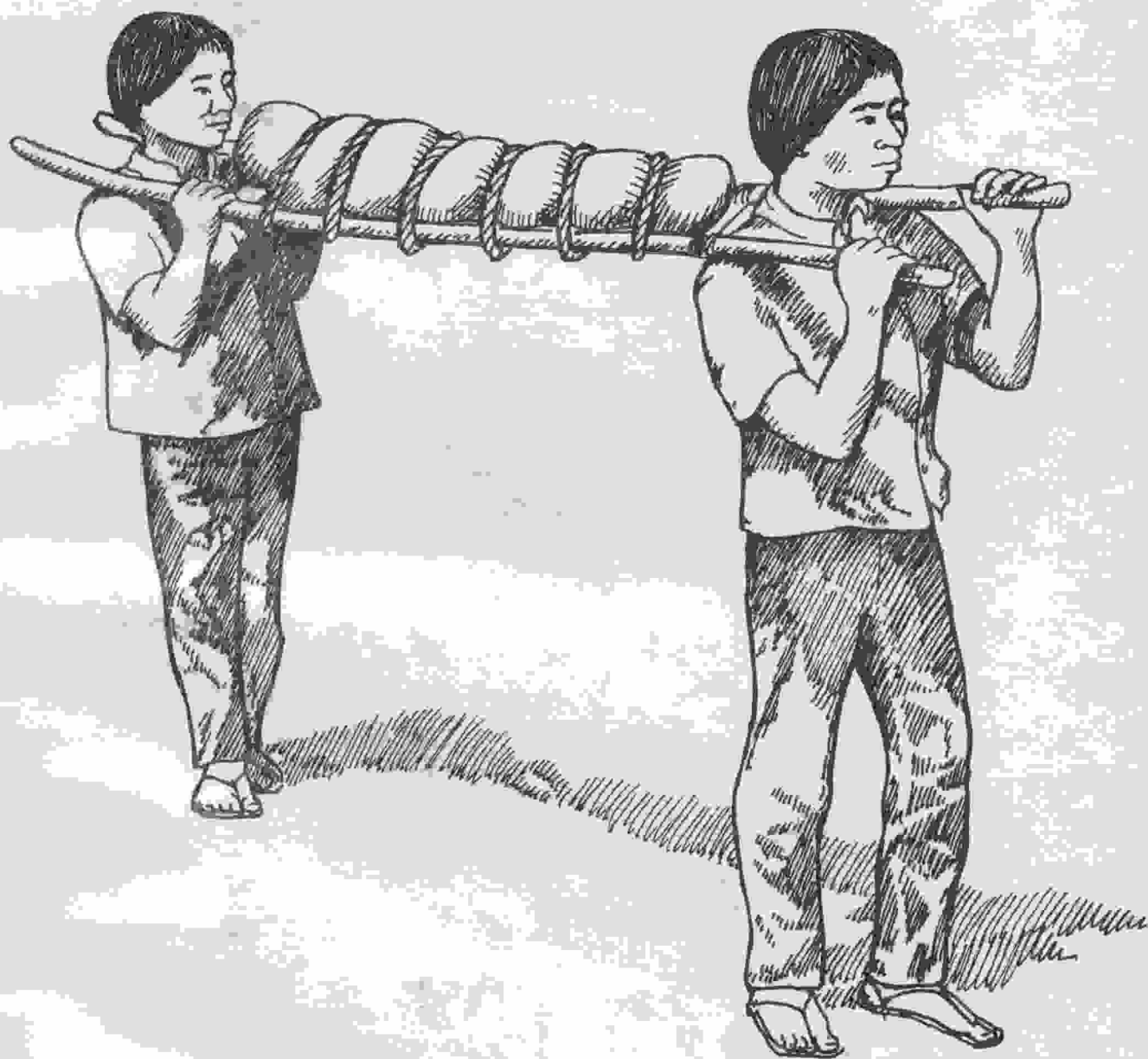


Tase Suhuiboa Huijtabúnite



No Moriremos De Diarrea



Tase Suhuiboa Huijtabúnite



No Moriremos De Diarrea

En el idioma ralámuli de la Tarahumara Baja
de Chihuahua, México

y
en español



Napu 'ligue cu bejtélachi sebasa alué rió, 'ligue alué upílaca 'yati ruyele gunala 'hue nayuo alué ranala. Alué tátiri alué nayulí huijtabuni ujchábiligue 'hue ba'huí huijtabútume.

'Ligue alué rioca alué ra'íchili aquisá, 'ligue quilí asale sehueca hue'cá 'nata alué tátirica 'hue a'huágame huijtabúrá tase ajchábará alué nayulí.

Alué rioca sehueca asale apiguiti hue'cá cuchi suhuiyaráme alué huijtabuni nayulite. Alequere 'hue sehuele alué rió, 'ligue hue'cá 'nátili suhuábale alué rió tátiri nayuchi. Abiena hua'lú ba'huí hue'cáhuale alué tátiri sa'pachí huijtabuca. Abiena alué rió rohueca hua'lú ba'huí hue'cáhuale chilénaga rohueca rajtáliga. 'Ligue alué o'nólaca 'nátele hua'lú ba'huí 'yamia alué tátiri.



Cuando regresó a su casa, su esposa luego le explicó que estaba enfermo su niño. Al chavalito le había pegado la diarrea muy aguada.

Cuando este hombre escuchó esto, se puso triste pensando que el chavalito tenía diarrea muy fuerte, y que no se cortaba esa enfermedad.

Este hombre estaba triste porque sabía que muchos niños se acaban con esta enfermedad. Por eso se puso muy triste. Pasó mucho tiempo pensando en la enfermedad del niño. Pensó como había perdido mucha agua el cuerpo del niño. También recordó cómo él mismo había perdido mucha agua sudando en la carrera por el calor. Entonces, este papá pensó en darle mucha agua al niño.



Alué tátiri aminacho 'hue resiti gayénale alué huijtabúnite, tase hua'lú bajile ba'huí, alequere 'ma huaquíbale ba'huí sa'pachí cha a'cué huijtabúligame ba'huí. Pe'tabé pe bilé guchala níraga bajile ba'huí alué tátiri. Recó pe'tabé bajichi pe í'pili guchala hue'lisi 'yale o'nólaca ba'huí. Rucome rahuemi abiena 'hue 'yale.

Pe nejubapi ocá rahué cachi a'lígue 'ma 'la sa'huile huijtabuní nayua alué tátiri. Abiena 'yale yohuí gasalá basuga, go'ame abiena 'hue a'lá cóguile, napurigá ta che'tí ganama alué tátiri nayulite. Arigá quilimi 'hue a'lá ajchábale alué tátiri nayua huijtabúnite.



Mientras más tiempo pasaba, el niño se ponía más malo por la diarrea. No tomaba mucha agua y por eso se había acabado el agua en su cuerpo, pues iba a cada rato al baño. El niño tomaba muy poca agua, cucharadas no más. Aunque sólo tomaba poquita agua con cada cucharada, el papá siguió dándole agua por mucho tiempo. Día y noche le dio agua.

Poco después, como a los dos días, se alivió el niño de la diarrea. Además del agua le dió bebidas de hierbas cocidas, y le dio comida para que no se quedara flaco el niño por la enfermedad. Poco a poquito se le quitó al niño la diarrea.

A'quinana rahué uchéjare ralámuli 'yuga ra'íchaga, ruyele alué ba'huí 'hue a'laco 'yalía tátiri huijtabuchi napurigá ta hue'cahuama ba'huí sa'pachí.

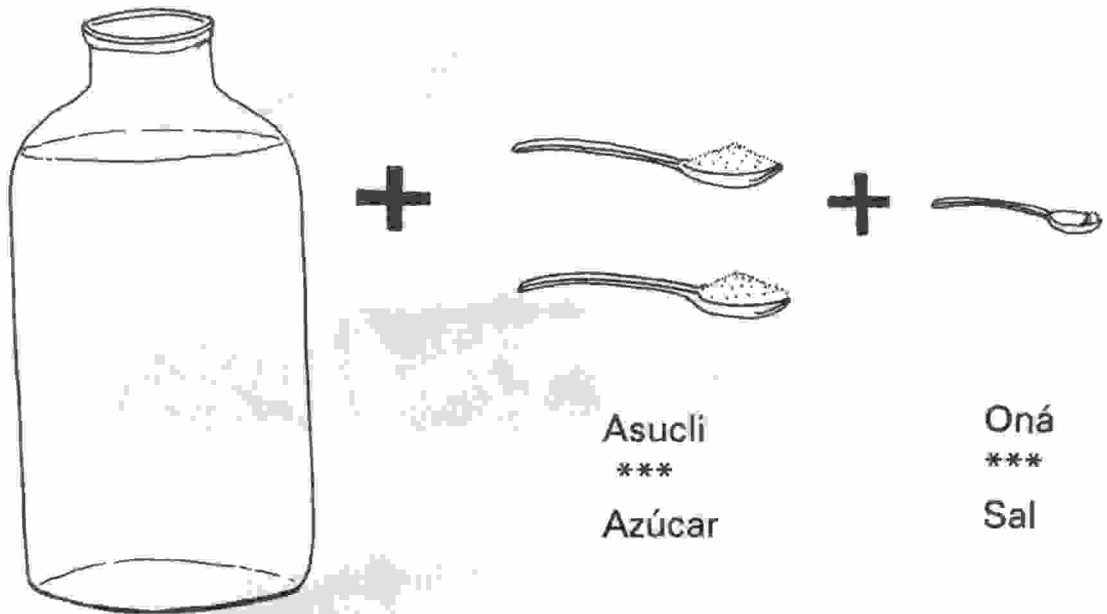
Asucli ajchigá ba'huí uché rapé abé a'lá quélequé. Alué bilé litro ba'huí asucli 'yúriga na'lógame nisa pe u'tá ocá guchala, abiena pe u'tá oná tase nasípasi guchala. Nerúsacá alué bicarbonato anilime 'yohuí, alué abiena 'hue a'lá caráchigo pe u'tá ajchigá ta'mé bilé guchala ajchigá. Napabúriga nehualime cará alué asucli, abiena alué oná.

Alué alarigá nehuárigame 'yohuí *suero galírale nerúgame* anilime ju alué huijtabuni 'yohuila.



Después hablando con otra gente, el hombre explicó que el agua era muy buena para darle al niño que tuviera diarrea para que no se acaba el agua de su cuerpo.

Hubiera sido mejor agua con un poquito de azúcar; como dos cucharaditas, y también un poquito de sal, menos de la mitad de una cucharadita. Si se tiene bicarbonato, sería bueno poner también menos de la mitad de una cucharadita. Se pone junto con el azúcar y la sal. Se mezcla todo en un litro de agua limpia y se pone en una botella muy bien lavada. Hecha de esta manera, esta medicina para diarrea se llama *suero casero*.



Bilé litro ba'huí
 'hue a'lá bi'huígame
 botea 'hue a'lá pagótigame

Un litro de agua limpio
 en una botella bien
 lavada

'Ma nehuasa alué yohuí, 'ligue 'yohua nayume bilé guchala 'yagá siné 'ya. Hua'lú yalime ju bilé oca litro bilé rahué rucomi napusí ajchaba alué huijtabuni alué nayume. Sinecachi bilé tarali huijtabuma tátiri.

Ba'huí 'hue a'lá bi'huígameca ju 'hue a'lá ronérigame, 'ligue ta iquírisica ronea alué ba'huí, 'lico alué ba'huí alé bajisochi ma'chíname 'yahua nayume huijtabúnite. Tase a'rehua 'ya ba'huí napurigá ta suhuibama ba'huí sa'pachí.



Cuando ya esté lista la medicina, hay que dársela al enfermo, una cucharada sopera cada vez que se le dé. Se le puede dar una cucharada muchas veces; hasta uno a dos litros, día y noche, hasta que se corte la diarrea. A veces puede tener el niño diarrea por una semana.

El agua se limpia hirviéndola. Si no tiene tiempo de hervirla, entonces puede dar agua del aguaje al enfermo. No deje de dar agua, para que no se le acabe el agua del cuerpo. Un niño con diarrea puede morir en pocos días si no toma agua suficiente.

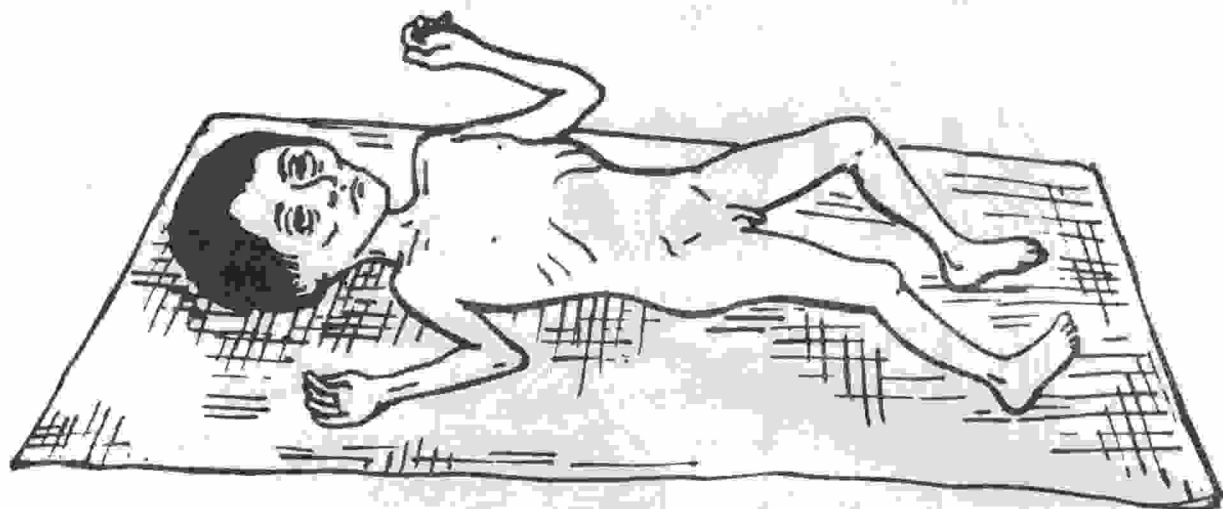


74
Tuchu hana
Tuchu

Mo'ola otohuícame ju.
(Su mollera está hundida.)

Tase gayena isía.
(Casi no orina.)

Chu'ala huaquígame ju.
(Tiene la boca seca.)



'Hue che'ti ju.
(Es muy flaco.)

Busila 'hue recolígame ju 'ligue huaquígame.
(Tiene los ojos hundidos y secos.)

'Hue a'lá neri came ju bilé tohuí tátiri tase sa'huimechi
huijtabúnite nayua:

1. Tase ganílime ju.
2. Tase gayena isía.
3. 'Hue che'tí ju.
4. Chu'ala huaquígame ju.
5. Busila 'hue recolígame ju 'ligue huaquígame
tase o'quena napu 'ligue nalá.
6. Mo'ola otohuícame ju.
7. 'Hue ihuégame ihuime ju.
8. Napu 'ligue hui'chila o'huinália
tase yati go'ná asíbame ju.

Tase hue'lisi a'rehua tátiri nayuchi, abiena 'hue 'yahua ba'huí
recó pe nayuchi.



Así se nota cuando un niño se está muriendo por la diarrea:

1. Se pone inquieto.
2. Casi no orina.
3. Se pone muy flaco.
4. Tiene la boca seca.
5. Tiene los ojos hundidos y secos; llora sin lágrimas.
6. Su mollera está hundida.
7. Respira profunda o rápidamente.
8. Cuando se levanta la piel, no se baja luego.

No deje por mucho tiempo a un niño enfermo. Aunque esté
poco enfermo, déle mucha agua.

Huijtabuni chujquíbame ju napu 'