

# MEA YIGÜNA TADAUGÜ I TÓRÜ ÑANEWA

*Salud en la Comunidad*

Libro de Lectura Suplementaria  
y de Ciencias Naturales  
para Cuarto Grado

TEXTO BILINGÜE  
TICUNA/CASTELLANO

MINISTERIO DE EDUCACION  
con la colaboración del  
Instituto Lingüístico de Verano

Perú - 1995



MINISTERIO DE EDUCACION

EDUCACION BILINGÜE INTERCULTURAL DE LA SELVA

**MATERIAL EDUCATIVO:** Para el afianzamiento de la  
Lectura y la enseñanza de las Ciencias Naturales en lengua  
vernácula ticuna y castellano.

Segunda edición revisada, 1995

aprobada por

R.D.R. No. 001179

(1ª ed., 1982)

MEA YIGÜNA TADAUGÜ I TÖRÜ İANEWA es una adaptación de  
MARIQUITA COCHINITA, LAS MOSCAS, y EL CUERPO HUMANO.

La traducción a lengua ticuna ha sido a cargo de Cecilia Serra  
Witancort (1ª ed.), la profesora Quelina Witancort y el profesor Nicasio  
Witancort G. (2ª ed.).

La elaboración de MEA YIGÜNA TADAUGÜ I TÖRÜ İANEWA ha  
estado a cargo del Instituto Lingüístico de Verano.

Colaboró como organismo revisor la Oficina Técnico-pedagógica de la  
Dirección Regional de Educación - Ucayali.

## Resolución Directoral Regional 001179

REGION : UCAYALI  
PROVINCIA : CORONEL PORTILLO  
DISTRITO : CALLERIA  
DIRECCION TECNICO - PEDAGOGICA  
PUCALLPA - DREU - DITEP  
Pucallpa, 27 OCT. 1994

Visto el Oficio N° DG-1868, presentado por el Instituto Lingüístico de Verano, solicitando la aprobación de un (1) texto de material educativo bilingüe, elaborado por los Especialistas del mencionado Instituto,

Visto, asimismo, el Informe N° 079-54-DREU-DITEP-EL, presentado por la Dirección Técnico-pedagógica sobre la revisión efectuada, dando opinión favorable del material educativo.

### CONSIDERANDO :

Que, es política del Gobierno Constitucional de la República y del Sector Educación, apoyar prioritariamente las acciones de carácter educativo de las comunidades;

Que, de acuerdo a la cláusula novena, numeral 02 del convenio vigente, suscrito entre el Ministerio de Educación e Instituto Lingüístico de Verano, esta Institución ha elaborado textos educativos y culturales para las Escuelas Primarias Bilingües del grupo idiomático toona.

Que, a través de la Resolución Ministerial N°0124-81-ED, se aprobaron las Normas para la Evaluación Técnica y Dictamen de materiales educativos de tipo impreso producidos por autores particulares,

Que, en observación de las citadas normas, la Dirección Técnico-pedagógica de la Dirección Regional de Educación de Ucayali ha revisado y emitido el Dictamen autorizador de un (1) texto para Educación Bilingüe, cuyo autor es el Instituto Lingüístico de Verano, lo cual podrá ser utilizado en las Escuelas Primarias Bilingües de menores del grupo idiomático toona.

Que, el material en referencia está encuadrado dentro de los lineamientos de política del Sector Educación, así como guarda relación con las características de los grupos idiomáticos que dan su propia identificación.

De conformidad con la Ley General de Educación N°3384, de D.L. N°25762, Ley Orgánica del Ministerio de Educación y estando a lo informado por la Dirección Técnico-pedagógica de la Dirección Regional de Educación de Ucayali.

### SE RESUELVE :

1° Aprobar la impresión y reimpresión de un (1) texto correspondiente a material educativo bilingüe;

TITULO: MEA YIGUNA TADAUGU I TORU TANAWA  
IDIOMA: TICUNA  
Libro de Lectura Suplementaria y de Ciencias Naturales para 4° grado en el idioma toona

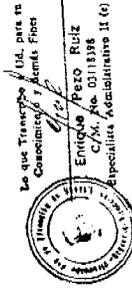
2° La presente Resolución Directoral Regional deberá insertarse en parte visible del material y tendrá vigencia a partir de la fecha de su expedición.

3° El autor está en la obligación de remitir cinco (05) ejemplares a la Dirección Regional de Educación de Ucayali y Organismos Superiores.

REGISTRESE Y CONTINUARSE:



Roberto Ruiz Dávila  
Especialista de Educación de Ucayali



## ALFABETO TICUNA

El alfabeto ticuna se compone de veintiseis letras simples y compuestas: *a, b, c, ch, d, e, f, g, i, j, l, m, n, ñ, ng, o, p, q, r, s, t, u, ü, w, x, y*. Estas se pronuncian casi similares al castellano, con algunas excepciones que nacen de la fonología ticuna.

- ng* se pronuncia como la *n* castellana cuando precede a la *g* como en *angosto*.  
Ej.: *ngobü* “motelo”.
- ü* se pronuncia como una *u* castellana sin redondear los labios.  
Ej.: *enü* “camarón”.
- x* indica una oclusiva glotal.  
Ej.: *tuxu* “espina”.
- y* la pronunciación varía entre la *j* francesa y la *y* en el castellano de Loreto.  
Ej.: *yapuna* “horno, blandona”.

En ticuna hay cinco niveles contrastivos de tonos y cuatro tonos ligados. Por razones ortográficas se emplea el acento agudo para distinguir entre palabras que sólo se diferencian por el tono.

- Ej.: *dexa* “agua”  
*dexá* “mensaje”

En frases imperativas se utilizan signos de exclamación para indicar el cambio de tono.

- Ej.: *Meama cupuracü*. (El tono del prefijo *cu-* es agudo.) “Usted trabaja muy bien (declarativa)”.  
*iMeama cupuracü!* (El tono del prefijo *cu-* es grave.) “¡Usted trabaja muy bien! (imperativa)”.

La nasalización se indica con una tilde sobre la vocal nasalizada.

- Ej.: *tüxü̃* “la (complemento directo)”  
*tüxü̃* “cántaro”

La laringalización se indica subrayando la vocal laringalizada.

- Ej.: *to* “otro”  
*tox* “mono”

La glotalización consonántica se indica subrayando la consonante.

- Ej.: *tacü* “grande”  
*tacü* “cuál o qué”

## CONTENIDO

ORIENTACIONES PARA EL PROFESOR .....	6
MARIQUITA I ÜXAXÜCHICÜ - (Adaptado de <u>MARIQUITA COCHINITA</u> ) .....	9
MURENÜGÜCHIGA - (Adaptado de <u>LAS MOSCAS</u> ) .....	35
DUÜXÜÜNECHIGA - (Adaptado de <u>EL CUERPO HUMANO</u> por Vecinos Mundiales) .....	105

## ORIENTACIONES PARA EL PROFESOR

Este es un libro de lectura suplementaria y de ciencias naturales para ser usado en el 4º grado. El tema del material de lectura (igual que lo de los Libros de Higiene Nº 1 y Nº 2) es el cuidado preventivo de la salud. En el proceso de reforzamiento del aprendizaje de la lectura tiene especial importancia la provisión oportuna de textos que incentivan la práctica de ese cuidado preventivo.

Esperamos que este libro cumpla su doble función en forma eficaz, puesto que los alumnos no sólo lo utilizarán como vehículo para mejorar su capacidad de leer, sino como una fuente de información para aprender a proteger y mejorar su salud.

### Pasos para enseñar una lección de afianzamiento de lectura.

1. Antes de la clase, el profesor:
  - a. Revisa la sección o cuento (no siempre una página) que los alumnos deben leer.
  - b. Escoger y alistar las palabras difíciles de la lección.
2. Durante la clase, el profesor:
  - a. Escribe las palabras difíciles en la pizarra y ayuda a los alumnos a silabearlas.
  - b. Hace que los alumnos lean por sí mismos, practicando hasta que conozcan bien la sección.
  - c. Llama a los alumnos y ellos empiezan a leer uno por uno. El profesor debe asegurar que:
    - lean con voz natural.
    - lean correctamente los signos de puntuación haciendo pausas en puntos, comas etc. Un error común es hacer pausas al final de cada línea.
  - d. Hace preguntas para ver si los alumnos han comprendido lo que han leído.

# MARIQUITA I ÜXAXÜCHICÜ

Adaptado de MARIQUITA COCHINITA



Mariquita rü wüxi ga bucü ga mexēchicü iyixī,  
 natürü tama ngirü me nixī ga ngigüna na nadauxü. Rü  
 yemacax Mariquita i “Üxaxüchicügu” ngixü naxüégagü.  
 Taguma ngigü iyauxme rü tama inayaxu ga orix ga  
 namúxü.

---

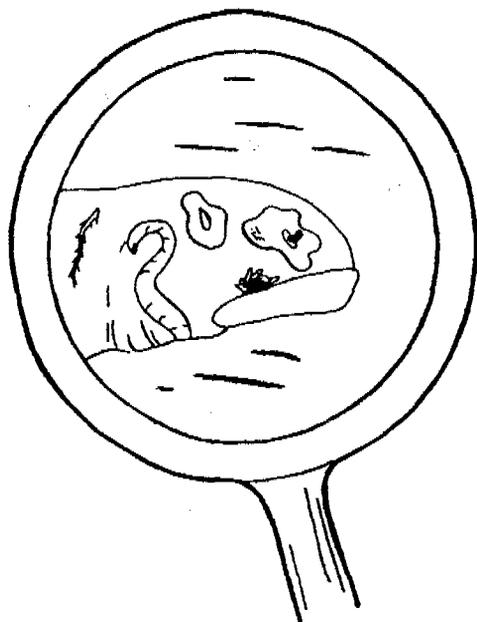
Mariquita era una niña muy bonita, pero a ella no  
 le gustaba ser limpia. Por eso la llamaban Mariquita “la  
 Cochinita”. Nunca se lavaba las manos; tampoco lavaba  
 la fruta que comía.



Rü guxũguma ixũxaxmeecha.

---

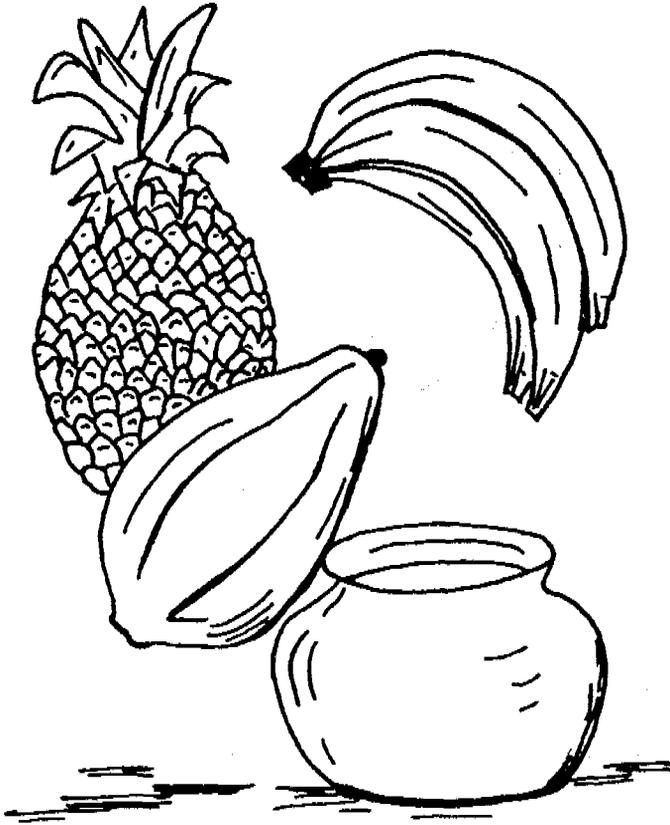
Siempre tenía las manos sucias.



Ngema buxre rü ãũächixũgũ i tama nüxũ idauxũ rü  
 üxaxũwa namaxē. Natürü ga Mariquita rü taxuma idau.  
 Nüxũ tadau ega ngexguma lupawa idauxpetũxgu i  
 ngexgumarũũ i ñaa naxchicünaxãwa ngóxũ.

---

Los parásitos viven en la suciedad. Pero Mariquita  
 no podía verlos con sus ojos. Nosotros podemos verlos si  
 usamos una lupa o luna de aumento, como en el dibujo.



Ngema āūāchixūgū rü orixgü i tama yaxuxūwa ta nangexmagü, rü dexá i tama muxrachiüxūwa.

---

Los parásitos también viven en las verduras y frutas no lavadas, y en el agua no hervida.



Ngürüanegumare iyawoxexü ga Mariquita. Rü  
 ngema murenügu ingiügu yarüwaxgüxü rü ñuxüchi orixgu  
 rü õnagu nayarüwaxgü.

---

Mariquita hacía su necesidad en el campo. Las  
 moscas se posan en el excremento, luego van a las  
 verduras y platos de comida.



Mariquita rü taguma inamuxrachixü ga yema dexá  
ga nawa naxaxexü. Ngima rü ngexürüxümare ga dexáwa  
ixaxe.

---

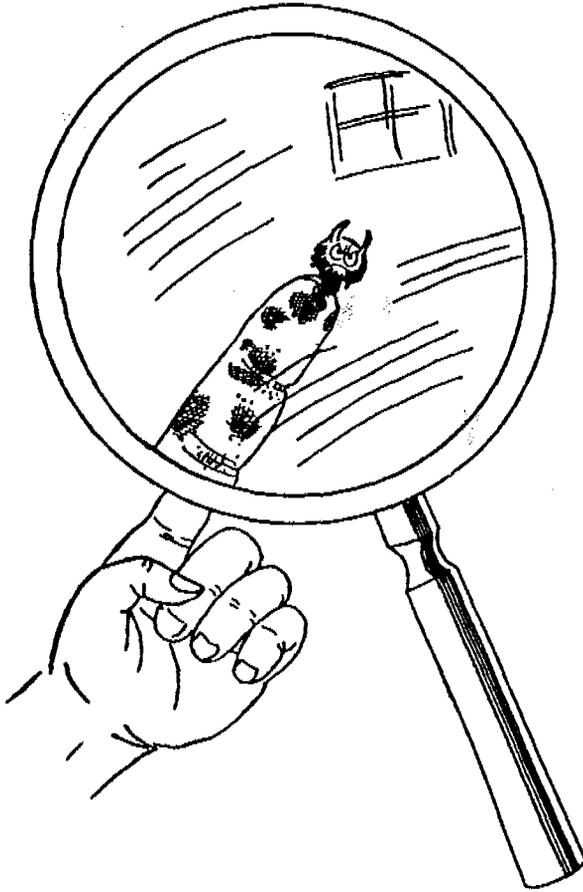
Mariquita nunca hervía el agua antes de tomarla.  
Ella tomaba agua de cualquier parte.



Ngirü mama rü ngixũ taxuxcuxẽãxũ, natürü ngima rü  
taguma ngiega ixĩnũ.

---

Su mamá le aconsejaba que se lavara las manos,  
pero Mariquita nunca le hacía caso.



Wüxi ga ngunexügu rü ngixme ga āũächixũnewa  
nayahūx ga micu.

---

Un día la contagió un microbio y se le quedó  
pegado en la mano sucia de Mariquita.



Ngema micu rü wüxi i ãücümaxüchixü i tuxü tuxuxü  
nixi.

---

Era un horrible microbio parásito.



Yexguma ga Mariquita inayaxu ga wüxi ga tüxe  
 ngixme ga āūāchinemaa rü neyawa, rü tama nüxũ  
 nacuáacü iyagaxwetaũ ga micu.

---

Así con la mano sucia, Mariquita agarró una yuca;  
 mordió un pedazo y, sin darse cuenta, se la comió junto  
 con el microbio.



Rü Mariqitaanügu naxücu ga ãücümaxüchixü ga micu. Rü yéma nimu. Rü guxüma ga yema micuacügü rü inanaxügüe ga ngixü na nachixewegüxü.

---

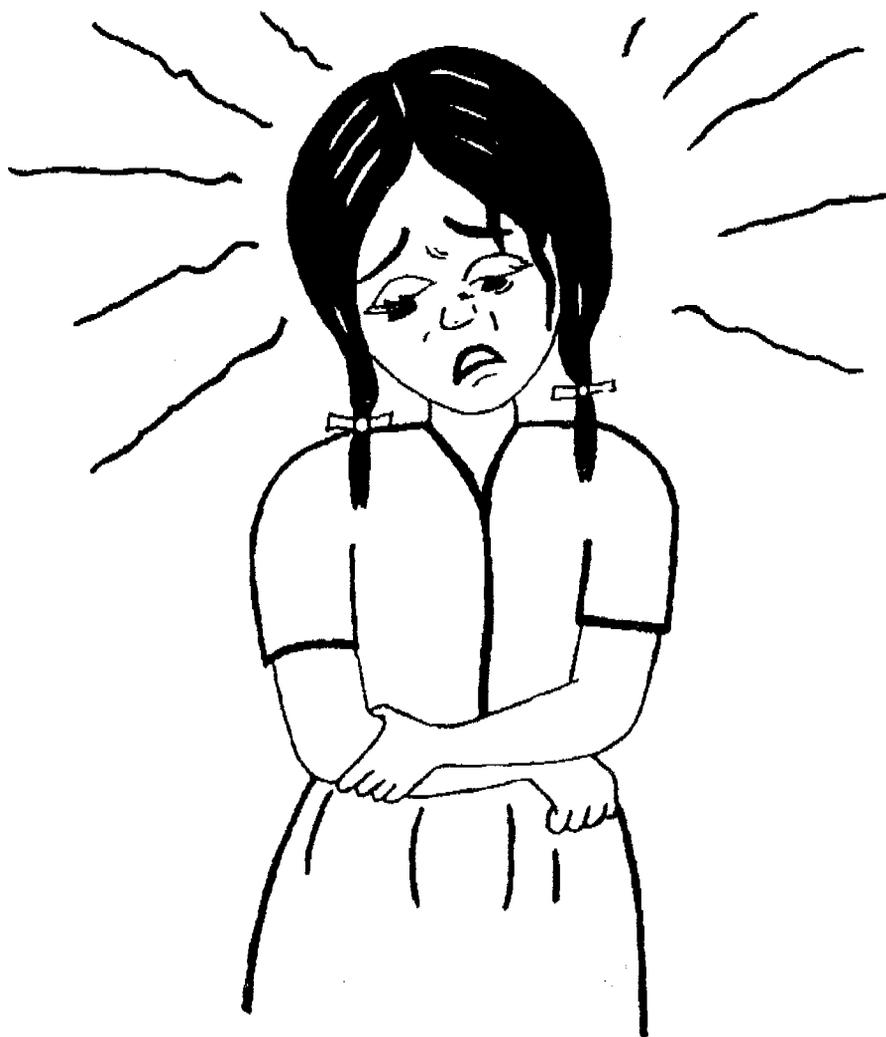
El microbio entró a la barriga de Mariquita. Allí el microbio tuvo muchas crías. Todas esas crías comenzaron a molestar a Mariquita.



