

Machiboa churigá oboa naulí

tuberculosisi anilíhuami

**Conozca cómo empieza
la tuberculosis**



Je'ná osilí níhuala ju _____.

Este libro es propiedad de _____.

Machiboa churigá oboa naulí tuberculosisi anilíhuami

Conozca cómo empieza la tuberculosis

En el idioma ralámuli de la Tarahumara Alta
de Samachique y Choguita
Mpio. de Guachochi, Chihuahua, Mexico
y en español



Este libro fue impreso por el
Club Rotario de Chihuahua, A.C.

Distrito #4110

Alí mapu'ná ra'ichálua ralámuli niráa, ne huabé ihuérachi ju ayénacho hue rilibé niráa ju, alí calí hue huicanáami chijáacami ju echi auché jaré calí yuhua. **Mapurigá/Apirigá** ra'icháluhua echi ra'íchali pee naculíhuaga anihuahua pee si'huináriga jaréana pueblo piréami. Ayénacho pee auché jaréana pueblo echi ichápuchi ra'íchala hue niyúraga ra'icha echi chabochi ra'íchala. Je'ná ayénacho hue niyúraga ra'icha echi ralámuli ra'íchala.

Echijiti mayeni mapu pee jaré ra'íchali quetasi osirúami ju jena'í líbrochi mapurigátamo yemi ra'icha, chópini mayé mapu que 'me **oméalama/omélama** ra'ichálua.

Je'ná/jepi'ná osilí nihuárami ju **mapurigá/apirigá** ra'icha Samachí piréami, alíbichi Choguita piréami ra'icháala **yuhua/yua** irétali. **Mapurigá/apirigá** ra'ichálua Choguita piréami echo'ná ba'huirárami ju.



Donde se habla el idioma ralámuli en la Tarahumara Alta, hay muchos cerros y barrancas, y las casas están muy apartadas una de la otra. La pronunciación de algunas palabras cambia un poquito de un lugar al otro. También, en algunas partes hay mucha influencia del idioma de la gente mestiza. Esto también influye en el idioma ralámuli.

Por eso puede ser que algunas palabras en este libro no están escritas como usted las dice, pero esperamos que no le causen mucha dificultad.

El idioma ralámuli de este libro fue escrito como habla la gente de Samachique. Entonces fue revisado por unas personas de Choguita. Cuando hay diferencia, están incluidas las dos palabras, y la palabra de Choguita está subrayada.

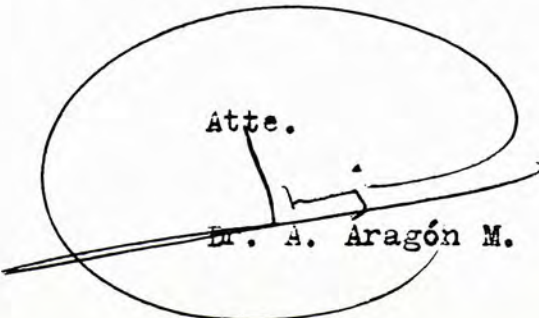
Prólogo

La tuberculosis, enfermedad contagiosa, común en nuestro medio rural, se transmite generalmente de persona a persona por medio del aire; ataca preferentemente a los pulmones y después a otras partes del cuerpo; se cura mediante la aplicación de tratamiento médico y de no ser éste oportuno, el enfermo sufrirá secuelas importantes e incluso la muerte.

La idea de los autores del relato que a continuación nos describen, es la de que el lector indígena entienda en su propio dialecto en qué consiste la enfermedad, la manera de prevenirla o curarla, y las medidas que deberá guardar el enfermo y los que le rodean para lograr una solución satisfactoria.

Considero que mediante la aplicación de métodos complementarios sencillos de enseñanza, como el que en esta ocasión nos presentan en su manual los autores, alentarán mas la aceptación de los programas de salud en comunidades indígenas.

Atte.


M. A. Aragón M.



Mapurigá/apirigá iquili echi Manueli

Echi Manueli rihuéami rijoy a sinibí hue galá/calá nóchami níili. Ne huicabé icháami sunú, alí ayénacho hue galá/calá ticoca 'yérali rité jiti mapurigá/apirigá quetasi mo'huimea echi huáasi echi bulito. Mapalí echo'ná mulubé piréami bayeli mapu cu'huírama echo'ná pachí ichirúachi napomia a sinibí simili cu'huírimia.

Siné rahué chótali pee que 'me jihueria níilia, alí ayénacho hue rosóali mapalí maa busureli bi'yáa bijí. Pee isínami/curélami pee ratamuna/ratábachi níili pee alíhuachi, ayénacho maa que 'me bitélasali mapujiti quetasi me ra'ili co'huáami co'yá.

Echirigá iquili pee huicabé rahué alí binoy mayeli mapu abilé rijoy sipabúriré. Echijiti bayeli bilé rijoy ohuirúami mapurigá/apirigá cu sa'huama, alí echijiti mi'yali bilé chibá caponi, chopi arigá quetasi cu sa'huili.

Alí pee quinana huaminabi ne huabé rosóali alí maa ayénacho hue ocoli echo'ná rahuichí/sulachí. Binoy maa quetasi galá/calá ra'íchali binoy cutálachi, ayénacho quetasi ra'íali co'huáami co'yá.



