

TIYAN
UNKUCHIWAKNINCHI ANKILOSTOMA
KURILLUKUNA

TIYAN SUK ILULIKUNA
AMEBA SHUTINKUNA

Los anquilostomas y las amebas

Libro de Higiene y Salud N° 5
con traducción al castellano

QUECHUA DE SAN MARTIN
con traducción de castellano

MINISTERIO DE EDUCACION
con la colaboración del
Instituto Lingüístico de Verano
Perú - 1987



MINISTERIO DE EDUCACION
EDUCACION BILINGÜE DE LA SELVA

MATERIAL EDUCATIVO: Serie en la lengua quechua de San Martín para la enseñanza de Higiene y Salud.

Este libro es una traducción de los libros Para evitar enfermedades y vivir sanos y felices debemos saber algo acerca de los anquilostomas y la construcción de una letrina y Para evitar enfermedades y vivir sanos y felices debemos saber algo acerca de la amibiásis, publicados por el Ministerio de Salud en 1976.

Primera edición, 1987
aprobada por
R.D.D. N° 1186

La elaboración de Unkuchiwakninchí Ankilostoma Kurillukuna y Tiyan Suk Ililikuna Ameba Shutinkuna para la enseñanza de Higiene y Salud en la lengua quechua de San Martín ha estado a cargo del Instituto Lingüístico de Verano.

Colaboró como organismo revisor la Unidad de Supervisión Educativa de la Dirección Departamental de Educación - Ucayali.

La Agencia de Desarrollo Internacional Canadiense contribuyó con los fondos de impresión.

Resolución Ministerial N° 115 U

DE FRENTE:

1.-º AFORAR, la impresión y reimpresión de los siguientes docu-
tos correspondientes a Material Educativo Bilingüe :

GRUPO I: INFORMATICO Y FOTO.

PROPIEDAD, CORREO, SEPTILLO
ADMINISTRACION ESTADISTICA

Facultad, 113 Dic. 1985:

Visto los artículos N° 10-1070-85, 10-1071-85 y 10-1082-85, presentados por el Instituto Lingüístico de Verano, solicitando la elaboración de seis (6) textos de Material Educativo Bilingüe y Cultura General, preparados por las Especialistas del mencionado Instituto.

Puesto en conocimiento los Informes N°s CII, 012, 013, 014, 015 y 016 - E-1070-85 y el Oficio N° 30 - 10-1082-85.

CONSIDERANDO:

Que, en política del Gobierno Constitucional de la Repùblica y del Sector Educativo, se priorizan preferiblemente las acciones de carácter educativo de las comunidades nativas ;

Que, de acuerdo a la cláusula novena, numeral 6 del Convenio VI se firmó, detta Institución en el Marco de varios acuerdos y culturales para las Pueblos Pimeros Bilingües de los grupos étnicos Bora, - Quichua de San Bartolo, Quichua - Goriba y Taga.

Quo, a tenor de la Resolución Ministerial N° 012-85-U, se aprueban las Normas para la Realización Teórica y Didáctica de Materiales Didácticos de tipo impreso producidos por autoras pertenecientes a las comunidades nativas;

Que, en observación de las citadas normas la Unidad de Supervisión Educativa de la Dirección Departamental de Educación de Ucayali ha convocado y emitido el dictamenprobatorio de lo más (6) textos para ilustrar el Programa Lingüístico de Veano, los cuales serán utilizados en las Escuelas Primarias Bilingües de dichos distritos;

Que, al haberse que se hace referencia, certificando dentro de los mencionados de política del Sector Educativo, así como Garantizar la licencia con las autorizaciones de cada Grupo Indígena, que lo da su propia identidad,

De conformidad con la Ley General de Educación N° 23384, el Decreto Legislativo N° 135, (art. 4º) "ley de Organización y Funciones del Sector Parroquial, el Decreto Supremo N° 011-85-U - Reglamento de Organización y Funciones de las Direcciones Departamentales y Zonales de Educacion y P.M. N° 012-85-U, y artículo 10 Único de la Directiva por la cual se establece el Comité de Supervisión Bilingüe de la Dirección Departamental de Educación de Ucayali,

Libro de Aprendizaje N° 10-1070-85 y
Libro de Historia y Geografía N° 02.

LIBRO INFORMATICO : QUICHE DE SAN BARTO.

1.- V. os e. Loez.

2.- MORADAIA,
Las Flores.

3.- INFORMATICO
LITOSTOGRAFIA
QUIN SUC. TECNICA ARTE;
SINTERNA.

Los Arqueólogos y las Artes.

4.- VILANO DIBUJOS
La Pintoresco.

GRUPO INFORMATICO : SIEPEZU - CONTEO.

5.- Oficina Metalúrgica de Lenguafo en Castellanos,
GRUPO INFORMATICO : TACNA.

6.- FONZI I.
Artesana del Manco.

2.-º La presente Resolución Ministerial Departamental, deberán de ser cumplida en parte vía del material y tecnicismo a partir de la fecha de su expedición.

3.-º El autor devo ce la obligación de realizar cinco (5) ejemplares a la Dirección Departamental de Educación de Ucayali y organizarlo para su difusión.

4.-º La Dirección Departamental de Educación de Ucayali, le da su Transmisione a la Dirección Departamental de Loreto, para su conocimiento y demás fines

5.-º Dicho Oficio quedará archivado en la Dirección Departamental de Ucayali.

6.-º Que transcurrido a 10. TANZ.
SE DOCUMENTA Y DEMAS TINTAS.
DIRECCION DE LA DIRECCION
- Unidad de la DIRECCION
- Instituto Lingüistico de
- Perú de Ucayali.

7.-º Archivo de la DIRECCION
- Unidad de la DIRECCION
- Instituto Lingüistico de
- Perú de Ucayali.



CONTENIDO

Página

Orientaciones

LOS ANQUILOSTOMAS

LECCION I

Introducción	7
El contagio	10
Los síntomas	19
Prevención	21

CONSTRUCCION DE UNA LETRINA

LECCION II

Dónde debe poner una letrina.	27
Haciendo el hueco	29
Haciendo una plataforma	31
Haciendo la tapa.	32
Haciendo la casita.	33
Mantenimiento de la letrina	34

LAS AMEBAS

LECCION I Introducción	38
LECCION II Síntomas	41
LECCION III Contagio	42
LECCION IV Prevención	46
TRADUCCION AL CASTELLANO	63

Alfabeto.	81
-------------------	----

IMAKUNATAMI YACHACHIWANCHI KAY LIBRUPÍ

Página

TIYAN UNKUCHIWAKNINCHI ANKILOSTOMA KURILLUKUNA

LECCION I

Kallarinapa yachachikuy	7
Imashnami yaykuwanchisapa chay kuru ankilostomakuna.	10
Imashnami yachanchi chay unkuywan kananchita.	19
Imashnami kuydanakushun ama unkunanchikunapa.	21

IMASHNAMI RURANCHI SUK LETRINATA

LECCION II

Maypimi alli rurananchipa suk letrinata . . .	27
Imashnami uchkuta ruranchi.	29
Ima laya tablata churanchi.	31
Wichkanantapish rurananchikuna tiyan. . . .	32
Suk ranchituta ruranchi	33
Alli pichadu kanan tiyan.	34

TIYAN SUK ILULIKUNA AMEBA SHUTINKUNA

LECCION I Kallarinapa yachachikuy	38
---	----

LECCION II Imashnami yachanchiman amebayananchita	41
--	----

LECCION III Yaykuwanchisapa amebakunaka . . .	42
---	----

LECCION IV Imashnami kuydanakushun ama amebayananchikunapa	46
---	----

TRADUCCION AL CASTELLANO.	63
-----------------------------------	----

Alfabeto.	81
-------------------	----

ORIENTACIONES PARA EL PROFESOR

Este es el quinto libro de una serie destinada a la enseñanza de las Ciencias Naturales (salud) para la Educación Bilingüe de la Selva.

Realmente el libro tiene tres partes:

- El contagio y la prevención de la anquilostomiasis (pp. 7-25)
- La construcción de una letrina (pp. 27-35)
- La amibiasis (pp. 37-61)

Los temas están presentados por medio de preguntas con sus repuestas. El profesor y sus alumnos deben estudiar los temas juntos. Las preguntas e ilustraciones sirven para motivar el diálogo y otras actividades.

Si también se usa el libro como material de afianzamiento para la lectura, se recomienda utilizar los siguientes pasos:

1. Antes de la clase, el maestro debe:
 - a. Decidir qué parte se debe enseñar ese día.
(No siempre tiene que ser una página exacta.)
 - b. Buscar y subrayar las palabras difíciles.
 - c. Escribir en la pizarra las palabras difíciles y subrayarlas.
2. Durante la clase el profesor debe:
 - a. Repasar la lección anterior.
 - b. Ayudar a los alumnos a silabear las palabras difíciles que ha escrito en la pizarra.
 - c. Hacer que los alumnos lean solos, y que practiquen hasta leer bien.

LECCION I

TIYAN UNKUCHIWAKNINCHI ANKILOSTOMA KURILLUKUNA
KALLARINAPA YACHACHIKUY

Tiyan suka runa David. Chay runa Davidka chay llaktamasinkunapa yuyayninkunapika mana unkuduchu rikurirkan. Kikinuish niman mallina-kurkanchu unkudu kananta.

Chashna kankunapish chay runata kawashpaykichika mana unkudu kananta rimankichiman, ¿manachu? Chashna kay Davidka unkudu kashpapish gordo rikurin, atipanra allita trabajayta. Abeseska esi wiisan nanapun. Chaymanta killu likidu tukuykan. Chashna kaykashpapish mana nima afluxinakunrachu ampichinakuytaka. Chaykamanka chay Davidka tukuy chay llakta masinkunapish chay ankilostomiyasis unkuywan kawsárkansapa.



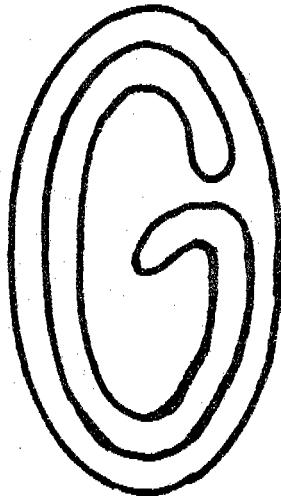
¿IMA LAYATI CHAY ANKILOSTOMIYASIS UNKUYKA?

Chay ankilostomiyasis unkuyka kallarin suk ankilstoma kurillukunamanta. Chay ankilstoma kurilluka chay llañu chunchullipi kawsan. Suk runa chay Davidshina chaywan unkudu kashpa maypipish kaptin atunta ishpaptin, chay ishpanpi chay kurillu ankilstomapa aypa runtunkunaka tiyan. Chay runtunkunamantana aypa kurillukunana pachyan. Chaypa runtukuna chay kurillukunaka sukaman takshasillu. Nawinchillawanka nima atipanchichu kawaytaka. Chaytaka kawanchi suk makina mikroskopyowanra.



¿IMA LAYATATTI CHAY ANKILOSTOMAKUNATAKA KAWANCHI?

Chay makina mikroskopyowanra chay kurilluka chay runtunka rikurin ashwan atun. Chay doktorka chay makinawan suk anklostoma unkuyak runapa atun ishpanta eksaminarkan. Chay ishpa eksaminaykananka chay runa Davidpa atun ishpanmi.



Chay kallarinan dibujipi kawanchi chay makinawan anklostomapa runtunkunata.

Chaymanta chay ishkaynin dibujipi kawanchi chay kuruta ña pachyanayaykaptinna.

Chaymanta chay kimsaynin dibujipi chay kurukunataka kawanchi ña pachyadutana. Chaymanta ama kunkaychu

ñawinchillawan mana atipanchichu kawayta chay kurukunataka kishnisillu kaptinkuna. Chaypira kawanchi ima chikami nishpa, chay mikroskopyowanra kawashpanchi.

¿IMASHNAMI YAYKUWANCHISAPA
CHAY KURU ANKILOSTOMAKUNA?

¿Imapati Davidwan chay suk llakta masinkuna-pish chay ankilostoma kurillukunawan unkuyansapa?

Chay David chay llakta masinkunapish chay unkuy ankilostomiyasiswan unkunsapa chay kawsanankuna allpapi chay ankilostoma kurillukuna chay-manta runtunkuna sukaman aypa tiyaptin. Chay kawsanankunapika kay laya kurukunami aypa tiyan, chay runakuna maypipish kaptin atunta ishpaptinkuna. Alli rimaypika mana letrinapichu ishpan-sapa. Chay kurukunataka mana atipanchichu ñawinchillawan kawaytaka. Chaypi kawsakkunaka mana yachansapachu chay kurukuna tiyanchu manachu nishpa mana kurukunata kawayta atipashpangkuna. Mana nima yachansapachu fatalta unkuchinankunata.

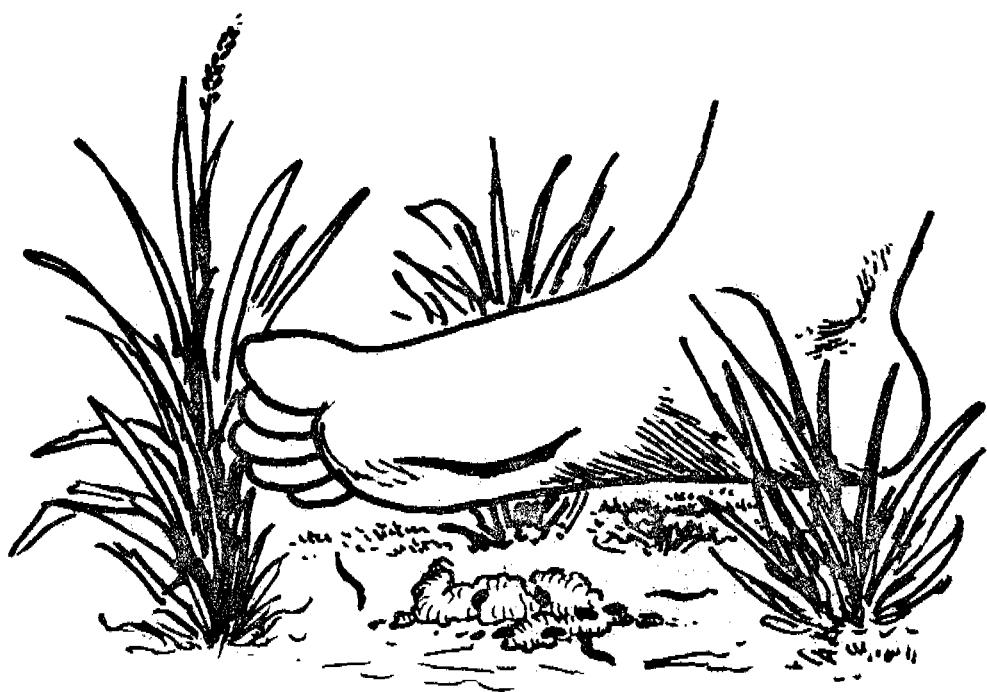


Chay Davipa kawsananpika kuchikunaka nima
wichkaduchu, tukuy mayta purishpa kawsansapa.
¿Imapatí chay kuchikunaka chashna purinankunapaka
mana allichu? Chay kuchikunaka amañansapa
kristiyanopa ismanta mikuyta chayrayku mana allichu
tukuy mayta purinankunapa. Chay ismakunapika tiyan
chay ankilostomakunapa runtunkuna. Chay layata
chay kuchikuna mikushpa paykunapish chay ankilos-
tomiyayansapa. Chay layata mikushpa paykunaka
maypipish kaptin ismansapa. Chayrayku chay Davipa
kawsananpika tukuy pampakunapi tiyanlla aypa chay
kurukunaka. Chay unkuya tukuy chay isma mikuk
animalpi tiyan.



**SIMAPATI MANA ALLICHU CHAY ANQUILOSTOMA
TIYAPTIN CHAYPI KAWSANANCHIPAKA?**

Chay kawsananchikuna allpapika chay kurukuna tiyaptinka mana allichu. Chay kurukunaka nasish-kanshina ña maykanpa kuerpunpika yaykunman, kunanilla apikunmanna saruptinchika. Chashna kwerpunpika yaykushpaka unkuchiwanchina. Mash kawaychi Davidta, chay aypa kurukuna sawanta puriykan mana yachashpa chay unkuchinan kuruka tiyanchu manachu nishpa.

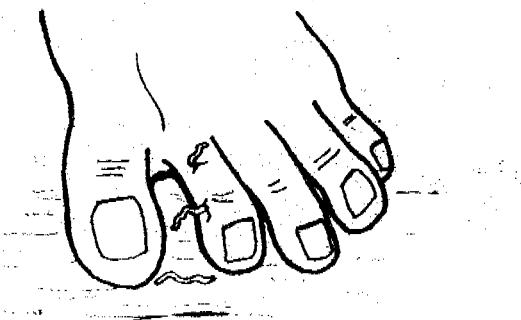


CHAY KURU ANKILOSTOMAKA

ΣIMASHNATI CHAY DAVIDPA KWERPUNPIKA YAYKUN?

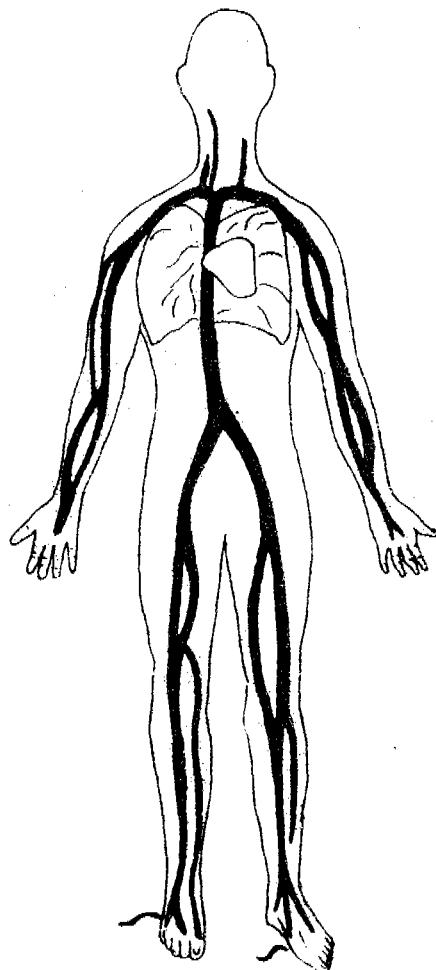
Chay kuru ankilostomaka kwerpunchipika yaykun mana kiri tiyaptinpish. Chayrayku Davidka chay kuru kwerpunpi yaykuptinka mana nima mallikchu. Chaymanta chay yaykushkanpika ichara sukaman shikshinman. Chaymanta chashna yaykuptinka ichara suk chikan unkuchiwakninchu mikrobyo kurillukunapish yaykunman. Chashna yaykuptinkunaka ichara karapanchika punkinman. Chashna chay Davidpa warminpaka yaykurkan.

Chay kuru yaykuptinka chay warminpaka chakin dedunkuna sukaman nanapurkan, chaymanta puka likidu tukushpa punkirkan, sukaman chay chakinka kalenturarkan. Chaypina chay warmika rirkana suk sanitaryuman allita sanuyanankaman. Chay warmika mana yacharkanchu imapami chay chakinka chashnaka punkishka nishpa, chay karkan suk ankilostoma kurukuna yaykuptinkuna.



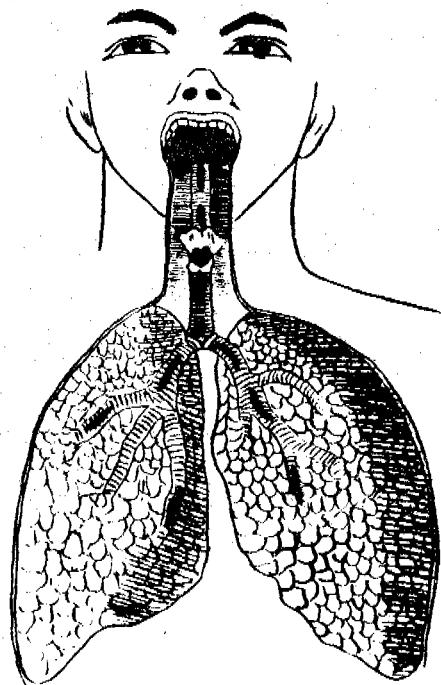
CHAY ANKILOSTOMAKUNA IMASHNATI
CHUNCHULLINCHIPIKA CHAYAN?

Chay kuru ankilostomakuna karapanchita pasash-paka chayansapa benanchipi yawarninchipi. Chaypina yawarta katishpa puspunchipina chayansapa.



ΣIMA LAYATI TUKUNCHI CHAY KURU ANKILOSTOMAKUNA
PUSPUNCHIPI, MILLPUNANCHIPI, CHUNCHULLINCHIPI
PURIPINKUNAKA?

Chaymanta chay ankilostomakuna pulmonninchipi chayansapa yawarninchita katishpankuna. Chaymanta chay puspunchimanta rin millpunanchiman. Chaymanta suk chikan laya kurukunapish chay ankilostomashina puspunchipi yaykun. Chaykunaka rikchak laya kuyka kurukuna. Kay rikchak laya kurukuna puspunchita chay suk imanchikunata katishpa rikchak laya unkuyta kuwanchi.



- Chashnamanta kusuyanchi bronkitiyanchi.
- Chaymanta newmuniyayanchi, taksha wamrakunata ashwan sukaman unkuchin. Chay kurukuna kwerpunchita debilyachiptin puspunchika manana suk unkuytaka sincichiyta atipannachu. Chayraykuna newmuniya unkuyanchi.

Chay Davidpaka tiyarkan ishkay taksha wamrankuna. Suk ullku wamranka kimsa watayuk, suk warmi wamranka pichka watayukna karkan. Chay ishkay wamrankunaka ña suk mashna diyatanachá sukaman chakiy puruta kusukuksapa. Chay suk pichka wata-yuk warmi wamranka allita sanoyárkan. Chaymanta chay suk kimsa watayuk wamranka ashwanta anchayarkan. Kallarirkan sukaman kalenturayta, nima samaykuyta atipakchu. Chaypina Davidka chay wamrantaka suk sanitaryuman pusharkan. Chashna pushaptinna chay sanitaryuka Davidtaka willarkan: —Kay wamraykika unkuykan newmoniya unkuywanmi nishpa willarkan.

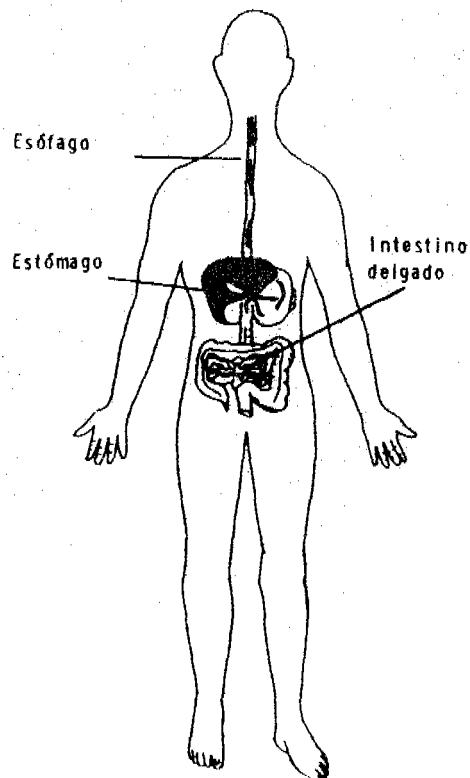
Chaypina chay sanitaryuka chay wamrataka katirkan aypa diyakunata tuksiypi. Chaypina Davidka aypa kullkita pagarakurkan.

Chay Davidka mana yacharkanchu chay wamran chay kuru ankilostomakuna unkuchishkanta.



¿IMASHNATI CHAY ANKILOSTOMASKA MILLPUNANCHI-MANTAKA CHUNCHULLINCHIMANKA RIN?

Chay ankilostoma kurillukunaka puspunchimanta llukshishpankunana llukansapa kay kunkanchikaman. Chaymanta millpunanchita katishpankuna chayansapana wiksanchipi. Wijsanchimantana rinsapa llañu chunchullinchimanna. Chaypi kawsansapa runtunta churansapa. Chaypina atunta ishpaptinchi chay runtunkunaka llukshin allpapi shikwanakuk.



ΣIMATATI RURAN CHAY LLAÑU CHUNCHULLINCHIPIKA
CHAY KURU ANKILOSTOMAKUNA?

Chay laya kuruka chunchullinchipi allita apikun. Chashna mukuwanchi yawarninchita tukuy diya shukunanpa chaywan kawsananpa. Takshasillu kashpapish aypa yawarta shukun. Kay dibujupi kawanchi imashnami chay kuruka chunchullinchita shukun. Chashna chay makina mikroskopyowanka kawansapa. Chaymanta ξkan yuyankichu chay runa David kay dibujuta kawashpa manchakunantaka?



IMASHNAMI YACHANCHI CHAY UNKUYWAN KANANCHITA

¿IMA LAYATI TUKUNCHI CHAY ANKILOSTOMAKUNA
LLANU CHUNCHULLINCHIPI TIYAPTINKUNAKA?

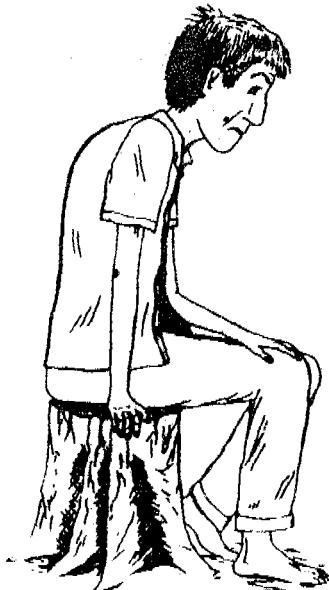
Chay anklostomakuna llañu chunchullinchipi
tiyaptinkuna wiksanchika nanan.

Chaymanta killu likidu tukunchi. Tukuy
karapanchi killuyan, shillunchi, makinchi, jetan-
chi, chaymanta ñawinchi mañankunapish yurak
likidu, killu likidu tukun. Chay layata kawash-
paka rimanchi anemiyayan nishpa.

Chay anklostomyasiswan unkudukunaka killu
likidu tukushpa kawsansapa chay kurillukuna yawar-
ninchita sukaman shukuptin. Yawarninchi mana yaka

tiyaptinna killuyanchi. Chay
Davidka manara anchayadurachu kar-
kan tipillatara killuyaduka karkan.
Chaymanta tipimanta tipimantana
anchayarkan. Chashna anchayashpa
anemiyarkan. Anemiyashpaka kay-
kunata mallinchi:

- Uma muyuywan kawsanchi.
- Mana nima fersayuk tukunchi.
- Kunanlla shaykunchi.
- Unay tyempo anemiyashpaka wiksanchi chakinchi chankanchi uyanchipish punkin.

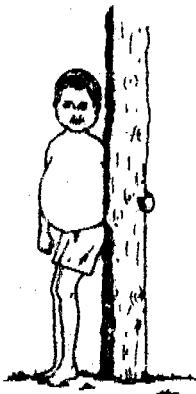


**ZIMASHNAMI YACHANCHIMAN SUK WAMRA CHAY
ANKILOSTOMIYASIS UNKUYWANCHU MANACHU NISHPA?**

Shutillata riksinchi suk wamra chay unkuywan kananta. Chay Davidpa chashna suk wamritun killu likidu tukurkan, chaymanta uma muyuywan kawsarkan, nima fersayuk, shaykudulla kawsak. Chaymanta yachan chi chay anklostoma kurillukuna tiyananta suk wamritupa:

- wiksasapa likidu kaptin,
- uyan punkidullana kaptin,
- amañaptin mikuyta allpata uchpata jabonta.