Yexguma ga Mariquita rü inaxügü ga na namaxü  
yerü inguxneca.

---

La pobre Mariquita comenzó a tener dolores de  
estómago.



Inaxügü ga na yaxaxünexũ,

---

Comenzó a tener fiebre,



...rũ ta iyaxũ.

---

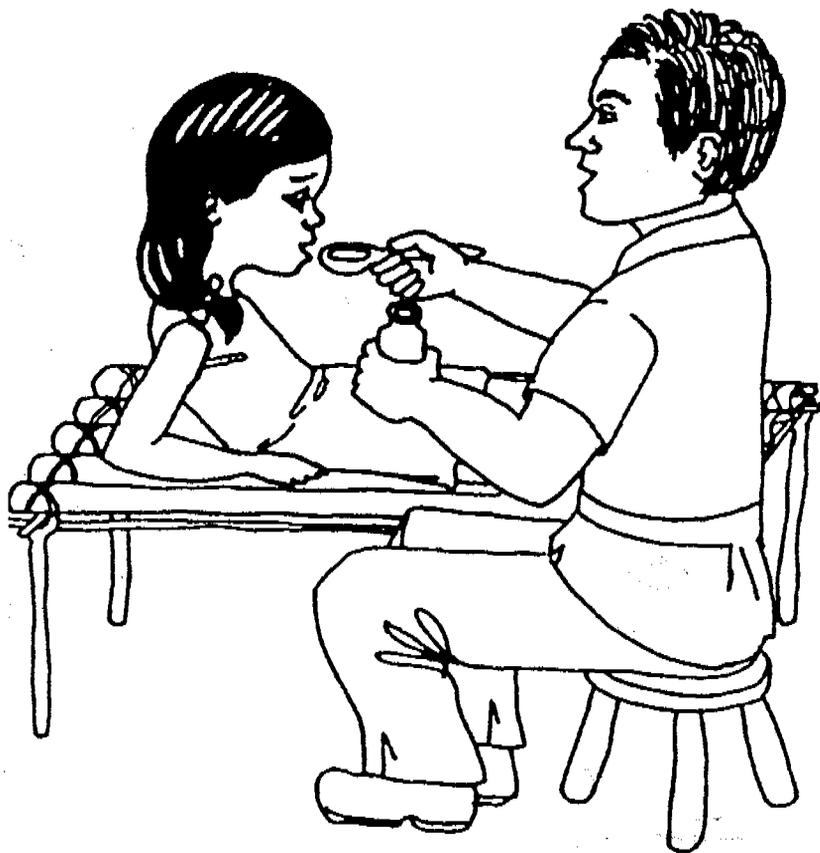
...y también diarrea.



Mariquitaxũ nachixeãẽ ga yema micugũ.

---

Mariquita se sintió muy mal, por culpa de los  
microbios.



Rü yexguma ga duturu rü ngixna nanaxã ga üxüxü  
 na ngixcax yataanexücax rü nadaiãxücax ga yema micugü.

---

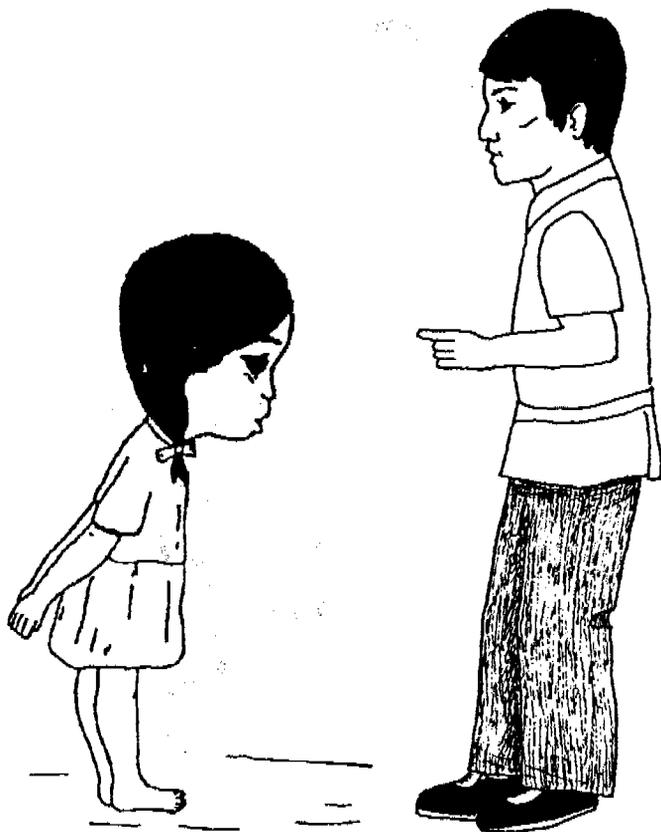
El promotor de salud le dio a Mariquita remedios  
 para curarla. Esos remedios eran para matar los  
 microbios.



Rü yexguma inaxügü ga Mariquita ga ngigüna na nadauxü. Marü tama inaxwae ga “Üxaxüchicügu” na naxāégaxü.

---

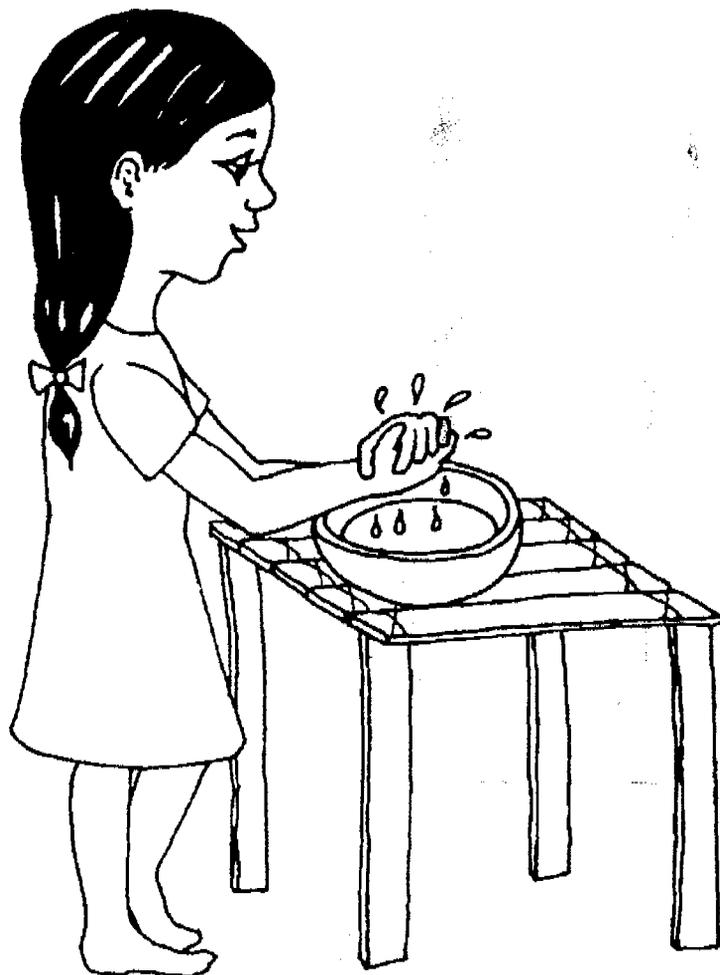
Desde ese día, Mariquita decidió ser más limpia.  
No quería ser llamada la Cochinita.



Rü yexguma ga guma duturu rü ngixũ naxucuxê, rü  
ngima ga Mariquita rü nüxũ iyaxu na guxũgutáma naga na  
naxĩnüxũ.

---

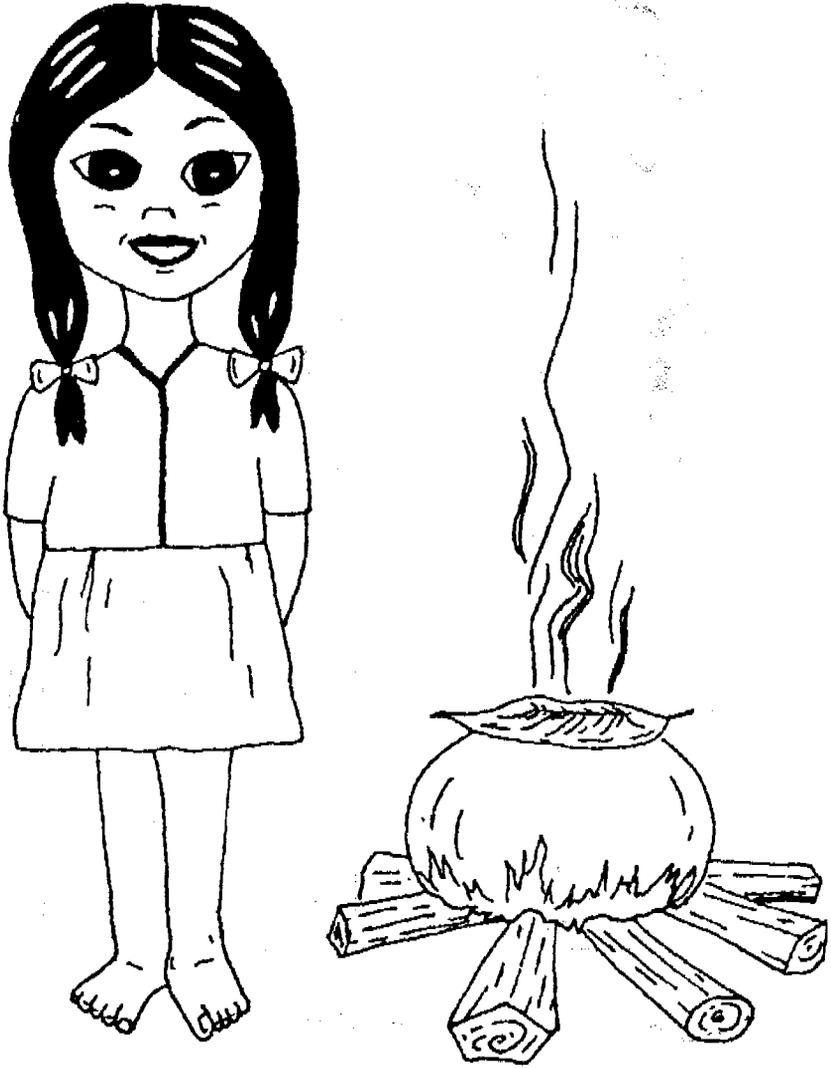
El promotor le dio muchos consejos, y Mariquita  
prometió que le iba obedecer.



Rü ñanagürü ngxü ga duturu, — name nixī i  
guxüguma cugü na cuyauxmélixü,

---

El promotor le dijo que tenía que lavarse las manos,



rü na cunamuxrachiüxü i ngema dexá tá iquixaxüxü,

---

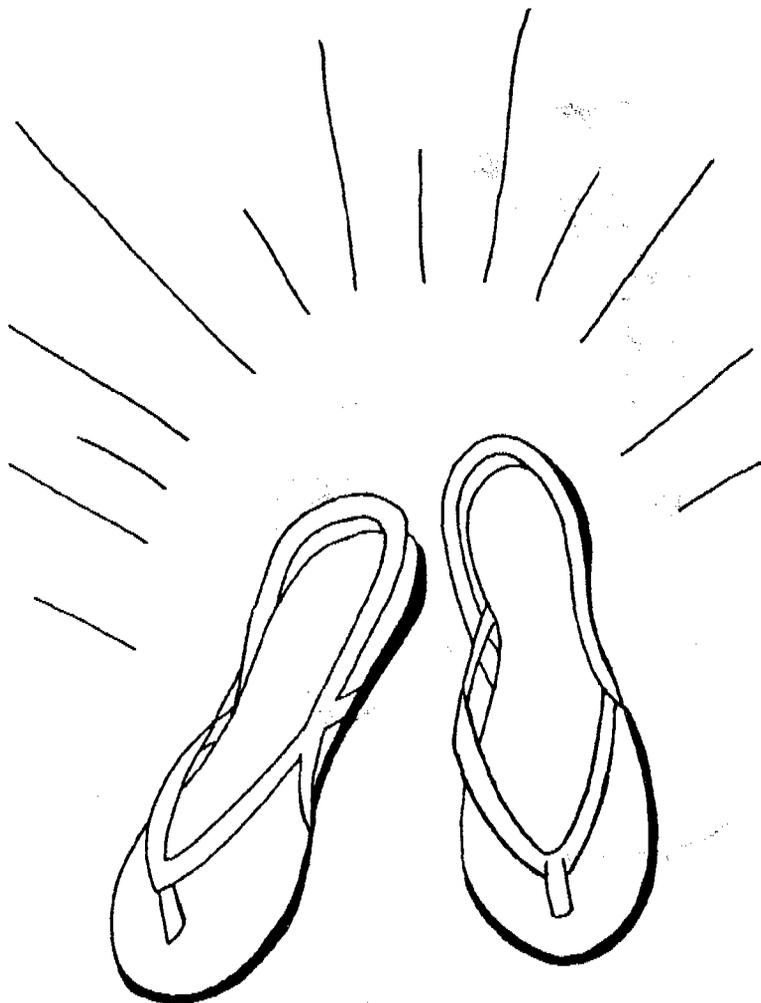
que tenía que hervir el agua para tomar,



rü na cunayaxuxũ i orixgũ i ngáxũácũ ingóxũ.

---

y que tenía que lavar las frutas y las verduras que se comen crudas.



Rü ñanagürü ngixũ: — Name nixĩ i guxũguma  
cuchineraãx.

---

Le dijo que tenía que usar sandalias.



Rü ñanagürü ta ngxü: — Name nixí i guxügutama  
woetaũgu cuwoe, rü meama cunawáxta ya woetaũ ega  
 marü ícuxūxgu.

---

También le dijo que siempre tenía que hacer su  
 necesidad en una letrina, y que tenía que tapar la letrina  
 después de usarla.



Rü yemaãcü ga Mariquita rü ingux ga na ngigüna  
na nadauxũ, rü ñuxma rü ngixcax nitaane rü itaãxē.

Así Mariquita aprendió cuidarse, y ahora está sana y  
contenta.

# MURENÜGÜCHIGA

Adaptado de LAS MOSCAS



I. ¿Tacüxũ tacuax i murenüchiga?

1. Ngema murenügü rü norü me nixĩ i guxũwama na naxũũ.
  2. Norü me nixĩ i ngemaxũ rü nachica i ãũãchixũgu na yanawáxũ.
  3. Norü me nixĩ i ãũãchixũ i yixixũ na nangóxũ.
- 

I. ¿Qué sabemos de las moscas?

1. A las moscas les gusta volar a todas partes.
2. A ellas les gusta posarse en cosas y lugares sucios.
3. También les gusta comer cosas podridas o con mal olor.

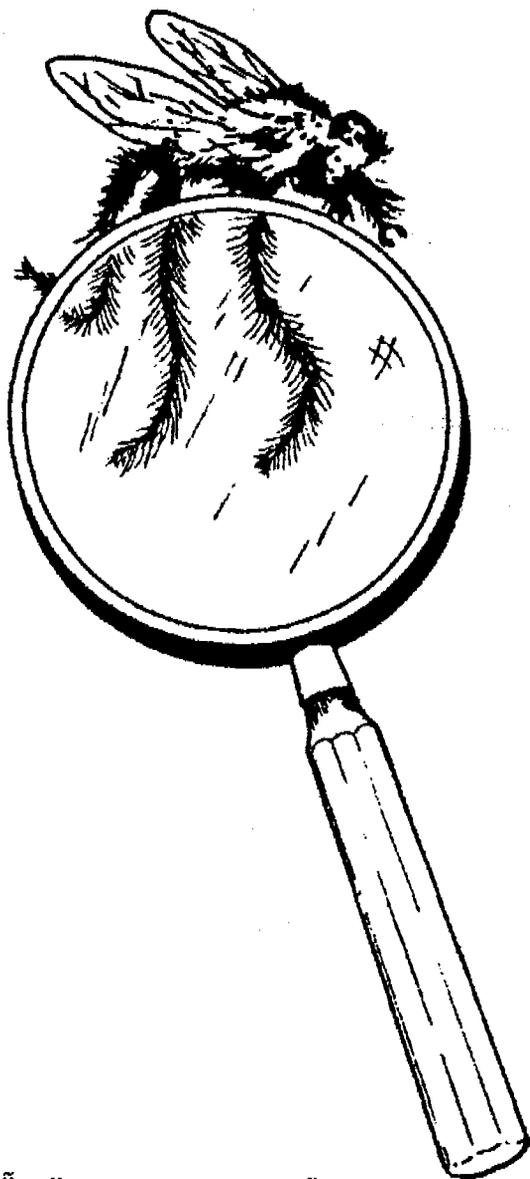


Naparagü.

Sus patas.

4. Ngema murenügü rü nanguxpüpara.  
 Ngexguma lupawa naxcax idaupetüxguxicatama meama nüxũ tadau. iDücax,  
 nüxũ pedaux na ñuxãcü na nanguxpüpara!
- 

4. Las moscas tienen muchos pelitos en las patas. Usando una lupa o luna de aumento se puede verlos mejor. iMira, cuántos pelitos tiene en una pata!



Üxaxũ rü naporawa naxũx.

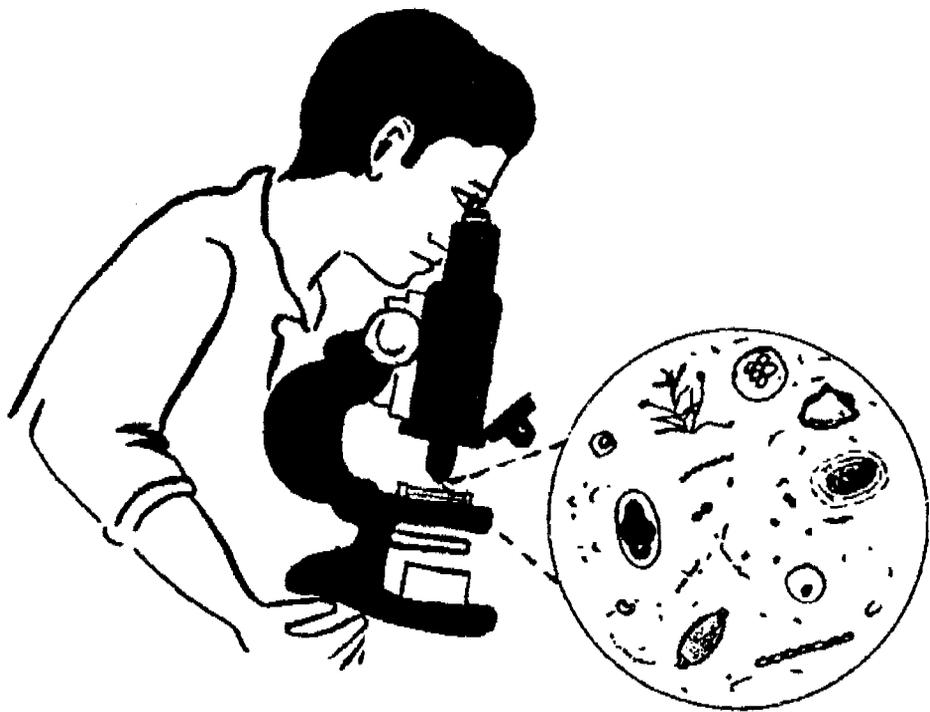
La suciedad se pega en los pelitos.

