

ALI KIRUYKI KANANPAG

Quechua de Huamalies

Huánuco



Ministerio de Salud
Unidad Departamental de Salud
Huánuco

**Ministerio de Salud
Unidad Departamental de Salud
Huánuco**

ALI KIRUYKI KANANPAG

**Primera edición en quechua, Mayo 1,987
Primera edición en castellano, 1,981
(500 ejemplares)
Aprobada por Oficio No.
0894-87-UDES-DG-HCO**

**"ALI KIRUYKI KANANPAG" ha sido adaptado
de "CUIDADO DE LOS DIENTES".**

**La elaboración de ALI KIRUYKI KANANPAG en el
quechua de Huamalies ha estado a cargo del
Instituto Lingüístico de Verano filial Huánuco.
Traducido por Palerma Moreno P.**

**Colaboró como organismo revisor la Oficina
de Participación Comunitaria de la Unidad
Departamental de Salud - Huánuco.**

PRESENTACION

La boca es un órgano de entrada del Aparato Digestivo donde comienza la digestión, con la masticación y la adición de saliva a través de las glándulas salivales. El descuido de los dientes en cuanto a su higiene afecta directa o indirectamente la salud de la población, sin tener en cuenta la edad, sexo o condición.

Para la buena salud se debe llevar a cabo en forma permanente la promoción, protección, rehabilitación y educación en los centros educativos, comunidades campesinas y a nivel familiar, para disminuir o erradicar la incidencia de las enfermedades que afectan a las piezas dentarias.

La práctica y difusión del contenido del presente libro denominado ALI KIRUYKI KANANPAG, constituye un aporte para el beneficio de la población.

**UNIDAD DEPARTAMENTAL DE SALUD - HUANUCO
Oficina de Participación Comunitaria**

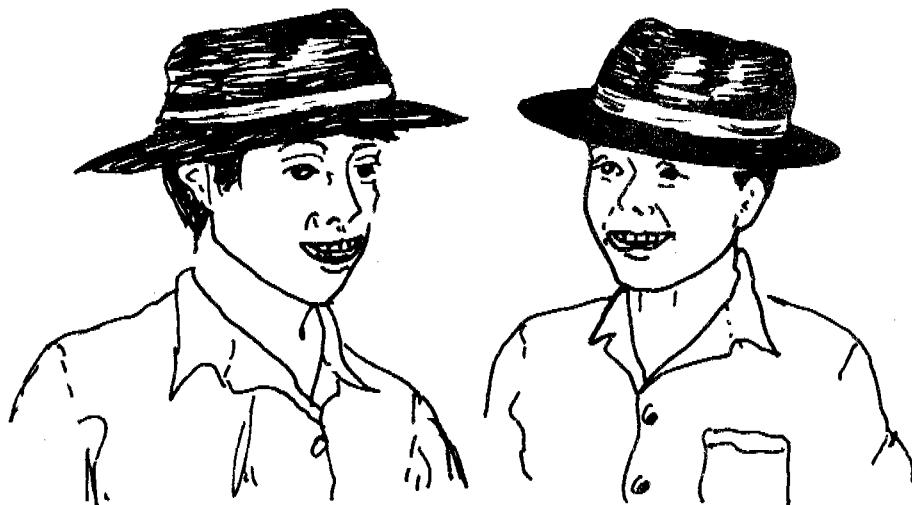
ALI KIRUYKI KANANPAG**1. KIRUYKITA REGIY.**

Lapansi munansi kirunsi ali kananta. Mikuy-ninsita shumag fluchu kachunapag y saynawpa kwer-punsi sānu kananpag.



Kaychaw rikansi juk warmi asiykagta. Kay warmi manami aläpa chakwasragsu. Tan juk ichikla markachaw gowanwan y wamrankunawan. Say markaman manami kärrupis chansu karu kaptin. Ni sanitaryupis kansu imanawpa kirun kuydakuya yachasinanpag o imayka geshya sariptin jampinanpaggis. Saymi lapankunapa kirunkuna ismur ushakaykan mana kuydayaptin. Mayayansu imanawpa kuydana kashgantapis, mana pipis yachasiptin.

Gam siwdä serkanchaw taykar, kiru jampig mëdiku kashganta mayaykar; kiruykita ismussirga kikimi jusayoq kanki. Musyaykar kiruykita ushakässinki mana kuydaylapa. Kay warmi kirunta ograshga mana mayashpanmi. Kaynaw kirun uchkur ushakaptinga fiyupa nanasikushga manami mikuytapis pwedishsu. Mikuptin fiyupa nanashga y ensyassinpitapis pogru y yawar yargushga. Saylawan enteru kwerpunpis nanashga y geshyashga kiru nanaywan.



Kay ishkay magtakuna täyan juk sanitaryu kashgan markachaw. Paykunata sanitaryu yachasishga imanawpa kiru kuydana kashgantapis. Saymi kay magtakunapa kirunkuna sănu kaykan. Manami uchkunsu y manami nanasikuyansu wakin kwerpunkunatapis. Kushishga kakuyan kirunkuna shumag sănu y yurag kaptin. Paykuna imayka mikuytapis shumag mikukuyan mana nanasikuypa. Kwerpunkunapis sănu kakun. Kada mikuya ushaskir kösa awikuyaptin.

1.1 ĆKanan Tapushayki Mä Yachakushgaykita Nimay?.

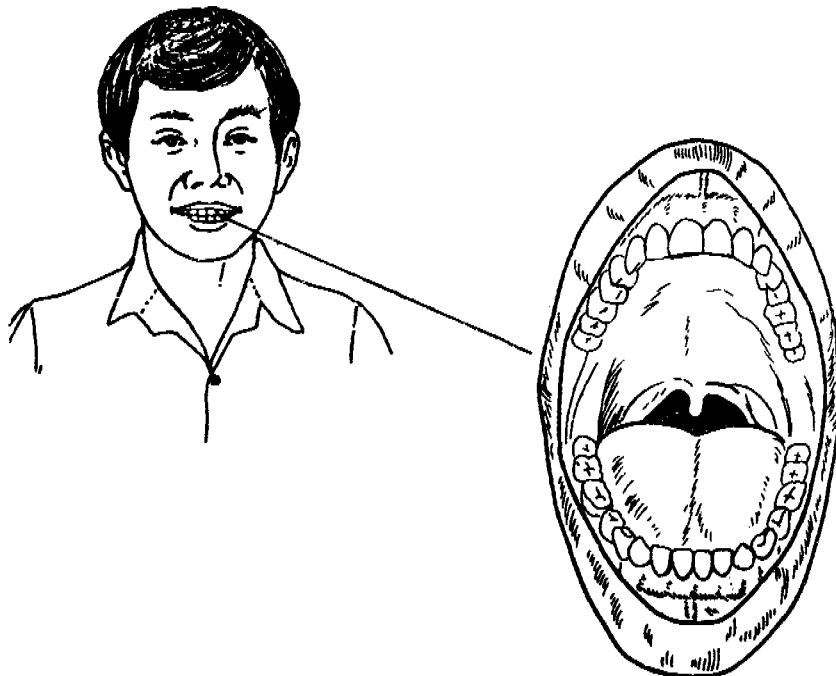
1. ĆImapagta munansi kirunsikuna sănu kananta?
2. ĆImatami mayan kay warmi kirunkunachaw y ensyasninchaw?
3. ĆImanirtag kay warmipa kirunkuna uchkushga?

4. Čimanirtag kay ishkan magtakunapa kirunkuna sănu?
5. Čimanawparag mayashway kay ishkan magtakunapa kirunkuna y ensyasnin sănu kashganta?

