

SALUD

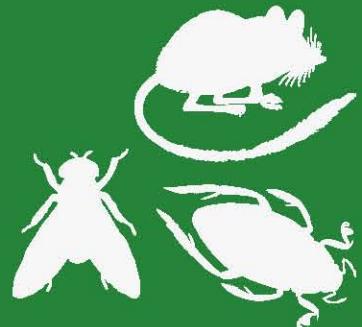
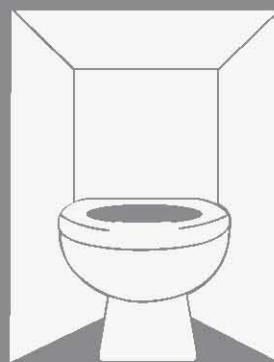
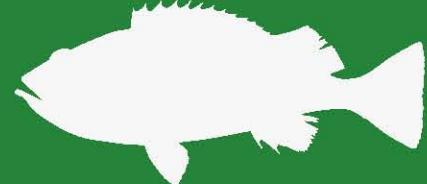
SECRETARÍA DE SALUD



Cofepris ▶

Comisión Federal para la Protección
contra Riesgos Sanitarios

6 PASOS DE LA SALUD CON PREVENCIÓN



SEP

SECRETARÍA DE
EDUCACIÓN PÚBLICA



INALI

INSTITUTO NACIONAL DE LENGUAS INDÍGENAS

CDI

COMISIÓN NACIONAL
PARA EL DESARROLLO
DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS

OTOMÍ DEL VALLE DEL MEZQUITAL



Mbon'i

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 del Valle del Mezquital

Traductor
J. Concepción Jaén Gaspar



Ya noya maga handhu ne ma ga pädihu

I- Hanja dra thoka ra Programa 6 pasos de la salud con prevención

1. Ra ya mudi noya
2. Nua xa ofo ya ts'utui
3. Habu ga tsohu
4. Tengu dra thoki
5. Ra Programa del curso: 6 pasos de la salud con prevención
6. Hanja dra japabi

II.Ya mudi b'efi pa ga b'uihu xant'axi

1. Pa gi hakuabi ya hñeni ne gi t'axka ra dehe
2. Te gi ot'e ko ya hñuni
3. Nxuki ga y'e
4. Te gi japa ya paxi
5. Te gi japa ya foho
6. Te gi ot'e ko ya mbon'i tsii ya hñeni

III. Ra nzadi pa ya jä'i

1. Tera b'efi ra jä'i t'embí ra nxahnate
2. Tengu ri thoki ra hñä
3. Nua thogi ham'u dra t'uti hne dra pädi
4. Hanja dra mpefi ko ja muntsa jä'i
5. Konte dra mpefi con ya muntsajä'i



I. Hanja dra mpefi ha ra Programa 6 pasos de la salud con prevención

1. Ra ya mudi noya

Nuna hem'i da xipabi ne da utuabi xahño ya jā'i to'o ma da ma ha ra kurso unga ra Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios ra (COFEPRIS) ha gatho ra ma ne ra nxidi m'onda, ra COFEPRIS ri mpefi ko ra nseki ra Secretaría de Salud, de nu ra Comisión de Fomento Sanitario, ko ra programa t'embí Programa 6 pasos de la salud con prevención, nuna programa da faxa gatho ya mem'onda pa da xipabi terab'ea da hoki pa hinda tsu ya hñeni.

Nuya befi thoka pa dra su ya nzaki ya jā'i dra thandi ya hogi ñotsi, pege ko ngeu ya jā'i hinda ma ha ya doktor ne ya hinda zi ndunthi ya ñethi. Nubu dra thoka xahño ya b'efi pa dra su ra nzaki da za da b'ui xahño ya jā'i, ne gatho ya hnini, ne njabu da nja na ra b'ui mahyegi ne hinda dama tsiti ra hyoya.

Mahyoni ra pabia hne dra thoka nua ya b'efi ha ya mui ne ha ya hnini pa dra su ya nzaki ya jai, hange njabu manaki hne dra xipa ya jā'i tengu nu'u ya b'efi u. Maske ya jā'i pädi te ma b'efi thoki ko ra dehe pa sta nt'axi, ndunthi ya hñeni ngu ya umui ehe ngea hinxa nt'axi ra dehe, ngea nehe hinxa thoka xahño nu'u ya b'efi ha ra dehe pa dra su ya nzaki ya jā'i.

Nub'u dra tsu ra dehe sta nt'axi, ne nub'u dra thoka nu'u ya b'efi pa sta nt'axi, xa hneki ge ge'u hingi hopa da zohe ya hñeni, hange njabu xa thoka ra Programa 6 pasos de la salud con prevención hna programa ri mfaste pa dra xipa ya jā'i ne gatho ya hnini tengu'u nu'u ya b'efi u thoka pa dra su ya nzaki ya jā'i:

- 1.- Ra dehe: nthokua hñeni ne hanja di b'ui xa nt'axi.
- 2.- Ya hñuni: te da tot'e pa da nt'axi.
- 3.- Ya ye: hanja da nxuki ya ye.
- 4.- Ya paxi: te da tot'e ko ya paxi.
- 5.- Ra luga habu ri ma ra b'oho.
- 6.- Ya mbon'i: te dra tot'e ko ya mbon'i tsii ya hñeni.

Ha ndunthi ya tso hñeni bri ehe ngea hinto hamäsu ra dehe ne ya hñuni tsu, nu'u ya hñeni ra thuhu ra cólera, ra fiebre tifoidea, ra paratifioidea, ra salmonelosis, ra shigelosis, ra ambiasis. Nehe ha ma ra ya hñeni bri ehe ngea hinto su xahño ya paxi ne hinto su ya mbon'i tsii ya hñeni, ngu ra nze de ra dengue ne nu'u t'embí tripanosomiasis americana o ra hñeni de ra chagas, nu'u ya hñeni mant'a ri r'atsi ko ma ra ya jā'i ena ra Organización Mundial de la Salud (OMS) ri tsituabi ya jā'i ngea nehe ri hyoya.

2. Nua xa ofo ya ts utui

Ra COFEPRIS, bri thoka ko ra mfats'i ya dänga tsutui ra 5 ra julio de ra 2001, ri mpefi rangu ko ra Secretaría de Salud, ne nu ya b'efi ri hoki pa gatho ya memonda ge upa dra su sta nt'axi ra bui pa hinda tsudi ya hñeni.

Ya regla ra COFEPRIS ri mä ge, dra thoka ya b'efi ngu ri ñehe pa njabu da thandi te ma b'efi hne pa da b'ui sta nt'axi ya b'ui ya jā'i, gatho nu'u ya b'efi xa ofo ha ya hem'i ra Secretaría de Salud. Nu ya b'efi ra cofeparis ri nzot'e ko ya b'efi ma ra ya hyodi ya estado de gatho m'onda.



3. Habu ma da tsoni ya b'efi ra programa t'emb'i Programa 6 pasos de la salud con prevención.

Habu ma ga tsehñu gatho: ma hokhu ya b'efi pa ga gatho ya jä'i ya mem'onda da b'ui xant'axi ngea xa zi ra dehe ne ya hñuni hindi petsi ya hneñi o ra ya tso hñeni, ne njabu hinda hñeni ya jäi.