5. Ngexguma ngema murenügu rü ngemaxügu rüexna nachica i üxaxügu yanawaxgügu rü norü nguxpüparawa nayaxüxgü i micugü. Ngema üxaxüwa nangexma i muxuchixü i micugü i chixexü tamaa üxü.
- 

5. Cuando las moscas se posan en cosas y lugares sucios, la suciedad se pega en los pelitos de sus patas. En esa suciedad hay millones de microbios dañinos.

6. Norü me ta nixĩ i ngemaxũgü rü nachica i mexũgu na yanawáxũ. Ngexguma ngema nachicagu yanawaxgu rü ngéma nanawogü i muxũma i micugü i norü nguxpüparawa ngexmagüxũ i tũxũ chixexẽxũ.
- 

6. También a las moscas les gusta posarse en cosas y lugares limpios. Al posarse en ellos dejan los microbios dañinos pegados a sus patas.



Íraxüchixüarü dauruxü.

El microscopio.

II. ¿Tacüxü tacuax nachiga i micu?

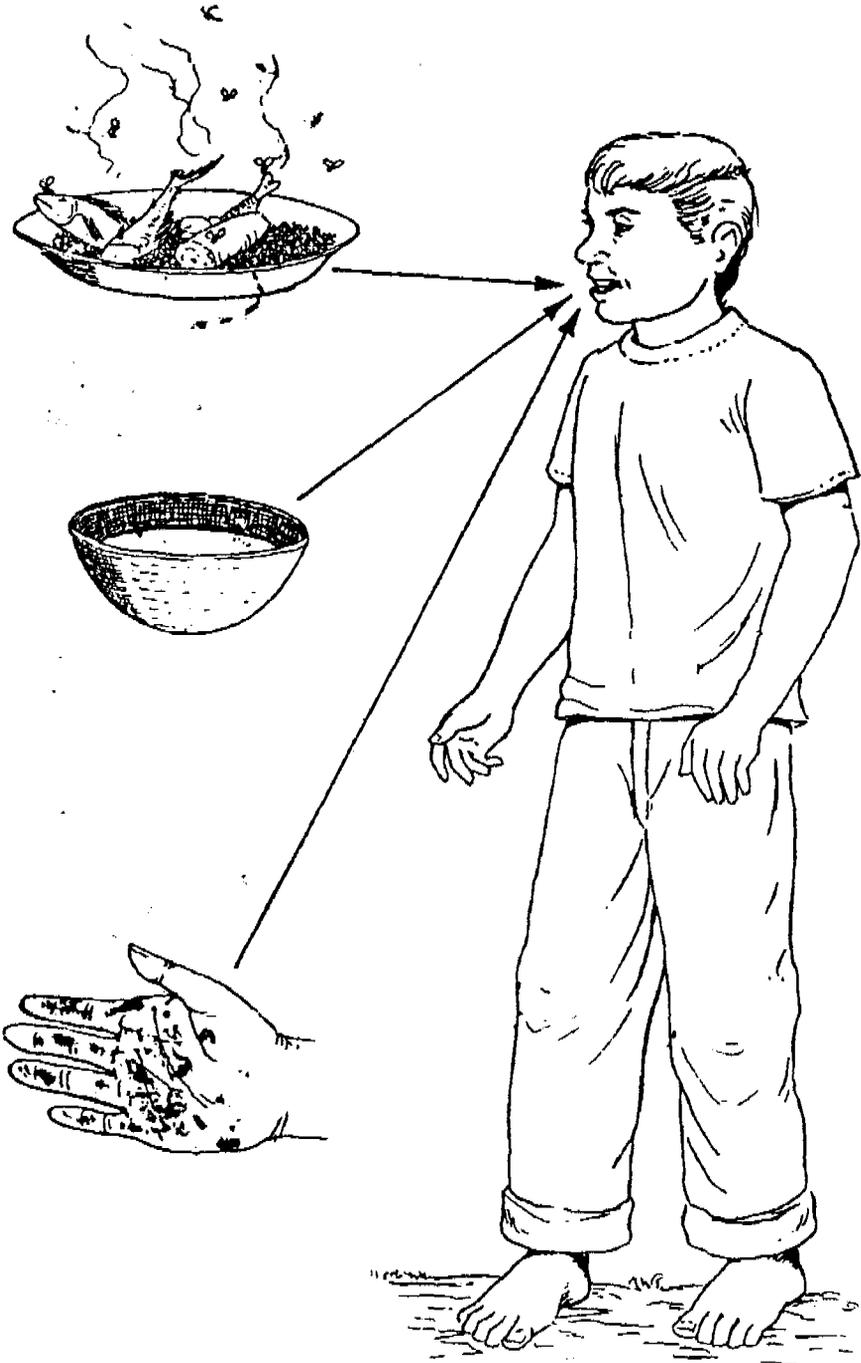
1. Ngema micugü rü nixíraxüchi. Nüxü na idauxücax i ngema rü name nixí i íraxüchixüarü dauruüwa tidaupetü. Nawa i ngema daupetüruxü rü ngema micugü rü ñomachi nataxürüxü nangox.
- 

II. ¿Qué sabemos de los microbios?

1. Los microbios son muy pequeños. Para verlos debemos usar un microscopio. En el microscopio los microbios parecen más grandes de lo que son.

2. Rū ngexguma taxūnewa yaxūcuxgu i ngema micugū rū poraācü tūxū nidawexēē.

- 
2. Los microbios llevados en las patas de las moscas pueden entrar al cuerpo por la boca.



3. Ngexguma taxünewa yachocuxgu i ngema micugü i murenüarü nguxpüxüparawa rü tuxna nanaxüexëxë i ñaagü i daweanegü:

—Yaxü

—Oxü

—Buxre i tañnütagu chocuxü

—Ameba (íraxüchixü i micu)

—Tubé (puracüarü dawé)

—Epatiti (nacaarü dawé)

—Tifoidéa (axüne i poraxüchixü) re.t. (rüexna to)

---

3. Al entrar al cuerpo pueden causar las siguientes enfermedades:

—Diarrea

—Vómitos

—Parásitos intestinales (bichos como lombrices, oxiuros, trichiuros, etc.)

—Amibiasis

—Tuberculosis

—Hepatitis

—Tifoidea, etc.



4. Ngexguma ñaa micu rü taxetüwa rüexna taxchaxmüwa nachocuxgu rü tuxna nanaxã i ñaa daweanegü:

—Tadáuxetü (tanguxetü, re.t.)

—Tórü chexe rü oxri narücha (nataixnaãx rüexna naxãxüchiü).

—Tarüxoxeru rüexna tanawãĩächieru ya buxe.

4. Cuando estos microbios entran a los ojos o al cuerpo por la piel pueden causar:

—Infección de los ojos (dolor de ojo, etc.).

—Infección de cortes y heridas (pus).

—Granitos, especialmente en la cabeza de los niños.



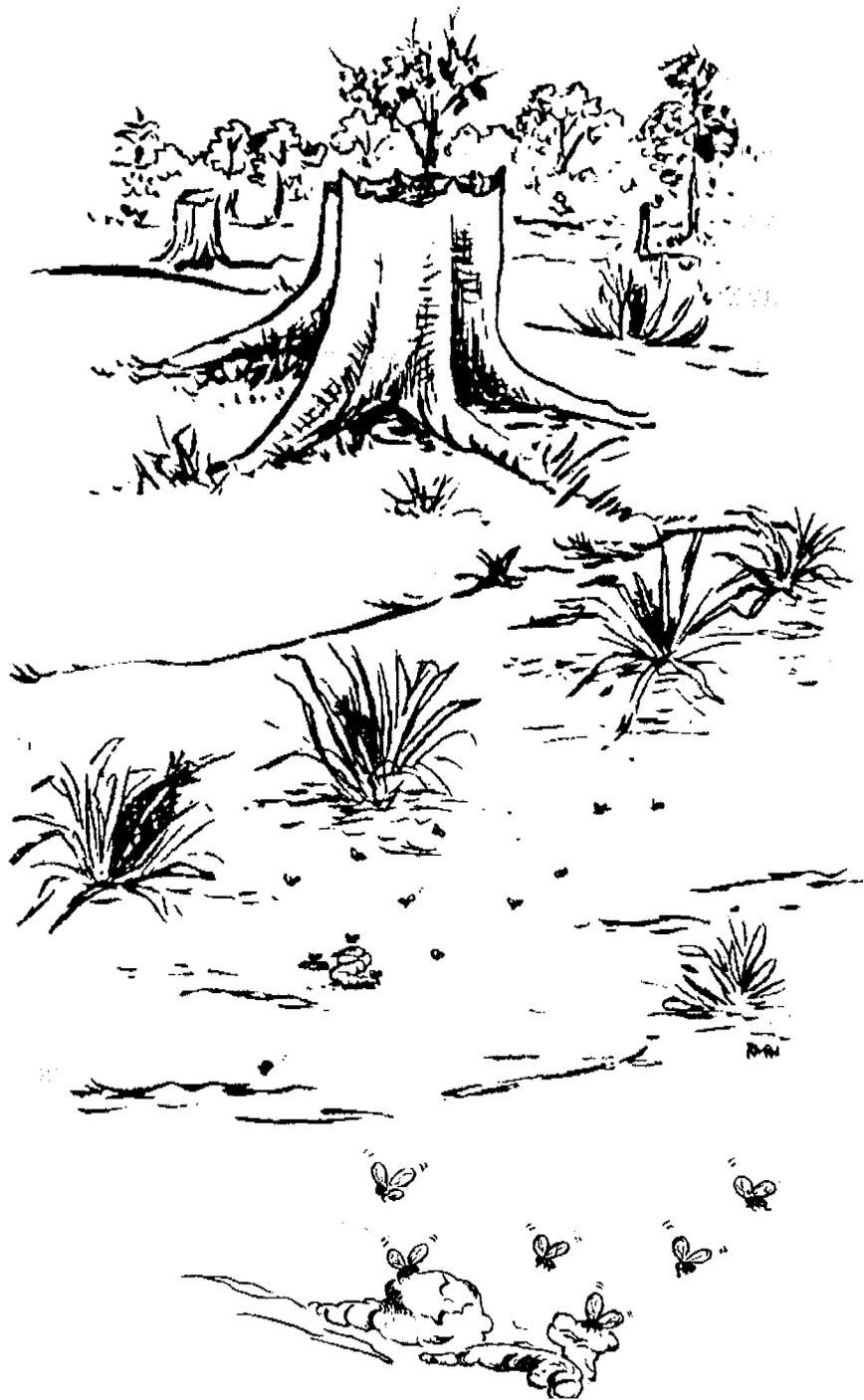
5. Rū ñuxma nuxũ tacuax rū naxãücümaxũchi i ngema micugü. Ngexgumaruxũ ta poraãcüma naxãücüma i murenü erü norü nguxpüparagu nayange i muxũma i micu.

Ngexguma üxaxũgu yanawaxgüguwena rū mexũgu yanawaxgügu rū ngemaãcü tawa nanaxüexẽ i muxũma i daweanegü i norü nguxpüparagu yangexũ.

---

5. Ahora sabemos que los microbios son muy peligrosos. También son muy peligrosas las moscas, porque llevan muchos microbios en las patas.

Al posarse en las cosas limpias, después de haberse posado en las cosas sucias, las moscas transmiten, por medio de sus patas, muchas de las enfermedades que nos atacan.



III. ¿Ngexürüüxü yīxü i ngemaxüğü rü nachicagü i üxaxü i norü me yīxü i murenüğü na nagu yanawaxgüxü?

1. Ngema murenüğü rü norü me nixi i nagu nayanawaxgüxü ya naüğü ya tama idüxetüne. Yima naüğü rü nüxü nangexma i muxüma i micugü i daweane tuxna äxü.
- 

III. ¿Cuáles son las cosas y los lugares sucios donde les gusta posarse a las moscas?

1. A las moscas les gusta posarse en los excrementos que no están cubiertos. Los excrementos contienen muchos microbios dañinos.



2. Ngema murenügü rü norü me nixī na nagu yanawaxgüxü i guxchiregü. Ngema guxchiregü rü nüxü nangexmä i muxüma i micugü i dawē tuxna äxü.
- 

2. A las moscas les gusta posarse en la basura botada en cualquier parte. La basura contiene muchos microbios dañinos.



3. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na nagu  
nachoxũ i naxbeágü.

Ngema naxbeágü i duũxũ i dawexũarü rü nüxũ  
nangexma i muxũma i micugü i dawexũna  
ãxũ.

---

3. A las moscas les gusta posarse en los esputos.  
Los esputos, especialmente de los enfermos,  
contienen muchos microbios dañinos.



4. Ngema murenüğü rü norü me nixī i oxriarü  
oratücügu nayanawaxgüxü.

Erü ngema oratücü rü nüxü nangexma i  
muxüma i micu i dawē tuxna äxü.

---

4. A las moscas les gusta posarse en el pus de  
las heridas infectadas.

El pus contiene muchos microbios dañinos.



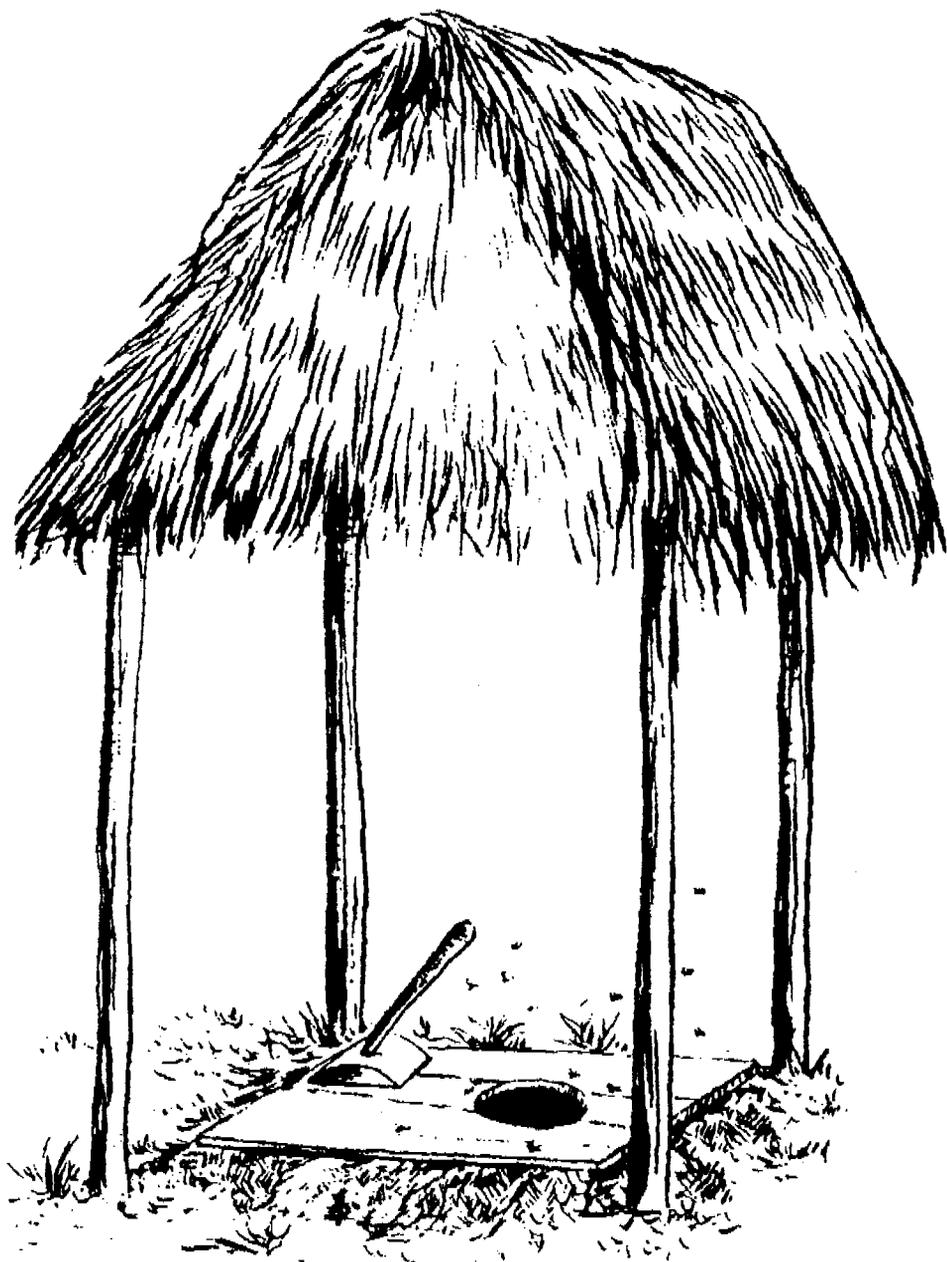
5. Ngema murenügü rü norü me nixĩ i naxetü ya  
ãũächínegu nayanawaxgüxü.

Ngema oratücü rü yima naxetü yaxüxanewa rü  
nangexma i muxüma i micugü.

---

5. A las moscas les gusta posarse en los ojos  
infectados y sucios.

Hay muchos microbios en el pus y la suciedad  
de los ojos de las personas que están enfermas  
de los ojos.



6. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na nagu nachocuxũ ya woetaũ ya tama rüngataxũne rü nanangõx ya yima naũgü. Norü me ta nixĩ na nagu nanucharaũxũ ya yima naũgü. Yima naũgü rü nüxũ nangexma i guxũraxũxũ i micugü i dawe tũxna ãxũ.
- 

6. A las moscas les gusta entrar al hueco de las letrinas destapadas (sin tapas) y comer los excrementos. También a las moscas les gusta poner sus huevos en los excrementos. Los excrementos contienen muchos microbios dañinos.