Lo que pasó con Manuel

Manuel siempre había sido muy trabajador. Sembraba mucho maíz y hacía trincheras buenas para que no entraran los animales. Cuando sus vecinos le invitaban a desyerbar siempre iba a ayudarlos.

Un día empezó a sentirse un poco débil y a toser cuando despertaba en las mañanas. A veces tenía un poquito de calentura en las tardes; empezó a bajar de peso.

Así siguió por muchos días, y pensó que tal vez alguien lo había hechizado. Entonces invitó a un curandero para que lo curara, y mató un chivo castrado; pero no se alivió.

Después empezó a toser mucho más, y le comenzó a doler el pecho. Su voz se puso ronca, y no se le antojaba la comida.



Siné rahué echi bachirúami Manueli rijimala echi mapu Juani rihuéami níili, échico echo'ná Manueli yuhua nahuali. Alí jeaneli mapu simea echo'ná clínicachi mapu hualula cobierno níhuala ju mapurigá/apirigá cu'huírama ohuáami ayá. Alí maa simíbali ocuánica, pee quillí simíbaca maa ne mulubé. Siné rahué simíbali alí arigá sébali.

Echo'ná clínicachi echi muquí óyami/'ónami galá/calá quipuli mapurigá/apirigá anili echi Manueli mapurigá/apirigá nayuli binoy, pee jaré ruqueli ayénacho 'nénica machili. Alí jeaneli:

--Mujé naulila tuberculosi anilíhuami ju.

Ayénacho jeaneli mapu je'ná naulí pee huabé jihuérami ju óhuiluhua/cu sahuea alí mapu bilé bamíbali bajima ohuáami pee huaminana simírami queremá.

Ayénacho jeaneli mapu pee quinana maa bajísagá echi ohuáami pee jaré mechá pee maa cu sa'huíami níima, chopi mapurigá/apirigá suhuaba suhuibama echi naulí echijítimi a sinibimi bajima echi o'huáami suhuaba bilé bamíbali. Ayénacho jeaneli mapu binoy upila binoy cúchuhuala ayénacho hue galá/calá níima simasa echo'ná clínicachi mapurigá/apirigá hue galá/calá 'nebo acha ayénacho nayúcame ju.



Un día, el hermano mayor de Manuel, que se llamaba Juan, lo visitó. Le dijo que fuera a la clínica del gobierno para que lo ayudaran con medicinas. Entonces fueron los dos, andando despacito casi todo el día, hasta que llegaron.

En la clínica, la enfermera escuchó lo que dijo Manuel de la enfermedad, le hizo unas preguntas y unas pruebas. Entonces ella le dijo:

--Su enfermedad se llama tuberculosis.

Le dijo que es una enfermedad que es difícil curar, y que tenía que tomar la medicina por un año o más. Le dijo que después de tomar la medicina por unos pocos meses se iba a sentir mejor, pero que para acabar con la enfermedad tenía que seguir tomando la medicina todo el año. Además dijo que su esposa e hijos debían ir a la clínica para averiguar si también tienen la enfermedad.



Alí Manueli jeaneli:

--Mayeni mapu ne huabé natema huinomí nijeni quetasi nihua huinomí mapurigani natétama suhuaba je'ná.

Alí echi muquí óyami/'ónami jeaneli echi cobierno quetasi nipáami ju echi ohuáami jiti. Chopi arigá huérali ju mapu ama echi hue galabé/calabé co'huáami. Mapu arigá huérali ju mapu a sinibí co'mea muní, quilibaca, bachiqui, ayénacho echi sunú remeque, ayénacho auché jaré co'huáami hue galabéala/calabéala mapuyiri leche, rochí, tolí sapala, tolí ca'huala, echi arosi/arroz ayénacho.

Alí echi muquí óyami/'ónami jerigá aneli:

--Bajísaca echi ohuáami ayénacho hue galá/calá cosáagá/cosáacá, maa hue sapú cu sa'huimea.

Ayénacho jeaneli mapu hue galá/calá níima mapu que 'me hue ihuéraga nochasa pee jaré tarali. Ayénacho jeaneli mapu binoy rijimala hue galá/calá cu'huírama nocha, alí binoy rijimala jeaneli mapu ayena galá/calá cu'huírama nocha.