Habu ma ga tsehñu ko na b'efi: ma ga hokhu ra ya b'efi pa hinda hñeni ya jä'i gatho ya mem'onda o ra ya b'efi pa da b'ui xant'axi ko ra mfats'i ra (Programa los seis pasos de salud con prevención).

4. Hinga pohñu de nuya ntsohni ra Programa 6 pasos de la salud con prevención

Na Programa da tsehe gatho ya hnini m'onda ko ra mfats'i ra Sistema Nacional Sanitario.

Nu'u ya jä'i habu ma da tsoni nu'u ya b'efi de gatho ya mem'onda.

Ra COFEPRIS, ko ra mfats'i ra Sistema Federal Sanitario, da unga ra curso de ra Programa 6 pasos de la salud con prevención.

5. Te ma da t'unga ne te ma dra thandi ha ra curso: 6 pasos de la salud con prevención.

<i>Te ma ora</i>	<i>Te dra hmā</i>	<i>Hangu da dura</i>
9:30 a 10:00	Dra ofo ya thuhu	30 minuto
10:00 a 10:30	<i>Te ra b'ea ra Programa de los 6 pasos de la salud con prevención, dra hma hanja da b'ui xa nt'axi gatho ya m'ui mem'onda.</i>	30 minuto
10:30 a 11:30	Pa sta nt'axi: 1. Ra dehe 2. Ya hñuni 3. Hanja dra xuka ya y'e 4. Te dra japabi ya paxi 5. Te dra japabi ya foho 6. Te dra japabi ya mbon'i tsii ya hñeni	n'a ora
11:30 a 12:00	RA RECESO	30 minuto
12:00 a 13:00	Dra xahna n'a ra jä'i de ra programa 1. Te ra b'efi nua ra jä'i ha ra programa 2. Hanja da japabi pa utuabi ne da ñä xahño ko ma ra ya jä'i 3. Tengu nu'a ra b'efi habu ra ya jä'i udi ya fädi ne ma ra honse pädi nua xipabi 4. Hanja da nja pa da mpefi ko ma ra ya muntsajä'i 5. Te ma ra ya mfats'i da za da ju pa da utuabi xahño ya jä'i	n'a ora



6. Hanja ma dra thoka gatho nuú ya béfi

Ra COFEPRIS, ko ra mfats í ra Sitema Federa Sanitario, da xipabi ne da utuabi ra ya j*á*i nuú ma da utuabi nehe ma ra ya j*á*i, nuú ya béfi dra thoki pa da búi xantaxi

Hñu ya hmiki dra túnga ra mfadi de nuú ya béfi



Ya derecho ne ya obligacio ya j*á*i témbi kapaciadores

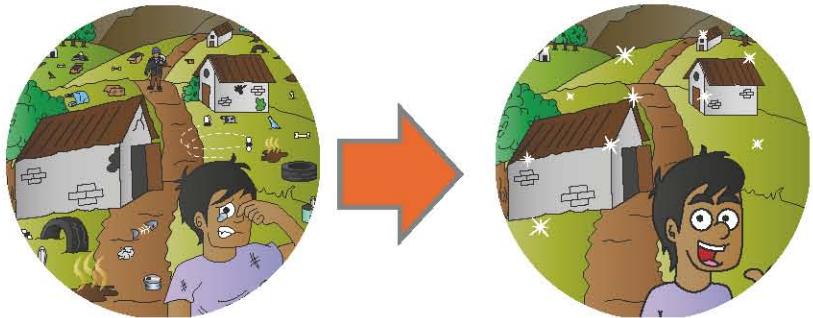
Ra COFEPRIS da pädi ne da mä to o ya j*á*i ma ya capacitador get a ma da nsahnate ngua ma da pefi mahyegi k ora gobierno. Ya j*á*i nua xa túutiabi ne xa kapacita de ra Programa 6 pasos de la salud con prevención de ra COFEPRIS da za nehe da utúabi ma ra ya j*á*i ne za ya da mata ra ya j*á*i ha ya hnini pa da xipabi tengu nua ya béfi pa da búi xant'axi ngea tsa da zi ra táxa dehe ne ya táxa hnuni.

Nuú ya j*á*i témbi ya capacitador petsi da unga 40 ya ora dega capacitacio pa da xipabi ne da utúabi ma ra ya j*á*i, ne da za da ponga märay'o ra hem*í* habú hmä gue ra capacitador, petsi da unga ra hem*í* tat'a nzänä ha ra COFEPRIS: Ra Cédula habu hmä ge xa hoka nua ya befi, ya hemi habu hmä hangu ya curso ya uni, nehe petsi da unga ya hem*í* habú xa thuxa ya thuhu ya j*á*i xa umbabi ra kurso.

II. Hanja dra búi xant'axi

Pa dra búi xant'axi, ne pa dra thandi ninda nja ya hñeni, petsi dra thandi ja ya múi ne ha ja hnini nuú ya béfi thoki pa ra:

1. Ra ntóthe ne hanja dra su ra dehe
2. Hanja dra japabi pa sta ntáxi ya hñuni
3. Pa dra xuka ya yée
4. Te dra japabi ya paxi
5. Te dra japabi ya foho
6. Te dra japabi ya mbon*í* tsii ya hñeni





Pa dra fädi nubú n'a ra hnini búi xant'axi petsi dra thandi nubú otho ra ya ntso da tsituabi ra nzaki, nuú tsohe ngea hinte ma béfi thoki pa dra búi xant'axi; petsi da thandi tengu nu'a ra ntso ha pa dra thandi nehe te ma béfi dra thoki.

1. Ra ntóthe ne te dra japabi ra dehe

1.1 Ya béfi pa xi da nja ra dehe

Ndunthi ya béfi thoki pa dra tha ra dehe pa dra tsi

1. Ya otsi po ra dehe xa thoka de ga y'e
2. Ra mpothe
3. Ya dathe, ya donga mpothe
4. Ra däy'e
5. Ra dehe bri ehe ha ya tubo
6. Na ra mpothe ra t'axa dehe



1.2 Na ra dehe damasu xi xa nt'axi hingi petsi nu'a ya t'uka zu'e hingi hneki

Ra dehe pa da zi ya j*ái* petsi, dra hmäne dra t'eni ko nua ra norma ra thuhu (NOM-127-SSA1-1994).