7. Ngema murenügü rü norü me nixĩ ya ĩ ya  
ãũachinegu na nachoxũ.

¿Ngexürüxügü yĩxũ i ngema ngemaxügü i  
üxaxũ rü micuáxũ i ñaa naxchicüna<sub>x</sub>áwa i  
ngexta norü me nixĩ na yanawa<sub>x</sub>güxũ i  
murenügü?

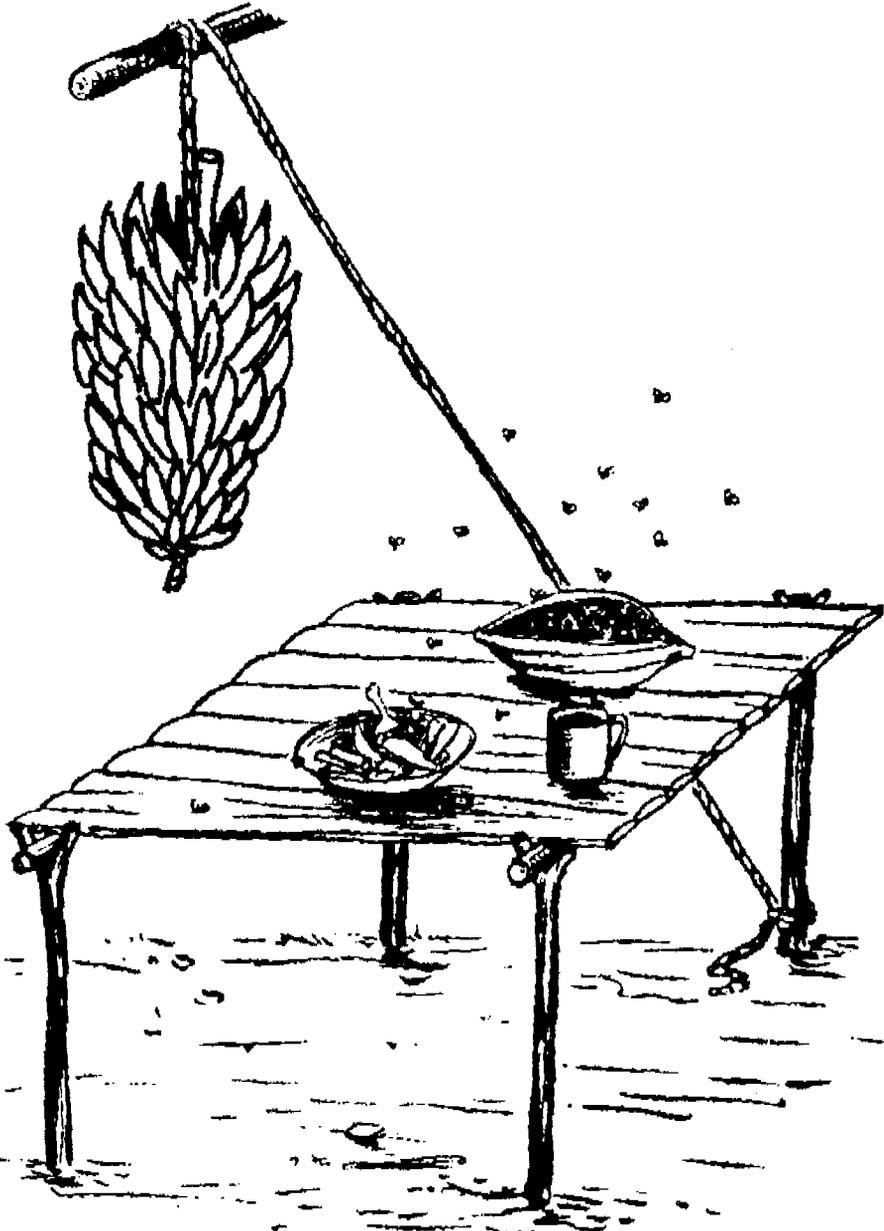
7. Las moscas son atraídas por la suciedad que hay alrededor de las casas descuidadas (sucias).

¿Cuáles son las cosas sucias y llenas de microbios, en este dibujo, donde les gusta posarse a las moscas?

#### Al Profesor

Esperar las respuestas de las personas de la clase para ver si incluyen las siguientes cosas:

- La basura y los pedacitos de comida botados alrededor de la casa.
- El guano de los patos y el loro.
- Los excrementos de los otros animales.
- Los esputos, especialmente debajo de la casa donde no da el sol.

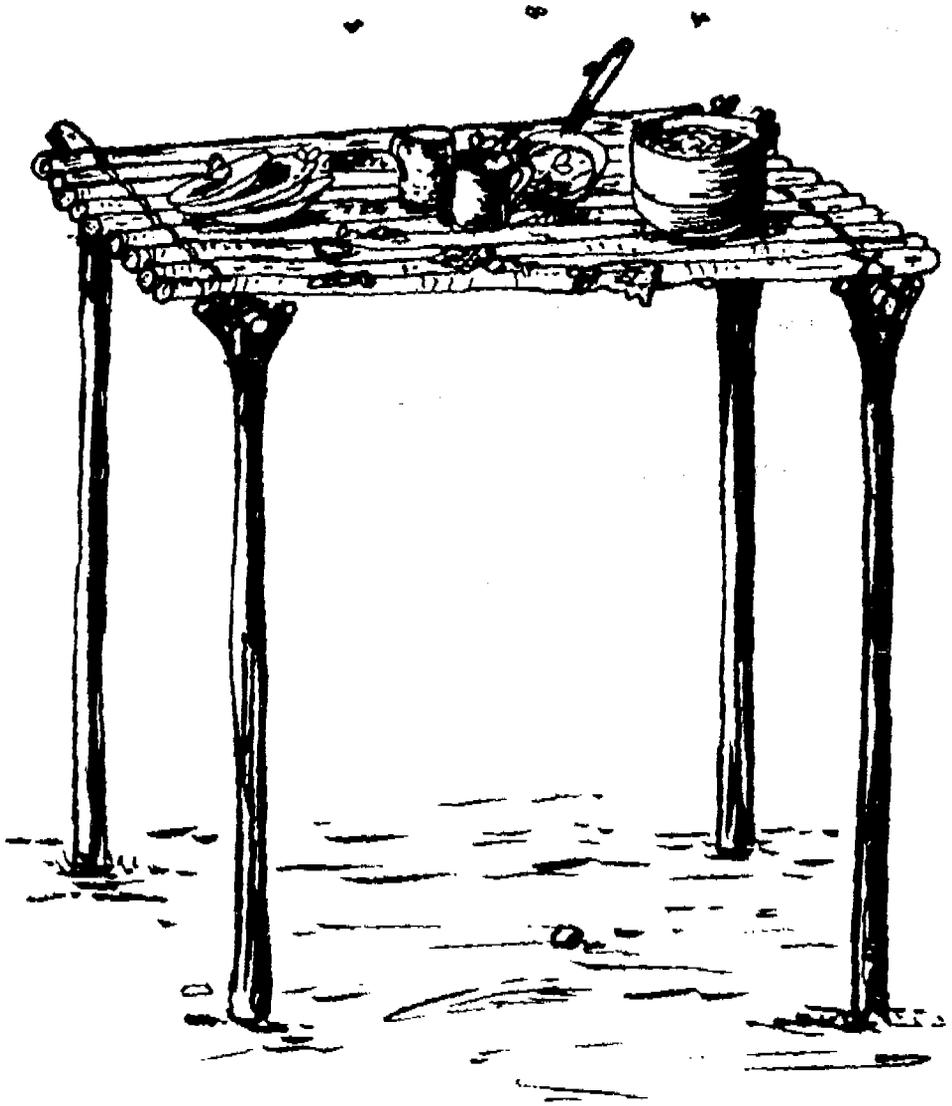


IV. ¿Ngexürügü yĩxũ i ngemaxügü rü nachicagü i mexügü i ngexta norü me nixĩ i nagu na yanawaᵗgüxũ i murenügü?

1. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na tórü õnagu na yanawaᵗgüxũ. Ngexma nanamugü i muxũma i micugü i dawē tũxna āxũ. Rũ poraācũ tidawee ega ngexguma nangõxgu i ngema õnagü.

IV. ¿Cuáles son las cosas y los lugares limpios donde les gusta posarse a las moscas?

1. A las moscas les gusta posarse en nuestros alimentos. Allí dejan muchos microbios dañinos. Podemos enfermarnos gravemente comiendo estos alimentos.



2. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na nagu  
yanawaxgüxũ i poratu, rü tasa, rü cuyeragü, rü  
paneragü, re.t.

Rü ngéma nanawogü i muxüma i micugü.

Rü tidawee ega nawa ichibüxgu i ngema nawechigü i  
murenü nagu yarüwaxgüxũ.

2. A las moscas les gusta posarse en los platos, tazas,  
cucharas, ollas, etc.

Allí dejan muchos microbios dañinos.

Cuando usamos estos objetos sin lavarlos podemos  
enfermarnos.



3. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na nagu  
yanawaxgüxũ i oxri rü chexe i ngexwacaxũxũ.

Norü me nixĩ na nagümaa naxāwemüxũ.

Rü ngéma nanatax i muxũma i micugü, rü ngexguma  
nawa yaxücuxgu i ngema oxri rü narücha rü  
naxāxüchiũ.

---

3. A las moscas les gusta posarse en las heridas y cortes  
frescos.

Les gusta alimentarse de la sangre.

Allí dejan muchos microbios que, al entrar a la herida,  
pueden causar infección (pus).



4. Ngema murenügü rü norü me nixĩ na tũxna  
nangaicamaxũ rü tũxũ nachixewexũ ya buxegü. Norü  
me nixĩ na tũmagu yanawáxũ i:

- 
4. A las moscas les gusta acercarse y molestar a los niños.  
Les gusta posarse en:

- Tümaeru ya buxegü, ngexguma ngema tümayae rü tama mea nayauxgu. Ngemaäcü ya buxegü rü tarüxoxeru.
  - Tümaxetü ya buxegü, ngexguma tama tayauxetügu. Rü ngemaäcü nguxetü tüxü naxü.
  - Tümawemü ya buxegü. Ngexguma tanangōxgu i ngema õna rü namaa tiḏaawe i yaxü, rü oxü, rü tabureāx rüexna to i ḏawe i poraxü tüxü naxü.
- 
- La cabeza de los niños, especialmente cuando el cabello no está bien lavado. Así los niños pueden enfermarse con granitos en la cabeza.
  - Los ojos de los niños, especialmente cuando no están bien lavados. Así ellos pueden enfermarse con dolor de ojo.
  - La comida de los niños. Comiendo esta comida los niños pueden enfermarse con diarrea, vómitos, bichos y otras enfermedades graves.



V. ¿Tacü tá ixüexü na tama tuxna na naxüexücax i  
ngema daweane i murenügü tuxna üexëexü?

1. Meama nüxna idauxü ya i rü naxtü.

Tanaxwae i guxüguma meama tanabixichiane ya i  
rü naxtüwa.

V. ¿Qué podemos hacer para evitar las enfermedades  
transmitidas por las moscas?

1. Tener limpia la casa y sus alrededores.

Barrer la casa y sus alrededores todos los días.



2. Name nixĩ itayaxaixmaũ i guxchire.

Name nixĩ i ĩpataarũ yaxũgura tayaxaixmaũ i guxchire.

Rũ ñuxũchi waixũmũmaa tanagũetũ na tama murenũ nagu rũchoxũcax.

2. Enterrar la basura.

Un poco lejos de la casa hacer un hueco para botar la basura.

Después, tapparla con un poco de tierra para que las moscas no puedan posarse en ella.



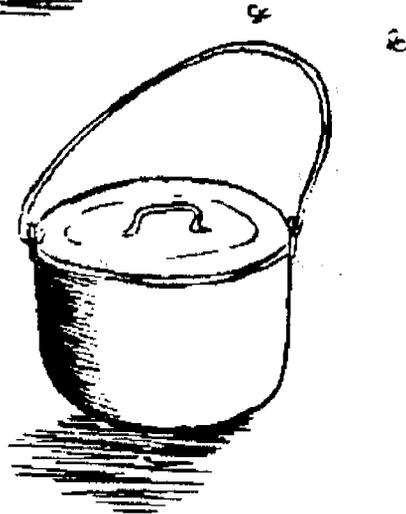
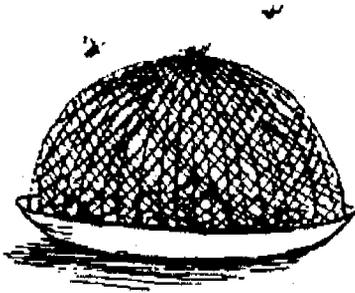
3. Name nixī itayagu i guxchire. Yima üxü rü  
nanadai i micugü.
- 

3. Quemar la basura. El fuego mata los microbios.



4. Name nixī itayagu i naxbeágü i duūxügü i  
daweexũ namaa ya na, rü neumonía, rü tubé, re.t.  
Rü name nixī nagu taçuaixgü i wüxi i naixátü rü  
ñuxūchi tayagu.
- 

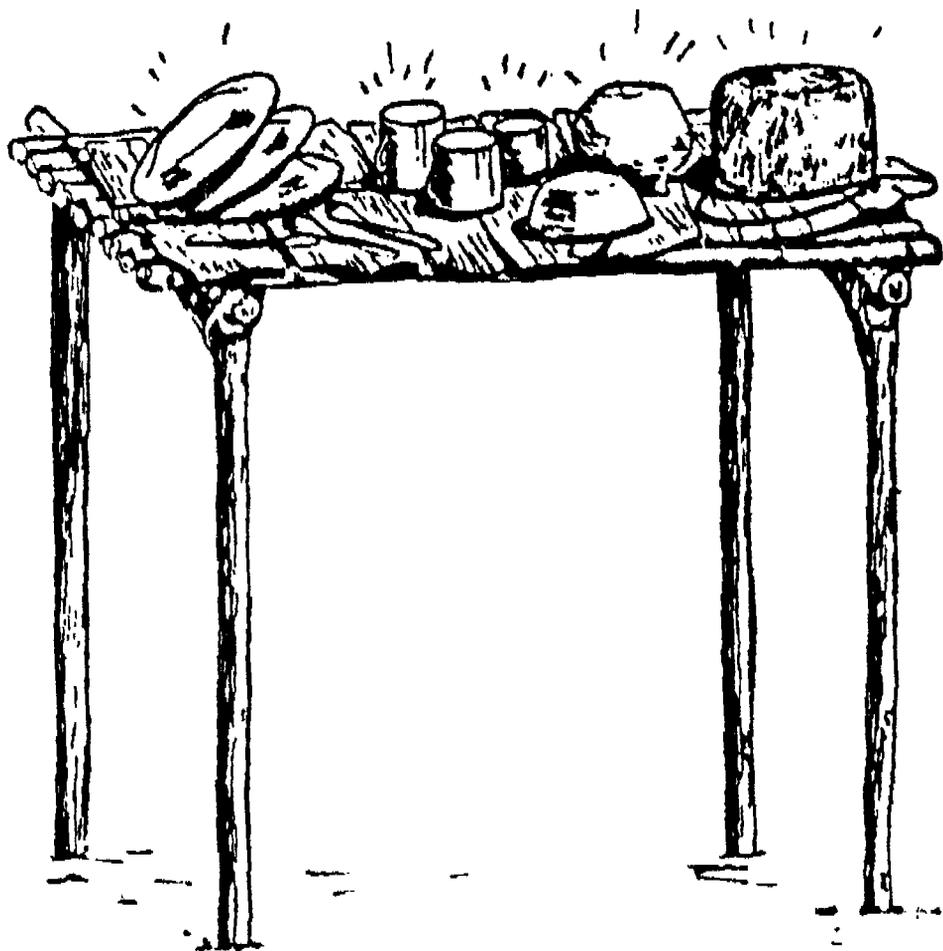
4. Quemar los esputos, especialmente de los  
enfermos con gripe, neumonía, tuberculosis, etc.  
Se puede usar una hoja para escupir y después  
quemarla con todo.



5. Name nixĩ itayadüxétü i tórü õna naxchaxwa i murenügü.

---

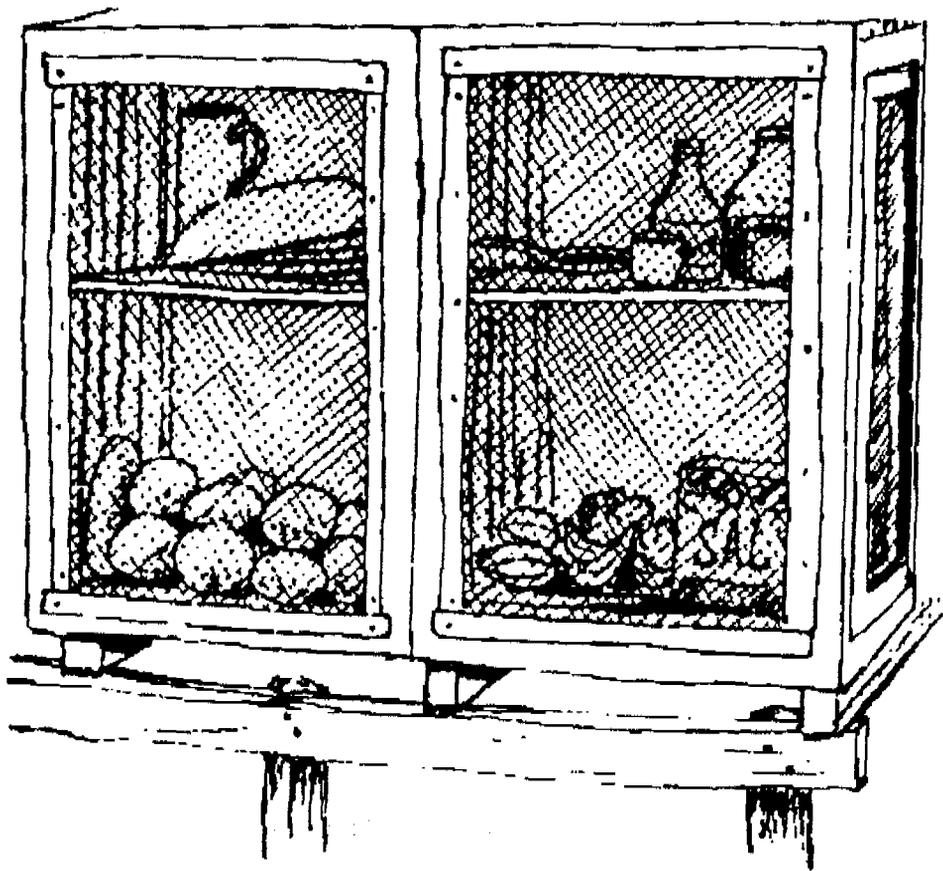
5. Cubrir nuestra comida para protegerla de las moscas.