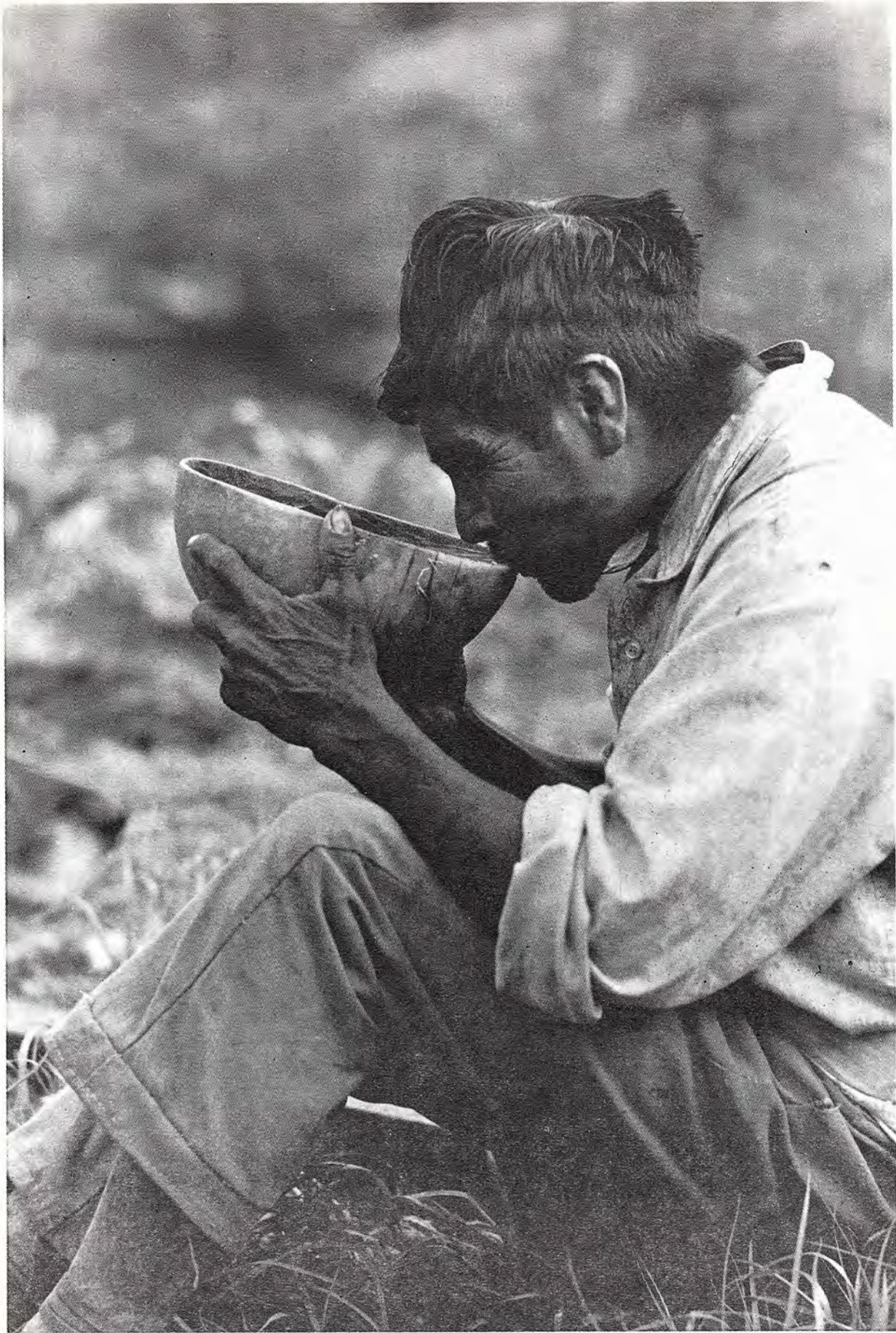
Entonces Manuel le dijo:

--Parece que va a costar mucho dinero, y yo no tengo dinero para pagar todo eso.

Pero la enfermera le dijo que el gobierno no cobraba por la medicina. Lo que tenía que hacer era conseguir comida buena. Debía seguir comiendo frijoles, quelites, calabazas y tortillas de maíz, y también otras comidas buenas como leche, pescado, pollo, huevos y arroz.

--Tomando la medicina y comiendo bien, ya pronto va a sentirse mejor --le dijo la enfermera.

También le dijo que sería bueno que no trabajara duro por unas pocas semanas. Dijo que tal vez su hermano podía ayudarlo; su hermano dijo que estaba dispuesto a ayudarlo.



Alí echo'ná Manueli bitélachi cu sili, pee jaré tarali maa cu isábali. Alí nóchali jaré namuti que 'me bitéami, echi rijoy chopi ripulá chútaga, echi sunú olayá ayénacho. Ayénacho maa hue bajili ohuáami ayénacho hue **galá/calá** co'huali.

Maa hue sapú cu omérali jihuériya. Maa cu sapéami níili, alí ne huabé co'náali co'huáami. Maa quetasi minabi rosóali. Maa pee quilíi niráa maa minabi hue jihuéraga nóchali, alí hue sapú minabi maa hue cu'huírali casalá bonayá echo'ná ichirúachi echo'ná mulubé piréami yuhua.

Alí ne huabé caníili echijiti mayeli mapu maa quetasi bajima ohuáami. Alí siné rahué simili echo'ná **jiesta/piesta** oluhuáhuachi alí ne huabé rículi mapujiti ne hualú bajili **suguí/batali***. Alí arihueli bajiya echi ohuáami pee huicabé rahué. Alí binoy rijimala hue yónali, alí **ruqueli/nárali**:

--¿**Churéculami arihueli/chu mi siá rihueli** bajiya echi ohuáami?

Alí Manueli jeaneli mapu maa quetasi nehualeli echi ohuáami mapujiti maa hue caníili.

*Echo'ná Munélachi piréami batali rihuá mé nihuárami.