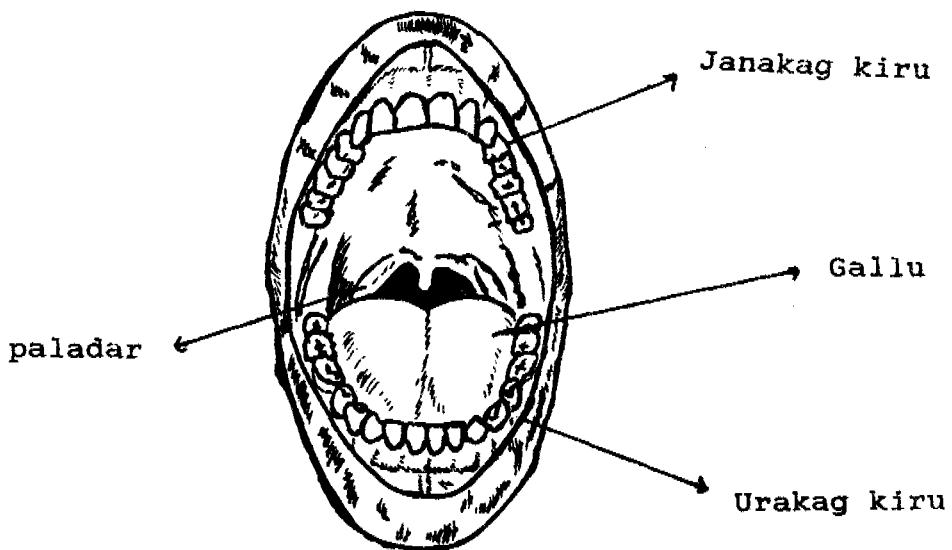
2. KIRUPA KASTAN Y ARUYNIN.

Kaychaw rikansi shimita sănu kiruyugta. Lapan kirunkuna sănu shumag kuydashqa kaptin. Kimsa chunka ishkaymi roku runapa lapan kirunkuna.

Shimi Sănu Kiruyog



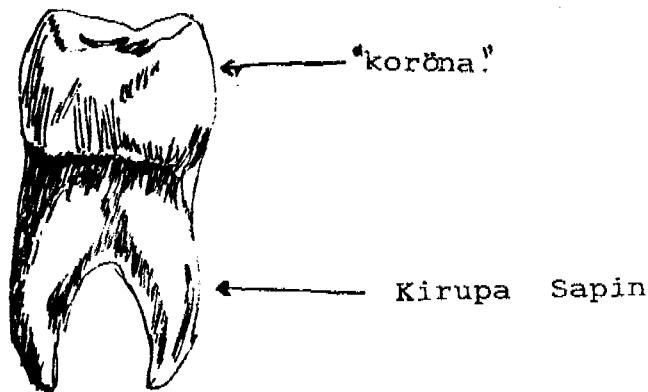
Shimi sānu kirunwan



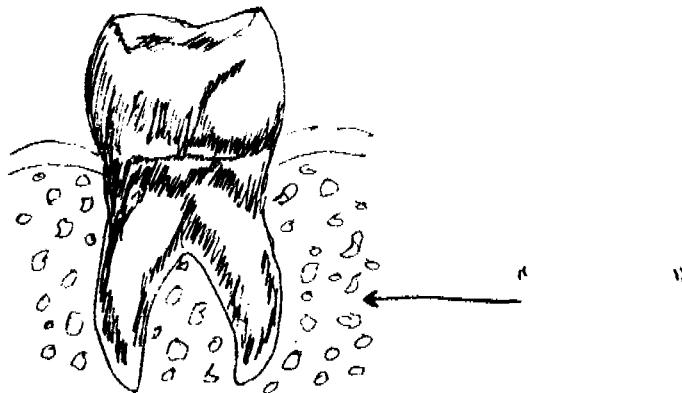
Kanan rikashun kay kirukunata serkapita. Kirutu kaynaw jinanpa rikashga ishkay lämanmi partiran. Jukkag lädu shiminsichaw rikakagmi koröna. Y jukag lädu mana rikakag ensyas rurinchaw kagpa jutinmi sapi o jagwa.

JINANPAKAG KIRU

JINANPAKAG KIRU



Kirukunataga saparan juk tulukunaragmi saymi fwerti anakunata y chukrukunata mikushgapis kuyunsu. Kirunsikuna shumag jawiran ensyasmanmi. "alveolo" nishgan tulukunami jagwata jirurupan.



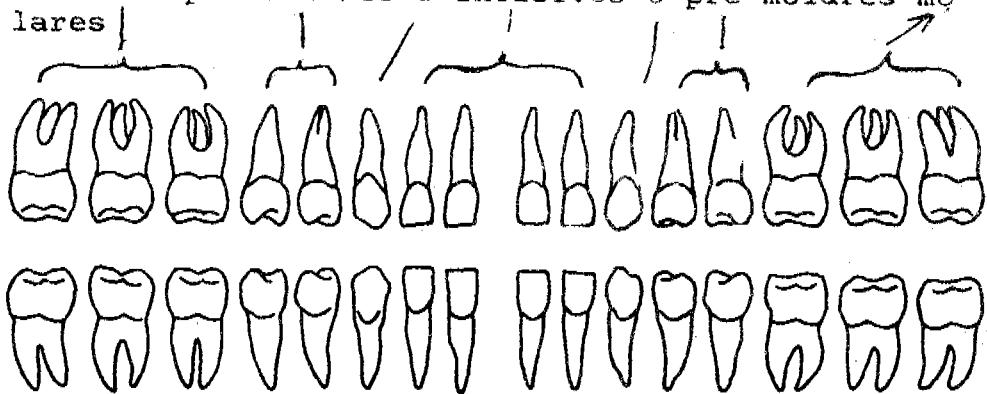
Roku runakunapa kirunkunaga kimsa chunka ishkaymi. Kay kirukuna chusku kastami.

- 8 "icisivos". -punku kirukuna
 4 "caninos". -Iskina kirukuna
 8 "premolares". -Maray kirukuna o waquukuna.
 12 "molares".

Kay Dibujuchaw Rikashun:

JANAKAG KIRUKUNA (DIENTES SUPERIORES)

Maray kirukuna, iskina kirukuna, punku kirukuna.
 Molares pre-molares c incisivos c pre molares molares



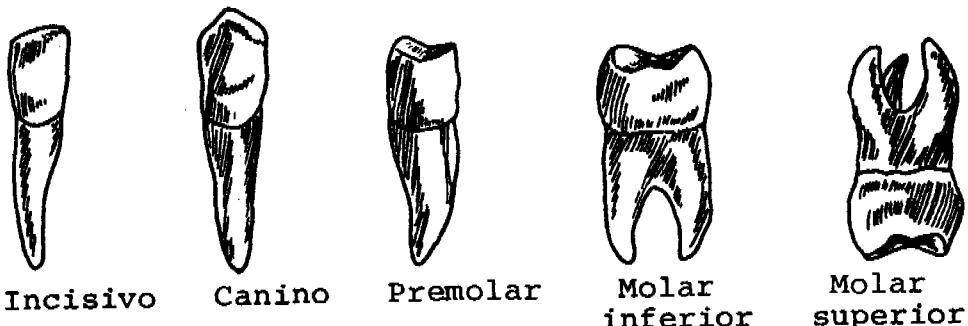
URAKAG KIRUKUNA (DIENTES INFERIORES)

Kada kasta kirukunapa aruynin kaynawmi. Incisivukuna o punku kirukuna mikuyta rutunanpag o partinanpagmi ali.

Iskina kirukuna ali mikuykunapa garanta jipinanpagmi. Abaspa garanta o chukru mikuykunata partinapag.

Maray kirukunami ali mikuyta fuchu kachunapag.