6. Mea namaa tanguxũ ya tórũ poratu, rü panera,  
 rü tasa rü tórũ cuyeragü, re.t. nagu i wüxi i  
 mecha i üaxcü ne üxũguama üxũ, rü guxũma  
 nanaxwae na inangaxgüxũ naétügu i wüxi i  
 poxiátü rüexna mechaarü chatachinüxũ.

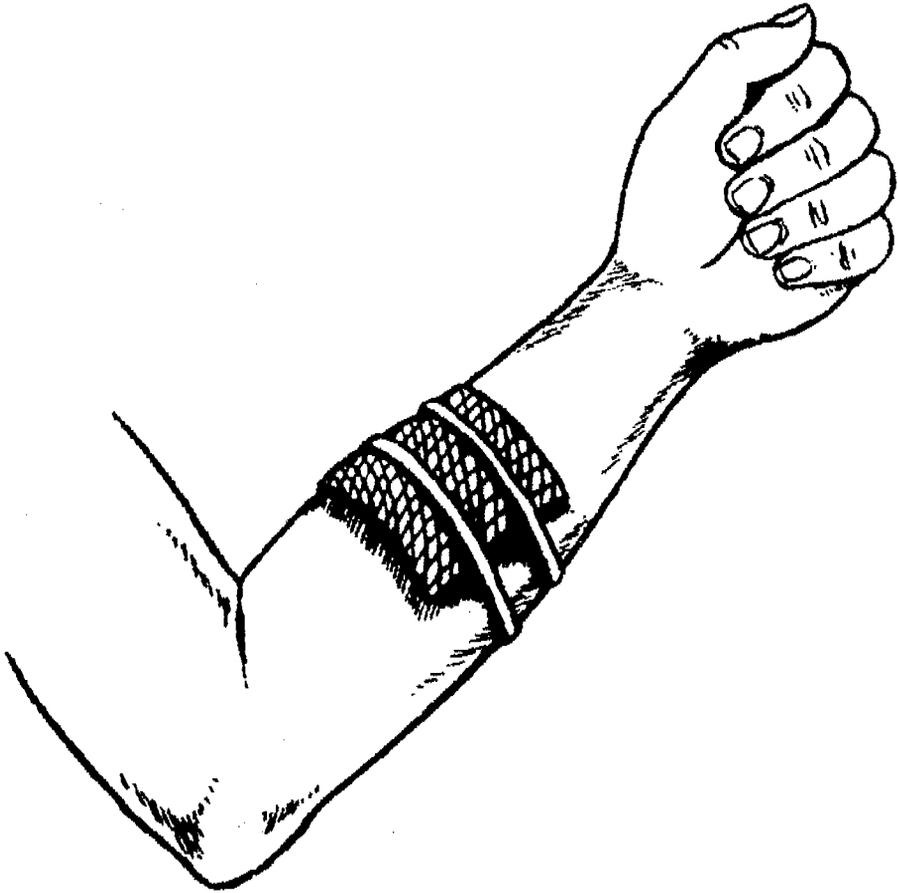
---

6. Guardar los platos, ollas, tazas, cucharas, etc. en  
 una plataforma, donde le dé el sol, boca abajo  
 encima de hojas limpias de plátano.



7. Ngexguma cuxũ nangexmagu i curũ poratuchiũ rü name nixĩ i ngexma cunanu ya curũ poratu, rü panera, rü tasagü, rü cuyeragü, re.t. Rü ngemaãcü i murenügü rü togü i naixchinawegü rü taxucürüwa nichocu. Ngexgumarüxũ ta name i poratuchiũgu namaa tanguxũ i ngema õna íyaxüxũ.
- 

7. Si tiene un armario, puede poner allí los platos, ollas, tazas, cucharas, etc. Así, las moscas y otros insectos no podrán entrar. También se puede poner la comida que sobra dentro de un armario.



8. Name nixĩ itayanaix i tórü oxri rü chexe:

Ngema ngemataxũ rü tama rüchaxũ rü nüxna  
tadau naxchaxwa i micugü i ngema murenü  
ngéma yataxégaxũ.

Rü nüxna tadau i ngema oxri i rüchaxũ rü  
oratücüáxũ na ngemaãcü i murenü rü taxucürüwa  
ngéma nangeãxücax i micugü nawa i tórü õna, rü  
taxetüwa, rü tórü oxriwa, re.t.

---

8. Cubrir con venda las heridas y cortes:

A las limpias y no infectadas, para protegerlas  
contra los microbios que podrían ser llevados por  
las moscas.

A las que están infectadas y con pus, para evitar  
que las moscas lleven de allí los microbios  
dañinos a nuestra comida, ojos, heridas, etc.



9. Name nixī i tūxū tayauxeru ya buxegü namaa ya chaū rü dexá i guxūguma. Rū ñuxūchi meama tūxū ítapixine namaa ya tuaya ya ngematacū.
- 

9. Lavar el cabello de los bebés con agua y jabón, todos los días. Después, secarlo bien con una toalla limpia.



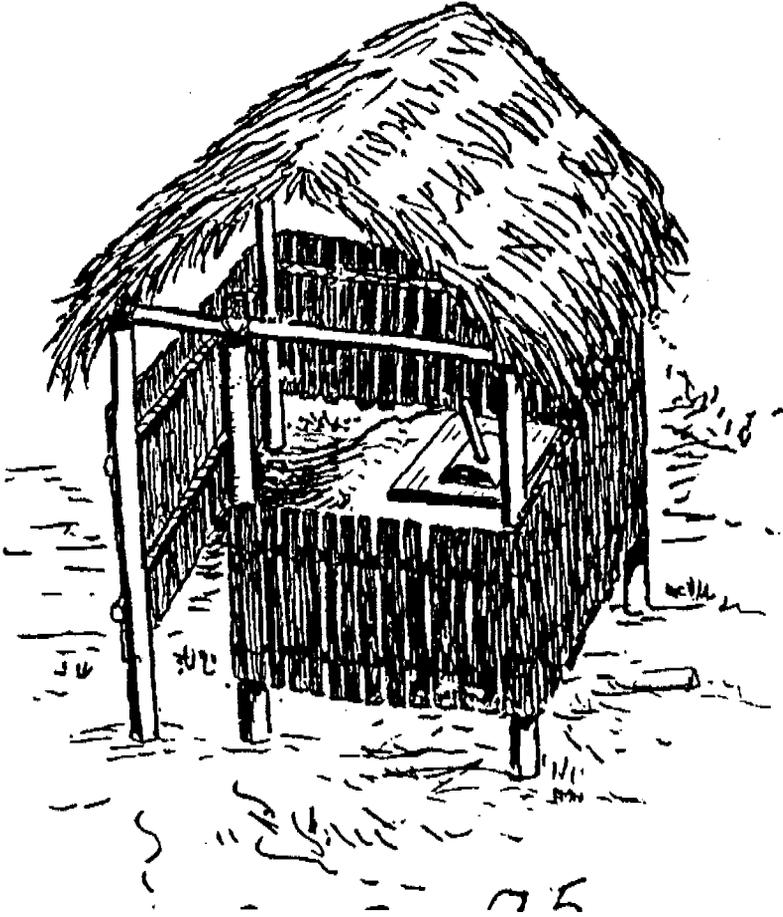
10. Tüxü tayauxetü ya buxegü namaa i naxchiru rü  
dexá i mechixü wüxichigü i ngunexügu.
- 

10. Lavar los ojos de los bebés con trapo y agua  
limpios cada mañana.



11. Name nixĩ i tórü woetaũ ne taxü rü yimagu  
tawoxegü rü tawixya.
- 

11. Construir letrinas y usarlas siempre.



12. Name nixi i guxūguma meama tanawāxta ya woetaū.

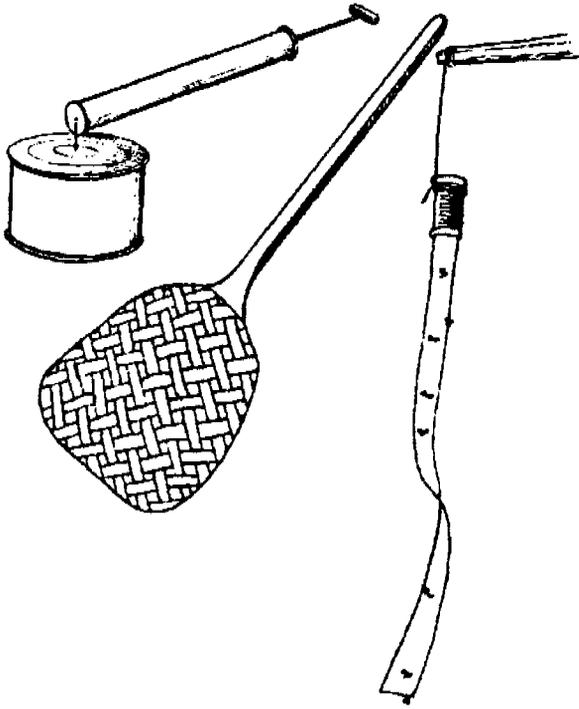
---

12. ¡Siempre dejar la letrina bien tapada!

Ngexguma marü yapaxmaũgu ya yima woetaũ rü name  
 nixĩ itanagüta rü ñuxüchi náí ne taxü. Taguma name na  
 nangeenüxü rüexna ngéma cunataxmarexü ega ngexguma  
 marü tama cunaxwaegu, erü ngema murenügü rü tá  
 ngexma narücho rü ngexma tá nanucharaũ nagu ya yima  
 naũgü.

---

Cuando el hueco de la letrina comienza a llenarse debe  
 taparla bien con tierra y hacer una nueva letrina.  
 Nunca debe dejar destapada una letrina que está  
 llenándose o que no está en uso, porque a las moscas les  
 gusta poner sus huevos en los excrementos.



13. Name nixī itanadai i murenügü ngexguma tuxū natauxchaxgu. Na nađaixūcax rū tanaxwae i ñaa:
- Wüxi i murenüarü dairuxū. Yixematama naxīwa ta taxü.
  - Wüxi i ñaxūxū i naxchiru rūexna to naxcax.
  - Tanamáiane namaa i üxūxūchixū ngexgumarüü i Baigón, re.t.

13. Luchar siempre contra las moscas matándolas cada vez que sea posible. Para matarlas se puede:

- Usar un matamoscas. Puede hacer uno de chambira.
- Usar cinta engomada para matar moscas.
- Rociarlas con venenos (insecticidas) como Baygón, etc., utilizando un rociador.

ORE I PAPAGÜCAX IXIXŪ iNatürü taxú i nüxŭ  
 icuyarüngümaxŭ i ngema üxŭxŭchixŭ rü duëxëgü rü  
 naxŭnagü nawa nayuxŭ! Rŭ ngemacax meama namaa  
 itacuax rü tanaxü i ngema ñaxtüwaama tamaa nüxŭ  
 yaxuxŭ:

- iMea nanguxíra nawa i napane naxŭpa i nüxŭ na  
 cudauxŭ!
- iMea yadüxü i òna rü ngemaxŭgü i cuchinawa  
 ngexmagüxŭ na tama üxŭxŭchixŭ nawa  
 nachaixgüxŭcax! Tama name i ònaxütawa na  
 cunamáianexŭ.
- iMea namaa nanguxŭ i üxŭxŭchixŭ na tama buxŭgü  
 nüxŭ na dauxŭcax!

**MENSAJE A LOS PADRES** ¡Pero no olvide que los insecticidas pueden hacer daño a las personas y los animales! Por eso debe usarlos con mucho cuidado y siempre hacer lo siguiente:

- Leer bien las instrucciones antes de utilizarlos.
- Proteger la comida y los alrededores contra los venenos. ¡No rociarlos cerca de la comida!
- Guardar los venenos en un lugar seguro donde los niños no pueden encontrarlos ni tomarlos.



Ngexguma mea yigüna idaugügu rü taütáma paxa tawa  
nangu i daweane, rü guxügutáma tataãëgü.

---

Cuando nos cuidamos bien, podemos evitar muchas  
enfermedades y vivir más sanos y felices.

# DUÛXÛÛNECHIGA

Adaptado de EL CUERPO HUMANO

Por Vecinos Mundiales



Ñaa poperawa rü cuchiga tidexagü. Ñaa  
 naxchicünaxāwa nüxũ tadau i wüxi i yatü, natürü tama  
 nüxũ tacuax ngoxi cunaña yaatüraxũ rüexna tama.  
 Natürü nüxũ tacuax i tomox na cunato i duüxüraxũ.  
 Nüma rü wüxi i yatü i naanewa puracücü nixĩ. Nüxũ  
 nangexma i naane rü ngemagu natoe. Ñuxma rü  
 ínangixcae. ¿Cüx, aixcüma yixũ?

---

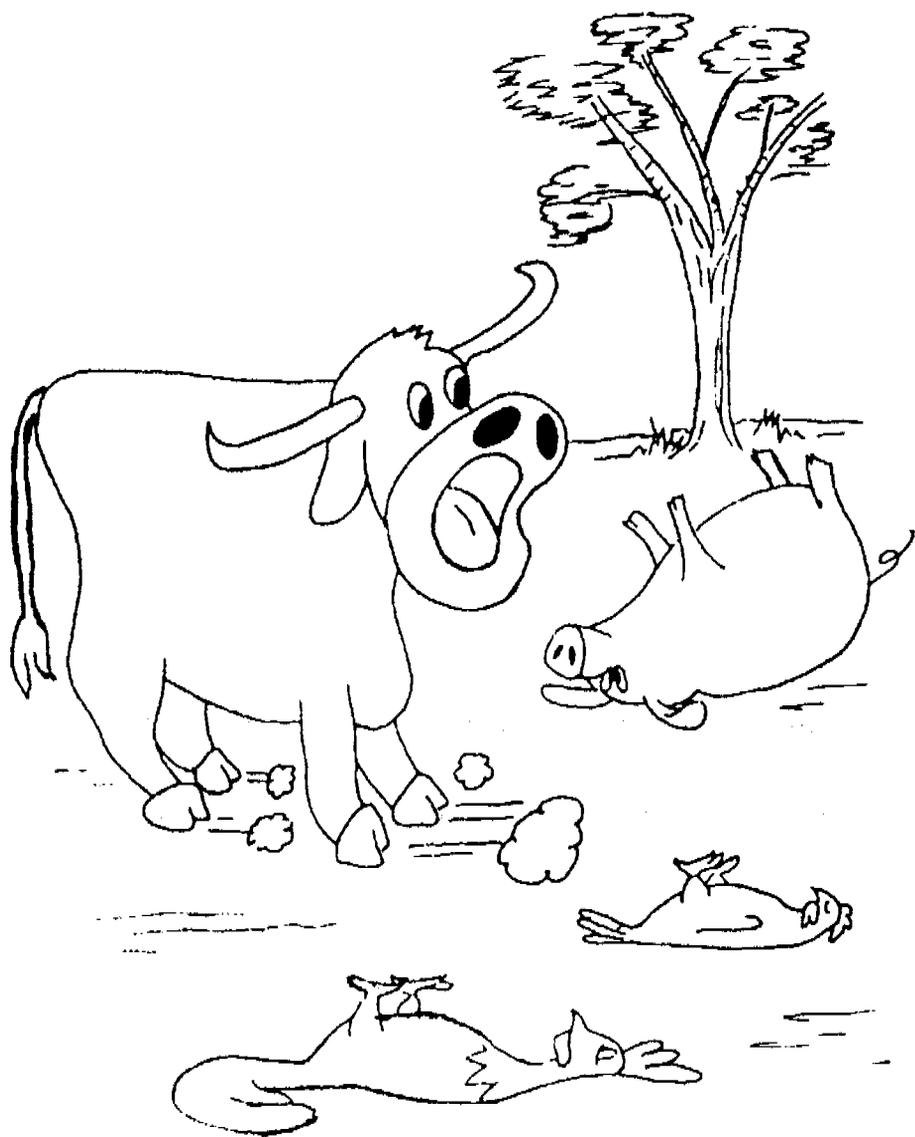
En esta historia hablamos de tí. En el dibujo vemos a un hombre, pero no sabemos si tú te pareces a este hombre o no. En cambio, sí estamos seguros que tú eres una persona como las otras. El es un agricultor. Tiene un terreno, y está sembrando algo. Ahora está cultivando su chacra. ¿No es cierto?



Toma nüxũ tacuax rü wüxi i yatü i puracütaxáxũ nixĩ rü  
nüxũ nangexma ya napata, rü cuchi, rü ñuxre i ota, rü  
bexmana wüxi i woca.

---

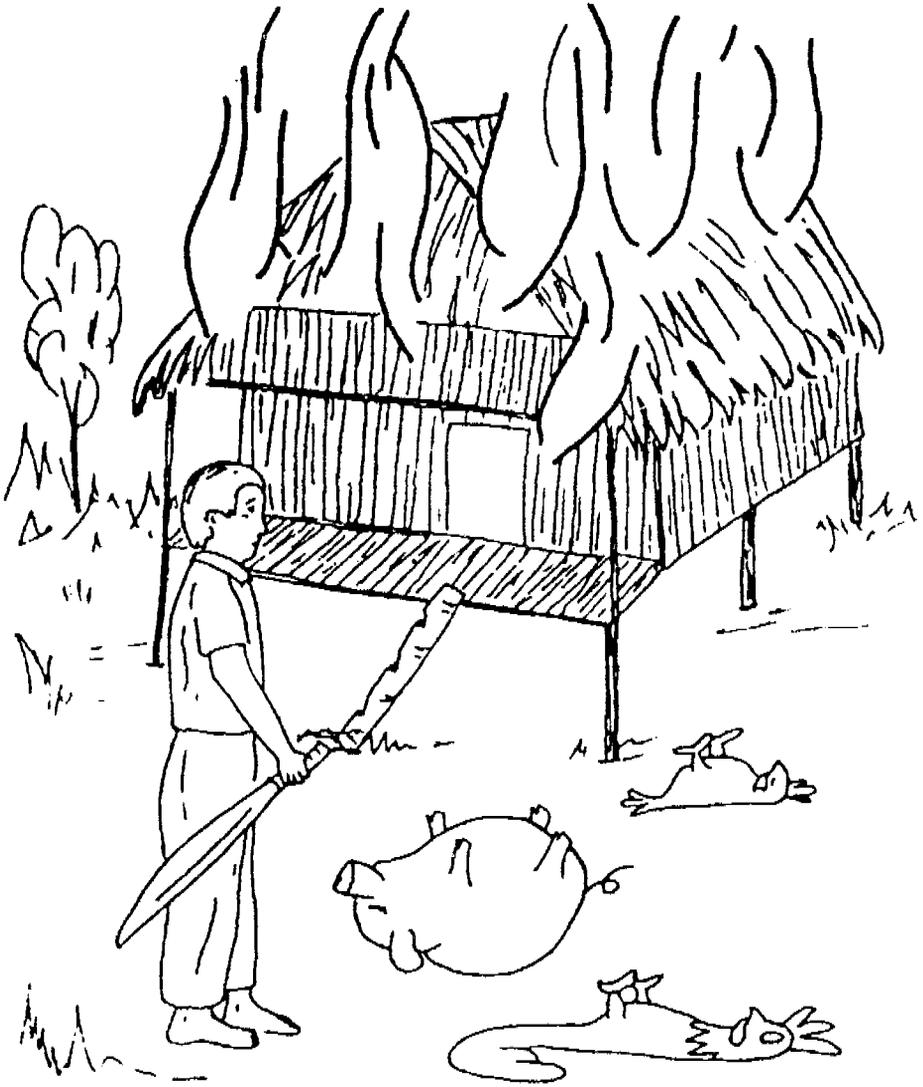
Estamos seguros que un hombre tan trabajador tiene  
su casa propia, un chancho, algunas gallinas y tal vez una  
vaca.



Natürü ñuxma rü nüxũ chacuáxchaũ: ¿Tacü nixĩ i  
 cuxcax rümemaexũ? ¿Ngexürüxũ yĩxũ i curü ngemaxũ i  
 guxũarü yexera rümemaexũ? Bexmana nagu curüxĩnũgu  
 rü curü woca nixĩ, rüexna curü cuchigü, rüexna curü  
 otagü.

---

Pero, ahora quiero saber: ¿Qué es lo que tiene más  
 valor para tí? ¿Cuál es tu pertenencia más importante?  
 Tal vez piensas que es tu vaca, o tal vez son los chanchos,  
 o las gallinas.



Õëxna, cuxũ nangexma ya cupata. ¿Cuxcax rüexna  
cupata nixĩ i guxũma i curũ ngemaxũgũxũ rümemaexũ?

---

¡Ah!, entonces ¿piensas que tu casa es la pertenencia  
más importante para tí?



Ngemácüx, guxũma i ngemaxũgũ rü name:  
 ngêxgumarũũ i woca, rü ota, rü ī. ¿Natürü tama nüxũ  
 icuyarüngümaxũ i ngema guxũarü memaexũ i  
 cuchigatama? ¿Tacüxũ chomaa quixuxũ nachiga i cuxune  
 rü curü maxũ?

---

Claro que todas las cosas son importantes: la vaca, las  
 gallinas, la casa. Pero, ¿no estás olvidando algo mucho  
 más importante para tí mismo? Pues, ¿qué dices tú  
 acerca de tu propio cuerpo y de tu salud?



Ngexguma cuxũ nangexmagu i cuxune i poraxũ rü mexũ  
 rü natauxcha na náí ya cupata ne cuxüxũ. Rü na to i  
 cuane na ta cuxüxũ rü ngemaãcü cuxũ na nangexmaxũcax  
 i to i woca rü cuchigü rü otagü. Ngemawa tá nüxũ cucuax  
 na cuxunetama yĩxũ i guxũ i curü ngemaxũgüarü yexera  
 rünemaexũ. Rü ngemacax name i nawa cungux i  
 cuxunechiga na ñuxãcü tá namexũ rü naporaxũ.

---

Si tienes un cuerpo fuerte y saludable puedes construir una casa nueva. Tú puedes hacer otra chacra y tener otras gallinas, chanchos y vaca. Entonces puedes ver que tu cuerpo y tu salud son los más importantes. Por eso tú debes aprender algo sobre tu cuerpo para estar siempre saludable y fuerte.

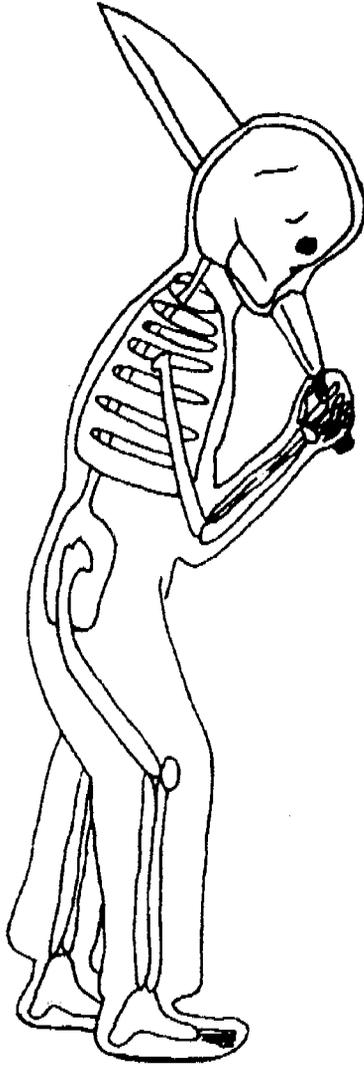


Cuma cuxũ nangexma i pora i curũ múscurugüwa.

Cuma nüxũ cucuax rü ngema cuxunearü pora rü guxũxũ  
narümemaē. Ngema múscurugü rü tũxna nanaxã i pora  
na ixĩacũxũcax rü ngexguma ingixcaegu i naanewa.

---

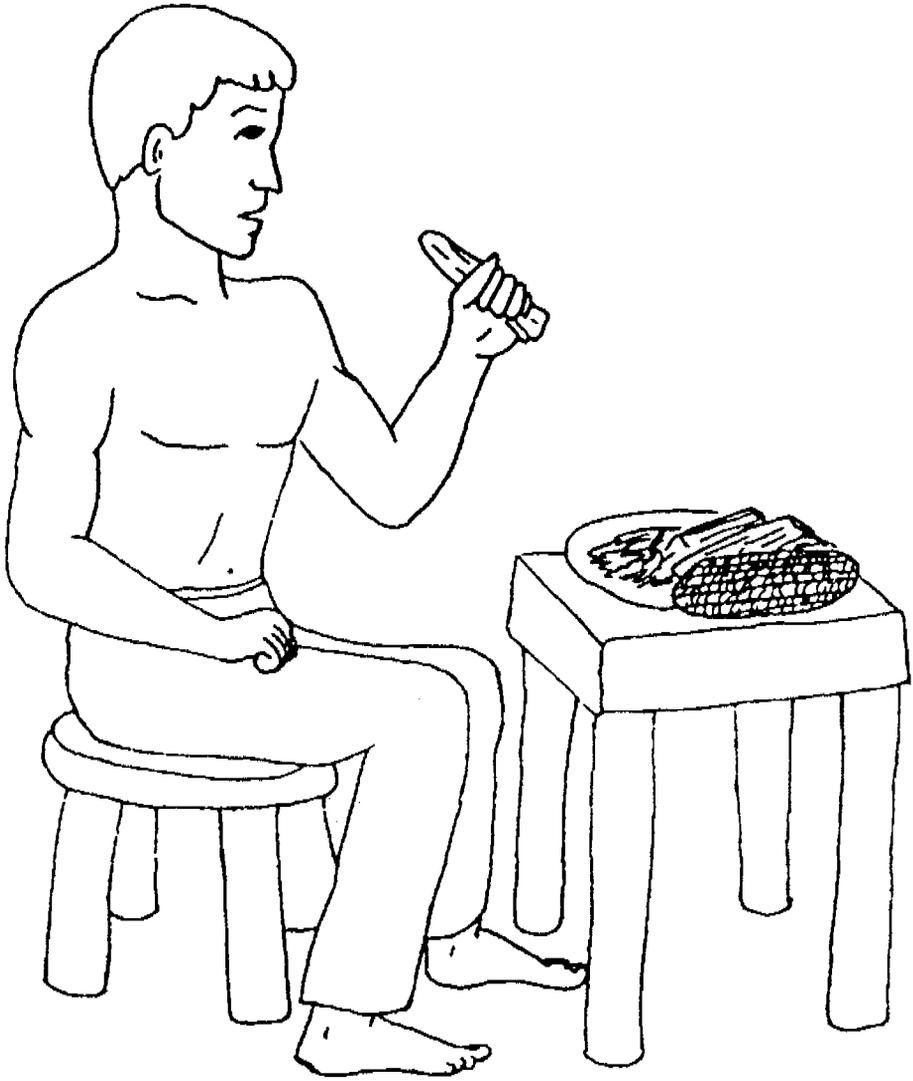
Tú tienes músculos muy fuertes. Tú sabes que tus  
músculos son muy importantes. Los músculos te dan  
fuerzas para moverte y cultivar la chacra.



Ngexguma chi cuxunearü aixepegu idauxgux, rü ngéma  
nüxü tadau ya naxchinaxá ya cuxunearü ixixíne.

---

Ahora, si pudiéramos mirar lo que hay dentro de ti,  
podríamos ver los huesos de tu cuerpo.

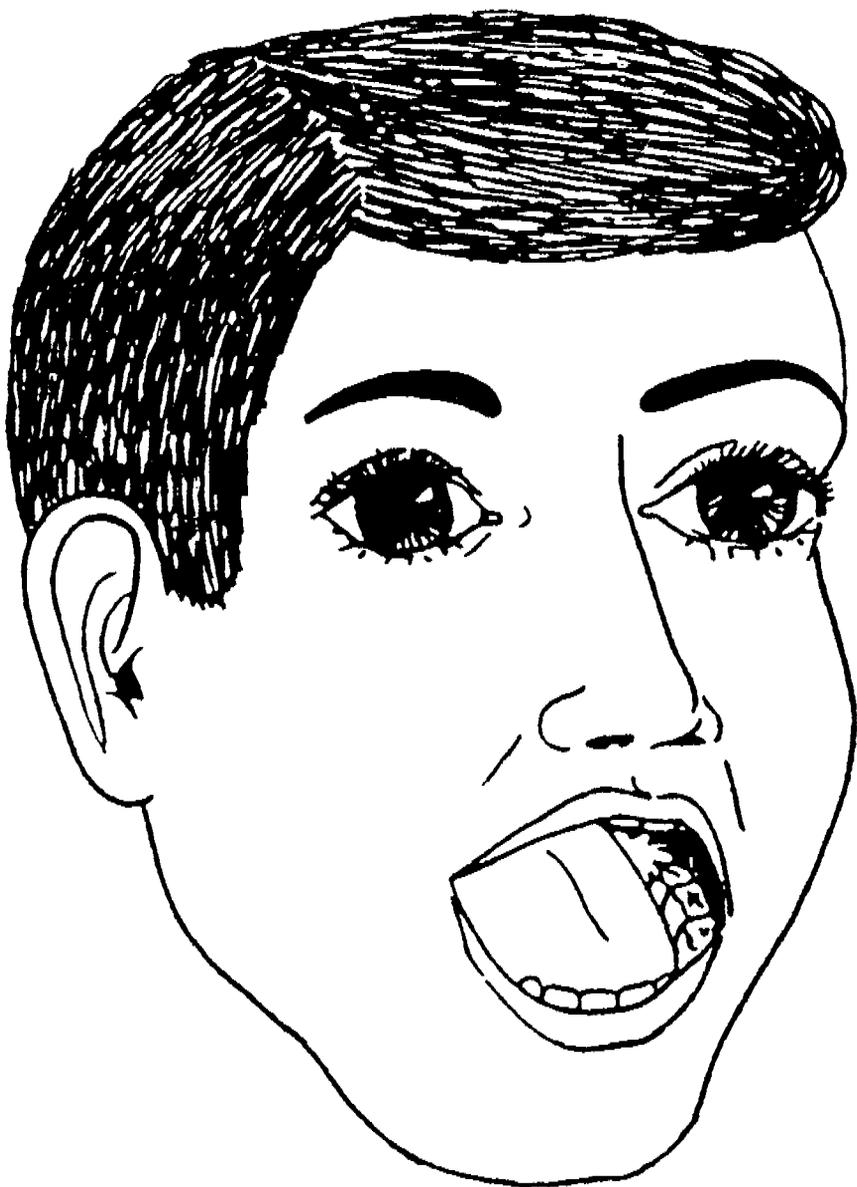


Cuxchinaxãgü rü curü múscurugü rü nanayaxu i norü  
 pora nawa i ngema ñna icungóxü.

iNgixã cuaxarü aixepegu tadau na nüxü icuáxücax na tacü  
 ngupetüxü i ngéma ega cuchibüxgu!

---

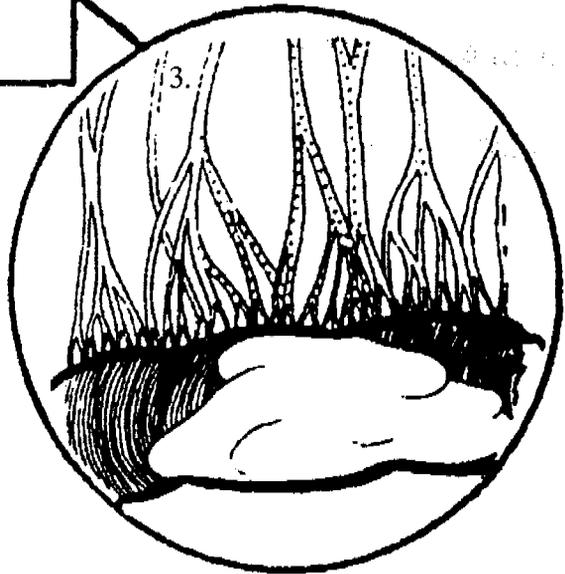
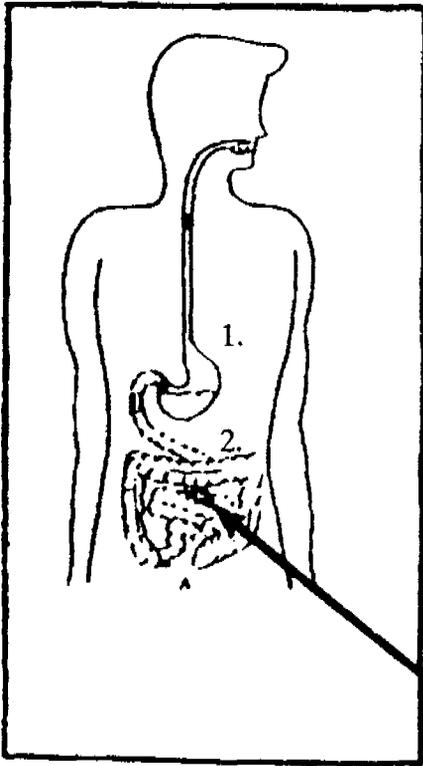
Los huesos y músculos consiguen su fuerza y energía  
 de los alimentos que tú comes. Vamos a mirar dentro de  
 tu boca para ver qué pasa ahí cuando tú comes.



¿Nüxũ cudaduxũ yĩxũ? Ngema õna ingóxũ rü tapüta  
yĩxũ iyawamüxũ. Rü ñuxüchi taxbeágümaa naxãéxũ na  
yawaixücax i ngema õna rü íraxügu nanatuxücax.

---

¿Puedes ver? El alimento está siendo molido por los  
dientes. Al mismo tiempo se mezcla con la saliva. La  
saliva ayuda a digerir el alimento.



Ngexguma nangōxgu i ōna, rü ngema tawemü rü tórü tüewa nangu.

1. Yima tüe rü nayaxĩāxtanücüxēē i ngema ōna ñuxmata nangomüāchix. Rü ñuxmachi ngema ōna rü tañütawa nangu.

---

Cuando se traga el alimento, la comida pasa al estómago. El estómago:

1. revuelve el alimento muchas veces hasta ponerlo suave. Después el alimento pasa a los intestinos.

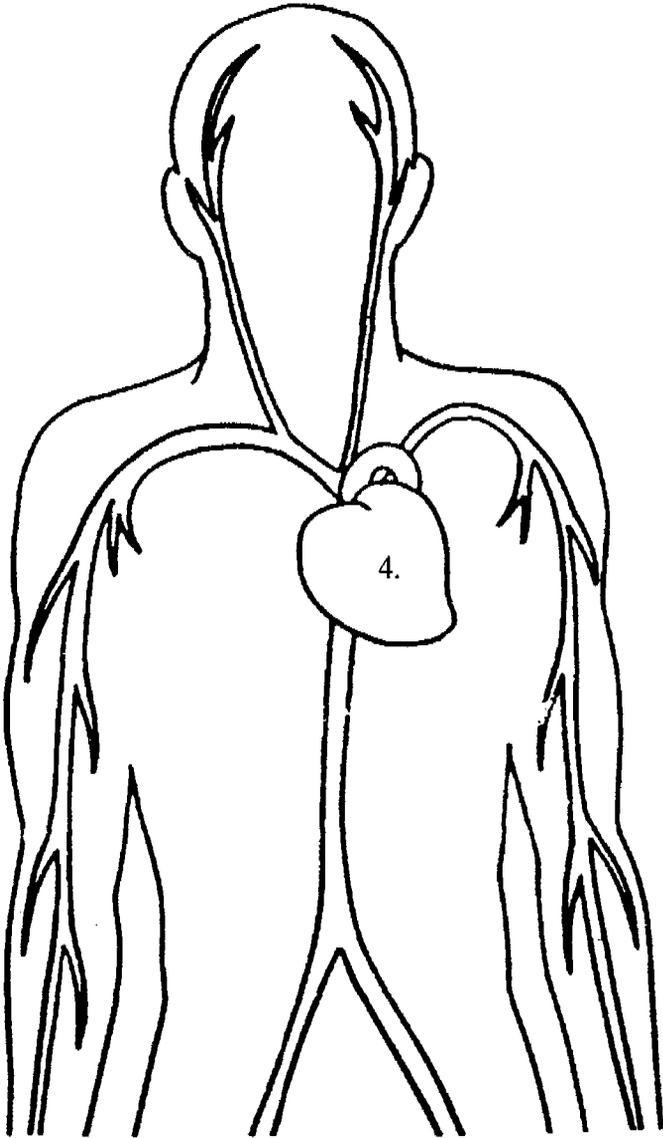
2. Rū ngéma taññütawa nixĩ inayahuxũ i ngema õnaarũ pora rüexna norũ mexũ. Bexmana cuma nagu curũxĩnũ, ¿Ñuxãcũ i ngema õna i taññütawa ngexmaxũ rü pora tũxna naxãxũ? iRü ngĩxã ñuxmata nüxũ tadau na tacũ ngupetũxũ namaa i ngema õna! ¿Nüxũ cudaduxũ i guxũma i ñaa tarumaxacũgũ? Ngema rü nagu nagu iyãxũ nixĩ.
- 

2. Y aquí en los intestinos es donde tu cuerpo realmente comienza a aprovechar el alimento. Quizás tú estés pensando, ¿cómo ese alimento que está en los intestinos puede dar energías y fuerzas a todo el cuerpo? Vamos a ver qué pasa con ese alimento ahora... ¿Puedes ver todos esos pequeños tubos? Esos tubos son los vasos capilares.