1. Biológicas: hindri petsi nu'a ya t'uka zu'e dri ha ya hñeni. Ngu nu'u ya thuhu Escherichia coli o coliformes fecales.

2. Físicas: ra mfont'i, ra kolor ne ra nt'axi.

3. Químicas: hindri petsi ra ya boja xa hñu ngu nu'u t'embi ra hierro o ra manganeso.

1.3 Ra ya hñeni ra fudi ko ra dehe

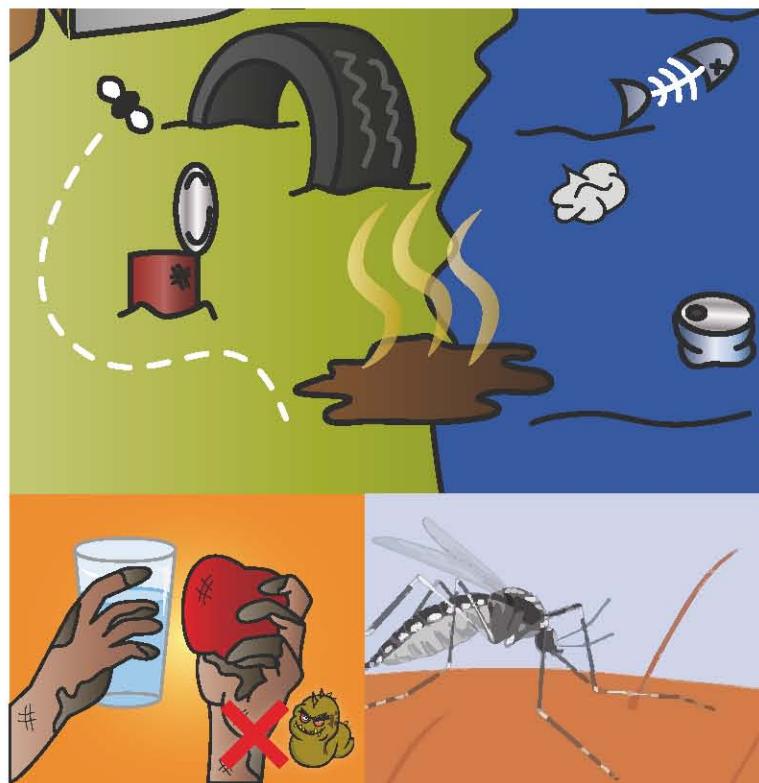
Nuu ya hñeni da tsú ya j*ái* ngea bri ehe ha ra dehe da za dra 'ueke njagua:

Grupo 1. Ya hñeni ri nt'ungi ko ra mfats'i ra dehe: ra dehe tuxa ya t'uka t'so zu'e bi ehe de ya foho ne go ra tsokiu da tsohe ra hñeni ra tuhu tifoidea, amibiasis, hepatitis, ra fagi ne ma ra.

Grupo 2. Ya hñeni bri ehe ko ra mfats'i ra dehe: ra ya t'uka tso zu'e ri te ko ya mfats'i ma ra ya t'uka mboni o ha ra dehe. Nu'u ya t'uka tso zu'e da za da hoki da tsohe na ra hñeni nub'u ya j*ái* da zi nu'a ra dehe.

Grupo 3. Ya hñeni hgea otho ra dehe: ko ra ñ'othe hinda za da xuka ya y'e ni da b'u xant'axi ya j*ái*, hange njabu da za da hñeni de ga sarna, ko ya hñeni ngu ya umui ne nu'u tsituabi ha ya xefo getu ra mui.

Grupo 4. Ya hñeni bri ehe ne ri ntungi ko ra dehe: nu'a ya hñeni bri ehe ko ya tsoki ya zu'e ri xandi ha ra dehe ngu ra gi'ue ra thuhu Aedes Aegypti go gea bri tsii ya nze ko ya um'u bri ehe ko ya ji ngea da hñeni ko ra denge.



1.4 Hanja dra t'axka ra dehe

Ham'ú ga mähu ge da t'axka ra dehe ge di mähñu ge dra tho ne na guata ya t'uka zu'e b'ui ha ra dehe ngea dra nzani o dra japabi ra ya zi hñethi ya thuhu (kloro, ra plata coloidal, o ra yodo)

Dra nzani ra dehe

1. Gi zani ri dehe kut'a minuto
2. Da za gi ts'ogi da koni ra dehe pa gi ts'i
3. Da za gi ju ya pothe xant'axi ne gi jum'í pa gi petsa ri dehe
4. Petsi gi ju ya t'axa traste



Gi japa ra kloro ra dehe ko n'a ra hñedi ra thuhu hipoclorito de sodio

Pa xi da t'axka ra dehe hne 0.2 ne 1.5 mg/l dega kloro. Pa gea, da za gi handi nuna k'oi pa gi handi hangu ra hipoclorito de sodio da hne pa da t'axka ra dehe



Hanja gatho ya jä'i gi t'axka ra dehe ko ra hipoclorito de sodio			
Recipientes	hangu ra dehe	En condiciones normales	Para uso en aguas de dudosa calidad
N'a xito	n'a litro	yoho ya gota	3 gota
N'a jarra	yoho litro	4 gota	6 gota
N'a kubeta	5 litro	n'a gota	15 gota
N'a garrafo	r'eta litro	n'ate gota (1ml)	30 gota (1.5ml)
N'a garrafo	n'ate litro	40 gota (2 ml)	60 gota (3 ml)
Tambo	200 litro	400 gotas (20 ml)	600 gota (30 ml)
Tinaco	1,000 litro	2,000 gotas (100 ml)	3,000 gota (150 ml)
Cisterna	5,000 litro	10,000 gotas (500 ml)	15,000 gota (750 ml)

Fuente: Procedimiento Operativo Interno para el Uso y Manejo de Cloro y Plata Coloidal para la Atención de Emergencias Sanitarias. COS-DEPE-P-02-POI-08. Documento Interno. Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios. Secretaría de Salud. México. 2013.

Procedimiento para la desinfección del agua:

Ra t'axka dehe	hangu dra japabi	hangu dra t'emi
Ra kloro	yo gota pa n'a litro	nde ora
Ra hipoclorito de calcio	na pastilla dega 7gramo	nde ora
Ra plata coloidal *	yo gota al 0.36% pa n'a litro	nde ora
Ra yodo	yo gota al 2% pa na litro	n'ate minuto

Da za mudi dra lee nu'a xa nt'ofa ha ra etiqueta xa guete ha ra xito he gi tenga n'a ne n'a ra ntsoni xa thuts'i pa gi ju nu'a ra hñeti ri t'axka ra dehe.

*Ya traste gi ju par i dehe petsi ge dra plastiko hinga de ba boja.



1.5 Hanja gi xuka ri mpothe

Ra dehe da za mant'a da nts'oni nubu hingi pesti ra su ham'u gi xuki ne gi häkuabi gatho ya ntso nu'a ri mpothe. Pa nu'a ra b'efi mahyon:

- Gi petsa xant'axi ri mpothe
- Gi xuka xahño ri mpothe tat'a hñato nzänä

Te hne gi pädi pa gi ju o gi hoka n'a ri pa pothe: petsi mant'a da nt'axki, hne hinte ma n'a ra kosa dri o mbo. Petsi dri ja ra njui pa hinda yut'a ra fonthai. Pa gi xuka ri tinako o ri pothe hne:





2. Hanja gi xuka ri hñuni

Ya hñeni bri ehe ne ri ntungi ko ya hñuni ya (ETAs) ge n'a ra problema pa tsituabi ya nzaki ya jä'i.

Ndunthi ya hñeni, bri ehe ngea hingi pëtsa jamäsu ko ya hñuni, desde nu'a ra nthoki asta ha da zohe kon to'o ma da zi.

2.1 Ra ya hñeni bir ehe ngea hingi jamäsu ko ya hñuni.

Ra ya jä'i ri hñeni ngea ko ya tsoki ya hñuni tsi. Nuya hñeni t'embí ge ya hñeni tsudi ha ra mui ne tsudi ko ya tsoki ra ya t'uka zu'e hingi hneki o ko ya tsoki ra ya tso hñethi xa nthontsi ko ra dehe:

- Ra hñeni bri ehe ko ya tsoki ra ya t'uka zu'e hingi hneki ya thuhu bakterias, ra ya zu'e o ra ya mado ma ra ya tso zu'e
- Ra hñeni bri ehe ngea xa nts'p oni ko ma ra ya tso hñethi, ko ya ntso ra ya zu'e o ko ra ntso mismo ra hñuni

2.2 Te mudi bri ehe ha ri ndohyo ko ya tsoki ya tso zu'e o ya tso hñethi

Nu'a mudi gi siente ha ri ndohyo ko ra tsoki ya hñuni xa nts'oni da za hinda tsitai, da tsitai o juadi xi da tsitai:

- Nubú hinda tsitai: honse ngu hingi búji xahño, da ugi ri mui, gi tsa gi unga ya mbat*í*, ne ngu da ra'a ra hñei
- Nubú da tsitai: da ra'a ra nze, da ra'a ra nguent*í*, da boxai ya xäxi, ne da ra'a ra fagi
- Xi juadi da tsitai: gi b[']edi ra dehe, da ra'a ra búxji, da ugi gatho ri ndohyo, gi tu



2.3 Tenguú nuú ya hñeni*

*Nu'u ra ya hñeni bri ehe ne tsituiabi ri mui ne ri handa ne ri su ha ra Sistema Único de ra Información pa ra Vigilancia Epidemiológica de ra Secretaría de Salud gehya:

- Ra Kolera
- Ra nze ra thuhu Fiebre tifoidea
- Ra hñeni ra thuhu Paratifoidea
- Ra hñeni ra thuhu Salmonelosis
- Ra hñeni ra thuhu Shigelosis
- Ra hñeni ra thuhu Amibiasis intestinal





Ma ra ya hñeni xa hmä ne fädi:

- Ya hñeni tsituabi ra mui ko ra ts'oki ma r'a ya t'uka zu'e
- Ya hñeni bri ehe ko ya tsoki tsi ya hñuni nixa ntaxi ne petsa ya t'uka zu'e
- Ra hñeni ra thuhu Giardiasis
- Ma ra ya hñeni bri ehe ko ta ts'oki ya t'uka zu'e ya thuhu protozoarios
- Ra hñeni ra thuhu Teniasis
- Ra hñeni ra thuhu Ascariasis
- Ra hñeni ra thuhu Enterobasis
- Ma ra ya hñeni ra thuhu helmitiasis

Nu'a ya t'uka zu'e ri hoka da ehe nu'a ra hñeni tsituabi ra mui ne hoka da unga ra fagi ngu ra shigella, salmonella ne ra kolera ri xändi ne ri ntunga ngea ko ra y'e ri that'a ra poho n'a ne ñotsi da häxa ya y'e ha ra ne n'a, nu'a ta hñeni bri ehe ngea ri that'a ra foh.

2.4 Kut'a ya nts'ohni pa xi da kohi xant'axi ya hñuni. NOM-251-SSA1-2009

Ra hem'i ra thuhu Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, habu hmä hanja dra jamäsu ya hñuni; pesti kut'a ra ya nts'ohni habu hmä hanja dra jäpi pa xi da bui xantaxi ya hñuni ne mä ra Organización Mundial de la Salud (OMS):

1. Petsi hyastho gi jot'i ne gi xuka ri b'ui.
2. Gi gueke ya hñini xa dä de nu'u xa ñ'atho.
3. Petsi da dä xahño ya hñuni.
4. Dra su ra pa ya hñuni pa hindá ntsoki.
5. Dra ju ra dehe ne ma ra ya hñuni sta hñó ne sta nt'axi.

Mahyoní dra tehñu nu'u ya nts'ohni pa sta nt'axi ya hñuni, ge ge'u da unga ra mfats'i pa hindá ehe ya hñeni ha ya hñuni.



1. Petsi hyastho gi jot'i ne gi xuka ri b'ui

- Dra xuka ya y'e ko ra xabo ante gi hoka ya hñuni ne kuando gi hoki
- Gi xuka ko ra t'axa dehe ne ko ra xabo, ne gi japa ra kloro ri traste ante gi ju
- Gi su ne gi handa hindí y'o ya mb'oni o ya tso zu'e, o sta nts'o habu gi hoka ri hñuni
- Petsi sta nt'axi ante ne ñotsi habu thoki ya hñuni



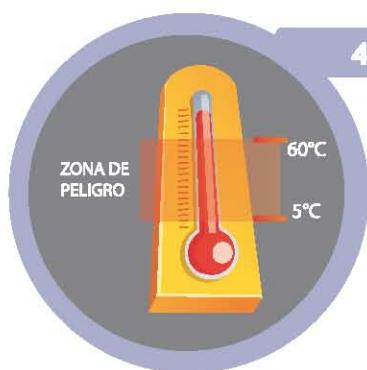
2. Gi hueke ya hñuni xa dä de nu'u hinxa dä o dri ñ'athos

- Gi su hingi ju terza ri traste pa hinda nts'oni gatho ri hñuni
- Gi hueke ya hñuni xa dä de nu'u hinxa dä o dri ñ'atho
- Hinga mahyegi ya traste o ya jua'i gi ju pa ya hñuni xa dä o xa hñatho, mismo pa ra nge o ya verdura



3. Petsi gi handi da

- Petsi gi handi da dä xahño ra nge, ra oni y ra juä
- Gi sani xahño ya sopa, ya kaldo o ya t'ät'i
- O mäxki ndumapat'i ri hñuni, mahyoni xi da pat'xahño asta 70 °C



4. Petsi ra pää ri hñuni di b'ui seguro pa hinda nts'oki

- O ma ski tsogi thoho ri hñuni njabu thoho nsinke gi petsi
- Ma n'a xahño gi juata ri hñuni mismo ra pa ga hoki o gi petsi a 60°C
- Gi petsi ri hñuni ha ra ngutse hinda thogi 5°C



5. Dra ju ra dehe ne ma ra ya hñuni sta hñó ne sta nt'axi

- Dra ju ra dehe ne ma ra ya hñuni sta hñó ne sta nt'axi
- Gi handi xahño hinxa ntuni nu'a ra nt'o ri hñuni pa gi pädi ximähuani xant'axi
- Gi handa tengu ra kolor, ra mfont'i nub'u ra nge, ya hñuni dri petsa ra bay'o, ya fruta ne ya verdura
- Gi handa xahño asta te ma pa da za dra ts'i nu'a ra hñuni'a



Nu'a ya b'efi thoki pa gi xuka ne xi sta nt'axi ya fruta ne ya verdura:

Gi ju goho litro ra dehe ha n'a ra pothe ga xito o dega plastiko:

- Gi japabi n'a ra kucharada dega kloro* nu'a xka tai ha r a denda o n'ate gota ra hñethi ra thuhu plata coloidal al 0.36%*
- Gi thontsa xahño ne gi ut'i ya fruta ne ya verdura
- Gi tom'i nde ora
- O maxki pete man'aki da za gi tsi



*Da za gi handa xahño nu'a xa ofo ha ra etiqueta de nu'a ra hñethi ma gi ju pa gi t'axka ra dehe.

