tlaj titekiuiaj ika nakatl noso ika kuatljayotl
- Amo xikauili ma onkas ni tlanenpolistli tlen nepanoli mochiua yani titokachtiaj contaminación cruzada pampa tlaj ya timopajpakajtok toma juan sempa tikitskaj se tlamantli tlen amo motlapajpajtok



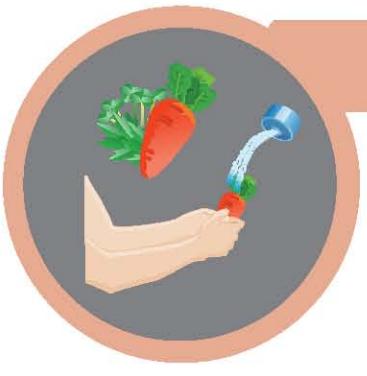
3. Kuali xiesij

- Kuali xiesi tlakualistli kej nakatl, piyonakatl uan michinakatl
- Amo titotonis tlakualistli, tlaj moneki uajka mochiusa ika 70°C itlatotonka
- Xitlamoloni nochi tlakuali, sopas, atlakuali uan tlatsoyontli tlakuali



4. Xikauaj tlakualistli ika temachtli tlatotonka.

- Amo xikauaj motlakuali tlen esitok ma sankiaja eltos
- Xitekiui teposeseuani ika achi temos ipan 5°C ma ijkinoj tikajokus tlakualistli tlen moesitok
- Tlakualistli tlen moesitok moneki ma titlakuakaj nimantsi noso tikauas achi 60°C itlatotonka



5. Xitekui atl uan tlamantli tlen ika tichiua motlakuali tlen ika temachtli san kuali mokauas.

- Titekiuis atl tlen kuali uan ika tepostli ualaj noso kemaj tikixtilis tlamaualistli
- Xitlauiso tepostinij tlaj mopompojchijtok, chachatik noso tlen yajmonepolijtok
- Moneki ma titlachilis kenijkatasaj itlapatinij, kenijkatasaj titixmachiliaj, kenijkatsaj miyojtaj nakatl, lácteos, kualoni uan kuatljayotl
- Moneki ma titlachilis nochi tlamantli tlen tlakualistli eli uan motsajtok kenijkatsaj eltok ijkinoj titemachiaj ipajpakalis uan ma kuali eltos





Kenijkatsaj tikixtis tlamaualistli tlen kualoni uan kuatlajkayotl eli:

Titekiuis 4 naui litros atl ipan se chipilkomitl noso ipan se chapopojkaxitl:

- Xitlalili 1 teposuajkali tlen ika sopa titekiuiaj tlen cloro* noso 20 tlachipintli tlen plata coloidal al 0.36%*
- Kuali ximanelo uan xikalaki kualoni uan kuatlajkayotl
- Xichiaj 30 kaultsitsij
- Ya amo tikixaas sempayano uan ijkinoj tikuas



*Kuali xineltoka tlen mitsiljuiaj ma tichiuaas ipan itlajkuiloli tlen ni tlamantli titekiuis.

3. Majpajpakalistli

Kemantikaj, tomaj kintlanana pilyolkatsitsij, yeka moneki ma timomajpajpakasej uan ni nelueyi tlamantli eli.

Kijtouaj ni Observatorio Regional en Salud de la OPS/OMS, tlaj timomajpajpakaj ika at luan xapo kuali temos tlajko 50% mapitsa kokolistli ipan konemej.

Moneki ma timomajpajpakasej:

- Achtoui kemaj tichiuasez tlakuali uan kemaj tichiuaaj
- Achtoui kemaj titlakuas
- Teipa kemaj tias axixkuitlakali
- Teipa kemaj tikiskis chichiltknakayo noso nakatotolmej tlen amo moesitok.
- Teipa kemaj tipatlas se konepestetl
- Teipa kemaj timoyakapaskas
- Teipa kemaj tikistijtok tlasoli
- Teipa kemaj tikitskis tlen químicas iayoj.(nojka tlen titekiuiaj ma titlapajpkas)
- Teipa kemaj timauiltjtak ika tlapiyalmej
- Teipa kemaj titlachichina

Ximomapajpakaj ipan: 1, 2 x 3

Achtoui kemaj tichiuaas tlakuali, titlakuas uan teipa kemaj tias axixkuitlakali.