3. Ngema tarumaxacügü nixĩ inayahuxũ i ngema õnaarü mexũ rü yixcama rü nagüxũ nixũ. Ya yima nagü rü guxũma i taxũnegu inayahüegu.

---

3. Los vasos capilares recogen las vitaminas y minerales de los alimentos y de aquí los pasan a la sangre. La sangre corre y pasa por todas las partes del cuerpo.

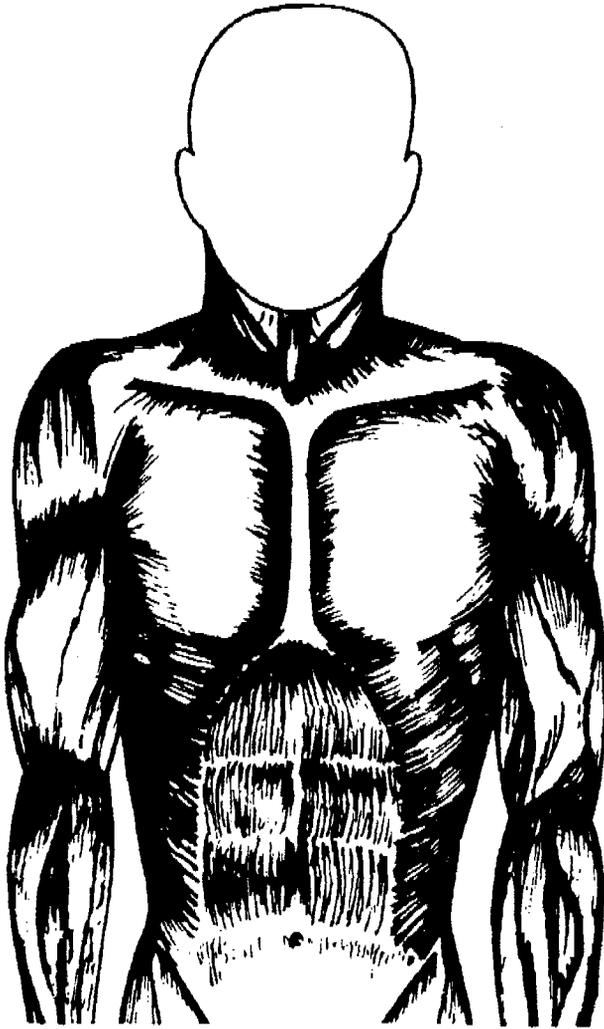


Ñuxma rü daa nixĩ ya curü maxũne.

4. Yima curü maxũne rü chütacü rü ngunecü napuracü. Ñoma wüxi ya mutururũĩ nixĩ na guxũma i cuxunegu na yayaxagüchigüxẽẽãxũ ya nagü.
- 

Ahora, aquí está tu corazón.

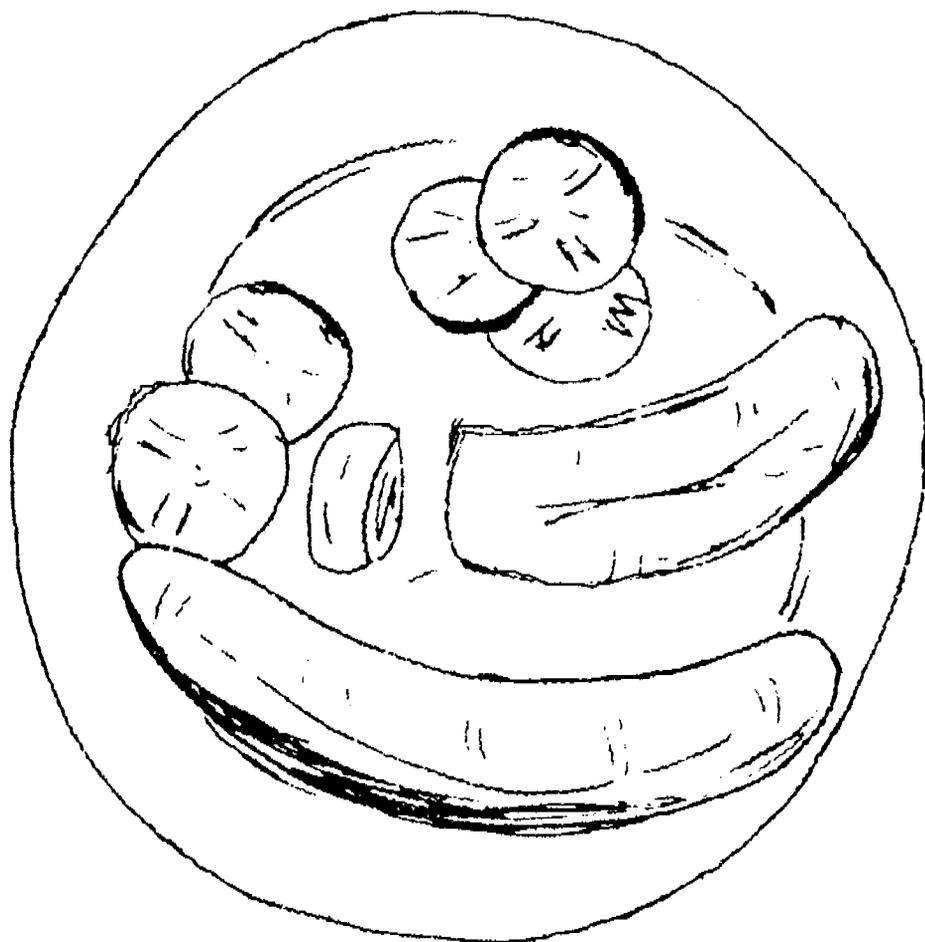
4. Tu corazón trabaja noche y día. Es como un motor que hace que la sangre vaya por todo el cuerpo.



Ngũ, ngemácüx yima nagü rü cuxchinaxãwa rü curü  
múscurugüwa nanange i õnaarü mexũ na iporaexũcax.

---

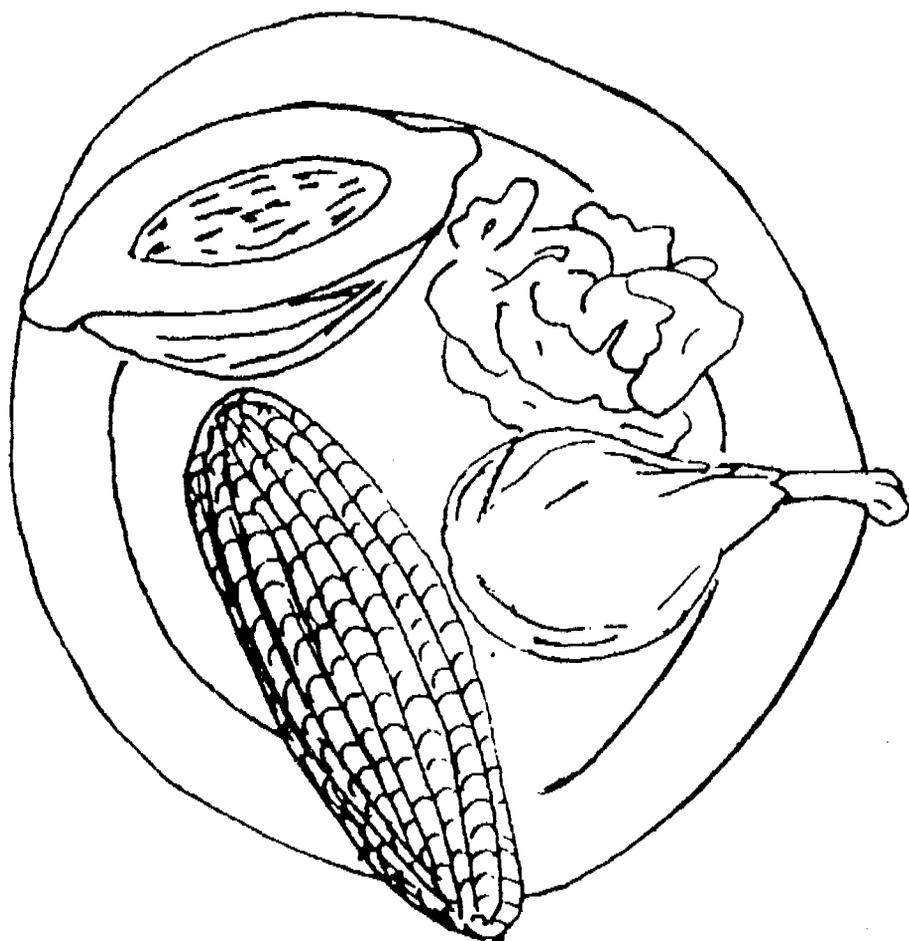
Sí, la sangre lleva el alimento a tus huesos y músculos  
para darles energía y fuerza.



Ngemacax nixĩ na namexũ na cunangõxũ i  
 naguxũraxũxũ i õna. Narümemaẽ nixĩ na cunangõxũ i  
 orixicatama i paxmama rü yixcaama yáuanecü rü chütacü  
 tá cunangõx i natogũraxũxũ i õna.

---

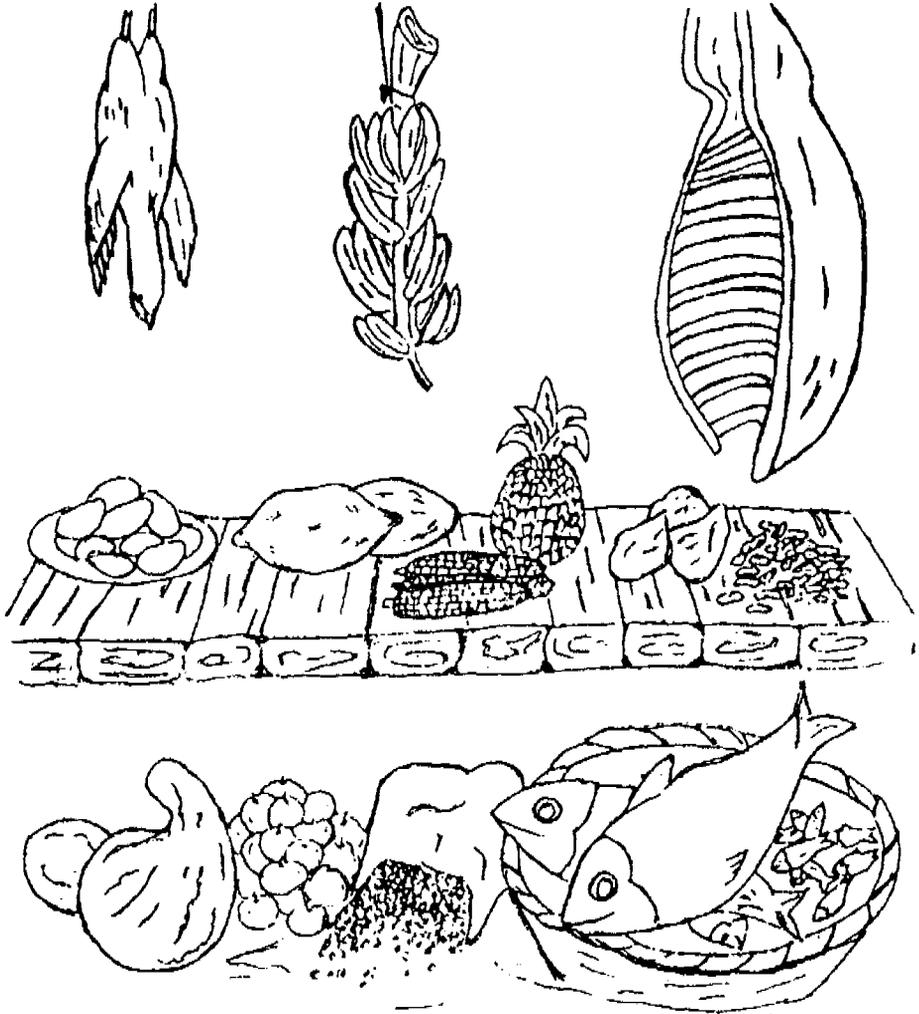
Esta es la razón por qué es tan importante comer  
 alimentos apropiados. Si conviene, está bien comer  
 solamente frutas en la mañana y comer los demás  
 alimentos en la tarde y noche.



iÑuxma nüxü tadau i ngema õna i poratuwa ngexmaxü!  
 Nangexma ya chawü rü íxraxü i namachi rü orixgü.  
 Nagúxüraxü i õna nixí i ngema. Ñaa õnagü rü pora  
 taxünena naxã. Ngema wairachaca rü ta poraãcü name  
 erü nanataixêxê ya tapüta rü taxchinaxã.

---

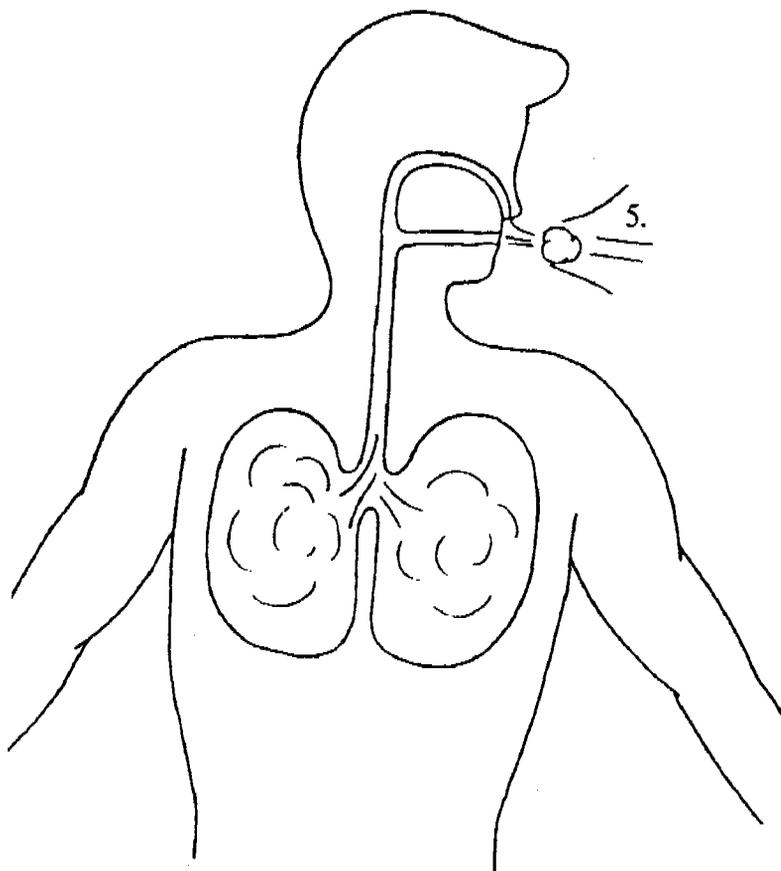
¡Miremos los alimentos en el plato! Hay algo de maíz,  
 un pedazo de carne, una verdura y una fruta. Son  
 diferentes clases de alimentos. Estos alimentos dan fuerza  
 y energía a todo el cuerpo. El corazón de huasahí  
 (chonta) también tiene mucho calcio para dar fuerza a los  
 dientes y huesos.



Marü name na tama ngexicatama i õna na cungóxũ.  
 Ñoma i naanewa nangexma i togü i õnagü ngexgumarüü i  
 orixgü rü namachigü rü choxnigü i tüxũ mexũ. Name nixĩ  
 i gúxũraxũ i õna cungox i wüxichigü i ngunexũgu.

---

No tienes que comer solamente esos alimentos. La  
 tierra produce otras frutas, verduras y carnes que sirven  
 muy bien. La cosa más importante es recordar que debes  
 comer varias clases de alimentos cada día.



Natürü nangexma i to i nanaxwae i cuxune na mea yaxūxūcax:

5. Yima buanecü ya cuma namaa quingüãcüüxcü.

---

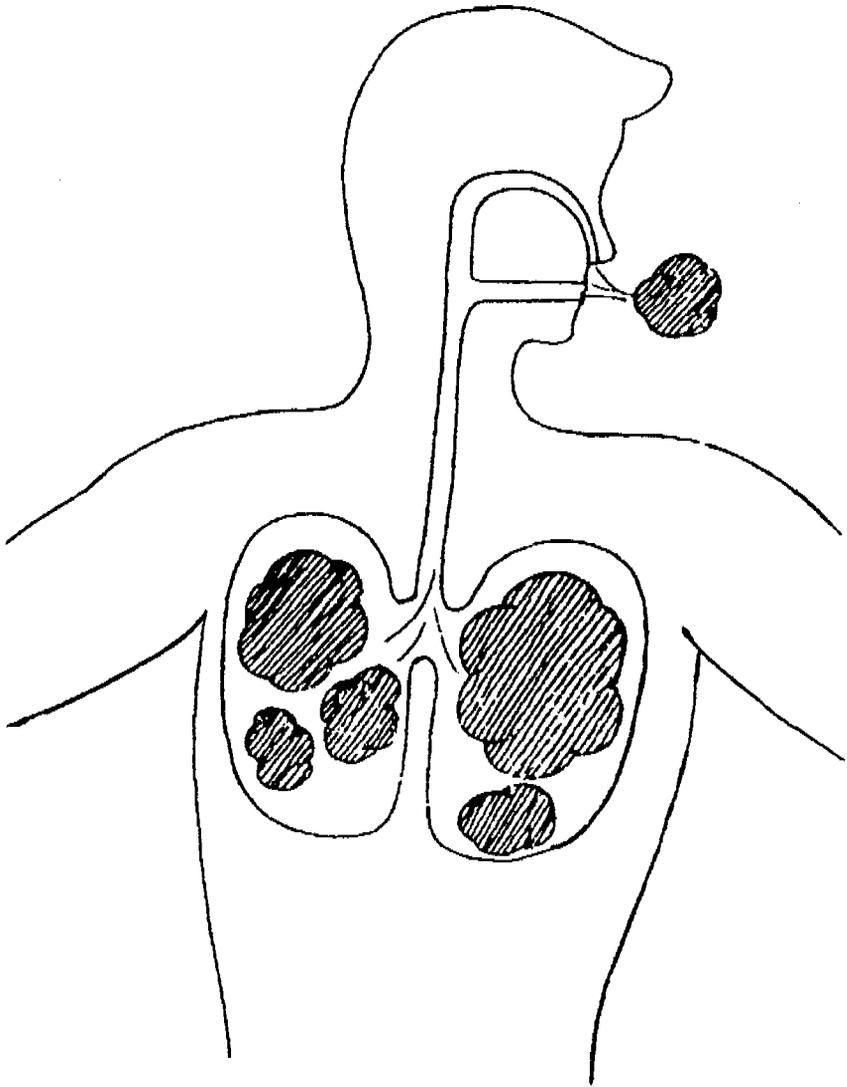
Pero tu cuerpo debe tener algo más para poder funcionar bien:

5. El aire que tú respiras.

¿Marü yĩxũ i na nagu curüxĩnũxũ na yima buanecü rü  
 cuxunecax namexũ? Ñuxma tá nüxũ tadau na tacüwa  
 namexũ ya buanecü. Ngexgumachi curemüarü aixepegu  
 idauxgu rü chi nüxũ tadau na ñuxãcü yaxũxũ ya curü  
 puracügü ega ngexguma quingũãcüuxgu.