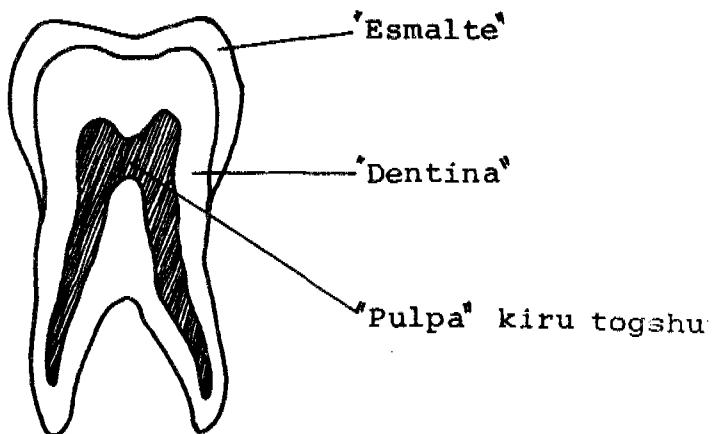
Kaychaw Rikashun Kada Kasta Kirukunata:



Punku kiru iskina kiru maray kiru urakag maray kiru janakag.

KIRUPA RURINCHAW KAGKUNA

Kanan mayayta munansi imanaw kiru rurinkag kashganta. Kaychaw juk sānu kiru pulanpa partish-gata rikansi. Say janay janayta saparan kiru tog-shuta. Punta saparagkagpa jutinmi "Esmalte". Esmaltikagga segaypa chukru y yuragmi. Say rikakan parlashga o asishga.



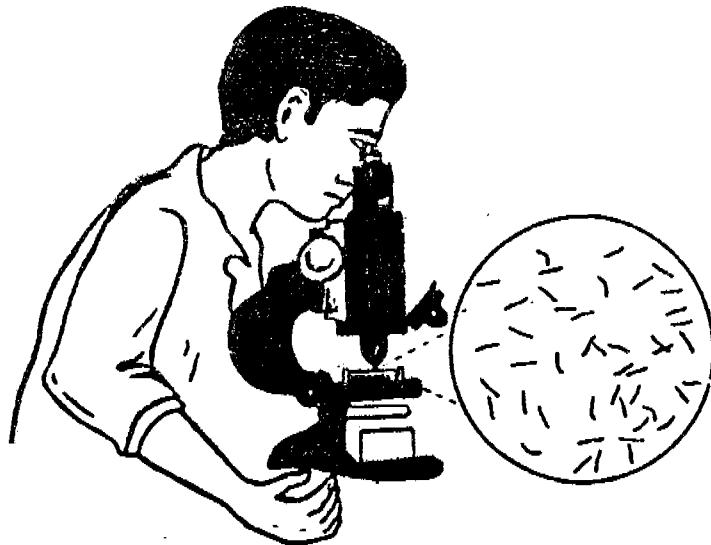
Esmalte rurinchaw kag mas llampumi. Saypa jutinmi dentina. Dentinapa kolornin garwashmi. Say dentina rurinchaw kan kirupa togshun (pulpa dentaria) nishgan mas llampu y bënakuna pásan saypa ichichag ankukunapis. Saymi togshuyag kiru uchkur chaptинга fiyupa nanan mana awantaypag. Sayta manami alsayta pwëdinnasu kiru jampig mëdikupis (dentista).

2.1 Mä Kay Tapushgata Kontestamay.

1. ¿Maygantag sănu kirukunapa aruynin kwerpu sănu kananpag?
2. ¿Roku runachaw aykami lapan kirunkuna kanman?
3. ¿Imami jutin ishkan lädu kirukunapa?

4. ¿Ayka kastami kirukuna kan?
5. ¿Imami jutin say chusku kasta kirukunapag?
6. ¿Imapagmi ali say kada kasta kirukuna?
7. ¿Imami jutinkuna say kiru rurinchaw kagkunapa kiruta pulanpa partishchaw rikashkansi sayta?
8. ¿Kirunsichaw maygan partikagmi mas chukru?
9. ¿Kirupa mayninchawmi tarikan bënakuna?
10. ¿Dentinakagga chukru o llampuku?

3. KAY KURUKUNAMI JUSAYUG KIRU UCHKUNANPAG.



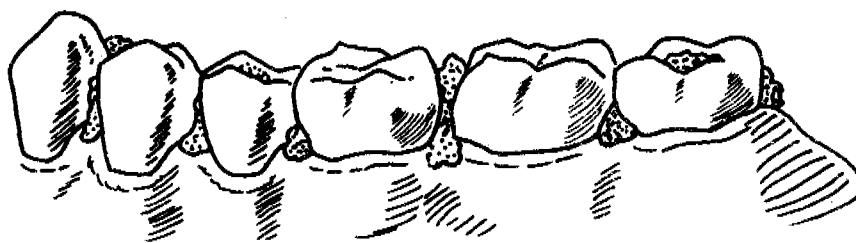
Kay ishkan magtakunapa markanchaw kashga sanitaryu. Pay yachasishga imanawpa kiru kuydana kashganta lapan markachaw runakunata.

Kaynaw lapankuna wiyan sanitaryu yachasip-tin. Paykuna mayan kiru mana maylashga ganrakar ismushganta. Shimi ganra kaptin manami kirulasu ismun. Ensyasninsikunapis ismunmi y saylapitami entēru kwerpunsipis nanan.



Kirunsi Timpyu karga manami ismunsu. Insyaspis sä-numi kakun.

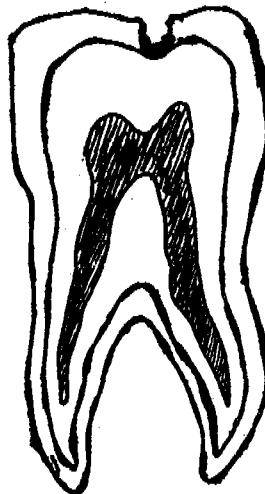
KIRU SHILANKUNACHAW MIKUY KEDASHGAN



Mikuyta ushaskir mana maylakushga kiru shilankunachaw mikuy jatirar ismun. Sayman ichichag kurukuna yaykur mikun y kiruta ismusin ratitu. Kiru jampig mēdiku nin shimichaw kan aska ichichag mana rikakag kurukuna. Mikuy kiru shilankunachaw kēdagta mikur mana maylakushga saysikaman miran. Saynawpa

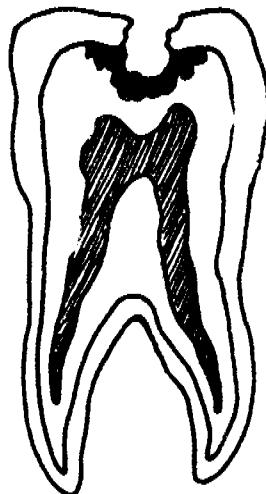
kiruta uchkur galarin. Mayansimi Kiru uchkur galariptin. Rikansi ichik yanata uchkur galariptin. Ichik awja puntanawla yurin kirupa chawpinchaw. Say jatunyapti mayansi kiru jimpagta achag o alag mikuykuna sayman chaptin. Mikushgansi öra mayansi kirunsi nanagta. Nikälarnami mas nanay galarin pagasta ni junagta mana pāraypa.

3.1 Kaychaw Rikansi Uchkur Galariykag Kiruta.



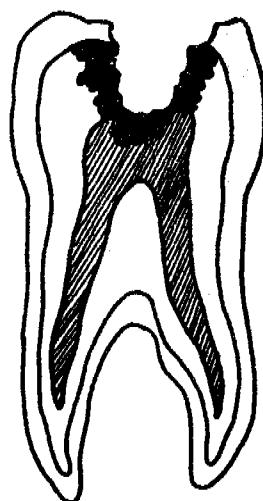
Kaynawmi kiru uchkur galarin. Kaynawmi puntata uchkur ichik ichikla galarin saynawlami esmaltita ushan. Esmaltilachawrag uchku kaptingga manami mayansisu nanayta ni jimpansu. Saynawmi uchku mas jatunyan mana jampisishgaga.