1. Nochipa xitekiui atl uan xapoj



2. Ximomapajpakaj, momatlaxkali, momakechtla, momajpil uan mosistli, kuali timomajjalaxos ipan 15 a 20 pilkaultsitsij



3. Xikixaaua uan xiuaki ika se tlachikuentik yoyomitl, achi kuali tlaj amatl eli



4. Tlen mokauajtiyaui tetik tlamantli

Ni tlen mokauajtiyaui tetik tlamantli eli nompa mochiuaj ipan tocha juan axkana motekiuiaj, nojkia tikiixmati kej tlasoli.

4.1 Tlanenpolistli

Tlaj amo kuali tikauajtiyaui tlasoli:

- Monenpolouaj tlen titlaijyokui
- Monenpolouaj atl tlen ameyalmej, ueyalmej uan kampa momantok atl, yani kuali titekiuisej uan tikiisej
- Tlalchi tlen monenpolojojtok nojkia uelis kinenpolos totlakualis uan atl
- Mochiuia tlapiyalmej tlen techtlanauij

4.2 Tlamantli tlen moneki ma tichiakaj ma amo techasis tlanenpolistli

Ipan mokauajtiyaui tetik tlamantli mopantiaj sekinoj kej: amatl, chipilotl, chapopojkayotl, tepostli, tetikamatl, tlakualistli tlen mokaua, uan sekinoj.

Sekinoj tlamantli tlen kuali tichiakaj ma amo onkas tlanenpolistli elij:

- Ma achi kentsi tichiakaj tlen mokauajtiyaui
- Ma tixexelokaj tlasoli ipan orgánica uan inorgánica *(orgánica eli kemaj monenpoloua uan ika tonali mochiuaj tlali, uan inorgánica eli kemaj axmonenpoloua kej tepostli, chapopojkayotl, chipilotl, uan sekinoj)
- Kemaj tipia tlasoli tlen axmonenpoloua tlen titokachtaij inorgánica yani moneki ma sempayano titekiuikaj
- Tlasoli tlen titokachtaij orgánica moneki nojkia ma titekiuikaj sempayano, kikualtias tlalchi yani eli nompa composta
- Moneki ma titekiuikaj botes noso tambos ma nompona titlalis tlasoli uan titsakuas

*Ni tlamantli tlen mokauajtiyaui uan monenpoloua kej tlakuali noso nojkia xiuitej.

Ni tlamantli tlen mokauajtiyaui uan axmonenpoloua noso neluejkauaj ma monenpolos kej chapopojkayotl, tepostli, chipilotl, amatl, uan tetikamatl.

4.2.1 Tochaj itlapajpajkilistli

Kemaj axtitlaxpana axtitlapajpakaj mochaj uajka monenpoloua atl uan tlakualistli, uan mochiuaj tlapiyalmej tlen techtlanauij, kej sayolimej, xopepemej, pilsayolimej uan kimichimej, ijkinoj ueymochiua ijtikokolistli uan nojkia sekinoj kej tlatotonilistli ika dengue uan Chagas kokolistli.

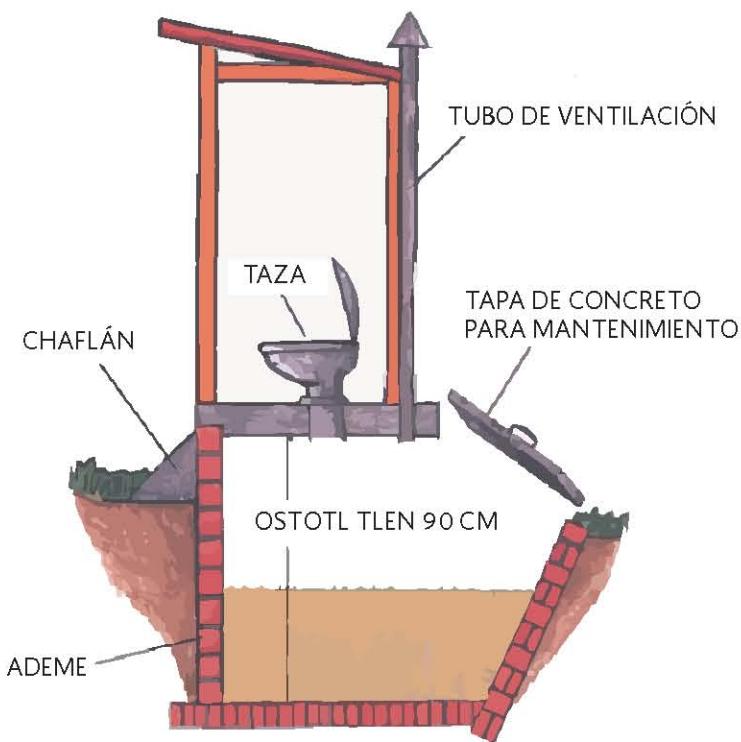
Ma axoui titlaxpanas noso titlapajpkas mochaj moneki:

- Tlapepecholmej uan tlalkali moneki ma elis alaxtik ijkinoj amo motlaltapanis
- Tlalkali moneki ma elis alaxtik, tetik uan ika temachiyo ijkinoj achi oui ma onkas pilyolkatsitsij
- Ma kuali panos pilajakatl ijkinoj achi oui onkas kokolistli
- Ma tichiakaj tlapajpkalistli
- Ma mojmostla tikixtikaj tlamaualistli tlen kampa tichiakaj tlakuali uan kampa axixkuitlakali
- Ma amo sansejko tikochis, titlakualchiwas uan timomaltis
- Kampa neltlatotonia moneki ma titlalikaj tepostinij tlen axkinkauiliaj sayolimej ma mokalakikaj kalijitik



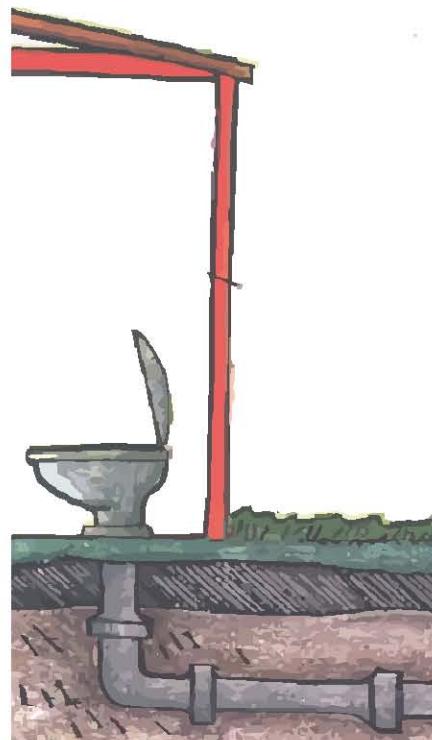
5.1 Axixkuitlakali ika fosa séptica

Ni axixkuitlakali ika fosa séptica eli se kuali tlamantli tlen kinchiuasej ma yauí kuitlatl.



5.2 Axixkuitlakali tlen kipia tepostinij kampa yauí sokiatl

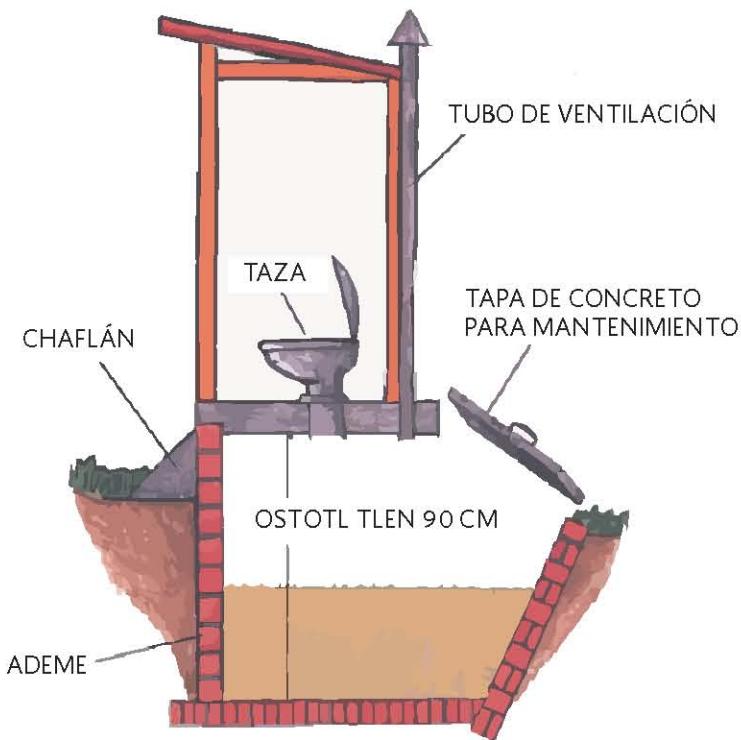
Ni axixkuitlakali tlen kipia tepostinij kampa yauí sokiatl moneki kitekiuis atl uajka eli tlen achi motekiuiaj ipan altepeko kampa miakej maseualmej mochantiaj.





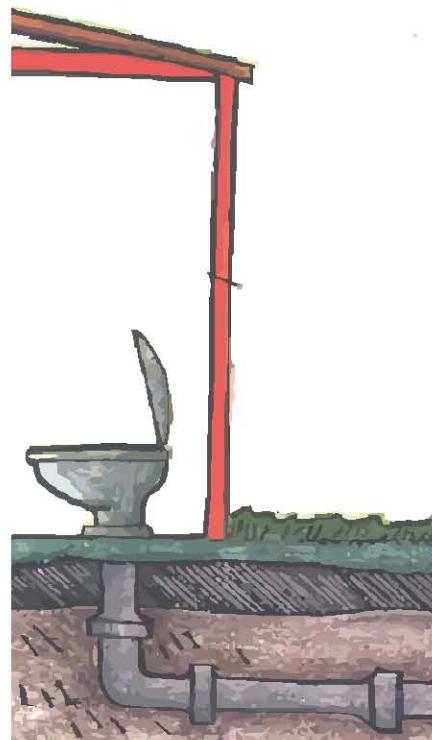
5.1 Axixkuitlakali ika fosa séptica

Ni axixkuitlakali ika fosa séptica eli se kuali tlamantli tlen kinchiuasej ma yauí kuitlatl.



5.2 Axixkuitlakali tlen kipia tepostinij kampa yauí sokiatl

Ni axixkuitlakali tlen kipia tepostinij kampa yauí sokiatl moneki kitekiuis atl uajka eli tlen achi motekiuiaj ipan altepeko kampa miakej maseualmej mochantiaj.





6. Kenijkatsaj titsakuiltis tlapiyalmej tlen techtlanauiaj

Tlaj axtikuitauiaj kampa tiitstokej, ueli axtipias chikaualistli, pampa kemaj axtimokuitauiaj mochiua yolkatsitsij tlen techtlanauiaj, noch ipan sentilistli tikiixmati kej tlapiyalmej tlen techtlanauiaj:

- Tenankimichijmez uan kimichijmez
- Xopepemej
- Sayolimej uan pilsayolimej
- Akapetlamej uan atimitl
- Sayoli Aedes aegypti
- Ixkaneli

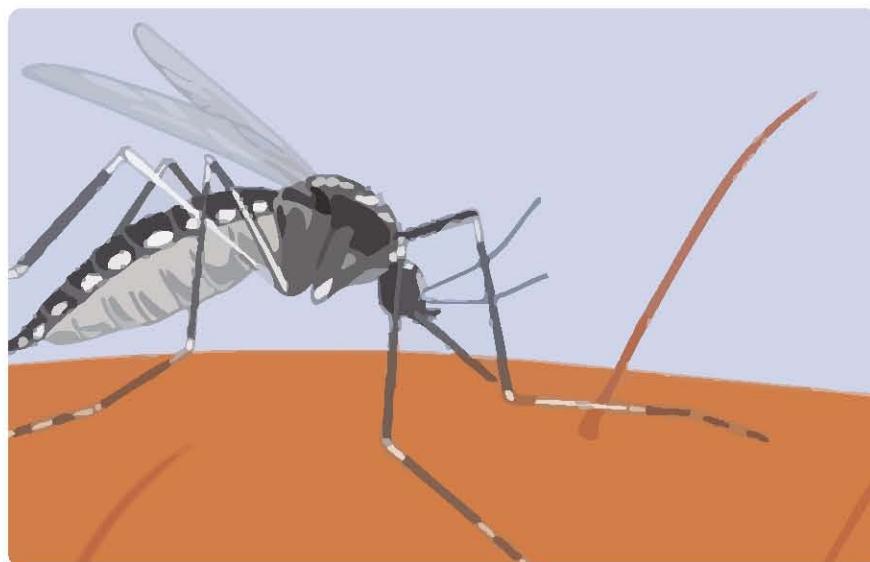


Sekij kokolistli tlen uelis tikiskisej tlen ni pilyolkatsitsij elij:

- Nelmapitsa kokolistli
- Rabia
- Rickettsiosis
- Tlatotonilistli ika dengue uan estlatotonilis
- Chagas noso akapetla tlen tsokonia nojkia titokachliaj chinche besucona

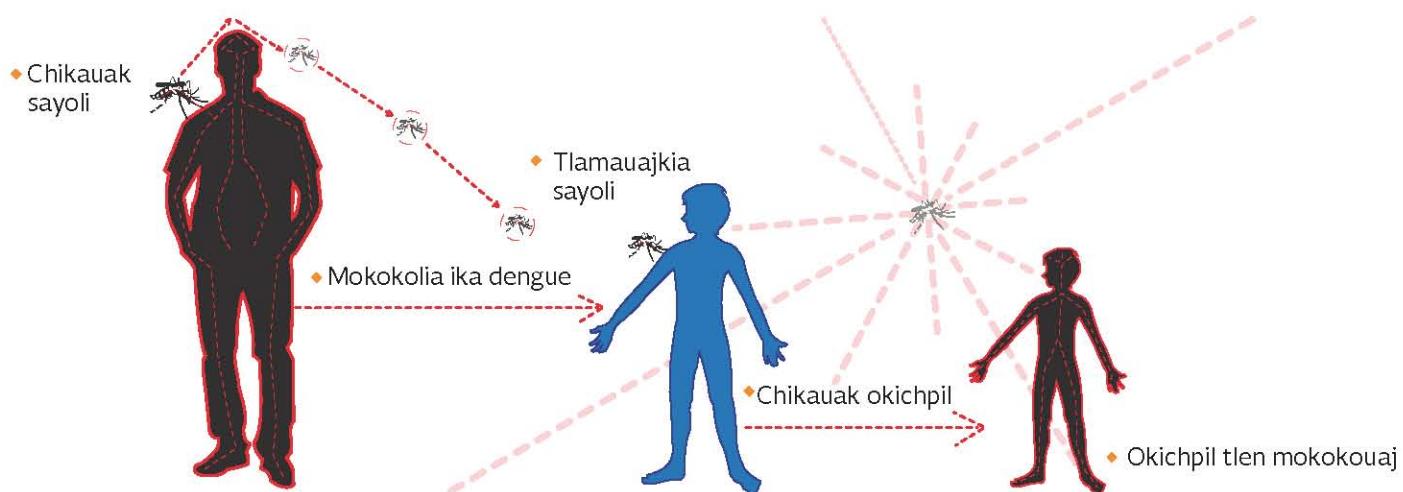
6.1 Kenijkatsaj mopanoltiaj tlatotonilistli ika dengue

Achi tikiixmati ni dengue, kej se kokolistli tlen techpanouaj pampa techtsopiniaj sayoli Aedes aegypti, yani tikiixmati kemaj titlachiliaj imets kuikuitlik.





Onkaj tlen ni ome kokolistli: tlatotonilistli ika dengue uan estlatotonilistli ika dengue.



Kemaj se chikauak sayoli kitsopinia se maseuali tlen mokokoluaj ika dengue uajka ya motlamauajkia.
Tlaj mitsopinis mitsmakas dengue kokolistli

El dengue no se trasmite de una persona a otra, el virus requiere del mosco *Aedes aegypti* como vector o transporte para viajar de un cuerpo a otro.

Ni dengue isayoli kampa ueli kuali momiakchiwas kampa onkas se achi atl tlen mokauajtok, nompona kikauas iteksistli, yeka moneki:

- Ma amo tikajokuijaj tlamantinij tlen axtiteluijaj uan nojkia tlasoli
- Ma titekiujaj abate kampa atl mokauajtok kej sokiyo atl

6.2 TKenijkatsaj mopanoltiaj ni Chagas kokolistli (*Trypanosomiasis americana*)

Ni Chagas kokolistli mochiua ika yolkatsitsi: *Trypanosoma cruzi*, yani mochantiaj ipan akapetla tlen tsokonia titokachitiaj chinche besucona.



Ni kokolistli mopanoltiaj pampa mitsopinaj uan teipa kintlanenpolouaj pampa ni akapetla mokuitlauia, uan nojkia kemaj mitspanoltiaj estli.

Ni kokolistlaixnextilistli elij: neltlatotonaj, axkuali timomachiliaj, tejtemijtok kampa mitsopinij (chagoma), axkuali tekritis moyolo uan sanimantsi timikis.

Ma amo momiakchiuasej akapetlamej moneki:

- Ma titlaxpanas titlapajpajkas mochaj ma ijkinoj axmochantisej nompona
- Tikualchijchiuas mocha juan titsakuas tlapopecholi kampa monekis pampa nompona mokuitauiaj ni yolkatsimej
- Tikixtis nochitlamantli tlen amo titekiuaj uan tlen amo kuali ipan kalijtik uan ipan kaltene mochaj
- Titlachias uan tipajpajkas ikuayaualtik tlen tlapiyalmej uan kenkotsi kampa mopantiaj pampa yani elij kampa kinpajtia itstosej

Senkaualistli

Ni Observatorio Regional en Salud de la OPS/OMS kijtouaj ni:

- Ipan America Latina tlali ni kuitlaxtlamaauakokolistli elij se naui itlapanka tlen konemej tlen axkinkaxijtijtokej makuili ixiuatl uan mikij ika ni kokolistli
- Tlaj timopajpajkas ika atl uan xapoj achi pisiltsi kichiuaj ipan 50% ni mapitsakokolistli ipan konemej
- Kemaj timomapajpajkaj ika xapoj teipa kemaj tiyajki ipan axixkuitlakali uan achtoui kemaj titlakua saj noso kemaj tichiwasaj tlakuali, yani tlen nelkuali eli uan titokachtiaj costo-efectiva pampa

Ni tlamachtiltejtemolistli **Diarreas agudas y prácticas de alimentación en niños menores de cinco años en México**, ni kijtosneki kinyejyejkolijkej kenijkatsaj eli ni kokolistli ika konemej tlen axkana kinkaxixtijtokej makuili ixiuatl ipan Mexikotlali, tlen Instituto Nacional de Salud Pública, kisenkaua:

- SNi Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012, kiyolmeluaaj 11.8% konemej tlen amo kinkaxixti jtokej makuili ixiuatl kinpiyajkej nelmapitsa kokolistli (EDAs)
- Kati achi ueytlamantli tichiwas ma amo mitsasis EDAs elij ni tlachiualistli tlen tikiixmati kej tlapajpaketli li, kej ma titekiuikaj xapoj kemaj timomajpajpajkasej uan nojkia tlaj kuali tikajokusej atl tlen tikiij uan kenijkatsaj ika tlapajpaketli tlen tlakualistli

III. Ma momachtikaj tlamachtianij ipan nelmoneki tlayejyektlí

Asitilistli

Ma tikanmachtikaj tlamachtianij tlen nojkia kinmachtisej sekinoj iuampoj ma kinyolmelaukaj nochimaseualmej tlen ni nelmoneki tlayejyektlí, uan nojkia ma kintemakakaj tlamantinij tlen moneki ma kinchiuakaj ni tekitl.

1. Tlakiya eli ni tlamachtilistli

Ni tlamachtilistli eli se proceso continuo tlen kintemoltiaj ma techmakas tlaixmatilistli, ma tichamanantikaj tlen nelnejueli noso nojkia maseualmej kinpatlakaj kenijkatsaj kiuikaj inemilis, tlen kineki eli ma kuali kinchiuakaj itekitl.



1.1 Tlakiya kichiuas tlamachtianij

Kenijkatsaj moneki ma elisej tlamachtianij

- Moneki ma kiyolmachilikaj tlen maseualmej kijneki
- Tlakakilis, tlachilis uan teipa tlajtouas
- Teiljia ma elis se maseualtlanauatijketl ipan ialtepetsitsi, ma kintekuis kuali tlajtoli, ma kineltokasej uan ma kintlasoltlakaj
- Moneki ma nelkimatikaj tlakiya kitlamachtis
- Moneki ma moixnestis ueyiyolo ika maseualmej, ma kuali motlakentis ijkinoj kuali kipias itlachiyalis ipan iatepertsitsi
- Moneki ma nochipa kimatis tlakiya kijtos ipan itlajtolkamanal

Tlamachtianij itekitl

Tlamachtianij moneki ma kinchamanaltis inejneuili kenijkatsaj kintsontlanas se sentilstli, uan nojkia moneki ma kimatis kenijkatsaj itlachiualis ma kiasiti kampa kintemoltia ika tlamachtilistli yeka itekitl elij:

- Ma kinpantis kenijkatsaj elij maseualmej uan nompa altepetsitsi
- Ma kinpantis kenijkatsaj uan tlakiya kualtilistli uan kuesoli ipan nompa altepetsitsi
- Ma kitlachilis kenijkatsaj mokamanalos iuaya maseualmej tlen altepetsitsi
- Ma kichiuas ma ikamanal kinamikis sekinoj maseualmej ijkinoj kuali kinkuamachilisej
- Ma kitemos kenijkatsaj monechikouas ipan sentilstli

2. Tlayolmelaualistli

Tikuamachiliaj yolmelaualistli, eli kemaj timopatla toijtoli, kemaj timokamauij.

2.1 Axnelkuali yolmelaualistli

Kemaj axnelkuali yolmelaualistli kijtosneki amo kuali timokamauij pampa tlajtoli mo kauaj san ika se maseuali, san tiyolmelaua uan tikijtouaj, san kiselia, yese amo mitsnankiliaj, yani eli yolmelaualistli tlen achi ueyi, uan elij ijkinoj:

- San setsi kamati
- Eli yolmelaualistli kemaj tlajtoli ualaj tlen uejkapa uan asiti tlatsintla san ijkatok
- Eli kemaj san se kamanaloua uan sekinoj axkinankilia
- Eli kemaj san tlamachtianij kipiaj yolmelaualistli uan axinkijneki kinpanoltis sekinoj
- Kemaj axmiak maseualmej kiixmati ni yolmelaualistli

Ipan ni proceso iyolmelaualis onkas tlatsakuulistli yani eli ipan tlajtoli kemaj axkana kuali timokamanalouaj uan axtimokuamachiliaj, psicológicas yani eli kemaj se ajkaya axkinekis kinselis yolmelaualistli san pampa axkinejki, fisiológicas yani eli kemaj uelis ajkaya axkuali tlachia, axkualitlakaki uan ambientales yani eli kemaj ipan se altepetsitsij tikamatis tlen nompona onka, ma amo tikamatis tlen axonka pampa maseualmej tlen nompona axkinixmati.



Tlen axkikauiliaj ma kuali tlayolmelaualistli onkas

Tlen kinyekana yolmelaualistli:

- Yolkuamachilistli
- Axkijneki kitlachilis sekinoj maseualmej kej iuikal ipatij

Tlen maseualmej:

- Kualankatlachiyalistli
- Axiukal kej timomachtiaj
- Axiukal tlen ixtlamatilistli

2.2 Kuali yolmelaualistli

Ni kuali yolmelaualistli tikuamachiliaj eli kemaj kuali timokamauij kemaj timopatla toijtoli, tlen timachiliaj, tlen timoiluijaj uan nojkia tlen timo yolkuamachiliaj. Nikaj tikamati tlen nelkuali yolmelaualistli ika noch i maseualmej, uan elij ijkinoj:

- Mokamauij ome maseualmej
- Mokamanalouaj ika altepetsitsij
- Ma mochiuas xitlauak ma timopatiitakaj
- Kemaj nechkamanaloua uan na kuali ninankilia
- Kemaj timopaleuiaj uan noch i tikiitouaj tlakiya tichiusej
- Noch maseualmej kintlachiliaj



3. Tlamachtilsenkaualis ika moixtlamatilis (PEA)

Eli se ojtekitl tlen mokoliniaj, kintlanechikouaj uan ika tonali mochiuaj uan ika ni mopatlj nejneuili, tlaixmatilistli uan kenijkatsaj kiukaj inemilis.

3.1 Tlen moneki ma timomachtis

Tiasiti ipan se kuali tlaixmatilistli, moneki ma maseualmej kinpiakaj tlen nelkuali ixmatili pampa ni kikaultis ma tipias kuamachilistli tlen moneki, nojkia ma kijnekis kipatlas tlamatli tlen ipanimaj kichiua.

Ni tlamachtianij kichiua ma amo oui kiasiti ika maseualmej ika ni:

- Ma moyoltektemokaj
- Ma kintlachilikaj
- Ma kinkuamachilikaj
- Ma kintlatskikaj tlalamikilis
- Ma kinyoltejtemokaj



3.2 Kuesoli tlen tlamachtilistli

Ni tlamachtianij moneki ma kinmatikaj kenijkatsaj achi kentsi kinchiuakaj kuesoli uan ma amo oui kinmachtisej sentilistli uan kenijkatsaj kinuikasej ijtli ipan inejneuilchamanalistli.

Sekinoj ximoixkui tlen ni nejneuili elij:

- Moneki ma nochipa kimatis kenijkatsaj kitsakultis sentilistli kemaj peuaj se tlachiualistli; tlamachtilistli, kamanalistli, taller
- Moneki ma kimatis kenijkatsaj kinankilis tlen oui tlajtlanilistli
- Moneki ma kimatis kenijkatsaj kisenkauas se kualantli ika maseualmej
- Ma kipantis uan kimatis kenijkatsaj mouikas ika ouimaseualmej inemilis
- Ma moyoltlananas kemaj ajkaya axkinekjipatlas tlamantli tlen ipanima kichiu
- Moneki ma ika tlatepanitlalistli kitlachilis tlaneltokalis uan inejnemilis tlen altepetsitsi

4. Kenijkatsaj kinyekanaj sentilistli

Ni maseuali ipanimaj monechikoua uan moneki iuaya sekinoj tekitis ma kipichtos tlen moneki nojkia ipan iyolo. Kitejtemolia iuampoj ma ijkinoj momachilis axkana iseltik uan kipias ajkaya kipaleuis. Eli itekitl tlen ni tlamachtianij kuali momachtis kenijkatsaj kinyekanas sentilistli uan nojkia kintsontlananas sejse maseuali ma kiasiti kampa kijneki momachtis, uan ijkinoj monechikoua uan eli sentilisitlapankaj.

4.1 ¿Tlakiya eli se sentilistli?

Se sentilistli eli kemaj monechikouaj ome noso achi sekinoj maseualmej tekitiaj, mokamanalouaj, uan moyolketsa ijkinoj kiasiti kampa nochi inkinekij.