Chay Davidka suk laya purgata rantishpa upyachirkan chay wamrituntaka. Mana nima chaywan sanoyash-kachu.



Tiyan suk purgakuna ilulikunapa, kuykakunapa alli. Chay purgakunaka mana wañuchinchu, mana nima wischuchinchu chay anklostomakunata. Chayta chay Davidka mana yacharkanchu. Mana kuskan remedyu kaptin chay anklostomakunata manami wañuchinchu.

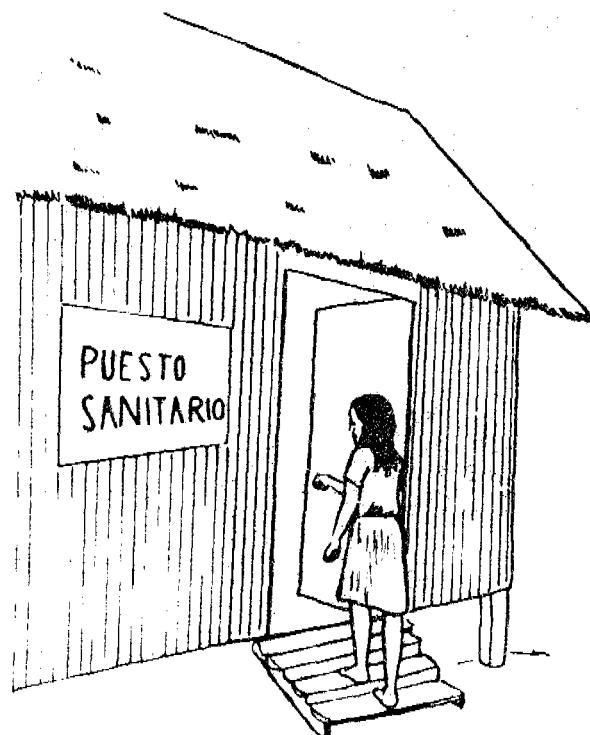
Chay anklostomapa alli suk ojé laya purga.

Suk sanitaryo allita yachan ima remedyukuna alli suk unkuykunapa nishpa. Chaymanta yachan imashmani suk taksha suk atun runa chay remedyuta upyanka nishpa. Chaymanta yachansapa suk runakuna anemiayaptin suk remedyukunata upyachiyta.

IMASHNAMI KUYDANAKUSHUN AMA UNKUNANCHIKUNAPA

¿IMATATI RURANKASAPA CHAY DAVIDPA LLAKTA
MASINKUNAKA CHAY ANKILOSTOMAKUNATA KULLUCHINAN-
KUNAPAKA?

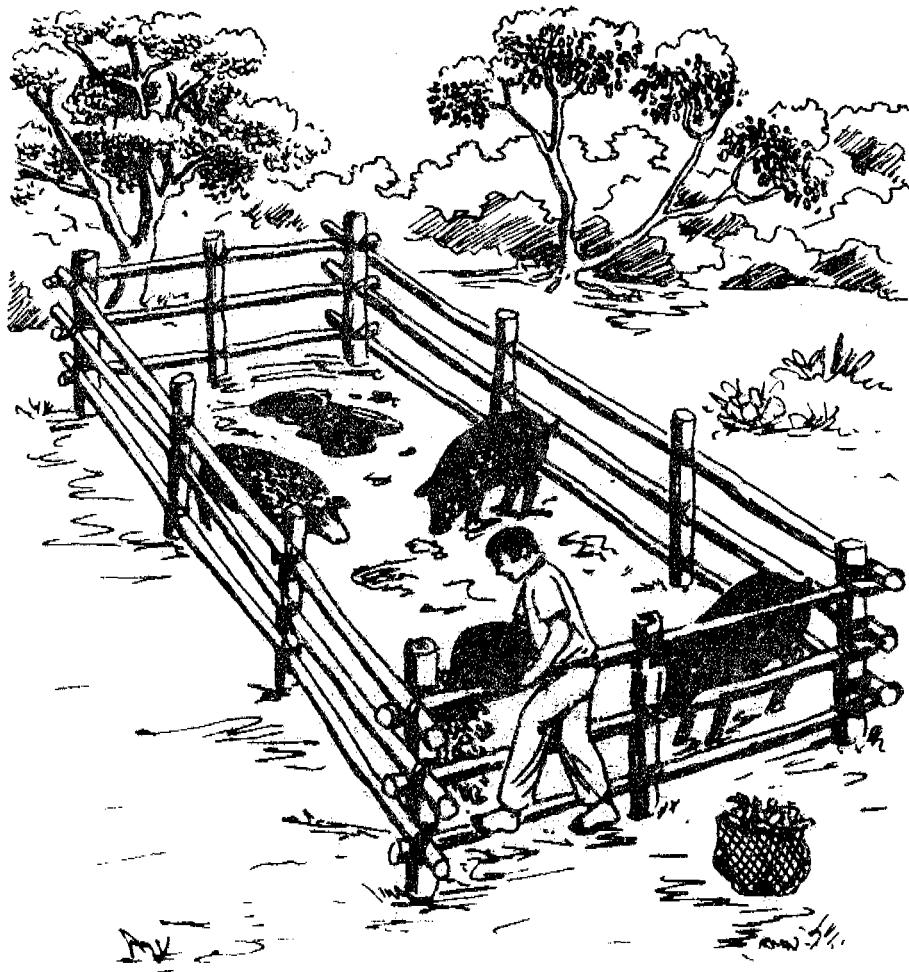
1. Maykan chay unkuywan kakkuna suk sanitaryuman rinankuna tiyan remedyuta rantik. Chayta upyanankuna tiyan chunchullinpi kuru ankilostomakunata wañuchinankunapa. Chashna chay kawsanankuna all-papika manana chay kurukunaka tiyankanachu ismankunapi manana tiyaptin chay ankilostoma kurukuna.



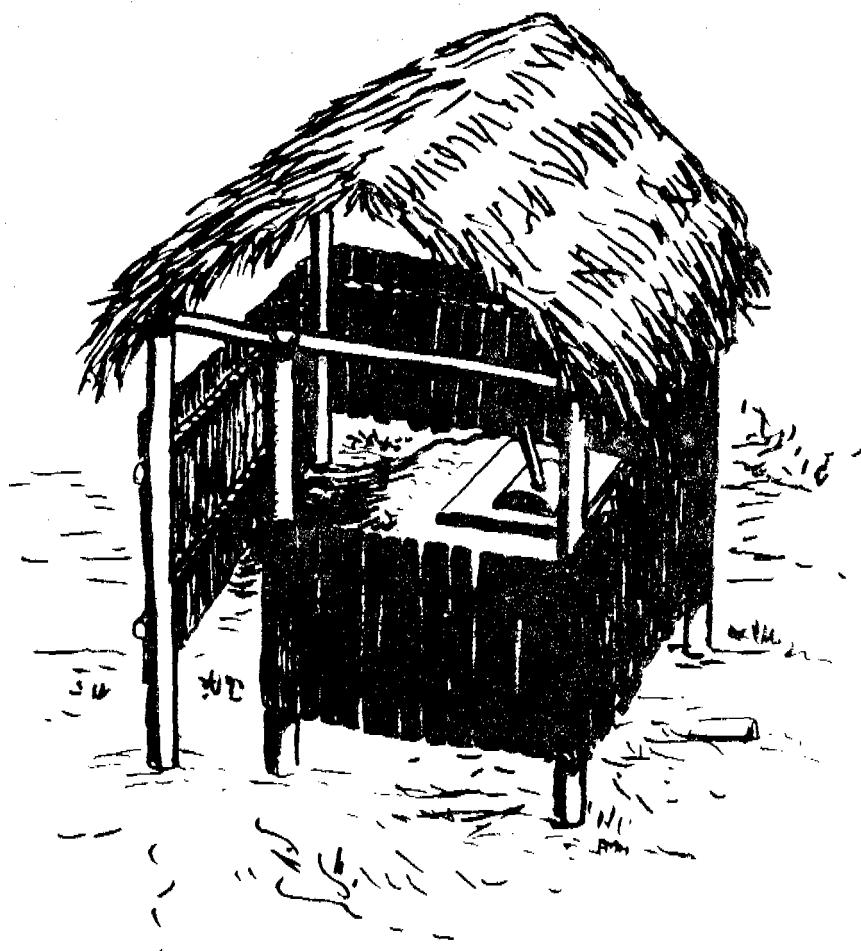
2. Chaymanta chay ankilostoma kurukuna kwerpunchipi ama yaykunanpaka sapatuta mudakunanchikuna tiyan. Chaymanta suk mana letrinayuk llaktakunapi purishpa sapatuta mudakushpa purishunchi. Chay ankilostomaka maypipish kaptin ñuyudu allpapi ishkay watakaman kawsan.

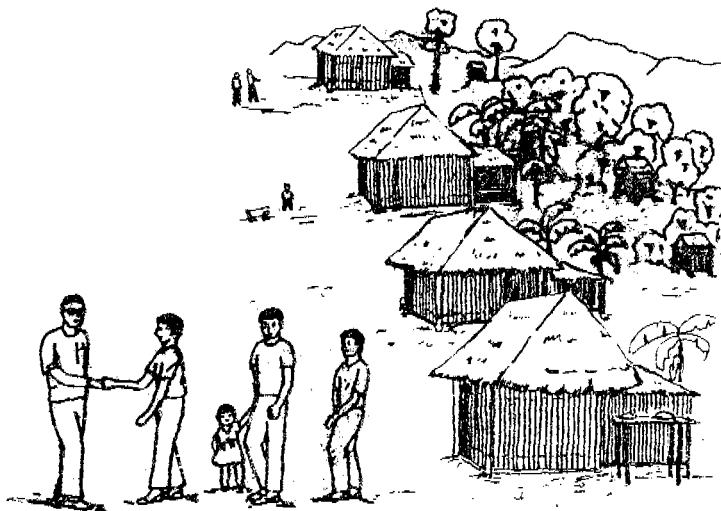


3. Allimi chay Davidpa chay suk llaktamasinkunapa chay kuchinkuna wichkadu kawsanankunapa. Mana alli-chu suk kawsananchi llaktapi kuchikuna purinankunapa kayta chayta. Chaymanta mana allichu ismata chay kuchikuna mikunankunapaka.



4. Chay Davidpa chay llakta masinkunapa alli kanman letrinankunata ruranankunapa. Chaypi tukuy tyempo ishpanankuna tiyan amana pampallapina. Tukuy chay llakta masinkuna letrinankunata ruranankuna tiyan. Mana letrinayuk kashpankuna llullakushpa remedyukunata upyansapa.





Chay Davidka chay llakta masinkunawan tukuy chay yachachishkankunata uyariushpa letrinankunata tukuy rurarkansapa. Chaymanta kuchinkunata wichkashpa kawsachirkansapa. Tukuy unkudukunata chay ankilostomapaka kuskanpi remedyuta upyachirkansapa sanoyanankunakaman.

Chaymanta suk watapika rirkana suk promotor mandakuk runa. Chaypina chay runaka chay Davidta chay llakta masinkunata kawarkansapa nima killuyadutanachu, nima wamrakunata wiksasapatatanachu kawarkansapa. Tukuyna sanuna sukaman kushikuypuruna karkansapa. Chashna tukuy chay yachachishkankunata uyariushpa rurashkankuna rayku tukuy chay kawsak masinkuna allimata wasinkunata allichashkankuna rayku chay runaka sukaman kushikushpa willarkansapa: —Kankuna allimata rurashkankichi tukuy wasikichita allima chuya chuyata wakaychankichi, nishpa willarkansapa.

LECCION II

IMASHNAMI RURANCHI SUK LETRINATA



MAYPIMI ALLI RURANANCHIPA SUK LETRINATA

EKAWANAYANKICHU DAVID IMASHNAMI

LETRINANTA RURASHKA NISHPAKA?

Suk letrinata ruranapaka suk allima partita maskananchi tiyan. Chay Davidka suk sanitaryu yachachiptin yacharkan mana alli kananta yaku mañan ladupi suk letrinata rurananta. Chaypina Davidka letrinantaka rurarkan yaku, kocha, pukyu, upyanankunamanta ishkay chunka metropi. Chaymanta wasinmantapish chunka metrupi rurarkan mana serka-llapichu.



Chaymanta maskarkan suk parte altuyaduta tamyaptin ama chay letrinata yaku untachinanpa. Payka yacharkan suk pampapi letrinata ruraptin mana alli kananta. Chashna pampallapi ruraptinka tamyaptin chay letrinaka santamin yakuwan untanman. Chaymanta suk llaktapi chashna tamyaptin yaku chay letrinata nitiptin urmaptin, kashkan suk mushuk letrinata ruranankuna tiyan.