KIRU UCHKUR DENTINAMAN CHASHGA (Carie de segundo grado)



Kiru uchkug kurukuna dentinaman chaptinmi isanga uchku mas jatunyanga. Dentina mas llampu kaptin uchku ratiytu jatunyan. Uchku dentinachawna kaptinka yakupis mikuypis char nanāsin. Achag mikuykuna alag mikuyuna o mishkikuna chaptin jimpaypanan. Sayta mana jampisishga uchku mas jatunyanga.

UCHKU KIRU TOGSHUMANNA CHASHGA



Say uchkuta saynawlata kasishga changa kirupa togshunman (pulpa dentaria).

Uchku kirupa togshunman chaptingga fiyupami nanan manami mikuytapis pwēdinsisu. Ichichag krukuna yēmaman charge ratiytumi mikur galarir chanman ruriyag asta kära tuluyag. Say tuluman chaptingga nanay manami witinsu pagasta ni junagta.



→ pogru pogushga



Uchkur kära tuluman chaptинга pogru yuringa y kärapis jakanga. Say pogrupa jutinmin infiksiyun nishgan. Tulu rurinchaw pogru pogur galariptin nananga mana wiayapa. Saynaw kaptinga mananami alinasu jampinanpagpis. Say kirutaga jipisiypämi kanga. Manasayga lapan kwerpuykipami infeccion yaykonga. Wakinkag sănu kirukunatapis muyanga mana say uchkushkag kiruta jipisiptiki o jampisiptiki-ga. Saymi kirunsita kuydakuypag. Mana kiru kaptinga imanawparag mikuyta mikushway. Mana kirunsi ushakänanta munarga shumag kuydakushun. Limpyuta kasishun y saynaw rurashga kirunsi düramäshun aska watami.



Kiruyki uchkugta mayarga jinan ɔrami kiru alsag doctorman (dentistaman) aywanayki. Y mas alimi kanga kuydanayki kiruyki mana ismunanta.

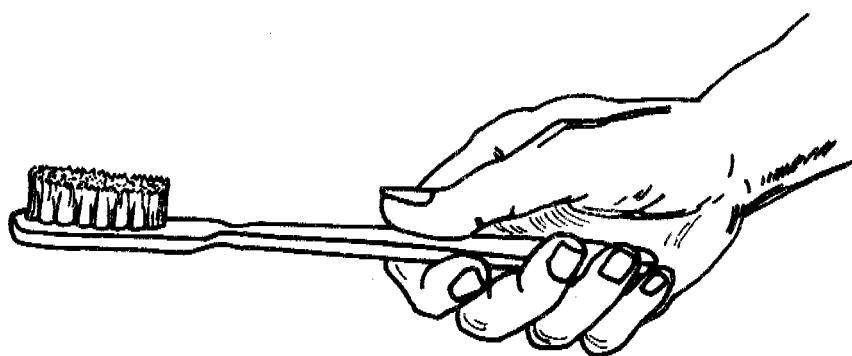
3.2 Kanan Tapushgata Kontestamay.

1. *¿Imapitami kiru uchkun?*
2. *¿Imanirmi say kiru shilankunachaw mikuykuna këdag kiruta ismusin?*
3. *¿Imanawpami mayansi kiru uchkuykashganta?*
4. *¿Imanirmi uchku mas ratiytu miran kiru rurinman yaykur?*

5. ¿Imanawmi aläpa kiru ismush?
6. ¿Imanirmi sayrag galarirga ajata yaykun uchku kiruman?
7. ¿Imanirmi dentinaman charge ratiytu yaykun y nanan?
8. ¿Kirunsi ismunanpag kachariykushunku o jampisishunku?
9. ¿Imanirtag dentistaman aywashun uchkush kiruta jampinanpag?
10. ¿Imapagtag sănu kiru ali?

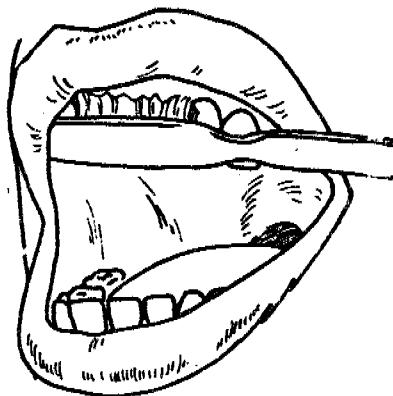
4. KAYNAWMI KIRUTA Y ENSYASTA LIMPYANSI.

4.1 Kiru Eskubiyllawan Kupar Kiruta Y Ensyasta.

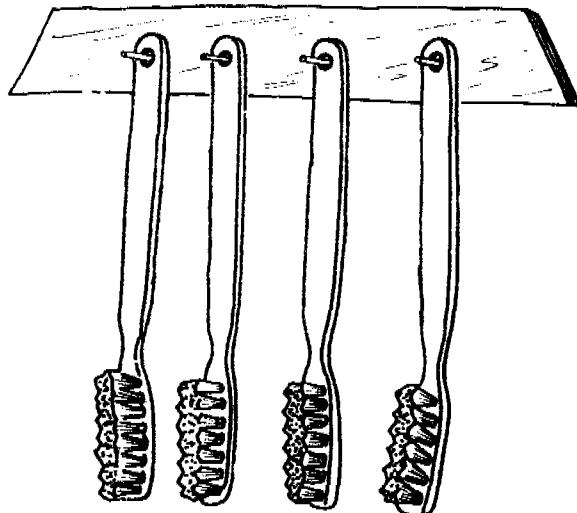




Kay dibūjuchaw rikansi ishkay magtakunata kirunkunata eskubiyllawan jichkaykagta. Saymi paykunapa kirunkuna sănu y yurag mikuyta ushaskishgan öra soqsikuykäptin. Saynaw gampis ruranki juk ju-naqchaw ishkaykutilapis. Saynaw maylakuptiki manami fäasilaga kiruyki uchkungasu. Mas alimi kanga kimsa kuti kiruykita eskubiyllawan awikuptiki.



Wayikichawapan familyaykikunapag kada Ӧnunpag eskubiyllata rantipay. Manami alisu juk eskubiyllalata lapaykikuna manijayänayki. Kada Ӧnunpa shiminchawmi kan ichichag kurukuna. Saymi muyamashway ima geshyatapis jukpa eskubiyllanwan jichkakushqa.



Jichkakuyta ushaskir eskubiyllataga churanki shawaypa sakinanpag y saynaw rurashga eskubiylapis dūranga. Kiru maylanan pasta mana kaptinpis eskubiylayki isanga ama faltasunsu.

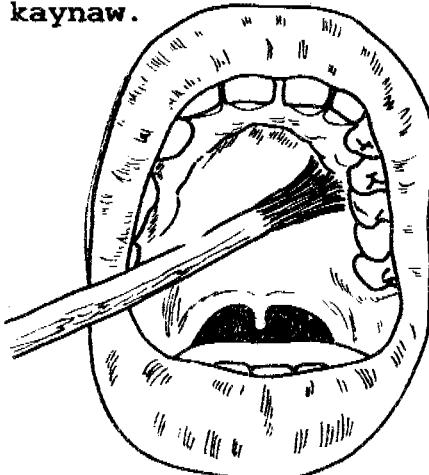
Wakinkuna mana eskubiylan kaptingga gerupita shumag rurarkur saywan kirunta limpyan. Akormawan kupar kiruta yuragäsishganyag.

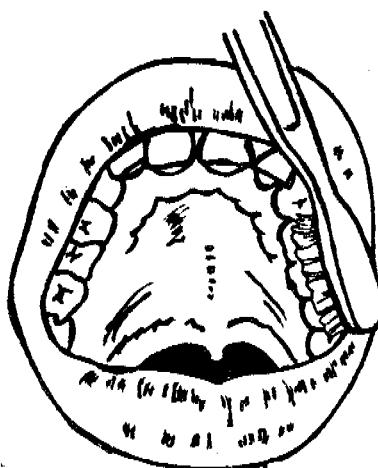
Mas alimi kiruykita maylanayki mikuy jati-kashgankunata jipiypa. Mikuy këdagkunata mana jipishga kiruta ismusin. Kiru maylana pasta mana kaptingga maylanki kachi yakuwan o bikarbunätuwan.

Kaynawmi gerupita ruransi kiruta limpyanapag mana eskubiylla kaptingga.



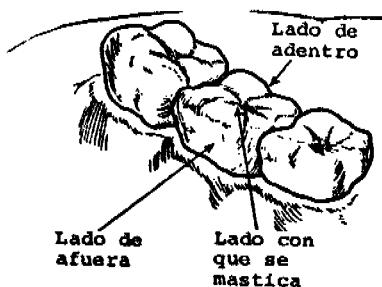
Gerupa puntanman kachita churarkurmi lapan kiruta limpyansi kaynaw.



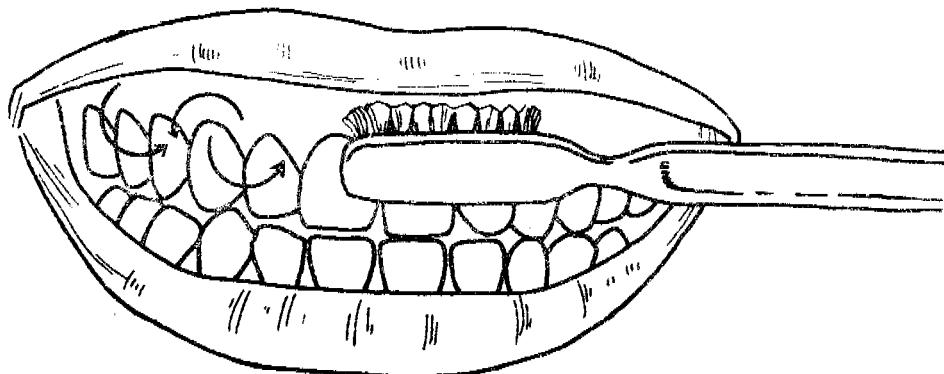


Mëdiku o sanitaryu yäsishuptiki chaskikunki. Paykuna wilapäshunki musyarmi. Kiruykita eskubiyllawan kupashgayki öraga kupanki kimsan läduta kaynaw.

Kaynawmi kiru maylayta yachasimansi sanitaryu o mëdikupis. Jananpa, rurinpa y chawpinpa kay fí-gürachaw rikashgansinaw.



Shumag pasyensyawan maylashun insyasta maylarga. Yachaylapami eskubiyllawan kupansi mana yawarta jorguylapa.



Kastaykikuna o bisiynuykikuna kirunta eskubiyllawan jichkayta mana yachaptinga yachasiy. Yachasiyta munarga kikikimi kiruykita eskubiyllawan jichkakunki paykuna rikananpag. Sayta rikarga yachakongami imanawpa kiru maylana kashganta. Kay dibujuchaw rikashun kimsan lädupa maylana kashganta.

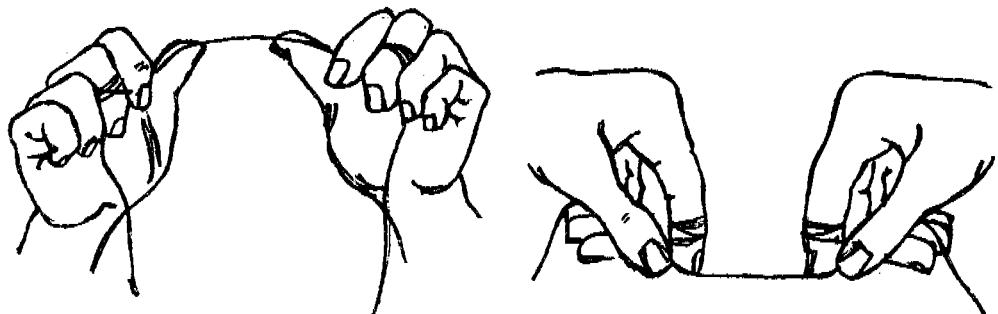
4.2 Kay Tapushgäta Nimay.

1. ¿Imanirmi kiru uchkunsu maylakushgaga?
2. ¿Imatata tag mas nisitansi kirunsita maylana-pag?
3. ¿Aykakutitag limpyashway juk junachaw?

4. ¿Mana eskubiyllata rantita pwëdirga ima-wantag kiruta kupashun?
5. ¿Mayganta say kirupa kimsan lädun limpyanapag?

4.3 Kiruta Juk Jiluwanpis Limpyanansi.

Eskubiylawan kimsan lädupa kupashgapis kiru shilanchawmi këdan mikuykuna. Say manami eskubiylawan kupashgapis yargunsu. Sayta jipinsi juk jiluwanran. Say jilu kan jampi rantikug tyendakunalachawmi. Saytami ali rantikuypag shumag kirunsita limpyanapag. Say jilu mana kaptinga alimi kanga karretawan isanga limpyu kasun. Juklayla agsapis alimi kiru shilankunata limpyanapag. Kay figürachaw rikashun imanawpa jiluwan janakag kiruta limpyanapag kagta y kay jukagnami urakag kiruta limpyanapag.



Janakag kiruta limpyanapag. Urakag kiruta limpyanapag.

Nirkur kaynawpa churashun jiluta shilankunaman yaykunanpag. Saypita kuyusishun janapita uraman yachaylapa lapan mikuy këdashkuna yargonanpag. Saynaw rurashun ishkay o kimsa kuti.

Jilu mana yaykuyta munaptinga ama fwersawan yaykasiysu. Jilu mana yaykuptinga manami ni mikuypis yaykongasu. Say jiluwani limpyarga yanapaykansinami limpyu kananpag. Mana jilu yaykuyta munaptinga geruta ichik llawchi puntata rurarkur yachaylapa ogtinki kaynaw.



Isanga ama alëpa ogtinkisu kapasmi däñankiman ensyasta. Saymi yachaylapa kiruta y ensyasta limpyanki.



4.4 Shimita Sogsikur



Unay runakunapa kostumrin kag shiminkunata sogsikur kämapita sharkushgan öra y mikuyta ushashgan öra. Fwersawan sogsikuyaptin kiru shilankunachaw mikuykuna kedag yargonanpag. Saynawpa rurar unay runakuna manami aläpa kiru nanayta mayayagsu. Kanan tyempumi isanga ichichag wamrakunapis kiru nanayta mayan. Fäsi kirukuna ismun. Wakinkunaga manami kirunkunata awikunsu gelanaylapiita. Saynawpami ismusiyan. Kada junag awikugkuna manami kiru nanayta mayayansu kirunkuna sănu kapitin.

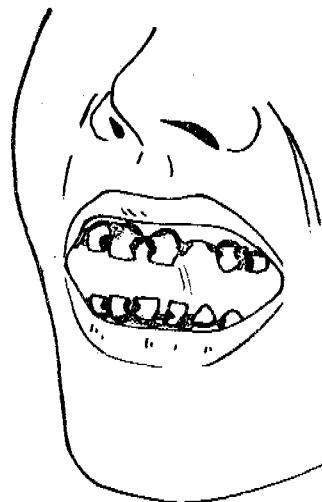
4.5 Mä Kanan Kontestamay.

1. &Kiruta imananmanrag say kirupa shilankunachaw mikuy jatirar?
2. &Imanawparag limpyashun kiru shilankunata?
3. &Imaymi kiruta maylashway?