4.2 Sentilistli itonal

Ni sentilistli kipia iyaualtinemilis: tlakakti, momiskaltia, se desarrolla uan tlamia, kej eli se yoltok ajkaya. Eli itekitl tlen ni tlamachtianij amo kichiuas oui ni sentilisinemilis ma mosenkauas tlamachtilis iasitilistli.

Sentilistli itonal elij:

- Kemaj monechikoua
- Kemaj moyolyamania
- Kemaj moyoltetonia
- Kemaj momiskaltia
- Kemaj mochamalia
- Kemaj motsakua





4.3 Tekichiuanisentilis

Ni tekichiuanisentilis mochiua ika miak sentilisnemilis, ni kijtosneki, eli se sentilistli tlen ika tonali kipia sekinoj uan achi oui iasitilistli, kintemoltia ma kikualtias uan kiueychiuas isentilis. Kinkauiliaj ma mokinyoltemokaj, moiljuikaj, momachtikaj tlen momachtis uan momachtikaj kitlachiuas kej sentilistli.

4.4 Ma titekitikaj ipan topilsentilis

Ni machtiyapil eli pilsentilis tlen tekitl tlen kipia nochi se asitilistli moneki mochiuas nimaj.

Ma titekitikaj ipan machtiyapil kijtosneki:

- Tlen kisato sentilisitekitl nojkia eli ika se maseuali uan kimachilia ipan iyolo
- Kemaj tiasiti kampa nochi kijneki uajka nojkia tiasiti kampa sejse maseuali kineki
- Ma moyejyekolikaj sejse maseuali ipan sentilistli
- Ma mokiixmatikaj yolketsalistli pampa eli sentilistli itlapanka
- Ma momiskaltis uan kinpaleuis ipan itekitlamachtilis

4.5 Kenijkatsaj timanelos maseualmej noso tikinyekanas ma titekitis

Se itlapanka tlamatilis kenijkatsaj titlayekanas sentilistli eli tipantis kenijkatsaj ya tekitiaj. Mokuamachiliaj kej sentilisitekitl ni tlachialis kintetoniaj, tlen mochiuaj ipan iyolsentilis. Eli chikaualis tlen momanelouaj ipan sentilisinemilis uan yani kichiua j ma kinchiuakaj tlamanli tlen mosenkauaj.

Ni tlamanli tlen titokachtaj técnica grupal elij tekitsitsij tlen kinpaleuiaj tlaixmatilis, uan moxexelouaj ipan tlen ika tipeualtis, tlen titlamachtis uan tlen timauiltis. Ni tlen ika titlamachtaj techkauiliaj ma titsontlananakaj tekitsitsij tlen sentilistli itlamachtilis ma ijkinoy tiasiti kampa tinekis.

4.6 Tekitl tlen kichiua

Ipan yolsentilis, kinchiuaj ipanimaj se tekitl. Tlamachtianij moneki ma kipantis tlakiya tekitl kichiua sejse maseuali uan kipatiitas tlen kinpaleuis ika tlayekana sentilistli. Nojkia uelis onka sekinoj tlen axkual ika ni tekitl, ni tlamachtianij moneki ma achi pilsitsi noso ma kiixpolui ni tlachialis tlen maseuali sentilisitlapanka uan amo kinenpolos iasitilistli tlen ni tekitl.

Kuali tikijtoskiaj ma ni tekitl tlen kichiua:

- Eli kenijkatsaj moixpantiaj maseualmej tlen monechikouaj ipan sentilistli
- Eli kenijkatsaj mouikaj uan mokualtiaj maseualmej sentilisitlapanka
- Motemakaj ika tlanautili uan sentilistli kuali kinseliaj
- Ni motlatskiaj ipan kichiua j maseualmej kenijkatsaj kiuikaj inemilis tlaj achi uejkapa mokaua noso tlen tlatsintla eli



5. Tlamantinij tlen ika tlamachtiaj

Eli noch i tlamantinij tlen kinchiuaj ma amo oui ni ojtekitl tlen tlamachtilsenkaualistli uan kinyolmanelouaj tlen totlakayo itekitl ma ijkino kalakis ipan tekitsitsij.

Tlen kintemoltiaj tlamantinij tlen ika tlamachtiaj:

- Moneki ma maseuali monexkachiwas tlen melauak tineki tikijnextis
- Ma kinyolmachilikaj tlen kinmachtiaj
- Ma amo oui kintlachilikaj uan kinkuamachilikaj tlen panouaj uan tlen melauak
- Concretar e ilustrar lo que se expone verbalmente
- Paleuis ma kuali motlatskis tlaixmatilis
- Ma kinkauakaj ma kijnextikaj kenijkatsaj kichiuj tlen kimati uan desarollo tlen nejneuili