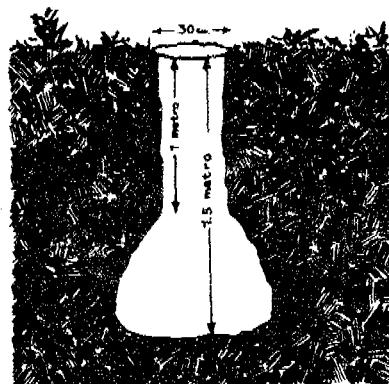
IMASHNAMI UCHKUTA RURANCHI

Chay Davidka chay letrinanta rurananpa tarishkana suk allima lomitata, chaymanta yuyaykurkan imashnami chay uchkuta ruranka nishpa. Payka yacharkan alli kananta suk uchku aspina lampawan rurananpa suk llakta masinpa tiyarkan suk palana. Chayta alkilikushpa suk atun uchkuta rurarkan. Chaypina chay uchku aspina palanataka kubuchachirkan suk kaspita watashpa. Chaywan atun uchku-taka rurarkan. Chay uchkuka suk metroy medya ukuna karkan. Chay Davidka yacharkan yakuta tarishpaka suk chikanpi kashkan suk uchkuta rurananta. Chay uchkuta rurashpaka amarapish yakupi chayachishpa chayllapi sakinanchi tiyan. Mana nimananchu mana metroy medya ukuyuk kaptinpish. Chay uchkupa shiminka mana sukaman anchuchu kanan tiyan. Ichara ishkay kimsa kwartalla kanman. Chashna kaptinka mana sukaman afanchu suk tablitata churanapaka. Chashna letrinayuk kaptinchika chay unkuchiwakninchu kuru ankilostomaka kawsananchi allpapi manana tiyankanachu.

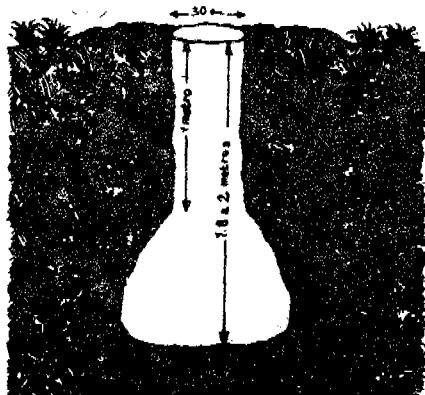


Chay kurillukuna mana atipansapachu yaykushpa pasayta chay tablataka. Chashna chay uku uchku-manta mana llukshiyta atipaptinkuna manana yaykunasapanachu chakinchikunapi. Chaymanta chay tabladuta susyawan chapunakuptinpish kunanlla mayllananchikuna tiyan.

Chaymanta chay kallarinan dibujupi kawanchi chay uchku ruraduta. Suk metro uku aspidumanta ashwanta chay uchkutaka anchuyachirkan ama utka untananpa.



Chaymanta chay ish-kaynin dibujupi kawanchi David imashnami chay uchkupa shiminta allpacashpa ashwan ukuta rurashkanta tamyaptin ama yaku yaykunanpa.



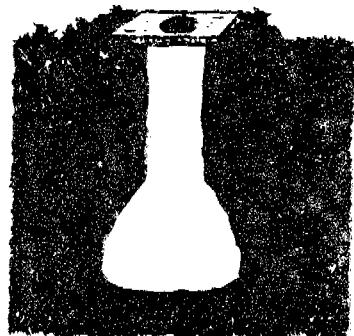
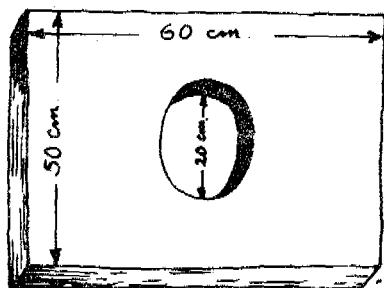
IMA LAYA TABLATA CHURANCHI

Chaypina Davidka rirkana
sachapi suk atun kaspi sapinta
(aletanta) maskak suk tablata
rurananpa chay letrinapa uchku
sawanpi churananpa. Payka
yacharkan chay sinchi kaspipa
sapin aypa watakunapa duran-
nanta.

Chasnamanta chay ankilos-
toma kurukunaka mana uchkuta
rurayta atipansapachu chay
tablataka sinchi kaptin.

Chay tablapa suniyninka
sokta chunka sentimetro kanan
tiyan. Chaymanta anchunpish
pichka chunka sentimetro
kanan tiyan. Chay tablapa
uchkunka ishkay chunka sen-
timetro kanan tiyan.

Chay uchku sawanpi chay
Davidka kashna churarkan
chay tablataka.



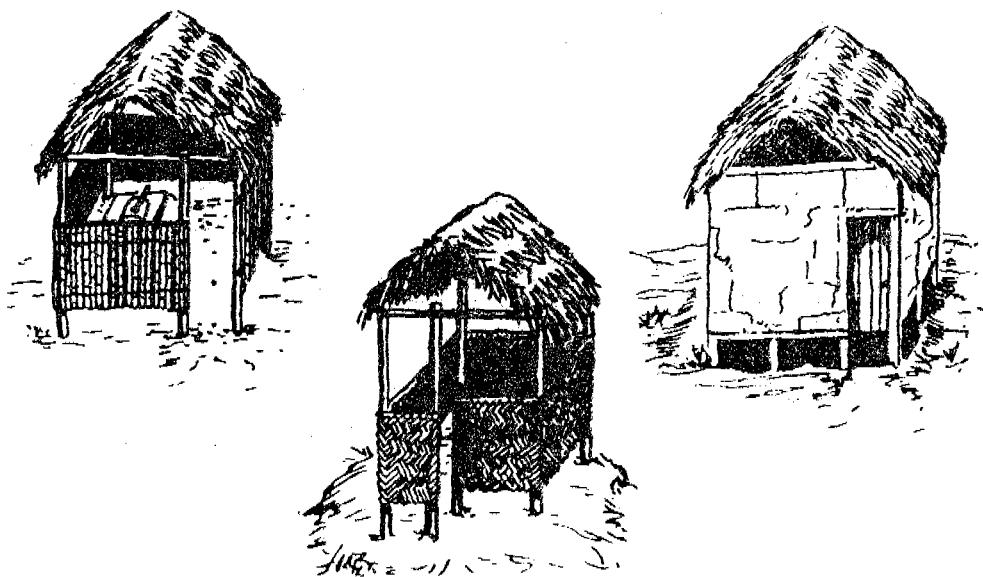
WICHKANANTAPISH RURANCHIKUNA TIYAN



Chaymanta Davidka yacharkan chay uchku alli wickadu kananpa ama moskakuna yaykunanpa. Payka munashpaka pankakunallawan chay uchkutaka wickanman karkan. Payka ashwan alli wickanata suk topa tablamanta rurashpa apinayukta rurarkan. Payka yacharkan chashna wickana apinayuk ruradu kaptin manana makinta nimawan chapunanta. Chaymanta tukuy chaypi ishpanakuk rik mana killakushpankuna, mana nima millashpankuna chay apinayuk wickkanawan chay letrinataka sakinankuna tujan. Chaymanta chay warminpish alli chashna wickadu kaptin pichak rishpa allimata chuya chuyata pichankami.

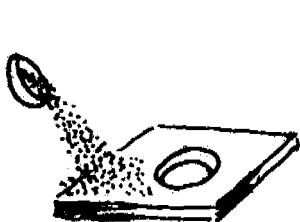
SUK RANCHITUTA RURANCHI

Chay Davidka chay letrinapa suk ranchunta rurarkan tamyashpa ama ñuyuchinanpa. Chaymanta chay ranchuka allita arkawanchi chay letrinapi kaptinchi. Davidka chay ponamanta ranchuta rurashpaka tukuy atipashkanwan chashna rurarkan. Kay dibujipi kawanchi suk ranchutaka pirkawan arkaduta, chaymanta sukta pankakunawan, sukta esterakunawan suk ñata pintukunawan arkaduta. Allimi chashna chay letrinapa ranchunta ruranapaka rupay wayra yaykunanpa. Chashna rurashpaka chay letrinataka allita chuya chuyata wakaychaykanchi, manana sukamannachu asnan. Chashna rurashka manana niman pakcha, niman alakran, niman añallukuna, niman machakuykuna chay letrinapika tantanakunnachu.

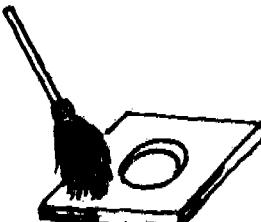


ALLI PICHADU KANAN TIYAN

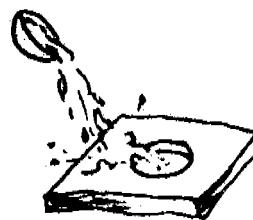
Chay Davidka, warminta, wamrankunata yacha-chirkansapa chay letrinata chuya chuyata wakay-chanankunapa. Chaymanta willarkansapa ama ni may-kan chay letrinapa uchkumanta washanpi yakuta ishpanankunapa nima atunta ishpanankunapa. Chaymanta willarkansapa chay letrinapa uchkunta tukuy diya uchpachanankunapa ama asnananpa. Chay uchku punku chapunakuptinka alli uchpawan pampachinapa. Chashna tipita chakiptinka suk pichanawan allita pichashpa chay susyataka chay uchkuman tankananchi tiyan. Chaymanta alli chay letrina wasipi wakay-chanapa suk kallana uchpata chaymanta pichanata-pish listo kananpa pichananchipa. Chaymanta suk tipita yakuchashpa chay susyata chay uchkuman tankanapa alli. Chaymanta chay warmin chay wamrankuna chay letrinata kunkashpa mana wichkashpa sakiptinkuna Davidka sinchita willarkansapa:
— Chay letrinata allita wichkashpa sakiychi.



uchpa

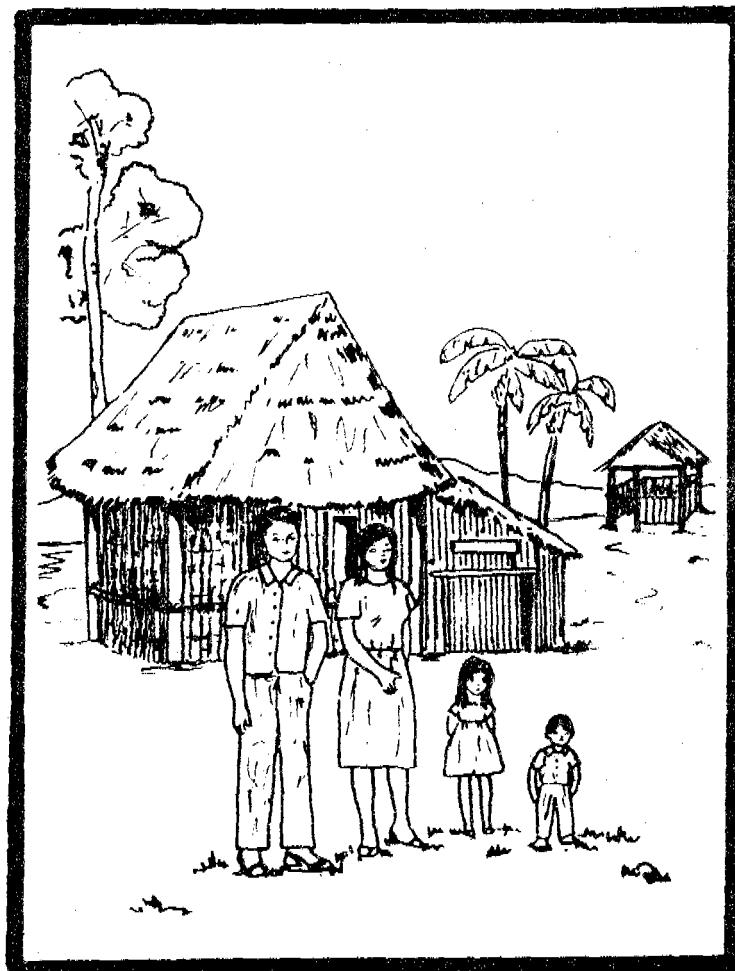


pichana



yaku

Chay Davidka tukuy familiyanwan sukaman
kreynakurkan chay alli letrinankuna tiyapuptin.
Chashna manana unkushpana paykunaka sukaman kushi-
kuy puru kawsarkansapa.



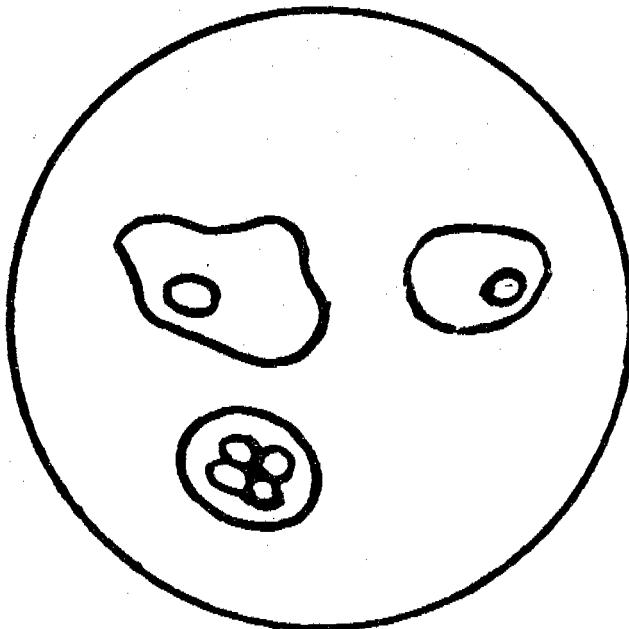
TIYAN SUK ILULIKUNA
AMEBA SHUTINKUNA

LECCION I

KALLARINAPA YACHACHIKUY

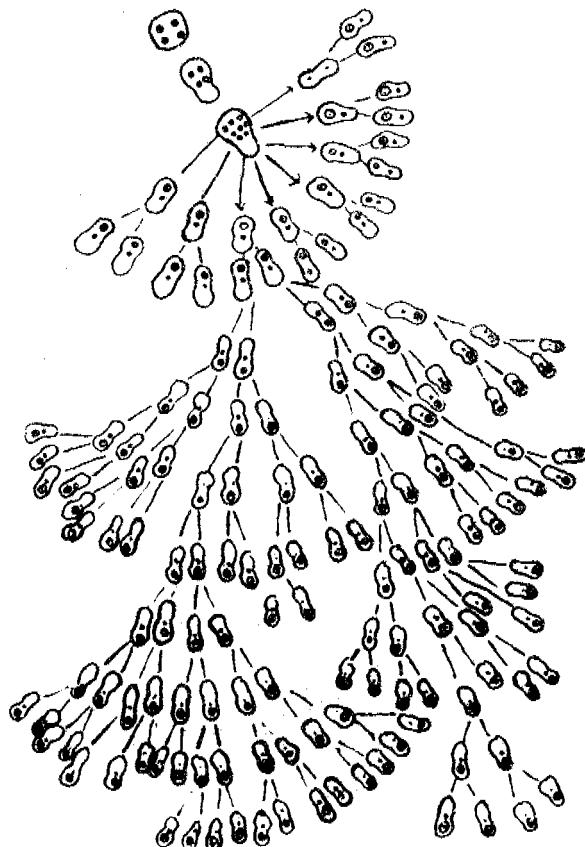
A. ¿Imatí chay amibyasiska?