3. Hanja gi nxuy'e

Nzanthro, ya y'e ri tsii ya t'uka zu'e hingi hneki, hange njabu hne dra xuki xahño.

Ena ra Observatorio Regional en Salud de la OPS/OMS, ge nub'u gi xuka ri y'e ko ra dehe ne ko ra xabo da za da kom'in'a 50% ya fagi ha ya bâts'i.

Ya y'e pëtsi dra xuki:

- Ante dra hetse ta hñuni ne nub'u sta hne
- Ante gi ñuni
- Notsi gi ma ra b'oho o ra pit'i
- Notsi gi ju ya nge sta ñatho
- Notsi gi ponga n'a ra pañal
- Notsi gi xuka ri xiñu
- Notsi gi that'a xa paxi
- Notsi gi that'a ya tso hñethi (ne nub'u gi ju ya ndhuka dutu)
- Notsi gi ñ'eni ya mbon'i gi petsa ha ri ngu
- Notsi gi tsi ya y'ui

Gi xuka ri ye : 1,2 x 3

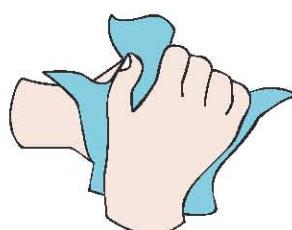
Ante gi hoka ri hñuni, gi ñuni ne gi ma ra b'oho o ra pit'i.



1. Nzanthro gi ju ra dehe ne ra xabo



2. Gi xuka ra hmi ri y'e, rimote, ri saha ne ri ximo saha, da za gi tähm'i ri y'e 15 a 20 ya segundo



3. Gi pete ne gi ot'i ko n'a ra seka t'axa dutu, o ko n'a seki ra hem'i



4. DTe gi japa ya paxi

Gatho nu'a pongi ha ri ngu ne ya hinxahño, dra hmä ge ge'u ya paxi.

4.1 Ra nts'oni

Ngea hingi ja habu petsi dra ja ra paxi:

- Ri nts'oni ra ndähi di junts'u
- Dri ntsoni ra dehe bri ehe ha ya däthe, ya däthe, ya dänga mpothe, ne ge'u da za ga juhu pa ga tsihu
- Nub'u da nts'oni ra hai nehe da za da ts'oni ya hñuni ne ra dehe
- Da xondi ya mbon'i bri tsii ya hñeni

4.2 te gi hoki pa hingi ts'oni habu gi b'ui

Ha ya paxi xa nthontsi: ya hem'i, ya xito, ya plastiko, ya beja, ya karto, ne nuu xa bongi de ya hñuni.

Te gi ote pa hinga mant'a da ntsoni:

- Hintsa xi gi embu ya paxi
- Gi hueke ya paxi nu'a ri y'a de nuu hingi tsa da y'a*
- Da za gi yopa ju ra paxi hingi y'a
- Da za gi ju ra paxi nu'a ri y'a pa gi ut'a ha ra hai
- Da za gi petsi ra ya mpo paxi di ha ya njui

*Nu'u pongi de ri hñuni ga fruta o ya verdura, ge ri y'au ko xitei.

Nuu pongi de ya hñuni hinga mant'a ri y'a o xi ri tarda ge ge'u ngu ya plastiko, ya beja, ya xito, ya hem'i ne ya karto.

4.2.1 pa sta nt'axi habu gi b'ui

Nub'u xants'o habu gi b'ui da za da nts'oni ra dehe ne ri hñuni, ne njabu da xändi ya mbon'i tsii ya hñeni, ngu ya giue, ya tsihme, ya dängu, njabu mant'a da za da hñeni ri mui, da ra'a ra nze ka ra dengue o ra hñeni ra thuhu ra Chagas.

Pa xi gi b'ui xant'axi p_etsi gi:

- Ya hädo ne ra piso ha ri ngu
- Dri petsi ya piso pa hindu xändi ya tso zu'e
- Da yut'a xahño ra ndähi ha rin gu
- Hyastho gi mpaxi
- Hyastho gi xuki ko ra kloro ri kocina ne ri baño.
- n'ambu gi hoki ri hñuni, habu gi äha ne gi nxaha
- Nub'u gi b'ui habu xi xa pa gi tote ya malla pa hindu yut'a ya giue

Pa sta nt'axi habu gi b'ui gi jot'i ri ngu ne thi

- Gi häka ya ndäpo xa te getbu ri ngu pa hindu xandi ya tso mb'oni
- Gi ñuxa ko ra hai ya t'uka mpothe ga y'e pa hindu nja ya hñeni



4.2.2 Dra jot'i gatho ra hnini

Nu'u xa paxi xa t'embu thi da ot'e da xägi, ne habu da ehe ya hñeni, ri hoki da xändi ya mbon'i tsii ya hñeni, ne ri hoki da nts'oni ya hñuni ne habu bri ehe ra dehe.

Nzanthro hne dra nja ya b'efi pa dra jot'i gatho ra hnini:

- Ha ya ngunsahnate
- Ha ya ñ'u
- Ha ya däthe ne ha ya ñu ya däthe

Nub'u ri mbon'i di yo thi, da mfot'e haburza, ne da nts'oni ya hai o habu bri ehe ra dehe.

Nub'u gi pëtsi ya mbon'i ha ya granja, mahyoní:

- Sta nt'axi ya ngu ri mbon'i
- Gi pädi te ma gi ot'e ko ya foho ri mbon'i
- Pëtsi gi japa ra b'ospi ne ra näni habu ha ya foho

5. Te gi ot'e ko ya foho

Pëtsi gi pädi te ma gi ot'e ko ya foho ri mbon'i, ngea ge'u habu bri ehe ya hñeni tsituabi ri mui pa da r'ai ya fagi, nzantho bri ehe ngea ri xändi nub'u gi that'a ya foho he gi that'a ri ne.

Pa gea mahyoní gi pädi:

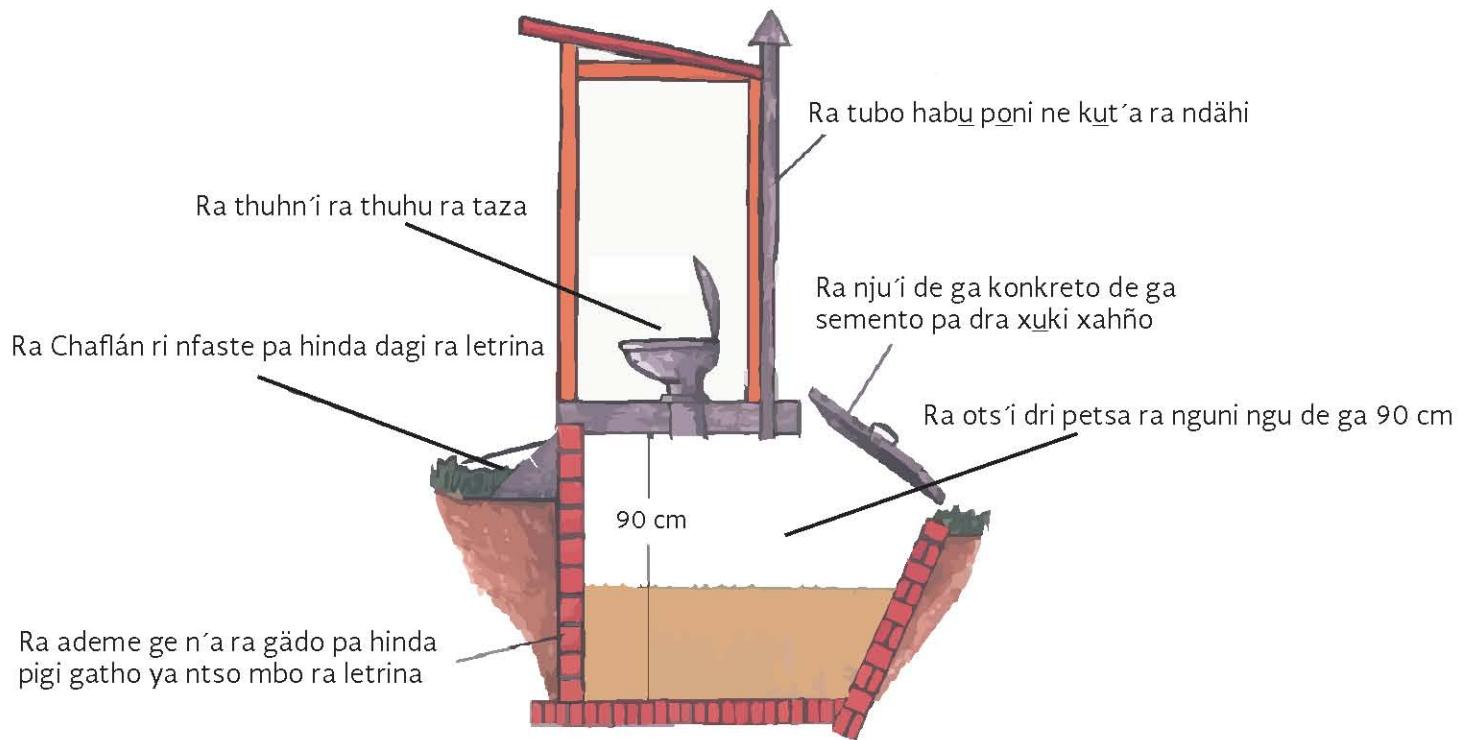
- Ma n'a xahño gi ma ra b'oho nub'u gi ma ha ya letrina hab'u xka hoka ya ots'i
- Ma n'a xahño gi ma ra b'oho habu dri petsa ra drenaje
- Gi noxa ra näni o ra b'ospi habu ga ma a b'oho pa hindu xändi ya hñeni

Ya nts'o ya jä'i ngu ya foho o ya pit'i, nzantho go ya ts'oki da nja ya hñeni nub'u terza dra ts'opu, ngea nu'u pëtsi ra ya t'uka zu'e ri ts'onga ra dehe ne ya hñuni.



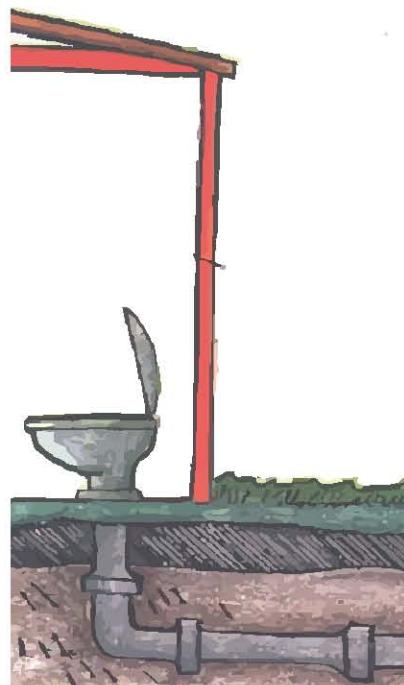
5.1 Ra letrina ri petsi ra ots'i ngea xa xehm'i

Ra letrina ge n'a ra nt'axa luga habu da za dra hma ra b'oho.



5.2 Ra luga habu gi ma ra b'oho hne dri petsa ra drenaje

Ra luga habu gi ma ra b'oho hne dri petsa ra drenaje ngea hne ra dehe pa sta ntaxi, ne gea jaú ha ya dänga hnini.





6. Te dra japa ya mbon'i tsii ya hñeni

Nubú hingi hamäsu pa sta nt'axi habú gi búi, da za mant'a da tsiti ri nzaki, ngea gi hopabi da xändi nuú gatho ya túka zué bri tsii ya hñeni ne nuú ya mbon'i hä ya hñeni:

- Ya dänga dängu ne ya túka dängu
- Ya xaha o ya tsihme
- Ya giué ne ya túka giué témbi ya sankudo
- Ya chinche ne ya tó
- Na ra giué tembi ra Aedes aegypti
- Ya xäju



Ra ya hñeni bri ehe ko ya ts'oki nuú ya zué sta mähñu:

- Ra ta fagi o ya umui
- Ra nogo
- N'a ra hñeni bri ehe ngea unga ra nze ko ra tsoki n'a ra chinche
- Ponga ra jí ne unga ra nze ha ra hñeni témbi ra denge
- Ponga ya xäxi getbu ri ne ko ra tsoki n'a ra giué ra thuhu chinche besucona

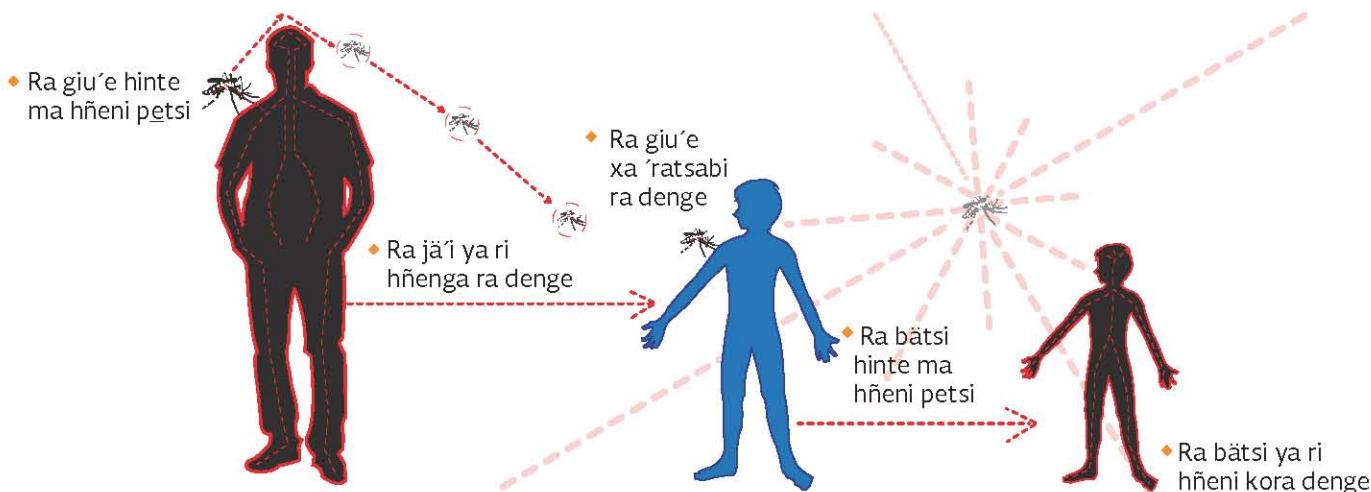
6.1 Hanja da rai ra nze ngea gi pétsi ra denge

Nu'a ra hñeni témbi denge, ge na ra hñeni bri ehe ngea ri sunte o ri tsa na ra giué ra thuhu Aedes aegypti, da za gi pädi ngea pétsi ya bindo gua.