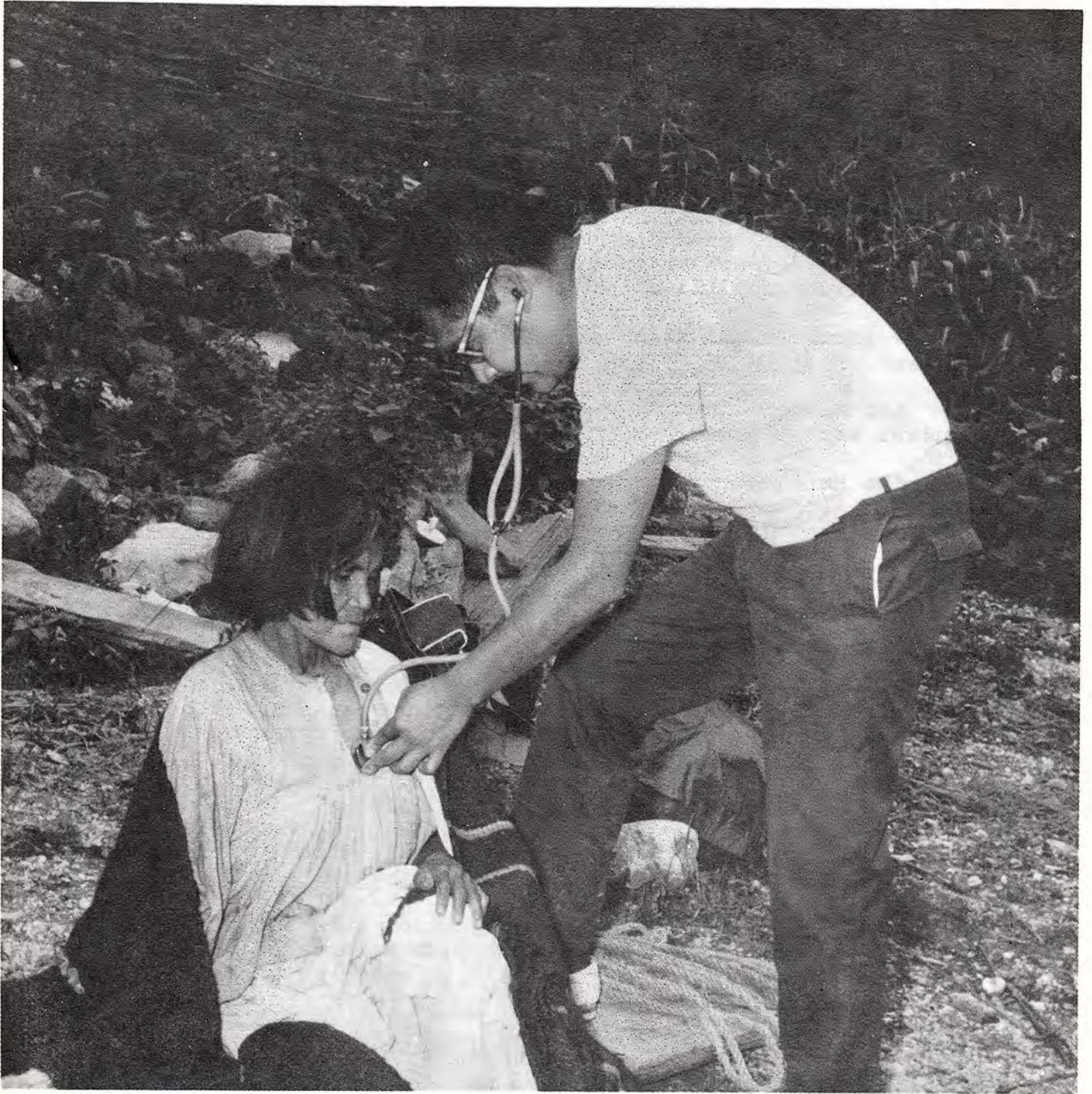
Regresaron a la casa de Manuel, y por unas semanas descansó. Hacía nada más trabajos no muy pesados, como afilar el hacha y desgranar el maíz. Estuvo tomando la medicina y comiendo bien.

Ya pronto empezó a recuperar sus fuerzas. Ya no estaba flaco, pues tenía ganas de comer bastante. Ya no tosía mucho. Poco a poquito agarró trabajos más duros, y pronto andaba desyerbando y ayudando a los vecinos.

Se sentía tan bien que ya no pensaba mucho en tomar la medicina. Un día fue a una fiesta y se emborrachó. Dejó de tomar la medicina por varios días. Entonces su hermano lo regañó y le preguntó:

--¿Por qué dejaste de tomar la medicina?

Manuel le dijo que ya no necesitaba la medicina porque se sentía muy bien.



Alí Juani 'natárali mapurigá/apirigá echi muquí óyami/'ónami ruyeli, mapujiti echi muquí jeaneli mapalí maa quetasi bajísagá echi ohuáami pee bilé bamíbali alí echi nahuilí maa auchecheo cu nahuama/nayúnama pee huabé ihuéraga quetasi mapurigá/apirigá chabénala/chabénali.

Juani ayénacho natárali mapurigá/apirigá iquili echi María, echi bilé muquí mapu echo'ná colí cuhuana cahuírali bitéami níili. Echi muquí chabé bamíbali muculi, alí binoy cunala ayénacho naó cúuchi cúruhui ahuináli a ripili echo'ná bitichí. María ayénacho achicórigá nayúnami/nayúami níili, alí pee naope mechá bajili ohuáami. Chopi arihueli bajiya echi ohuáami binoy echi muquí hue galá/calá machili mapurigá/apirigá echi muquí 'óyami/'ónami galá/calá ruyeli. Pee quinana maa minabi quetasi jihuéráli. Alí huaminabi auchecheo siné minabi ne huabé rosóhuali ayénacho lá yuhua cachili. Alí echirigá muculi.

--Echijiti --echirigá anili Juani-- echirigami a huaminabi bajímami echi ohuáami bilé bamíbali niráa chucherepa ayénami hue ganili mapurigá/apirigá hue galá/calá cu sa'huíami niráa.

Alí echi rijoy Manueli arigá huaminabi bajili ne suhuaba bilé bamíbali, alí echirigá maa cu sa'huili. Maa quetasi auché siné cu nayúnali echi naulí tuberculosi. Alí Manueli auché jaré machili je'ná tuberculosi jiti nayúcami, alí bayérali echo'ná clínicachi mapurigá/apirigá 'óhuima/omea echi ohuáami jiti, alí hue galá/calá cu'huírali nocha echo'ná aboni pirélachi.



Entonces Juan le recordó lo que había dicho la enfermera. Ella había dicho que si no tomaba la medicina por un año la enfermedad le iba a regresar más fuerte que antes.

Juan también le recordó lo que le había pasado a María, una mujer que había vivido detrás del cerro. Ella había muerto el año pasado, y su esposo y cuatro niños chiquitos habían quedado solos en la casa. María había tenido la misma enfermedad y había tomado la medicina por cuatro meses. Pero dejó de tomar la medicina, aunque sabía muy bien lo que le había explicado la enfermera. Poco después se había puesto muy débil. Había empezado a toser otra vez, y escupía saliva con sangre. Entonces, se murió.

--Por eso --dijo Juan-- tienes que seguir tomando la medicina todo el año, aunque te sientas bien.

Entonces Manuel siguió tomando la medicina todo el año, y se alivió. Nunca volvió a pegarle la tuberculosis. Manuel conoció a otros con esta enfermedad, los llevó a la clínica para conseguir medicinas, y les ayudó a trabajar en sus casas.

**¿Achami galá/calá 'nata
mapu churigá níli echi Manueli?**

1. Mapalí quetasi nayúnali, ¿chuyiri churigá nóchali Manueli?

*Hue ichali sunú, hue napónali pachí ichirúami,
ayénacho hue ticoli rité.*

2. Mapalí maa nayúnali, ¿churécula/chu siá quetasi omérali hue ihuéraga nocha?

*Quetasi jihuérali, hue ratábachali/ratábali pee
alíhuachi, hue rosóhuali, quetasi ra'íali co'huáami
co'yá, maa quetasi sapéali.*

3. ¿Churigá rihuéali echi naulí mapurigá/apirigá nayuli?

Tuberculosis rihuéami ju.

4. ¿Chuquipo rahué nuleli echi muquí 'óyami/'ónami mapu bajima echi ohuáami?

Bilé bamíbalí.

5. ¿Chuquipo huinomí natétama rihuéali echi ohuáami jiti?

Quetasi biyili/Que bilé.



¿Recuerdas como era Manuel?

1. Cuando todavía no se enfermaba, ¿qué tipo de trabajo hacía Manuel?

Sembraba maíz, desyerbaba, hacía trincheras.

2. Cuando le dio la enfermedad, ¿porqué no podía trabajar duro?

*No tenía fuerzas, tenía calentura en las tardes,
tosía mucho, no tenía ganas de comer, bajó de peso.*

3. ¿Cómo se llama la enfermedad que le dio?

Tuberculosis.

4. ¿Por cuánto tiempo dijo la enfermera que tenía que tomar la medicina?

Un año.

5. ¿Cuánto dinero iba a costar la medicina?

Nada.

6. ¿Chuyiri co'huáami hue galá/calá níima mayeli echi muquí 'óyami/'ónami mapu co'mea?

Rochí, leche, tolí sapala, tolí ca'huala, sunú remeque, muní, quilibaca, arosi/arroz, bachiquí.

7. Pe quinana jaré mechá, ¿churécula arihuéli/chu siá rihuéli bajía ohuáami?

Maa hue jihuérali, maa quetasi 'me rosóhuali, maa hue bajínali suguí/batali.

8. ¿Churigá anili mapalí maa yónali echi Manueli?

*Mapu a huaminabi bajima echi ohuáami.
Mapujiti María maa muculi mapujiti quetasi bajili echi ohuáami.*

9. Mapalí maa yónali echi binoy rijimala, ¿churigá olali Manueli?

Alí a sinibí bajili ohuáami bilé bamíbalí yénasí/nirá.

10. ¿Acha maa cu sa'huili?

Ayena maa cu sa'huili.



6. ¿Qué comidas dijo la enfermera serían buenas que comiera?

Pescado, leche, pollo, huevos, tortillas de maíz, frijoles, quelites, arroz, calabaza.

7. Después de pocos meses, ¿porqué dejó de tomar la medicina?

Se sentía fuerte, ya no tosía mucho, quería tomar tesquino.

8. ¿Qué dijo Juan cuando regañó a Manuel?

*Que tenía que seguir tomando la medicina.
Que María había muerto por no tomar la medicina.*

9. Después de ser regañado por su hermano, ¿qué hizo Manuel?

Siguió tomando la medicina por un año.

10. ¿Se alivió?

Sí, sí se alivió.



**¿Churigá olama echi jaré mapu nayúami
yuhua piré mapurigá/apirigá cu'huírama
mapurigá/apirigá cu sa'huimea?**

Si'néamica hue galá/calá omera nulée echi nayúami mapurigá/apirigá sinibí quetasi a rihuigá/rihuicá bajima.