---

¿Has pensado alguna vez en la importancia que el aire  
 tiene para tu cuerpo? Vamos a ver por qué el aire es tan  
 importante. Si pudiéramos mirar dentro de tu pecho,  
 podríamos ver cómo funcionan tus pulmones cuando tú  
 respiras.



Ñatarügü rü yima buanecü rü nüxü nangexma i norü  
osíxenu (norü maxü). Cuxune rü nanaxwae ya buanecü  
ya mecü rü ínanataxüchi ya yima buanecü ya ngearü  
maxüácü.

---

Decimos que el aire es bueno cuando tiene oxígeno.  
Tu cuerpo usa el oxígeno que el aire bueno tiene, y bota  
el aire cuando el oxígeno ya está gastado.



Ngũ, ngemácüx, ngema cuxune rü nanaxwae ya buanecü ya mecü i guxüguma. Rü ngemacax nixĩ i namexũ na ngextá buanecü ya mecü ínguxũgu na yaxũxũ ya cupata.

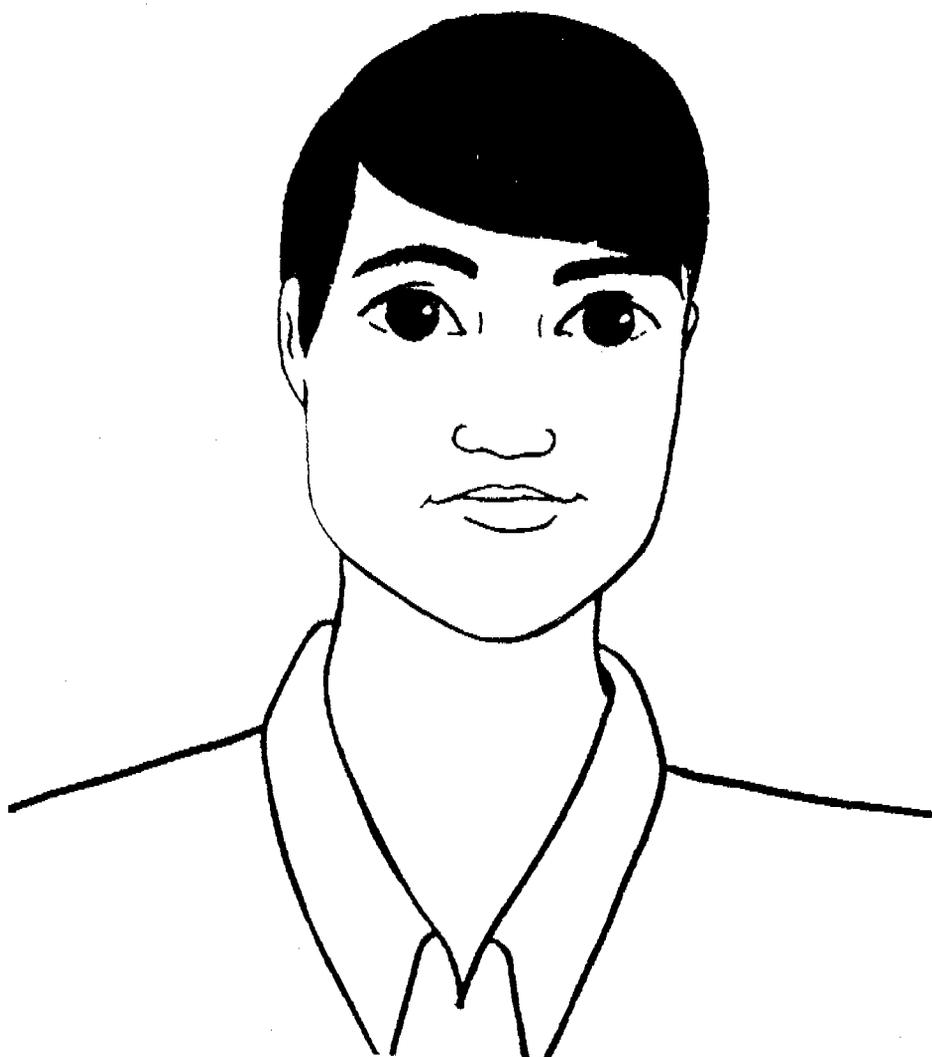
---

Sí, tu cuerpo necesita aire fresco todo el tiempo. Por eso tu casa debe estar construida en un lugar donde puede entrar mucho aire limpio y fresco.

Ngema rü name i guxũguma ngunecü rü chütacü i  
 ngexguma cupexgu. Ngexguma muxũma i duũxũgü  
 wüxitama i ngürücaregu pegügu rü tá inayataxu ya  
 buanecü ya ngexwaçaxũcü. Ngexguma wüxi rüexna taxre i  
 duũxũgü wüxi i ngürücaregu pegügu, rü ngema duũxũgü  
 rü meatáma napee erü yima buanecü rü tá nameecha.

---

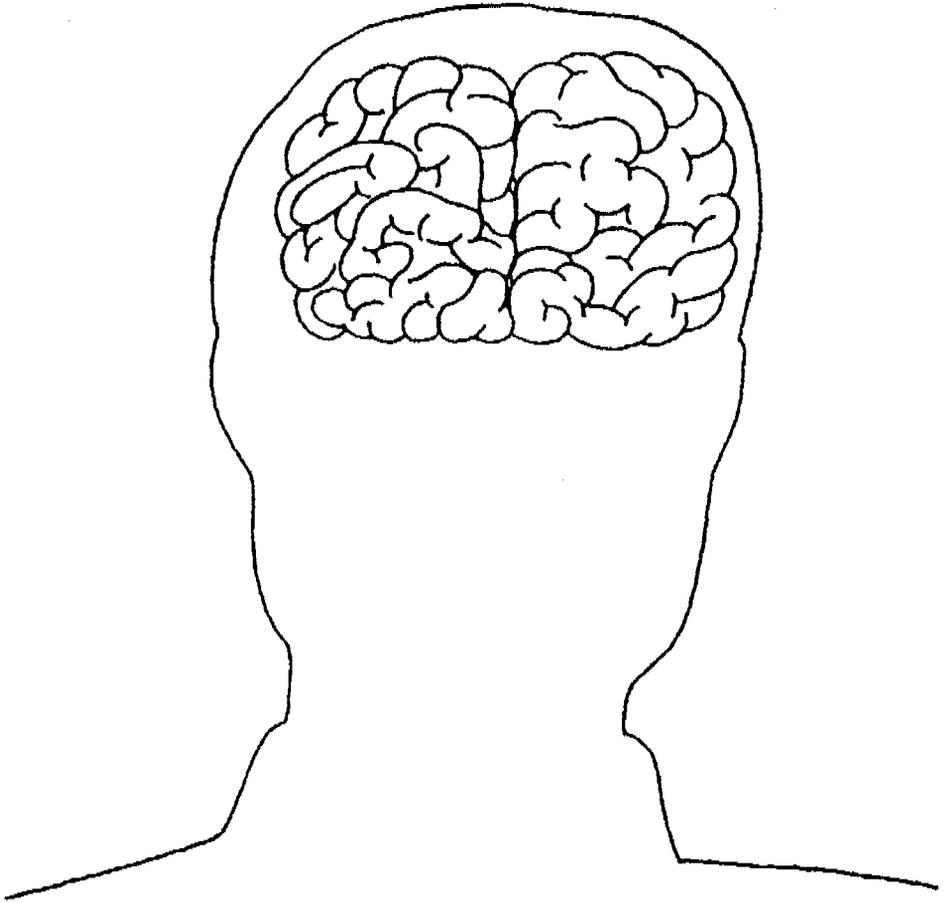
Eso es importante de día y también de noche cuando  
 tú duermes. Cuando varias personas duermen dentro del  
 mismo mosquitero puede faltar el aire fresco. Si  
 solamente una o dos personas duermen en un mosquitero,  
 esas personas van a dormir mejor porque el aire va a  
 estar siempre fresco y limpio.



Nawena na nüxũ cucuáxũ i muxũma i ngexwaçaxũgü  
 nachiga i cuxune, bexmana nagu curüxĩnũ: —¿Tacüwa  
 choxũ namexũ i ñaa na nüxũ chacuáxũ? ¿Tacü tá namaa  
 chaxüxũ i ñaa cuax? Ngemaçax name i curü oxtachiga na  
 idexagüxũ.

---

Después de aprender estas cosas nuevas acerca de tu  
 cuerpo, quizás tú estás pensando: —¿De qué vale  
 aprender todo esto? ¿Cómo puedo usar este  
 conocimiento? Bueno, por eso tenemos que hablar de tu  
 cerebro.

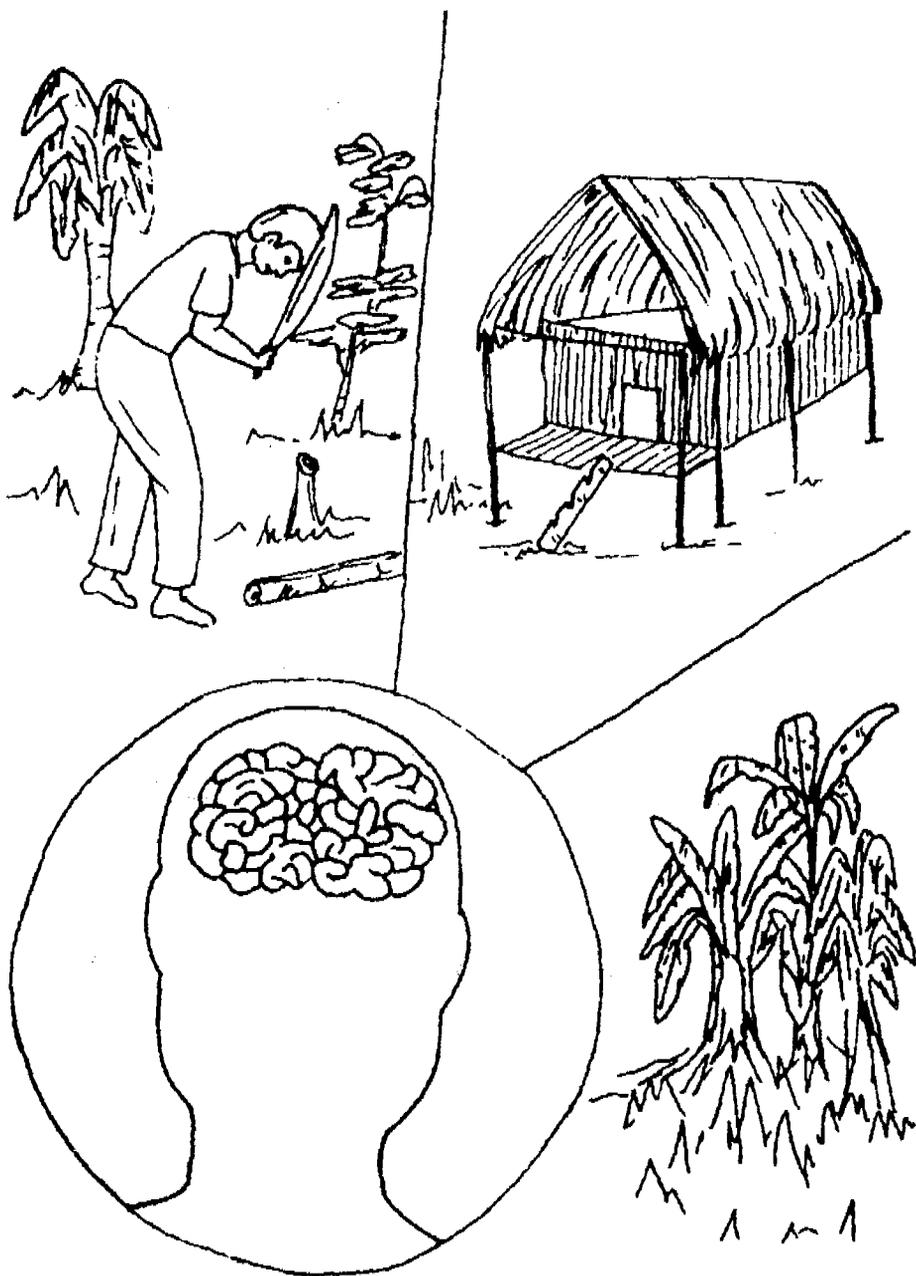


Ngexgumachi cueruarü aixepegu idaxgu rü chi nüxü  
tadau ya curü oxta.

6. Ngü, yima oxta nixĩ i cuxü nüxü cuaxecü na  
cunaxüxü i ngema naxcax cungúxü. Yima oxta rü  
wüxi ya mexechicü nixĩ rü poraacü cuxü  
narüngüxe na cuxunena cudauxü.
- 

Si pudiéramos mirar dentro de tu cabeza, podríamos  
ver tu cerebro.

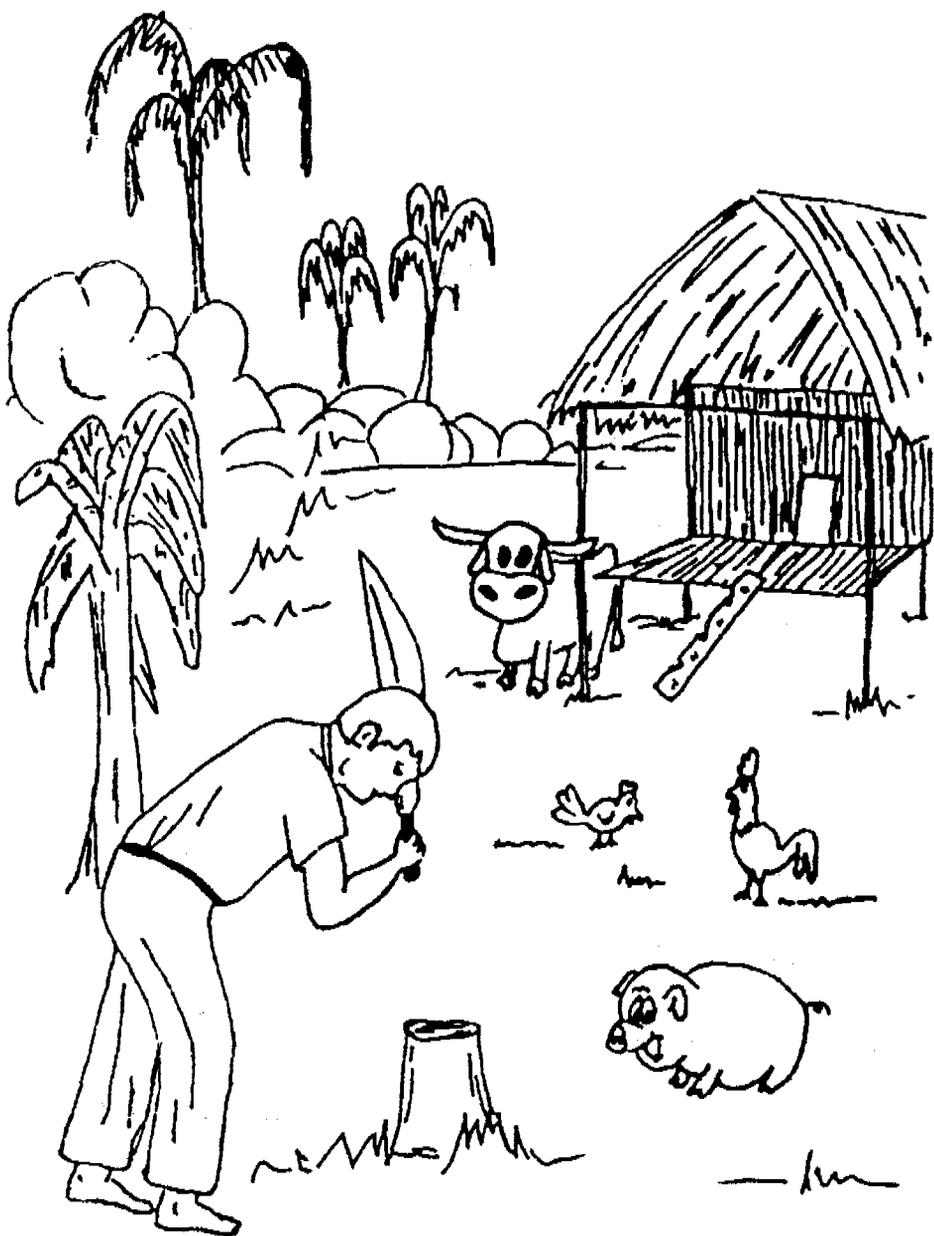
6. Sí, el cerebro es la parte del cuerpo que nos  
ayuda a usar estos conocimientos. El cerebro es  
una cosa maravillosa, y hace mucho para  
proteger tu cuerpo.



Yima curü oxta nixĩ ya cuxũ nüxũ cuaxēēcü na cuane  
 cuxüxũ na ngemaãcü cuxũ nangexmaxũcax i õnagü.  
 Ngexgumarüũ ta cuxũ nüxũ cuaxēē na ñuxãcü taramaa  
 cupuracüxũ. Yima oxta nixĩ ya cuxũ ngxēēcü na ñuxãcü  
 cuxüpataxũ na ngemaãcü i cuxune rü tama pucü rü gáuxũ  
 rü naianexũ nawa nanguxũcax.

---

Tu cerebro te ayuda a comprender cómo hacer una  
 chacra para que tengas alimentos. También te ayuda a  
 usar el machete. Con tu cerebro tú has aprendido cómo  
 construir una casa para proteger tu cuerpo de la lluvia,  
 del frío y del calor.



Yima curü oxta nixĩ ya cuxũ nüxũ cuaxẽęcü i muxũma i  
to i cuax i ngexwaçaxũgũxũ na ñuxãcü mea nüxna cudauxũ  
i cuxune. ¡Nüxna nacuaçãchi ... na cuxune yĩxũ i guxũma  
i curü ngemaxũgüarü yexera rümemaexũ! ... Ëcü, inangux  
na mea nüxna na cudauxũcaç!

---

Con tu cerebro tú puedes aprender muchas otras cosas  
nuevas sobre cómo mantener tu cuerpo fuerte y saludable.  
¡Recuerda ... tu cuerpo es tu pertenencia más importante!  
... ¡Aprende a cuidarlo!