4. ¿Mana jílu kaptingga imawanrag limpyashway?
5. ¿Imanirtag shimita sogsikuy ali?
6. ¿Juk junachaw ayka kutirag sogsikushway?.

5. KUMPLIKASHGA GESHYAKUNA KIRUCHAW Y ENSYASCHAW.

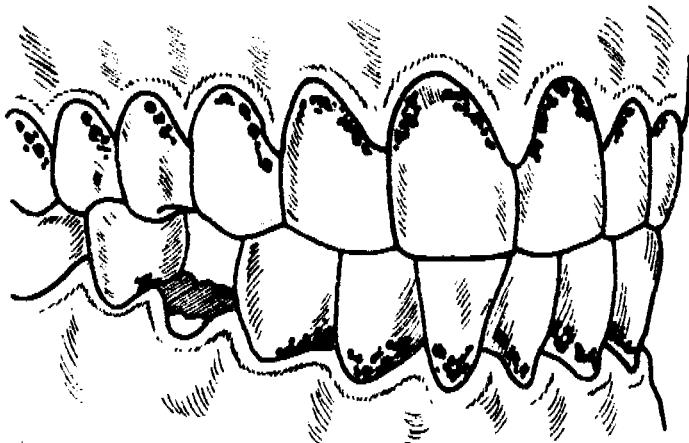
5.1 Ensyas Ansashga Y Sarru Geshya (Chapa) Kiruchaw.



Kaychaw warmipa kirunkuna y ensyasnin japanla däñashgata rikansi. Saynawyashga kay warmipa shimin mana shiminta maylakushga kaptin. Kirunchaw y ensyasninchaw mikuy lagakashga këdar. Kaynaw kirun ismushga kaptin kay warmi imaypis nanasikular kag mikuytapis manami pwëdiqsu. Ensyasninkunachaw infeksiyun kaptin kirunkuna kuyuykag. Kay infeksiyun

yurin kiruchaw särru (chapa) geshya kiru chakinku-nachaw kaptin.

SARRO GESHYA KIRUKUNACHAW



Särru geshyaga yurin kiru insiyaschaw mikuy gori-kar chukkrun mikuyta ushashgansi öra mana soqsi-kushqaqa. Särru sayrag yurirga llampulami kolor-ninpis rikakan garwashmi. Nirkurnami mana mayla-kuylapa kashga chukkrur galarin. Saymi runakunapa kirunchaw garwashta rikarga mayanki särru geshya kashganta.

Saynawta rikarga yäsinki maylakunanpag mana-rag ansashganyagla. Särru yurin kiru shilankuna-chaw y ensyaschaw mikuy kädaptin. Sayta mana shumag eskubiyllawan kupashga. Kimsa o chusku junataga chukkrur galarin y saylaman mas juntakan. Chukrushgana kaptingga mananami limpyayta pwedinsina-su eskubiyllawan kuparpis.

Särru geshya fiyumi kirupag y ensyaspag. Kirunchaw särruyug kag runakunapaga syemprimi ensyasnin däfakan. Kay kiru dibüjashchaw rikansi

särru geshya yurishgata. Kaynawmi say geshya yurin kiruchaw y ensyaschaw.



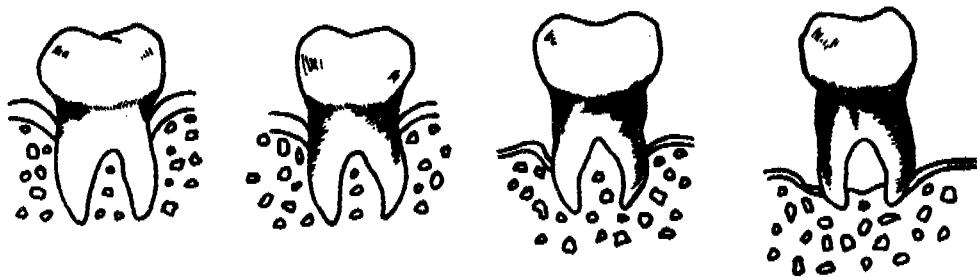
Kaychaw runakunapa kirunta rikapaykan juk sanitaryu. Saychaw tarishga lapankunapa kirunchaw särruta y kirunkuna ismushgata. Saymi yäsiykan imanappa kirunta kuydananpag kagta. Wilapashga kay fiyu geshya kashganta. Särru geshya ensyaschaw yurip-tin nanar galarin. Pukayan y yawar yargon ichik töpashgalapis. Nirkur mana jampishga ensyas kirupita rakikar galarin. saynaw kiru kikilan yargon-man kay dibüjuchaw rikashgansinaw.

KIRU CHAKINPA ISMUYKAN



Saynaw sārru sariptinga kirupa jagwanga rasmi ismunga. Y saypami uchkun jananpa sānu kaptinpis. Jagwankagga ratiytumi uchkun llampula kar. Saymi kiruyki nanaga mayarga dentistaman aywanki pay rikananpag. Ali jampiylarag kaptinga jipinga y japanlana uchkukashga kaptinga jipinga. Kay dibūjuchaw rikashgansi kirunaw kaptinga mananami ali jampiynasu.

Sarro geshyawan kiru kikilan ensyaspita lushtikan



Sanitaryu yachasishuptiki shumag tantiyakunki. Nirkur ruray pay yāsishushgaykinawla. Mana kiruykita ograyta munarga kada mikuyta ushashgayki òra kiruykita maylay eskubiyllawan o say puntata yāsishushgaynaw.

Say sārrutaga jipinga kiru jampig mēdikuran o sanitaryu aparātuwan jichkaypa lapan kirupita. Mana sanitaryu kaptinga kikilayki maylanki tibyu yakuwan kachita winarkur. Tutapa, pulan junagpa y tardipa juk junachaw kimsa o chusku kuti. Say chukrushga kashgan llampunanpag, nirkur juk tak-

shala llawchipunta geruwan jipinki. Kay dibūjuchaw magta kirunta limpyaykagnaw.



Nirkur say kachiyug gofiog yakuwan sogsikuy. Say llampushgana kaptinga kiru limpyana jiluwān shumag limpyanki. Saynaw kada junag rurarmi insiyasniki sārruwan ansashkagta aliyāsinki. Manana alāpa ensyasniki nanaptinga eskubiylawanna kupay. Saynaw wilapanki wakinkagkuna marka mayikikunatapis kirunkunata kuydakunanpag.

5.2 Kiru Infeksiyun Lapan Kwerpupami Yaykunman.

Kiru infeksiyunug kaptinga say infeksiyun entēru kwerpupami pāsanman y japanlami geshyasinman.

Kay dibūjuchaw rikansi kay chakwanta. kāranta rikansi ajashtanaw. Y pay manami ajashsu isanga fiyupa kiru nanaywanmi kaykan y ensyasninpis nanaptin.

6. KAYNANMI KAN JUK WILAPA.

Unay juk ichikla markachaw kanag juk chakwan. Y say chakwan wata wata geshyaylachaw kakug. Say chakwan mana nunka asikugpissu. Käran ajashpanaw-la kakug. Imaypis nanasikular purig. Kay chakwan imaykaläya jumpita upug aliyänanpag. Y manami ni saynawpa jampikurpis aliyagsu. Juk junagchaw juk runa chänag say ichikla markaman. Saychaw cha-kwanta tarishga nanasikuykagta. Saynawta rikar say runa aywashga chakwanpa lädunman y tapushga. Ć Imanirmi nanasikunki? Ćimaykitag nanan? nir. Chakwan kontestashga ilapan kwerpömi nanan! nir. Say runa sanitaryu kanä. Nirkur shiminta äyasir kirunta rikapänag y saychaw rikanag chakwanpa kasi lapan kirun ismushgata. Ensyasninpis pogruyug ka-nä. Saynawta rikaykur sanitaryuga jipishga lapan kirunkuna mana alikagta. Wakinkag kirukunaga ka-näg jagwalanna y say nanänag fiyupa asta lapan kwerpuntapis geshyasinag. Nirkur jumpita goshga infeksiyunpita kachakänanpag.



Saypita warayninga chakwan kushikunag kwerpu nanaynin aliyaptin. Nirkur aywanag bisiynunkuna-man rajakug kushishgana. Bisinunkuna tapunakuyä-nag juknin juknin iimanirtag kay chakwan kushishga warämushga nir!



Saypita sanitaryu wilapänag wakinkagkunata. Kirun ismushga kaptin infeksiyun yaykushqa enteru kwerpunman. Saymi fiyupa geshyasishga chakwanta entëru kwerpunman infeksiyun yaykushga kar. Say niyänag. ¿Pitag sayta tantiyanga? Kiru ismushgapa-pita lapan kwerpuman infeksiyun yaykushganta. Saymi manarag lapan kwerpunsiman infeksiyun chash-ganyagla kirunsi uchkugta mayarga jampisishun. Sayta mayaykorga lapan runakuna aywanag sanitaryu-man kirunkunata mana alikagta jipisinanpag. Y alirä kagta jipisinanpag. Lapan mana alikagta sanitaryu jipinag nirkur alirä kagta jampinanpag dentistaman kachanag. Kay dibüjuchaw rikansi aska runa posta mëdikaman yaykugta ismu kirunkunata jipisinanpag.



6.1 Kanan Nimay Yachakushgaykita.

1. ¿Imanawmi insyaschaw yurin geshyakuna?
2. ¿Imanawpami say sárru yurin?
3. ¿Imanirmi mana ali sárru ensyaschaw o kíruchaw yuriptin?
4. ¿Imanawpami jampishway say insyaschaw yurig geshyata?
5. ¿Imananmanmi ismush kiruta mana jipiptin o ensyas ansashgata mana jampiptin?

7. KAYNAWMI WAMRANSIKUNAPA KIRUNTA KUYDASHUN.



Kay dibüjuchaw rikashgansi warmipa jutinmi Maria. Kay warmi kirunwan fiyupa nakashga. Saynaw kaykälar käsi lapan kirunta ograshga. Pay mana mayashgasu imanawpa kiru kuydana kashganta mana pipis wilapaptin. Sanitaryu chaykurran yachasishga. Kanan imanawpa kuydana kashganta mayaykorga yachakushga y wamranpa kirun sănu kananta munan. Saymi kuydaykan kay llullu wamrapa insyasninta. Punta kirun jegamushganpitami kuydan limpyapan. Juk limpyu ratashta ogurkasir kupapan lapan ensyasninta.

Eskubiyllawan maylakuyta yachasishga. Kanan kimsa watayugna kar kikilannami kay wamra kirunta eskubiyllawan limpyan. Saymi kirun sănu kaykan. Saymi wamrakunata yachasiypag llullu kashganpita say saynawlana winananpag. Saynaw rurar manami kiruta ograngasu wakin mana maylakugkunanawga. Saymi llullu kashganpita yachasinki wamraykikunata shiminta maylakur kirunta kuydananpag. Mëdikupis

o sanitaryupis yäsikun wamrakunapa puntakag kirunta shumag kuydananpag. Manami jipishwaysu kikiilan kuyur mana yargoptyinga. Manami ali jipisu manarag tyempunchaw kagtaga.



Say puntakag kiruta manarag tyempunchaw jipiption mana alimi winamonga wakinkag kirukuna. Saymi mana ali jipi manarag kuyuptinga. Lapan kirunsi sănu kaptin mikuya shumag fluchumi kachushun. Saynaw kwerpunsipis sănu kanga. Wakinkuna kirunkunata ograyashga wamra kaykälar mana pipis kiru kuydayta yachasishga kaptin. Kanan sayta mayar kay Maria warmi yachakushga imanawpa kiru kuydana kashganta. Kay libruchaw rikansi. Kay warmi wamrankunapa kirunkunata shumag kuydashganta sănu kananpag. Pay manami munansu wamrankunapa kirun ushakänanta. Wamrapa punta kirunta kuydashga say gepakag winagkuna mas sănumi y fwerti kananpag. Sogta watayug wamrapa kirun jegamugkagpis shumag kuydashga karga fwertimi kanga y dürangami.

7.1 Kanan Kay Tapushushgaykita Nimay.

1. ¿Ayka watayug karmi wamra kirunta maylayta galarinman?
2. ¿Imanirmi ali wamra llullu kashganpita kirun limpyayta yachakunan?
3. ¿Imanirmi wamrapa puntakag kirunta kuydashun? "diente de leche"
4. ¿Imanawpami yanapashway wamrakunapa gepa yargamugkag kirunkuna mana ismunanpag?.

8. ALIMENTUYUG MIKUYKUNA Y MANA KIRU DANAGKAG.

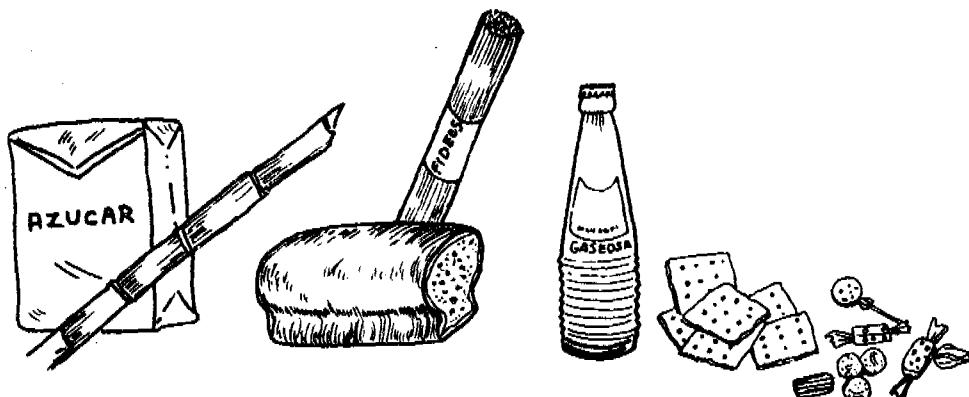
Kirunsipag Alikag Mikuykuna:



kanan mayashun maygankag mikuykuna kirupag ali kashganta. Maygan mikuykuna kiru dñag kashganta. Kay mikuykunata mikushga manami kirunsita uchkusingsasu. Say mikuymi peskädu aysa, lapan mikuy ja-

chakuna, frütakuna, runtu, jitga, äbas, sapallu, kalabäsa. Lapan kay mana aläpa asukaryugkag mikuykunami ali kiruykita sănu kasinaykipag. Isanga kada mikuyta ushaskir soqsikunki.

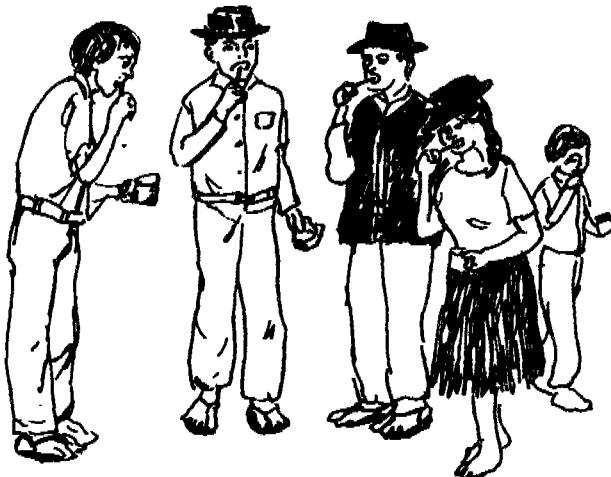
9. KIRU UCHKUSIGKAG MIKUYKUNA.



Maria yachakushga ima mikuy kiruta fäsi uchkusig kashganta y maygan mikuy ali kashganta. Saynaw gampis yachakuy maygan mikuyta mikunaykipag kagtapis. Kay kiru ushakäsig mikuykuna kaykunami:

Mishkig käña, karamëlos, tanta, gasyösa, chankäka, asukar, galletaskuna.

Say mikuykunata mikorga jinan öra kiruykita eskubiyllawan kösa jichkanki. Saynaw ruraptiki manami aläpaga kiruyki ismongasu. Kösa eskubiyllawan kuparkorga limpyu yakuwan soqsikunki lapan ganra yargonanpag.

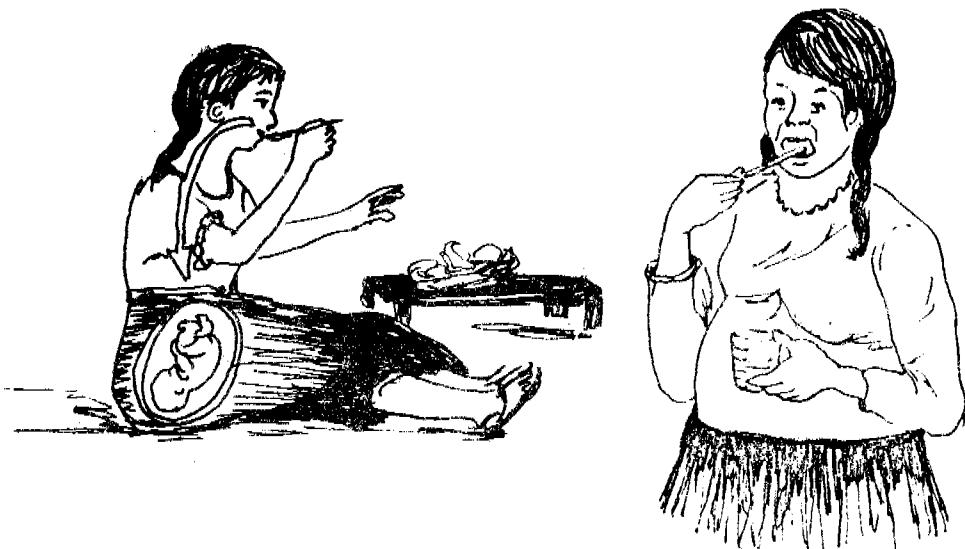


Kay dibūjuchaw rikansi lapan runakuna yachakushga kirunkunata limpyayta y saymi kirunkunata eskubiyllawan kupaykäyan limpyu kananpag. Saynaw nogansipis rurashun kirunsi mana ras ushakänanpag.

9.1 Kanan Nimanki Lapan Yachakushgaykikunata.

1. ¿Maygan mikuykunami ali kirunsipag?
2. ¿Imanirtag mishkikuna mana ali kirunsipag?
3. ¿Maygan mikuykunami mas kiruta uchkusin?
4. ¿Imatami rurashun mikuya ushashgansi öra?

Kalsyuyug alimentukunami chichu warmikunapag y llullu wamrakunapag ali kirun fwerti kayta yanapanga.



Sanitaryu yäsikun lapan chichu warmikuna kalsyuyug alimentuta mikunanpag. Saynawpa kirun sănu kanga. Mamanpa pachanchaw kag wamra nisitan kirunkunapag y tulunkuna fwerti formakänanpag kalsyuta. Saymi chichu warmi mana alimentakuptinga kirun fäsi ismonga. Pachanchaw kag wamra mamanpa alimentunkunata gechupaptin.



Walkala alimentuta mikuptinga say pāsan wamralapagmi y mamanpaga mananami kēdannasu. Saymi fāsi warmikunapa kirun uchkur galarin chichu kapttinga kalsiyu kwerpunchaw ushakaptin.

Saymi lapan warmikuna mayanan. Mana mayaptinpis mayagkagkuna wilapanman y shumag tantiyasinman. Warmikunachawmi mas kiru nanay yurin. Olgokunaga manami alāpaga sayta mayayansu. Lasag kalsiyug alimentumi lichi. Saymi chichu warmikuna syempri lichita upunman kada junag o kada mikuyinchaw. Saynawpa yanapānanpag kikinta y wamranta. Nirkur lapan alimentuyug mikuykunata mikunman y saynawmi ali kanga.

Wamra yuriptin mamanpa chuchunta chuchur sānu kanga. Mamanpa lichinga mas alimentumi wamrapag. Yanapanga kirun winananpag aska kalsiyug kar. Isanga maman wamrata chuchorga segay alimentakunanmi. Mana alimentakuptinga lapan alimentu kwer-

punchaw kagta wamra shogunga y mamanpag manami ke-dangasu. Saynaw kaptингa warmi kirunta ogranga y imayka geshyapis saringa kwerpun débil kaptin.



Saymi mëdikukuna, enfermërakuna y sanitaryukuna lapan markachaw tag runakunata yachasinman shumag alimentakuya y kirunkunata limpyuta kasi-nanpag. Kikinkunapata y wamrankunapata.

Saymi lapansi munansi kirunsi sănu y fwerti kananta. Lapansi limpyashun kiru limpyana jiluw-an. Lapansi nisitansi shiminsita sogsikuyta lim-pyu yakuwan eskubiyllansi mana kaptinpis.



9.2 Kanan Mä Nimay Lapan Yachakushgaykita.

1. ¿Imatami nisitan wamrakuna y warmikuna kirkunkuna sănu kananpag?
2. ¿Maygan mikuykunami alimentukuyug chichu warmikuna mikunanpag?
3. ¿Maygan alimentumi mas kalsiyuyug?
4. ¿Imanirmi warmi wamrata chuchurga mas alimentakunan?
5. ¿Maygankunami yachakushgansi kay libru-chaw. kirunsi dûrananpag y sănu kananpag?

KAY LIBRU WILASHGAN

1.	KIRUYKITA REGIY.....	1
1.1	&Kanan Tapushayki Mä Yachakushgaykita Nimay?.....	3
2.	KIRUPA KASTAN Y ARUYNIN.....	4
2.1	Mä Kay Tapushgata Kontestamay.....	9
3.	KAY KURUKUNAMI JUSAYUG KIRU UCHKUNANPAG.....	10
3.1	Kaychaw Rikansi Uchkur Galariyka Kiruta.....	12
3.2	Kanan Tapushgata Kontestamay.....	16
4.	KAYNAWMI KIRUTA Y ENSYASTA LIMPYANSI.....	17
4.1	Kiru Eskubiyllawan Kupar Kiruta y Ensyasta.....	17
4.2	Kay Tapushgäta Nimay.....	23
4.3	Kiruta Juk Jilunwanpis Limpyanansi..	24
4.4	Shimita Soqsikur.....	26
4.5	Mä Kanan Kontestamay.....	26
5.	KUMPLIKASHGA GESHYAKUNA KIRUCHAW Y ENSYASCHAW.....	27
5.1	Ensyas Ansashga y Sarru Geshya (Chapa) Kiruchaw.....	27
5.2	Kiru Infeksiyun Lapan Kwerpupami Yaykunman.....	31
6.	KAYNAWMI KAN JUK WILAPA.....	32
6.1	Kanan Nimay Yachakushqaykita.....	34
7.	KAYNAWMI WAMRANSIKUNAPA KIRUNTA KUYDASHUN.....	35
7.1	Kanan Kay Tapushushgaykita Nimay....	37
8.	ALIMENTUYUG MIKUYKUNA Y MANA KIRU DANAKAG.....	37
9.	KIRU UCHKUSIGKAG MIKUYKUNA.....	38
9.1	Kanan Nimanki Lapan Yachakushgaykikunata.....	39
9.2	Kanan Mä Nimay Lapan Yachakushgaykita.....	43