Tiyan suk unkuy amibyasis shutin. Suk ilulikuna chay unkuy amibyaswan sinchita unkuchiwanchi. Chay ilulikunapa shutinka amebakuna. Chay amebakunaka sukaman takshasillu ilulikunami. Nawinchillawanka mana atipanchichu kawayta chay amebakunataka. Chaytaka kawanchi suk makina mikroskop-yowanra. Chay mikroskopyopika kashnasillukunata kawanchi chay amebakunataka.



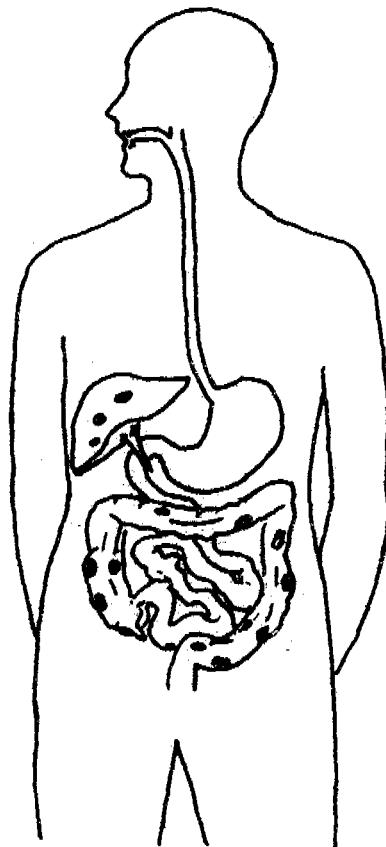
B. ĪCHAY AMEBAKUNAKA IMASHNATI TUKUN WIKSANCHI-
PIKA?

Chay amebakuna wiksanchipi tiyashpaka santamin aypata miransapa. Payka mana aypapish wiksanchipi yaykushpaka santamin sukaman aypata miransapa. Chay amebakunaka gustansapa chūnchullinchipi kawsayta.



C. ¿CHAY AMEBAKUNAKA IMASHNATI RURAN CHUNCHU- LLINCHITAKA?

Chay amebakunaka sukaman mirashpaka chunchullinchipi chupuyachiwanchi. Chaymantana wiksa nanaywanna kawsanchi. Chaymanta chunchullinchipi apikushpa yawarninchipina yaykun, chashna yaykushpa ñatinchita chupuyachin.



LECCION II

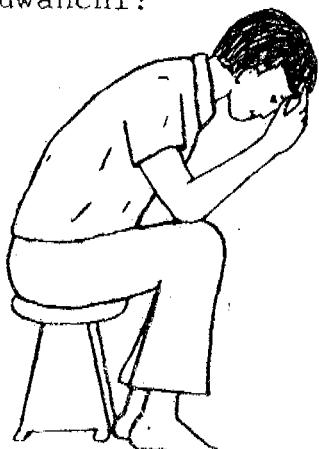
A. IMASHNAMI YACHANCHIMAN AMEBAYANANCHITA



- Chay amebakuna wiksanchipi tiyaptinka wiksanchi nanan.
- Chaymanta suk diya kichanchi yawarwan chakruduta.
- Suk diyakuna washa manana ati-panchichu atunta ishpakuyta.
- Chaymanta mana nimata miku-nayashpa kawsanchi.
- Kipnanayashpa kawsanchi.
- Chaymanta wiksanchi punkin.
- Sukaman asnakta kaknanchi.
- Chaymanta ayak likidu shimin-chi tukun.

Chashnami chay iluli amebakunawanka kawsanchi.

Chashna chay amebakunaka rikchak laya nanayta kuwanchi:



- Uma muyuywan kawsanchi. Umanchi nanan.
- Purishpa sukaman shaykunchi. Tukuy tullunchi sukaman nana-wanchisapa.
- Iden romatismo shina kwerpun-chita nanachin chay amebaska.
- Chaymanta ñatinchi nanan chay amebakuna ñatinchita chupuyachiptin.

LECCION III

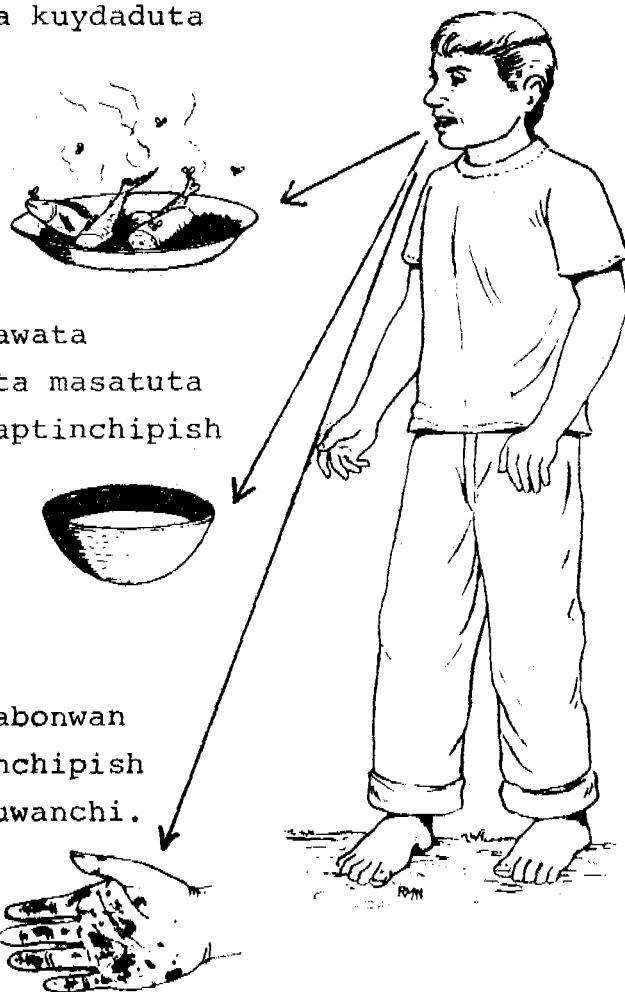
YAYKUWANCHISAPA AMEBAKUNAKA

¿Imashnatí chay amebaka yaykun wiksanchipika?

Chay amebaka wiksanchipika
yaykun mikuna mana kuydaduta
mikuptinchi.

Chaymanta yaku chawata
upyaptinchi, aswata masatuta
mana yanuduta upyaptinchipish
yaykuwanchilla.

Makinchita mana jabonwan
mayllaspa mikuptinchipish
chay amebaka yaykuwanchi.



B. ¿Imashnatí chay amebaka mikunanchipika yaykuman?

- Chay mikunanchipika chay amebaka yaykun susya makinchiwan llankaptinchi.
- Chaymanta moskakuna ismakunapi tiyarishkan washa chay mikunanchipi tiyariptin amebaka yaykun.
- Chaymanta rikchak laya susyakunapi tiyan chay amebaka.



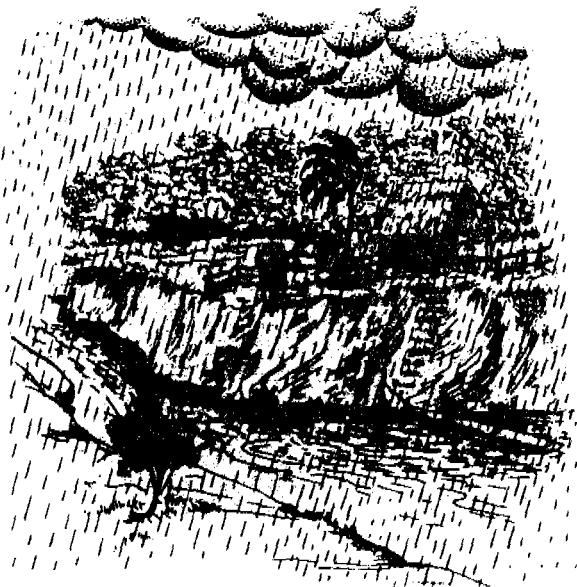
C. Imashnatí chay amebaka yakupika yaykunman?

Chay amebaka kashnami yakupika yaykun:

-Tamyaptin chay tamya yaku tukuy laya ismakunata susyakunata urayachin yakuman. Chay susyakunanta tiyan amebaka. Chay laya yakuta upyaptinchí chay amebaka wiksanchipika yaykun.

-Chaymanta suk runakuna yakupi yaku mañanllapi ismansapa. Chay laya yakuta uypashpa amebaka wiksanchipika yaykun.

-Chaymantapish wakinka yaku mañanmanta mana sunipi letrinantaka ruransapa. Chashna serkapi letrina kaptin tamyaptin chay tamya yakuka chay susyataka apan. Chay laya yakuta upyashpa amebayanchi.



D. ¿Imashnatí makinchipika chay amebakunaka apikun?

Makinchiwan tukuy layata susyalla imakunata apishka chay amebakunaka apikuwanchi. Ichara chay ismakunapi tiyan aypa amebakuna. Chay laya susyata apishpa mana maylla-kushpa mikuptinchi chay amebaka wiksanchipika yaykun.



E. ¿Imashnatí makinchika ismakunawanka chapunkun?

—Makinchika trabajaptinchi ismakunawan chapunkun.

—Chaymanta atunta ishpakushpa pichakushpa chapunkunchi.



LECCION IV

TMASHNAMI KUYDANAKUSHUN AMA AMEBAYANANCHIKUNAPA

A. ¿Imatati rurashun chay amebakuna kwerponchipi ama yaykunanpaka?

1. Chay ameba kwerponchipi ama yaykunanpaka yakuta pichka minututa timpuchinanchikuna tiyan. Chashna timpuchiptinchi chay amebakunaka chay rikchak laya unkuchiwanninchikunaka wañun.



2. Chaymanta chay amebakuna kwerponchipi ama yaykunanpaka makinchita jabonwan allita mayllananchikuna tiyan.

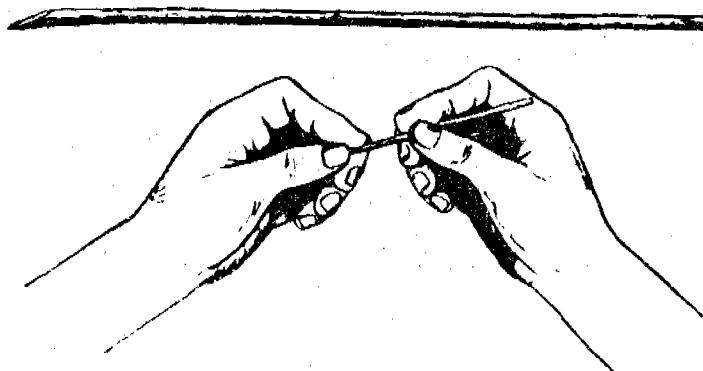


¿Imashnatí makinchikunata mayllananchikuna tiyan?

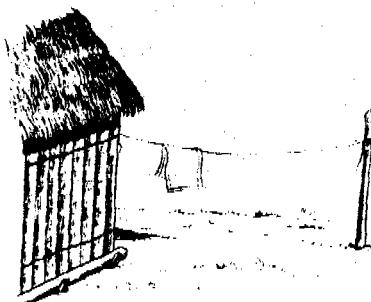
Makinchikunata yakuwan jabonwan allita maylla-nanchikuna tiyan. Mana jabon tiyaptinka limonwan kokonawan mayllananchi tiyan makinchimanta susyata llukshichinanpa. Ashwan alli kanman jabonwan mayllakunanchipa.



Allita makinchita mayllananchikuna tiyan. Chaymanta dedunchikunatapish. Chaymanta suk kas-pita lampayachishpa shillunchi siki manta susyata surkunanchi tiyan.



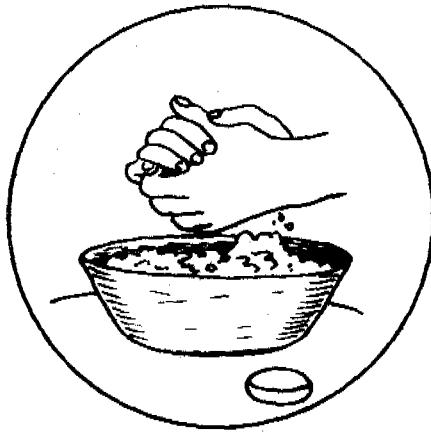
Chaymanta jabonwan
mayllakushkanchi washaka
chuya yakuwan chuyancha-
nanchi tiyan. Chay jabon
makinchimanta llukshinan-
pa. Chaymanta ama yakuta
sukaman usuchinanchipa
kashna ruranchiman:
Suk maykan suk patipi
yatuta churashpa maylla-
chiwanchiman.



Chashna makinchita may-
llashkanchi washa allita cha-
kichinanchi tiyan suk chuya
chuya chakidu towallawan suk
chuya chuya llachapawan.
Mana allichu llachapanchi-
llapi nima chukchanchipi ma-
kinchita chakichinanchipa.
Chashna chakichinakushpa
kashkanlla makinchita
chapunchiman. Chaymanta chuk-
chanchi kunanlla tukuy laya
susyapi chapunakun. Chashna
chapunakushpa chay susyakuna-
ka kunanlla unkuchiwanchiman.