Ha yoho nu'a ra hñeni: n'a ra nze ngea gi petsi ra denge ne ha man'a habu da ra'a ra nze ne da bonga ri ji.



Nub'u da suñ'ai n'a ra giu'e xa suñ'a n'a ra jä'i ri hñeni ra Denge, nehe da 'rai ra Denge.

Nu'a ra giu'e ra denge da za da xändi haburza ya mpothe di petsi ra dehe, nge'a ge ut'i ya mado, hange njabu:

- Oxki mundo xa paxi ni ya mpothe
- Ge na ra polvo o hñethi unga ra secretaria de salud pa gi hapa habu ja ra dehe pa da ho ra giu'e hä ra denge

Ra hñeni ra thuhu ra chagas bri ehe ko ra tsoki n'a ra zu'e: nu'a ra zu'e ra thuhu: *Tripanosoma cruzi*, nu'a ra zu'e b'ui ha n'a ra chinche ra thuhu chinche besucona.

6.2 Hanja ri ratsi ra hñeni ra thuhu ra chagas (*Trypanosomiasis americana*)

Ra hñeni ri ratsi nge'a ri sunte ko ra b'ite nu'a ra giu'e, ne ñotsi nge'a nu'a ra giu'e ri poho mbo ri xifri, ne ñotsi da ma gatho ra hñeni ne da nxani ha ri ji.





Dra fädi tsuj ra hñeni nge'a: da tsu'a ndunthi ra nze, da rai ra nguent'i, da není habu bi za'i ra giu'e, asta ha da du ra jä'i.

Pa hinda xändi nu'a ra zu'e ra thuhu ra chinche pëtsi:

- Dra jot'i ne dra xuki gatho ri ngu pa hinda b'ui ya chinche
- Resanar cuarteaduras y rendijas en las paredes, que sirven como refugio de estos insectos
- Gi pote ya jädo o habu xa nshni pa hinda xändi ya zu'e
- Dra tembu gatho ya mueble hinxahño, xa paxi nu'a ha thi ra ngu
- Dra thandi ne dra jot'i ya ngu ya mbon'i nge'a ha b'upu ya zu'e hä ya hñeni

Pa ga juadihu nuna mfäi pëtsi ga mähñu

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

- Nu'a ya hñeni ri tsiti ko ya umui gea ge kora tsoki tu ndunthi ya bätsi monda ne nu'u ma 'ra ya dänga hnini ri hyodi rinjati m'onda
- Nub'u xi xuka ri y'e ko ra dehe ne ko ra xabo da kom'a made ya du ko ra tsoki ra fagi ha ya bätsi
- Nub'u gi xuka ri y'e ko ra xabo ñots'i gi ma ra pit'i o ra b'oho ne ante gi ñuni o gi hoki ri hñuni, mant'a hinda hopa gi hñeni ne hida hopa gi tu

Ra Instituto Nacional de Salud Pública mä de nuya estudio xa thoka ko ya hñeni ga fagi:

- Ra Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012 mä ge ra 11.8% de ya bätsi hinbi thogi 5 ya jeya bi hñeni nge'a bi tsituabi ya fagi
- Gatho ya zi b'efi thoki pa da b'ui xant'axi ya jä'i ya thuhu ya (EDAs), ne k ora mfats'i ra xabo ham'u gi nxuy'e o gi pëtsi ri hñuni ge'u hoki hingi hñeni

III. Dra sahni ra ya jä'i pa dra unga ra kurso de hanja dra b'ui ne dra t'axka ya dehe ne ya hñuni.

Nua mä habu ga tsehñu

Dra sahni ra ya jä'i pa dra dra xipi hanja dra xipa ma 'a ya jä'i nu'a ya fädi pa da b'ui xant'axi, ne dra umbabi nu'u mahyoní hne pa dra thoki nu'a ya b'efi

1. Terab'ea ra Kapasitasio

Ra Kapasitasio ge na ra befi hne ndunthi ya fädi p adra kambio ya b'ui ya jä'i ne pa dra xipäbi da b'ui ma n'a xant'axi.

1.1 Te da ote ra Kapasitador

Te da petsi ra Kapasitador

- Petsi dra fädi te xi hne ha ra hnini
- Gi ode, gi handi ne ñotsi gi ñä
- Hne hmähä que too da unga ra Kapasitacio dri fädi ha ra hnini, dri ñä ngu nua ñä ha ra hnini, ne dra hoga jää
- Petsi di pädi xahño de nu'a ya fädoi ma da unga pa ma 'ra ya jää
- Dan udi xahño ko ya jää
- Petsi da pädi xahño nu'a ma da mä pa hinda bonga de nu'a ya fädi

Nu ya befi ra kapasitador

Ra Kapasitador petsi da pädi da mpefi ko ya jää o ya muntsajää, dri pädi da unga ra fädi ne hanja da unga ra fädi pa hinda bonga de nu'a ya noya xa thuxa ha na programa:

- Da pädi tengu ra hnini habu ma da unga ra fädi
- Da pädi hanja mant'a da pädi ya jää ne nu'u ya thogi hinda hopa da unga xahño xa mfädi
- Da pädi hanja da japabi pa da mä ne pa da kohi ya mfeni nu'u ya noya ha ya jää
- Da padi nub'u nu'a a da mä da kohi ha ya mfeni ya jää
- Petsi da nzote mahyegi kon gatho ya jää nu'u ma da umbabi ra fädi

2. Hanja ma da ñä

Dra fädi ga pa dra ñä, ha n'a ra mpädi dega mfeni de ga noya de nu'a ya nsahnate ko ra nxahnate.

2.1 Ham'u hin ri nja na ra mpädi noya xahño

ja na ra mpädi noya hinxahño ngea honse n'a ra jää ñä, go ge'a nzantho ri ñä ne hingi hopa ma 'ra da ñä:

- To'o ñä sehe
- De maño pa hai
- Honse de maño pa hai
- Hingi umba ra nseki ma 'ra
- Honse unga ra mf'sdi pa 'ra

Pa dra ñä ne pa dra pädi nua hñä ha ndunthi ya problema bri ehe ha ya noya, ha ya nfeni, ha ra jää sehe, ne nu'u bri ehe thi.