Alí ayena hue galá/calá níima asa co'huáami mapu nihuasa echi hue galabé/calabé co'huáami ne sinibí rahué niráa. Hue galá/calá níima asa echi quilibá echi auché jaré hue galabé/calabé co'huáami echo'ná cahuichí nirúami. Ayena omérasagá/omérasacá, tolí ralayá hue galá/calá níima mapurigá/apirigá tolí cahuala co'mea echi nayúami ayénacho tolí sapala co'mea. Ayénacho hue galá/calá ju co'huahua/co'á auché jaré sapá, hue bajisa leche cosáa queso. Alí echi huáasi chibá quemá quemá nayúcami níisagá/níisacá, alíico quetasi bajisa leche quetasi cosáa queso. Quetasi níhualasagá/níhuisacá huáasi muquila echi chibá quemá mapu hue galabé níima echi leche, alico hue galá/calá níima ralisá leche echi bótachi atíami mapuyiri cobisi mapu echo'ná tiéntachi nirú. Ayénacho hue galá/calá ju co'huahua/co'á echi rochí, chopi a quetasi nirúlasagá/nirúlasacá mapu'ná machí a'huapo mapu copoa, alí hue galá/calá níima ralisáa bótachi nirúami rochí atún anilíhuami, echi rochí sardina anilíhuami.

Alí hue galá/calá níima mapu echi nayúami mapu isábama pee jaré tarali, quetasi 'me ihuéraga. Arigá galá/calá níima pee que 'me ihuéraga nochasa, mapu chutama ripulá, chopi olisáa sunú ayénacho nihuasa hualí.

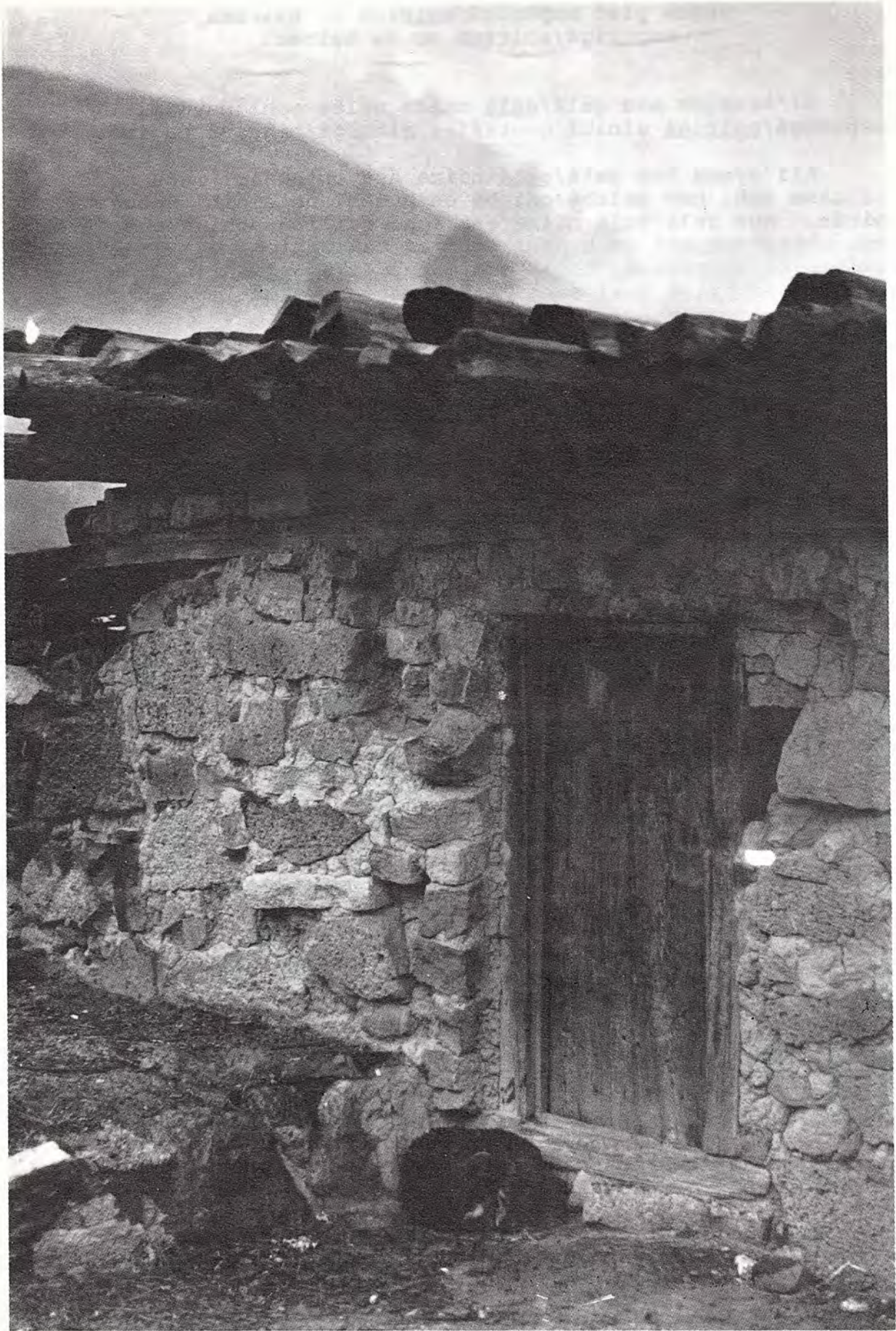


**¿Qué pueden hacer los que viven con el enfermo
para ayudarlo aliviarse?**

Todos pueden animar al enfermo a tomar la medicina sin fallar.