¿Imata rurashpatí makinchitaka mayllashun?

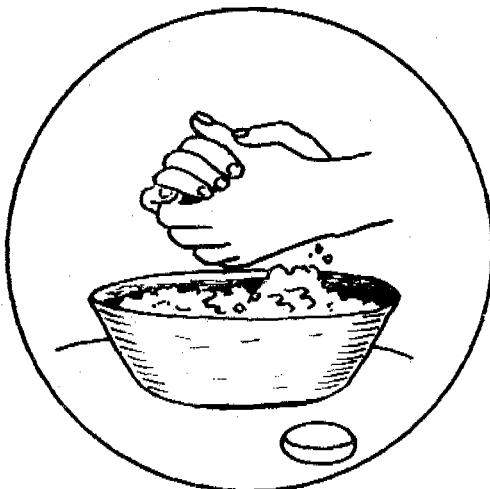
—Atunta ishpashkanchi washá chuya chuyata
makinchita jabonwan mayllananchikuna tiyan.



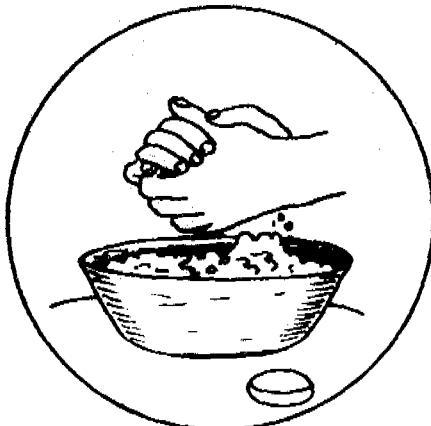
—Chaymanta suk ismasapa allpapi trabajashpa
makinchita chuya chuyata jabonwan mayllananchikuna
tiyan.



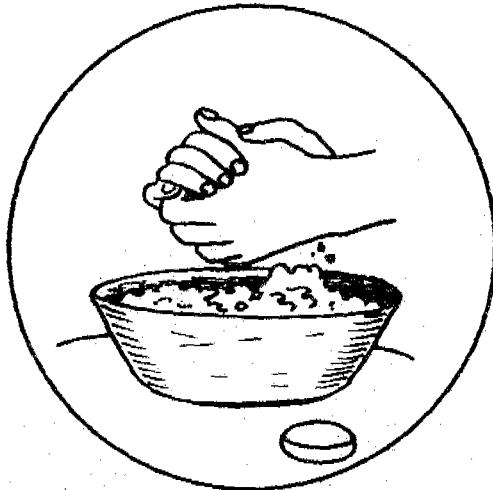
-Chaymanta suk wamranchi atunta ishpashpa
chapunakuptin llachapachishpa makinchita
jabonwan allita mayllananchi tiyan.



-Chaymanta manara suk mikunata rurashpara
makinchita allita mayllananchi tiyan.



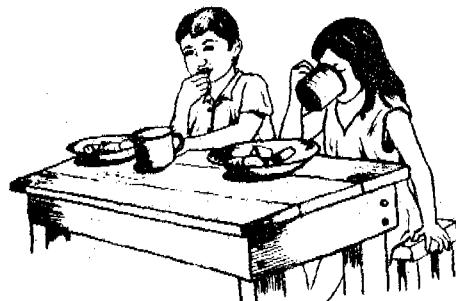
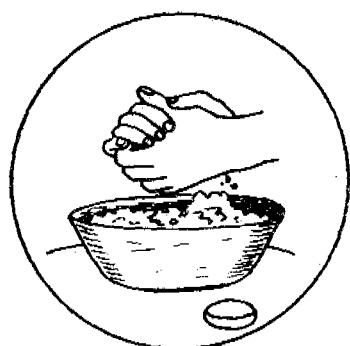
—Chaymanta manara mikunata llankashpara makinchita allita mayllananchi tiyan.



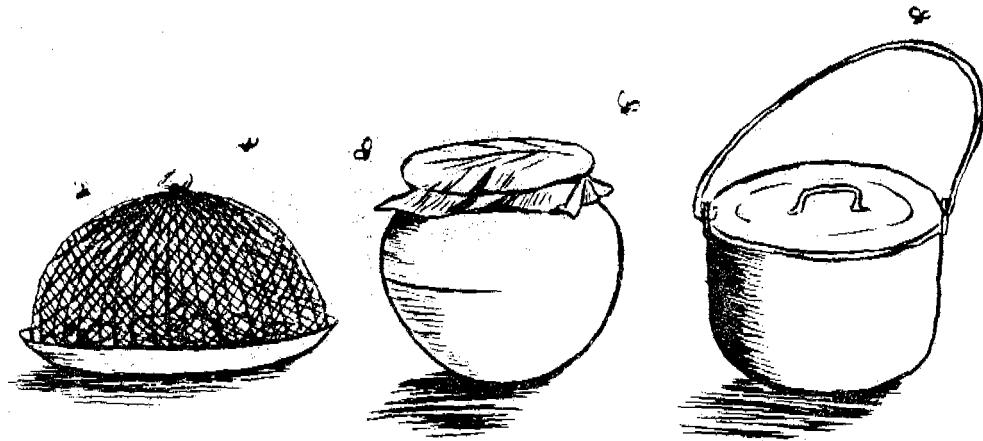
—Chaymanta suk mama suk taksha wawanta manara karashpa, manara mikunata rurashpa makinta allita mayllanan tiyan. Chaymanta amanarapish llullunta ñuñuchishpara chuya chuyata makinta mayllanan tiyan.



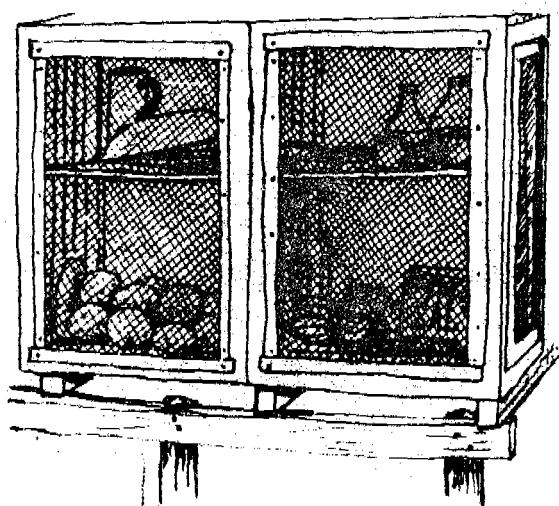
-Chaymanta tukuy pi manara mikuyta kallarish-
para makinchikunata mayllananchikuna tiyan.
Tukuy kaykunata wamranchikunata yachachinan-
chikuna tiyan kikinchikuna rurashpa.



Chaymanta chay amebakuna ama kwerpunchipi yaykunanpa, tukuy mikunanchita allita wickanan-chikuna tiyan ama moskakuna yaykunanpa.



Chaymanta suk armaryu tiyaptinka chaypi tukuy mikukunaykita churaychi. Chaymanta tukuy mikunay-kichi puchuptin chaypi churaychi.



Chaymanta chay amebakuna ama kwerpunchipi yaykunanpa tukuy mikukunanchikuna kallanakunata allita mayllananchikuna tiyan.

¿Imashnami chay mikukunanchikuna kallanakunta mayllashunchi? Kashna mayllananchikuna tiyan:

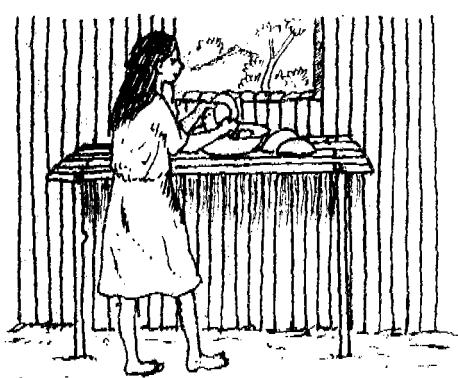
—Yakuwan jabonwan mayllananchikuna tiyan.

—Chaymanta chay mikushkanchikuna kallananchipi apikuptin playawan, uchpawan tupashpa mayllananchikuna tiyan.

—Chashna rurashpa yakuwan chuyanchananchi tiyan chay playa chay uchpa chay jabon llukshinanpa.

—Chaymanta chashna chuyanchashpa yaku tinpu-duwan tukuy chay kallanakunata armachinanchi tiyan. Tukuy chayta ruranchi chay amebakuna wañunanpa.

—Chaymanta ama kashkan chapunakunampa allita chakichinanchi tiyan.



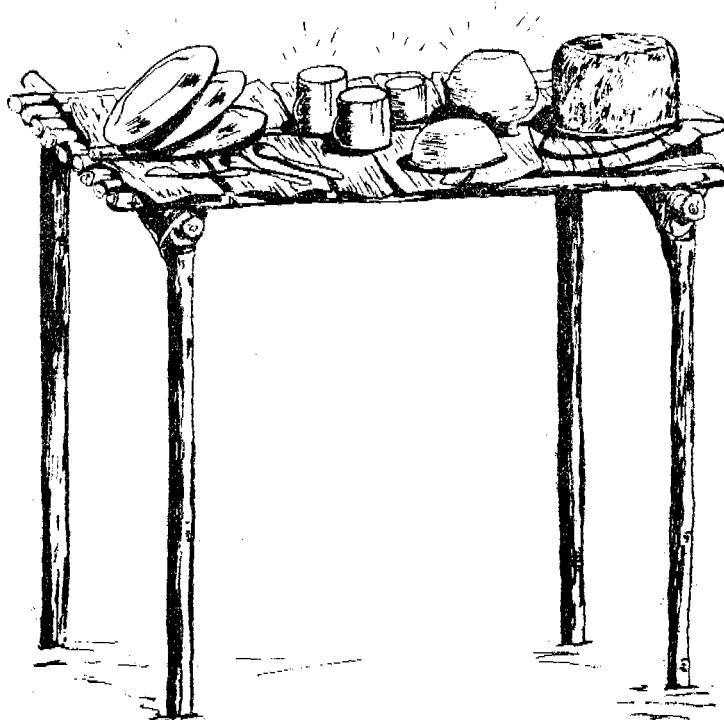
čl mashnami tukuy chay mikukunanchi kallana-kunata chakichishun?

Ama chay maylladu kallanakuna kashkan chapunakunarpa kashna rurashun:

—Chay mikukunanchi kallanakunata chakichinan-chipaka makinchita allita mayllananchikuna tiyan.

—Chashna chay maylladukunata suk ima sawanpi churananchikuna tiyan rupaypi rupay allita chakichinanpa.

—Rupaywan tukuy chay amebakuna wañun.

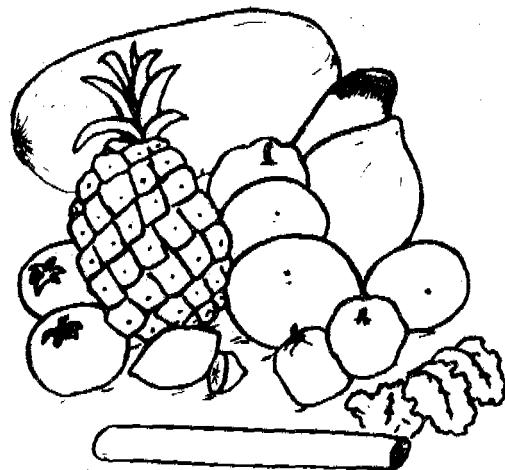


Chaymanta ama chay amebakuna kwerpunchipi yaykunampa tukuy chawa mikunanchikunata amara mikushpanchikuna allita mayllananchikuna tiyan.

¿Imashnatí chay wayukunaka chay amebakunawanka chapunakun?

Chay wayukunaka chay amebakunawanka kashnami chapunakun:

- Moskakuna chakinpi purichin chay amebakunataka. Chashna chay moskakuna tiyariptin chay wayukunaka chay amebakunawanka chapunakun.
- Chaymanta chay wayukuna wiñanan allpapi chay amebakunaka tiyan.
- Chaymanta pallaptinchi makinchimanta chay amebakunaka chay wayukunapika apikun.

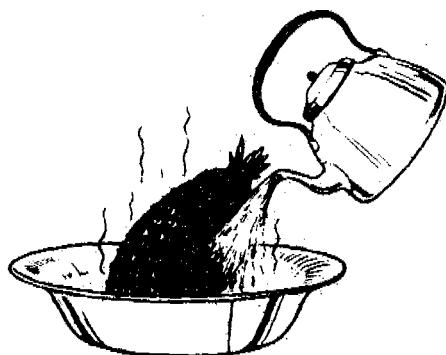


¿Imatami rurashun chay chawa wayukunata
mikunanchipaka?

Kaykunami chay chawa wayukuna mikunanchika:

—Chonta, papaya, piña, sandiya, tomate,
tukuy kaykunata manara mikushpara allita
jabonwan tukuy karapanta mayllananchi tiyan.
—Chaymanta yaku timpuduwan chuyanchananchikuna
tiyan.

—Chaymanta tukuy chay mikuna wayukunata suk
chuya chuya machetewan chiktashpa, sипrashpa
mikunanchikuna tiyan.



¿Imatati ruranchiman suk machete suk taksha
kuchillu chuya chuya kananpa?

Chashna chay machete alli chuya chuya kananpa
kashna rurananchi tiyan:

-Allita yakuwan jabonwan mayllanchi.

-Chaymanta yaku timpuduwan chuyanchananchi
tiyan. Chashna chuya chuyata mayllaptinch
chay machetika manana amebawan chapunakuduna-
chu.



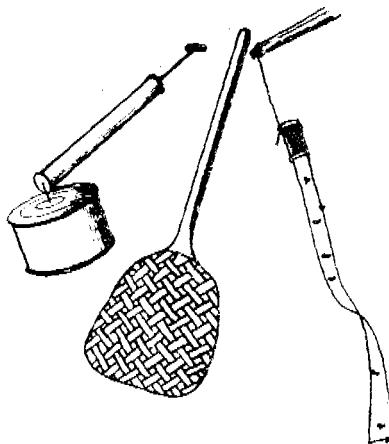
Chaymanta ama amebakuna kwerpunchipi yaykunana-paka suk letrinata rurananchikuna tiyan chaypi ishpananchikunapa. Chashna purinanchi allpaka mana amebayankachu.



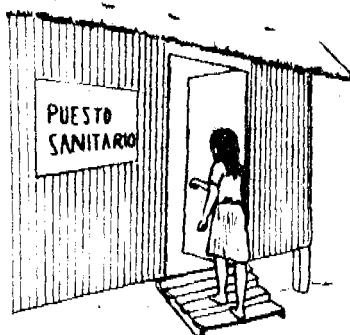
Chaymanta chay letrinataka allita wickkanan-chikuna tiyan. Chashna wickkadu kaptin manana moskakunaka yaykunkanachu. Niman ismakunapi tiyarinkanachu chay amebakunawan chapunakunankuna-paka chay moskakuna.



Chay amebakuna ama kwerpunchipi yaykunanpaka,
 chay moskakunata wañuchinanchikuna tiyan ama
 wasinchi ukupi kawsananpa.

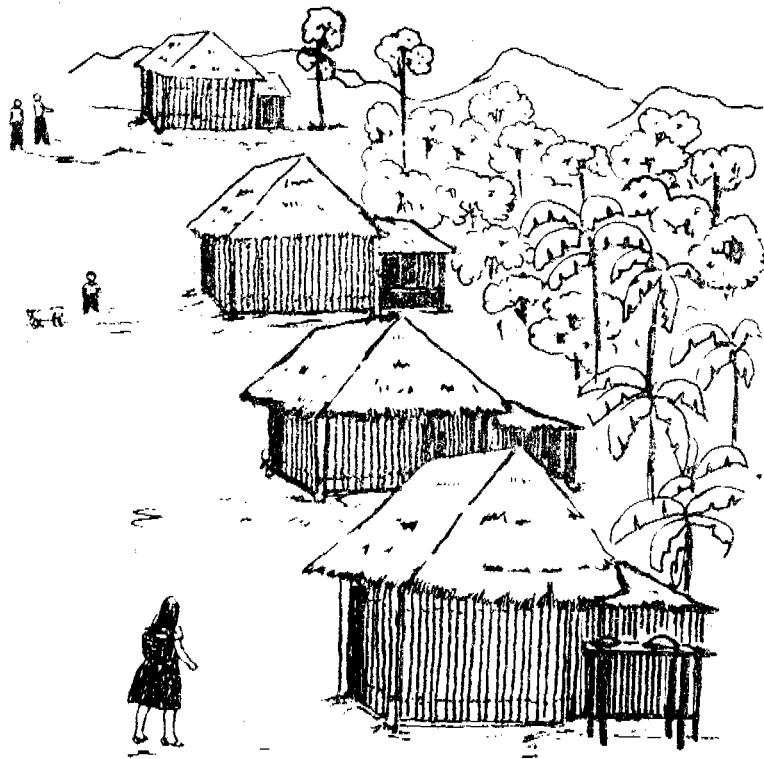


Chaymanta chay amebakuna ama kwerponchipi yaykunanpaka chay amebawan unkuktaka ampichinanchikuna tiyan. Chaymanta chay amebakuna kontran remedyuta upyanankunapa rinankuna tiyan postapi rantik. Chashnara chay amebakunaka manana kwerpunchipika tiyankanachu. Chashna allita sanoya-nanchikaman chay remedyutaka upyananchikuna tiyan.



Chashna tukuy willawashkanchikunata rurash-paka ñallitachu manachu ruranchi?

Chashna tukuy chay kawsak masinchikuna rurap-tinkunaka alli sano mana unkushpa kawsashunchisapa. Tukuy kushikuy puru kawsashunchisapanami. Chay-manta chashna tukuy chay yachachiwananchikunata rurashpa, tukuy laya unkuykunamanta kuydanakuy-kanchisapa. Manana kichanchinachu, manana kipnash-panachu kawsanchi.



TRADUCCION AL CASTELLANO

LA ANQUILOSTOMIASIS

Página 7

LECCION I

LAS LOMBRICES QUE NO SE PUEDEN VER CON LOS OJOS

Este hombre se llama David. Ante sus paisanos no parece estar enfermo, ni él mismo se da cuenta de su enfermedad. A ustedes tampoco les parece enfermo, ¿verdad? Está gordo y todavía puede trabajar bien. Es verdad que, de vez en cuando, tiene dolor de barriga y siempre está un poco pálido; pero todavía no es tanto como para llamarle la atención. Pero David y muchos de sus paisanos sufren de una enfermedad que se llama anquilostomiasis.

Página 8

¿Qué es la anquilostomiasis?

La anquilostomiasis es una enfermedad causada por un gusanillo llamado anquilostoma. Los anquilostomas viven en el intestino delgado. Cuando una persona, como David, hace sus necesidades, sus heces contienen huevos de anquilostomas. De esos huevos nacen pequeños gusanillos que se llaman larvas. Estos huevos y gusanillos son tan pequeños que no podemos verlos a simple vista. Para verlos debemos usar un microscopio.

Página 9

¿Cómo son los anquilostomas vistos por el microscopio?

En el microscopio estos gusanillos y sus huevos parecen mucho más grandes de lo que son. El médico está examinando una muestra de heces de

un enfermo con anquilostomiasis. Vamos a decir que ésa es una muestra de las heces de David.

En el primer dibujo puede verse el huevo de un anquilostoma. En el segundo dibujo puede verse al gusanillo que está por salir del huevo. Y en el tercer dibujo puede verse al gusanillo después que ya ha salido del huevo.

Pero no olvide que a simple vista no parecen tan grandes. Solamente con un microscopio podemos verlos del tamaño que muestra este dibujo.

Página 10

EL CONTAGIO

¿Por qué David y sus paisanos tienen anquilostomas en sus intestinos?

David y sus paisanos tienen anquilostomas porque los terrenos en su comunidad están llenos de estos huevos y gusanillos (larvas). Los terrenos contienen esta clase de gusanillos, porque la gente hace sus necesidades en el campo. Es decir, la gente no usa letrinas. Y como estos huevos y gusanillos no se pueden ver a simple vista, la gente no sabe el peligro que hay en eso; ni tampoco sabe el peligro que presenta esa enfermedad.

Página 11

Y lo peor para la comunidad de David es que tienen chanchos que andan libres en la comunidad. Y, ¿por qué es peligroso eso? Eso es peligroso porque los chanchos comen excrementos humanos. Comen excrementos que están llenos de anquilostomas. Entonces, al hacer sus necesidades en cualquier parte del campo, ellos también dejan estos gusanillos. Por eso son muy raros los terrenos en la comunidad de David donde no haya el peligro de contraer esta enfermedad llamada

"anquilostomiasis". Esto puede pasar igual con cualquier animal que coma excrementos.

Página 12

¿Por qué son peligrosos los terrenos contaminados con anquilostomas?

Los terrenos contaminados con anquilostomas son peligrosos porque cuando nacen estos gusanillos, ya están listos para entrar al cuerpo de cualquier persona que camina cerca de ellos. Y al entrar a nuestro cuerpo, nos enfermamos. ¡Miren, aquí viene David caminando sin saber el peligro que hay!

Página 13

Pero, ¿cómo entran los anquilostomas al cuerpo de David?

Los anquilostomas pueden penetrar por la piel sana. Pueden penetrar tan fácilmente que es muy posible que David no sienta nada. Pero, también puede darle una tremenda comezón.

También, al entrar, pueden causar alguna infección en la piel, porque entran otros microbios al mismo tiempo. Eso le pasó a la esposa de David el mes pasado. Tenía los dedos de los pies adoloridos, hinchados, rojos y calientes (afiebrados). Entonces, fue al promotor de salud para que la curara bien de esa infección causada por los anquilostomas.

Página 14

¿Cómo llegan al intestino los anquilostomas?

Después de penetrar por la piel, los gusanillos (larvas) de los anquilostomas entran a las venas y viajan por la sangre hacia los pulmones.

Página 15

¿Qué pasa cuando los anquilostomas van de los pulmones a la garganta y a los intestinos?

Cuando llegan a los pulmones, los anquilostomas salen de la sangre por las paredes de los pulmones. De los pulmones pasan a la garganta por los bronquios y la tráquea. Hay otros gusanillos que también pasan por los pulmones: las lombrices (*ascaris*) y los estrongiloides. Estos gusanillos, especialmente las lombrices, cuando pasan por los pulmones, bronquios y tráquea, pueden producir los siguientes problemas:

- Tos seca o bronquitis.
- Neumonía, especialmente en los niños.
(Esto es porque estos gusanillos debilitan el cuerpo, y los pulmones pierden resistencia contra otros microbios que producen la neumonía.)

Página 16

David tiene dos hijos; un niño de 3 años y una niña de 5. Los dos hijos tuvieron tos seca por varios días. La niña de 5 años se sanó, pero el de 3 se puso grave. Comenzó a tener fiebre alta y dificultad para respirar. David tuvo que llevarlo al promotor de salud. El promotor le dijo que el niño tenía neumonía. El promotor tuvo que ponerle inyecciones por varios días. Las inyecciones costaron mucho. Aunque David no lo sabía, su hijo se enfermó, en parte, por la debilidad de sus pulmones causada por los gusanillos.

Página 17

¿Cómo van los anquilostomas de la garganta al intestino?

De la tráquea pasan a la garganta, y de la garganta pasan al esófago. Por el esófago van al estómago, y de allí pasan hasta el intestino delgado. Allí viven y ponen sus peligrosos huevos que salen con las heces.

Página 18

¿Qué hacen los anquilostomas en el intestino delgado?

Los anquilostomas muerden la pared del intestino, y chupan nuestra sangre día tras día para alimentarse. Aunque son pequeños pueden chupar gran cantidad de sangre. En este dibujo se puede ver cómo un anquilostoma muerde la pared del intestino. Así se ve por el microscopio. Si David pudiera ver este dibujo, ¿piensa usted que tendría miedo de los anquilostomas?

Página 19

¿Qué síntomas pueden presentarse cuando los anquilostomas están en el intestino delgado?

Cuando los anquilostomas están en el intestino delgado producen:

- Dolor de barriga (cólicos).
- Palidez. (Es decir, la piel, uñas, palmas de las manos, labios y la mucosa del párpado inferior están blancos o pálidos. Otro nombre para la palidez es "anemia".)

Los enfermos de anquilostomiasis se ponen pálidos porque los gusanillos están robándoles su sangre. Por el momento, David solamente está un poco pálido, pero después de algunas semanas puede empeorarse y sufrir la mayoría de los siguientes síntomas de anemia:

- Mareos.
- Debilidad.
- Cansancio.

- Hinchazón de la barriga, pies, piernas y cara. (Solamente en casos de anemia fuerte y de larga duración)

Página 20

¿Se presentan aún otros síntomas en los niños?

Sí, la anquilostomiasis en los niños aún presenta otros síntomas. Por ejemplo, un niño de David está muy pálido y además de tener mareos, debilidad y cansancio, tiene los siguientes síntomas:

- Barrigón. (La barriga muy hinchada)
- Cara muy redonda. (Hinchada en forma redonda)
- "Vicios", es decir, come tierra, ceniza, jabón, etc.

Hace poco tiempo, David compró un purgante de un comerciante; pero su niño no mejoró con eso. ¡Pobre David! No sabía que algunas de las medicinas que son buenas contra las lombrices (ascaris) y oxiuros (hilos blancos) no les hacen nada a los anquilostomas. Para sanarse de los anquilostomas se debe tomar medicina. Esta medicina, más o menos semejante al ojé, mata a los anquilostomas. Los médicos o los promotores de salud tienen la medicina, y saben cuáles son las dosis según las edades. También saben cómo curar la anemia (palidez).

Página 21

¿Cómo pueden luchar contra los anquilostomas David y sus paisanos?

1. Para luchar contra los anquilostomas, los enfermos deben ir al promotor de salud o al médico, y comprar remedios para matar esos gusanillos que están viviendo en sus intestinos. Así las heces ya no van a contaminar los terrenos.

Página 22

2. Para evitar que los anquilostomas entren al cuerpo por los pies, pueden usar zapatos. Especialmente es bueno cuando caminan en lugares donde la gente no usa letrinas. Los anquilostomas pueden sobrevivir hasta dos años en terrenos contaminados y poco mojados.

Página 23

3. Es muy importante que David y la comunidad guarden los chanchos en corrales. No deben permitir que los chanchos anden libres en la comunidad, ni que coman heces humanas.

Página 24

4. Y lo más importante es que David y sus paisanos construyan y usen siempre buenas letrinas. Cada familia debe hacer su propia letrina.

Página 25

David y toda la comunidad obedecieron todos estos consejos. Construyeron letrinas, pusieron a los chanchos en corrales, curaron a los enfermos, etc. Un año después, un representante de Salud Pública les visitó. El representante observó que David y sus paisanos ya no estaban pálicos ni los niños estaban muy barrigones. Todos estaban más sanos y contentos. Y les felicitó por tener una comunidad tan organizada y tan limpia.

Página 27

LECCION II

COMO HACER UNA LETRINA

¿Quiere ver cómo construyó David su letrina?

Primero, buscó un buen sitio para hacer la letrina. Sabía, por una clase del promotor de salud, que no debía construirla cerca del agua. Entonces buscó un sitio a 20 metros del agua que toma la comunidad (río, pozo o cocha) y, a la vez, un sitio más o menos a 10 metros de la casa.

Página 28

También buscó un terreno un poco elevado (lomita), para que el hueco no se llenara de agua cuando llovía. Sabía que no debía construir la letrina en terrenos bajos, porque se inundan fácilmente. Los que viven en comunidades que frecuentemente se inundan, deben construir nuevas letrinas cuando pasa la inundación.

Página 29

Sabiendo dónde iba a construir la letrina, David pensó en cómo hacer el hueco. Sabía que con un cavador es más fácil hacer el hueco. Pidió prestado un cavador a su paisano e hizo el hueco lo más profundo posible. Puso palos para extender los mangos (asas) del cavador para hacer el hueco aún más profundo. El hueco debía tener dos metros de profundidad. David sabía que si encontraba agua antes de llegar a una profundidad de dos metros, tendría que buscar otro lugar.

La boca del hueco no era muy ancha, más o menos de 30 cm. Cuando el hueco tiene un diámetro de 30 centímetros, o menos, es más fácil poner una plataforma para que los anquilostomas no entren a los pies, y a la vez es más fácil mantenerla limpia.

Página 30

En el dibujo de arriba se puede ver el hueco dentro de la tierra. Después de un metro de profundidad, hizo el hueco aún más ancho para que sirviera por más tiempo.

En el dibujo de abajo, se puede ver cómo David hizo aún más profundo el hueco al poner tierra alrededor de la boca del hueco. También quedó más alta la boca del hueco para evitar que se llenara de agua cuando llovía.

Página 31

David fue al monte y cortó una aleta de la raíz de un árbol grande, para hacer una plataforma. Sabía que una plataforma de madera muy dura iba a servir por largo tiempo, y que los anquilstomas no podían entrar en ella.

El tamaño de la plataforma puede ser más o menos de 60 cm. por 50 cm. El hueco de la plataforma puede tener unos 20 cms. de diámetro.

David puso la plataforma encima de la boca del hueco como se puede ver en este dibujo.

Página 32

David sabía también que era importante tapar bien el hueco de la plataforma, para evitar que entraran las moscas. Aunque podía hacer una tapa solamente de hojas, David hizo una de topa, con un asa para agarrarla. Sabía que así no se iban a ensuciar las manos, y la familia iba a conservar la letrina tapada más fácilmente.

Página 33

David hizo una caseta de poná para proteger el hueco contra la lluvia. También la caseta sirve para que la persona pueda ocultarse mientras usa la letrina. Aunque David hizo la caseta de poná, él podría haberla construido con otros materiales que tenía a su alcance. En los dibujos se pueden ver casetas con paredes de hojas de palmera, esteras y caña brava.

Es bueno construir la caseta de tal manera que la luz y el aire fresco puedan entrar fácil-

mente. Así se puede mantener la letrina más limpia y sana. También hay menos peligro de que las arañas, alacranes, hormigas, víboras, etc. se escondan en ellas.

Página 34

David les explicó a su esposa y a sus hijos la importancia de mantener siempre limpia la letrina. Les dijo que nadie debía hacer sus necesidades fuera del hueco de la letrina. También les dijo que diariamente debía echarse ceniza al hueco de la letrina, para quitar el mal olor. Cuando la plataforma se ensucia es bueno cubrir la suciedad con ceniza. Cuando se seca un poco, puede usarse una escoba y botar todo en el hueco. Siempre es bueno tener un tazón de ceniza y una escoba en la caseta, listos para usarlos. También puede echarse un poco de agua a la plataforma para lavarla bien. Cuando los niños o la señora se olvidan de tapar bien la letrina, David tiene que hablar con ellos acerca de la importancia de tapar bien el hueco de la letrina.

Página 35

David y toda la familia estaban orgullosos de tener y de usar su buena letrina, porque de esa manera gozaban de buena salud.

LA AMEBIASIS

Página 38

LECCION I

A. ¿Qué es la amebiasis?

La amebiasis es una enfermedad causada por unos microbios que se llaman amebas. Las amebas son animalitos muy pequeños. No se pueden ver a simple vista. Para verlos debemos mirar con un

microscopio. En el microscopio aparecen así:

Página 39

B. ¿Qué pasa cuando las amebas están dentro del cuerpo?

Cuando las amebas están dentro del cuerpo, se dividen y aumentan rápidamente. Aunque entran pocas amebas al cuerpo, se multiplican rápidamente y, después de pocas horas, puede haber muchas de ellas. ¡Aun miles! A las amebas les gusta vivir en los intestinos.

Página 40

C. ¿Qué hacen las amebas en los intestinos?

Cuando las amebas están en los intestinos producen úlceras o heridas en las paredes intestinales. Cuando están muy metidas en la pared del intestino, pueden entrar a la sangre y pasar a otras partes del cuerpo. Muchas veces pasan al hígado y allí hacen abscesos.

Página 41

LECCION II

A. ¿Qué síntomas pueden causar las amebas en el cuerpo humano? Es decir, ¿qué siente el enfermo?

Las amebas pueden causar las siguientes molestias en el aparato digestivo:

- Dolor de barriga (cólicos).
- Diarrea (a veces con sangre).
- Estreñimientos (dificultad para hacer las necesidades).
- Falta de apetito.
- Náuseas.
- Mucho gas y eructación.
- Sabor amargo en la boca.

Las amebas pueden causar estas molestias por todo el cuerpo:

- Mareos.
- Dolor de cabeza.
- Cansancio.
- Dolor a los huesos y articulaciones.
(Dolores como reumatismo).
- Dolor en el hígado (si hay abscesos allí).

Página 42

LECCION III

A. ¿Cómo entran las amebas al cuerpo?

Las amebas entran al cuerpo por la boca a través de:

- La comida contaminada.
- El agua, masato o chicha no hervidos.
- Las manos sucias.

Página 43

B. ¿Cómo puede ser contaminada la comida con amebas?

La comida puede ser contaminada fácilmente con amebas:

- Cuando la tocamos con las manos sucias.
- Cuando las moscas se posan en las heces y después vienen a nuestra comida.
- Al llenarse de polvo nuestra comida.

Página 44

C. ¿Cómo se puede contaminar el agua con amebas?

El agua puede contaminarse con amebas de las siguientes maneras:

- La lluvia lava la suciedad de la tierra, también las heces y se va al río, cocha (lago), etc.
- El río, la cocha, etc. suben y lavan las heces dejadas en las orillas.

- Las personas hacen sus necesidades en el agua del río, de la cocha, etc.
- Las letrinas están construidas muy cerca del agua. (La suciedad en el hueco de las letrinas puede pasar al agua por debajo de la tierra, cuando la letrina está cerca del agua.)

Página 45

D. ¿Cómo se pueden contaminar las manos con amebas?

Las manos siempre están en contacto con las heces:

- Cuando trabajamos en los terrenos que contienen heces.
- Durante la limpieza después de hacer las necesidades.
- Después de limpiar a un niño, cuando hace sus necesidades.

Página 46

LECCION IV

A. ¿Cómo podemos evitar que las amebas entren al cuerpo?

Para evitar que las amebas entren al cuerpo, antes de tomarla debemos hervir el agua cinco (5) minutos. La temperatura del agua al hervir mata las amebas, y también mata otros microbios dañinos.

Para evitar que las amebas entren al cuerpo, debemos lavarnos bien las manos.

Página 47

¿Cómo debemos lavarnos las manos?

Debemos lavarnos las manos con mucha agua y jabón. Si no hay jabón podemos usar limón o cocona para quitarnos la suciedad. Pero es mejor usar jabón en lo posible.

Debemos lavarnos completamente las manos, especialmente los dedos y las uñas. Podemos usar un palito con punta aguda para sacar la suciedad de debajo de las uñas.

Página 48

Debemos enjuagarnos las manos con agua para sacar bien el jabón. Y para no gastar mucha agua, se puede hacer así:

Después de lavarnos las manos, debemos secarnos bien. Asimismo, debemos usar una toalla limpia y seca. Nunca debemos secarnos las manos con la ropa o con el pelo porque se ensucian otra vez. El pelo y la ropa pueden contener muchos microbios dañinos por estar en contacto con el ambiente.

Página 49

¿Cuándo debemos lavarnos las manos?

Siempre debemos lavarnos las manos después de hacer las necesidades.

Siempre debemos lavarnos las manos después de trabajar en terrenos que pueden estar contaminados con heces.

Página 50

Siempre debemos lavarnos las manos después de cuidar a un niño que tiene la ropa o cuerpo sucios por haber hecho sus necesidades.

Siempre debemos lavarnos las manos antes de preparar la comida.

Página 51

Siempre debemos lavarnos las manos antes de servir los alimentos.

La mamá siempre debe lavarse las manos antes de preparar la comida, y darles de comer a los

menores de edad. También la mamá debe estar con las manos limpias antes de dar de mamar a su bebé.

Página 52

Todo el mundo siempre debe lavarse las manos antes de comer. Se debe enseñar esto a los niños, y hacerlo uno mismo.

Página 53

Para evitar que las amebas entren al cuerpo, debemos cubrir nuestra comida protegiéndola de las moscas.

Si tiene un armario, puede poner allí los utensilios del comedor y la comida que sobra, para protegerlos de las moscas.

Página 54

Para evitar que las amebas entren al cuerpo debemos lavar bien los utensilios del comedor.

¿Cómo debemos lavar los utensilios?

Debemos lavarlos de la siguiente manera:

- Lavarlos bien con agua y jabón. También podemos restregarlos con arena o ceniza, si la comida está pegada a los utensilios.
- Enjuagarlos con agua para sacar el jabón, la ceniza, etc.
- Echar agua hirviendo sobre cada uno de ellos después de enjuagarlos, para matar las amebas que hayan quedado.
- Secarlos bien, sin contaminarlos otra vez.

Página 55

¿Cómo podemos secar bien los utensilios?

Para secar bien los utensilios sin contaminarlos después de lavarlos, debemos hacer lo siguiente:

- Lavarnos bien las manos antes de tocar los utensilios para secarlos.
- Ponerlos en un lugar limpio donde el sol les dé y los seque, y también para que mate los microbios. El sol mata los microbios.

Página 56

Para evitar que las amebas entren al cuerpo debemos lavar bien las verduras y frutas que comemos crudas.

¿Cómo pueden estar contaminadas con amebas las verduras y frutas?

Las verduras y frutas pueden estar contaminadas con amebas, de la siguiente manera:

- Las moscas que se posan en ellas tienen amebas en las patas.
- El terreno donde crecen está contaminado con amebas.
- Las manos de las personas que las cogen están contaminadas con amebas.

Página 57

¿Cómo debemos preparar las verduras y frutas que comemos crudas?

Las verduras y frutas que comemos crudas, como la chonta, papaya, piña, sandía, tomate, lechuga, cebollas, etc. debemos prepararlas de la siguiente manera antes de comerlas:

- Lavar bien toda la cáscara con agua y jabón.
- Enjuagarlas con agua hirviendo.
- Cortarlas solamente con machete o cuchillo que estén bien limpios.

Página 58

¿Cómo podemos estar seguros de que el machete o el cuchillo están bien limpios?

Para estar seguros de que el machete o el cuchillo están bien limpios, debemos hacer lo siguiente:

- Lavarlos muy bien con agua y jabón.
- Enjuagarlos bien con agua hirviendo.

Una vez limpios, puede cortarse la fruta sin contaminarla con amebas.

Página 59

Para evitar que las amebas entren al cuerpo debemos construir letrinas y usarlas siempre. Así el suelo no podrá contaminarse con amebas.

Es muy importante dejar la letrina siempre bien tapada. Así, las moscas no pueden entrar y contaminar con las amebas que hay en las heces.

Página 60

Para evitar que las amebas entren al cuerpo debemos luchar contra las moscas todo cuanto sea posible.

Para evitar que las amebas entren al cuerpo, debemos curar a los enfermos que tienen amebiasis. Todas las personas con síntomas de amebiasis tienen que ir al médico o promotor de salud y comprar medicinas para sanarse bien de la amebiasis.

Página 61

B. Y si cumplimos con todas estas indicaciones, ¿qué lograremos?

Cuando toda la gente en la comunidad haga todo esto, ustedes van a estar más fuertes y sanos, y la comunidad progresará feliz.

Además, cumpliendo con todas las indicaciones, evitarán muchas otras enfermedades, especialmente la diarrea y los vómitos.

ALFABETO QUECHUA DE SAN MARTIN

En este libro se utiliza el Alfabeto Básico General del Quechua, establecido por Resolución Ministerial N° 1218-85-ED, del 18 de noviembre de 1985. El alfabeto para palabras de origen quechua está formado por las siguientes letras: *a, ch, h, i, k, l, ll, m, n, ñ, p, r, s, sh, t, u, w, y*. En préstamos del castellano se emplean también las letras *b, d, e, f, g, o*.

El idioma se lee más o menos según la pronunciación castellana, con algunas excepciones que nacen de la fonología quechua.

h se pronuncia como la *j* castellana pero es más suave. Ej.: *hiñis* "manta blanca".

sh se pronuncia como *sh* en Ancash. Ej.: *shimi* "boca".

w se pronuncia como *hu* en Huánuco cuando ocurre al inicio de una sílaba y como *u* cuando ocurre al final. Ejs.: *wasi* "casa"; *wawki* "hermano".

Las oclusivas *p, t, k* fluctúan entre la pronunciación sorda (*p, t, k*) y la sonora (*b, d, g*) cuando ocurren después de una nasal (*m, n*). La sonorización es más frecuente en el caso de *k*, según la zona, el individuo o la palabra.

Cuando la letra *n* va delante de *p* o *b* se pronuncia *m*. Por ejemplo, *wasimpi* "en su casa" se pronuncia *wasimpi*.