Ast habu ya hyodi ya mpädi mfeni

De to'o ñä o ra nxahnate:

- Nub'u umbabi ra ntsa ne hingi pädi da xipabi xahño ra fädi pa ya jä'i
- Nub'u hingi handa ya jä'i ngu mahyegi

De ya jäi:

- Hin gi ne dra pädi nu'a hmä
- Ndunthi ya orma pa da pädi
- Hinga mahyegi ya fädi

2.2 Na ra mpädi mfeni ne dega noya xahño

Na ra mpädi mfeni ne dega noya xahño da nt'uni ham'u da mpädi ya fädi ya mfeni ne nu'a ri siente ya jäi. Ga mähñu ge nu'a ra mpädi noya de ga mfeni ri hnekí nub'u:

- Da nja ra mpädi hñä
- Dra xipabi ya noya pa gatho ya jä'i o ya hnini
- Pa mahyegi ya jä'i
- Ra ma ra mengi ra hñä
- Gatho ya jä'i ri partisipa
- Dri b'ui pa gatho ya jä'i ya muntsi ra



3. Tengu ra ntutate/ ne ra mfädi (PEA)

Ge n'a ra nsahni hab'u ra ya jä'i da gu ne da t'umbabi ma 'ra ya 'rayo mfädi pa da b'ui xahño.

3.1 Te da nja pa gi pädi xahño

Pa dra nja n'a ra hoga (PEA) pëtsi to'o ma da ma ha ra kapasitacio di ne dra pädi ma ra ya rayo mfädi ne pëtsi da kambio ra hoga b'ui.

To'o ra kapasitador ge na ra jä'i pëtsi da p_{ong}a ha ya jä'i

- Ra interés
- Ra damäsu
- Da pädi tengu'a ra fädi
- Da kohi ha ra mf_{eni} ra fädi
- Da nja ra nt'ani hanja'a ra fädi





3.2 Ya problema pa dra nt'utate xahño

Ra jai to'o ra nt'utate ma dra pëtsi ndunthi ya problema hange njabu pëtsi da handi hanja da japabi pa da ñäne pa da mpëfi ko ma ra ya jai o ya muntsajäi.

Ra ya ejemplo de nu'a ya hoka b'efi pa dra hoga ntutate:

- Da pädi da zixa xahño ya jai ha ra kurso, ra platika ne ha ya b'efi ra thuhu ra taller
- Da pädi da thädi nu'u ya nt'ani dra xipabi
- Da pädi hanja da hapabi nubu ne da ntuhni ya jai ha ra kurso
- Da pädi hanja da japabi ko nuya mb'ekue jai
- Pëtsi da ponga de nuya tso thogi hingi hopa da mponga ya mfeni ya jai
- Pëtsi da respeta nu'a ri kamfri e nua ra b'ui ya hnini

4. Hanja dra tsixa ya jai

Ya jai siempre b'ui ne ne ra mfats'i ma tra ya jai. Ra b'efi ra kapasitador mahyoni ge da handi hanja da tsits'i xahño ya jai pa da kohi ko nge'u ya fädi ne nehe da o mahyegi ha ra muntsajäi.

4.1 ¿Tera b'ea n'a ra munts'a jai?

N'a ra munts'a jai ge na ra munts'i de yoho o ma ra ya jai ge ri nkohi pa dra thandi ya b'efi nu'u hne dra thoka mahyegi.

4.2 Ta dra thogi pa dra hmä ge ra mutsajäi

Na ra muntsajäi pëtsi da: da bui, da te, da ntungi ne da guadi, ngu n'a ra jai. Ra b'efi ra kapasitador da nzote nehe gatho nuya thogi.

Ya thogi ya muntsajäi:

- Da munts'i o da fudi
- Dra xipäbi pate ra zi munts'i
- Dra xiáabi ge hne ra munts'i
- Dra xipäbi ge hne dra te ra munts'i
- Dra xipäbi ga hne da hogi ya b'efi
- Dra juadi





4.3 Ra muntsajäi ri mpefi

Ya muntsajäi ri thoki de ndunthi ya thogi, ngu thogi ya pa ma n'a ha ya b_{efi}, ne ma n'a hne da muntsäi ya jää. Unga ra nzeki pa da nja ra fädi, pa da pädi hanja bri ehe ra fädi, ri mpefi ngu ra muntsajäi.

4.4 hanja da mpefi ha ta tuka muntsajäi

Ra ya tuka muntsajäi ri mpefi mahyegi pa da p_{onga} 'a ya b_{efi} tsohe ya tsedi mahyegi.

Da hmä ge n'a ra b_{efi} ra tuka muntsajäi nub'u:

- Nua poni de ra bafi ponna de ya jää
- Nubu dra tseni habu xa hmä, xa tsonga nehe na
- Nub'u da hmä sehe hanja n'a ne n'a bi pefi
- Da unga nguenda de ra johya nge'a o ha ra tuka muntsajäi
- Da te ne da unga nu'a ya fädi hoki ge n'a ra dänga nxahnate

4.5 Hanja ne konte da nja ya muntsajäi

Tengu ra muntsajäi ya na ra fädi'a, ra fädi ge nu'a tunga mbo ra muntsajäi, nu'a ngu umbabi ra t_{edi} ne ra te pa njabu da b'ui pa n'a ra bafi dra hoki o dra tumbi.

Ya b_{efi} mbo ra muntsajäi ri b'ui clasificada ne tembi ya técnica, ya didáctica ge mo hanja dra japabi ya b_{efi} ne ya lúdica ge pa ngu da tsopu ya b_{efi}. Ya didáctica da fatsäi pa da tsoni habu xa mä da tsoni.

4.6 Te ra b_{efi} 'ra ne ma 'ra

Mbo ra muntsajäi, kada n'a ra jää pädi te ma b_{efi} ma da hoki. Ra Kapasitador petsi da unga nguenda pa njabu da faxa ra muntsajäi. Rabu nehe mbo ra muntsajäi ha ma n'a ra zi muntsäi hingi hopa da b_{onga} xahño ya b_{efi} pege ra kapasitador p_{etsi} hinda hopabi da mpefi'u.

Dra hmä de ya jää ha ra hnini:

- Te p_{efi} ne hanja ri hneki 'ra ya jää mbo ra muntsajäi
- Te ot'e ne te pädi 'ra ya jää mbo ra muntsajäi
- Dra hmä njabu thoho ne hinte mä ya muntsäi jää
- Nua ri hneki ko ra ts'oki ra hnini o hab'u ehe nu'a ya jää ha ra hnini



5. Ya mfats i nsahnate

Ya mfats i nsahnate ge'u gatho nu'u ri mfaste pa da hogi xahño ra mfädi ne pa dra xaxa nu'u pa ga hokhu xahño ya b'efi.

Habu ma da tsoni ne pate nuya mfats i nsahnate:

- Dra thäst i ra mfeni ra jä i pa da handi nu'a hne dra thandi
- Dra thandi hanja dra japabi pa xi da bongga xahño ya klase
- Da fats i pa da pädi ne da kohi ha ra mfeni gatho ya thogi he nu'u b'ui hyastho
- Dra hmä xahño ne dra thandi hanja dra japi pa da kohi nu'a hmä
- Hanja dra fats i pa dra kohi ra mfädi
- Dra t'unga ra nseki pa dra thanda tengu dra thoki ne hanja dra hoki ya b'efi