Pueden buscar y prepararle comidas buenas todos los días. Pueden buscar quelites y otras comidas buenas del campo. Si es posible, pueden conseguir gallinas para que pueda comer huevos y pollo. También es bueno comer otros tipos de carne, tomar leche y comer queso. Si acaso las vacas o chivas tuvieran alguna enfermedad, sería mejor no tomar la leche o comer el queso. Si no tienen vacas o chivas que den leche buena, tal vez pueden comprar leche en polvo en la tienda. También es bueno comer pescado, pero si no hay donde sacar pescado para comer, sería bueno comprar latas de atún o sardinas.

Hay que dejar que el enfermo descanse unas pocas semanas, sin trabajar duro. Siempre puede hacer trabajos no muy duros, como afilar el hacha, desgranar el maíz o hacer huares.



**Hue galá/calá níima galá/calá tibusa
echi nayúami mapu echi nayúami
quetasi auché jaré nachútama**

Mapalí hue rosohua echi nayúami, echalí hue galá/calá níima mapu chumichí pólaca rosohuama. Echi naulí auché jaré pagótami mapalí echi nayúami rosoa mulubé niráa echi auché jaré pagótami niráa quetasi pólaca rosoásagá/rosohuásacá.

Mapalí hue cachí salihuá, hue galá/calá níima miná micabé machí cachisa echo'ná calírali, echo'ná biléana bótachi ayénacho galá/calá ju echo'ná mulubé perichi/périchi manasa. Alí jubáami miná hui'yérali tosa echi salihuá alí carga pabácasa echi bote.

Hue galá/calá níima quetasi cochisáa auché bilé pagótami echo'ná bilénapi perichi/périchi mapu'ná echi nayúami cochí. Quetasi níhuasagá/níhuasacá perí/peri hue galá/calá níima nihuíisa perí/peri pee ripabé bu'huíami mapurigá quetasi cochimea ri'lé huichí. Echo'ná pachá calírali mapu'ná cochimea echi nayúami hue galá/calá níima mapu echi calí quetasi yétami/eta huilimea galá/calá irápaca yéachi/érali echi bentánachi/mentana si, alí echo'ná pachá hue baquimea rayénali.

Alí quetasi samimea echo'ná pachá calírali alí ayénacho hue galá/calá pichítami níima echo'ná calírali. Alí echi quimaca hue galá/calá níima echo'ná rayénachi ra'lanasa echalí sinibí rahué. Alí ayénacho hue galá/calá huichosa ba'huí jiti jaboni yuhua pee isini niráa. Echi ahué hue galá/calá ju mapu quimá huichohua.



**Hay que tener cuidado
para que la enfermedad
no se le pase a otros**

Cuando tosa el enfermo, deberá taparse la boca. La enfermedad se pasa de una persona a otra cuando el enfermo tose cerquita de otra persona sin taparse la boca.

Cuando escupa, tiene que escupir fuera de la casa o en un bote. Siempre es bueno tener un bote junto a la cama. Después se puede enterrar el esputo y lavar el bote.

Es bueno que no duerma el enfermo en la misma cama con otras personas. Si no tiene cama, sería bueno hacerle una para no dormir en el piso. El cuarto donde viva el enfermo deberá tener bastante ventilación y deberá entrarle bastante luz del sol.

No debe estar mojado adentro y hay que mantenerlo limpio. Hay que poner las cobijas al sol durante el día, y lavarlas con agua y jabón de vez en cuando. El amole es buen jabón para lavar cobijas.

**¿Churigá galá/calá machiboa mapalí
bilé pagótami tuberculosi nayúami ju?**

Alí bilé pagótami maa ochérami:

1. Siné cáachi hue rosóami níimiréma mapu pee simírami bilé mechá rosuhuámeré. Pee huabé ihuéraga rosuhuámeré bi'yá bijí.
2. Siné cáachi pee ratálianíliméré pee alí ayénacho chiléenimeré **rococó/rocó**.
3. Ayénacho ocómeré echo'ná rahuichí echo'ná ripopa ayénacho.
4. Ayénacho que 'me jihuéramiré, alí ayénacho quetasi saporámeré.
5. Alí maa hue nayúami níisagá, alí maa lá cachímeré, quetasi **galá/calá** ra'ichámeré binoy cutálachi, alí binoy sapálachi **mapurigá/apirigá** hue rachinárami niráa níimará ayénacho pee ratábami echo'ná sapálachi.



**¿Cómo podemos saber
que una persona tiene tuberculosis?**

Si la persona es grande:

1. Puede ser que tenga tos que dure más de un mes. Puede ser que la tos sea más fuerte en la mañana.
2. Puede ser que tenga un poquito de calentura por las tardes, y puede ser que sude en las noches.
3. Puede ser que tenga dolor en el pecho y la espalda.
4. Puede ser que se ponga débil, y que enflaquezca.
5. Si ya es grave la enfermedad, puede ser que escupa sangre, que su voz se ponga ronca, y que su piel parezca como que está apretada y un poquito brillante.

Alí echi nayúami tohuí níisaga, bilé tihué quereremá:

1. Ayénacho pee quilí niráa que 'me saporásama.
2. Ayénacho quetasi ganílima ayénacho quetasi ri'yénalama ayénacho quetasi 'me co'nálama quetasi mapurigá chabé.
3. Ayénacho hue rosoama miná simírami bilé mechá.
4. Ayénacho pee ratálameré pee alíhuachi.

Siné cáachi echi nahuilí auché jaréana sapálichí simira echo'ná riñoni anilíhuachi echo'ná ochilachi quereremá.

Ayénacho siné cáachi nayúuna abiléana cuhuana cutachí. Hue bajina chopi quetasi ocó. Alí bilé pagótami mapu níhuaco chi'huáami echo'ná biléana cuhuana cutachí, siné cáachi je'ná naulí níhuiré.

Mapuyíripi bilé pagótami je'ná jerigá nílisagá/nílisacá hue galá/calá níima hue yámite simisáa echo'ná clínicachi mapu ra'íchama echi muquí 'óyami/'ónami echi rotori quereremá.



Si la persona es niño o niña:

1. Puede ser que se ponga flaca poco a poquito.
2. Puede ser que se ponga inquieta y que no tenga ganas de jugar y comer como antes.
3. Puede ser que tenga tos por más de un mes.
4. Puede ser que tenga calentura por las tardes.

A veces la enfermedad se pasa a otras partes del cuerpo como los riñones o huesos.

A veces sale en el lado del cuello. Se hincha, pero no duele. Las personas que tienen cicatriz en el lado del cuello probablemente tengan esta enfermedad.

Cualquier persona que tenga estas molestias debe ir a una clínica y hablar con la enfermera o el doctor.

Echi naulí tuberculosi hue chijana echo'ná icárali:

Los microbios de la tuberculosis se dispersan en el aire al:



Mapalí ra'icha

Hablar



Mapalí roshua

Toser



Mapalí hue atisa

Estornudar

Arigá hue simírami hue galá/calá ju mapu bajibo echi ohuáami mapu yena bilé bamíbali, pee minabi huilibé rahué quemá echirigá nulásagá/nulásacá echi óyami/'ónami. Quetasi arihuebo/rihuebo echirigá olayá.

Echi 'óyami/'ónami ayena rihuimea echi jaré ohuáami bacuna anilíhuami mapu echi cúuchi cúruhui ichebo mapurigá quetasi nayúcama echi naulí tuberculosi. Echijiti hue galá/calá ju ichebo echi cúuchi cúruhui.

Auché bilé pagótami bajísagá echi tuberculosi ohuáhuami, alí auché bilé naulí nayúnasagá, echi nahuilí huitabúluami, echirigá arigá hue galá/calá ju bajisa napabuca echi huitabúluami ohuáhuami echi tuberculosi ohuahua yuhua.

Alí quetasi néhualásagá/néhualásacá siné rahué, alí ba'alínala rahué ocuá niráa bajima chopi hue galá/calá ju quetasi néhualásagá/néhualásacá bajiya.



Es muy importante tomar la medicina por casi un año, o por más tiempo si así lo indica el doctor. No hay que dejar de hacer eso.

Los doctores pueden conseguir vacunas para los niños para que no les dé la tuberculosis. Por eso es bueno vacunar a los niños.

Si una persona está tomando medicina para tuberculosis, y le pega otra enfermedad, como diarrea, puede tomar la medicina para diarrea junto con la medicina para tuberculosis.

Si olvida tomar la medicina por un día, entonces al día siguiente tiene que tomar dos pastillas, pero es mejor no olvidar tomarlo.

Preparación: Marie Fleurie de Burgess
Don Burgess McGuire
Dr. Artemio Aragón Molino
Traducción: Ramón López Batista
Silas León Holguín
Enfermera de la clínica comunitaria
de Choguita
Dibujo de la portada: Mark Marcuson Griffiths
Fotos: Don Burgess McGuire
Referencias: 1. Folleto preparado para los hablantes
del idioma Subanon, Filipinas
2. Conozca la tuberculosis
por el Dr. William W. Stead
Idiomas: Ralámuli de la Alta Tarahumara
Español
Este manual es traducción de Machiboa chirigá o'huímecá alué
tuberculosis anilime naulí (Conozca como
empieza la tuberculosis), que fue preparado
para la gente de la Tarahumara Baja.
Fecha de Publicación: 1992

Esta primera edición consta de 3,000 ejemplares.
Je'ná bachá nihuárami baquiá mili osilí nihuárami ju.

Esta edición se terminó de imprimir en los Talleres
Gráficos del Gobierno del Estado en diciembre
de 1992 y consta de 3000 ejemplares.

Sinibí rahué mapalimi mujé bají ohuáami mapuriga nuiali echi
 rotori, na'omá echi taráhuami chucú mapurigá hue galá
 machiboa sinibí rahué.

 Cada día que tome usted la medicina que ordenó el doctor,
 tache un número de su calendario para llevar control.

1993

ENERO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
^{24/31}	25	26	27	28	29	30

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
^{23/30}	^{24/31}	25	26	27	28	29

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
^{24/31}	25	26	27	28	29	30

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

1994

ENERO

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
^{23/30}	^{24/31}	25	26	27	28	29

FEBRERO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

MARZO

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAYO

D	L	M	M	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

JUNIO

D	L	M	M	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

JULIO

D	L	M	M	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
^{24/31}	25	26	27	28	29	30

AGOSTO

D	L	M	M	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

OCTUBRE

D	L	M	M	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
^{23/30}	^{24/31}	25	26	27	28	29

NOVIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DICIEMBRE

D	L	M	M	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31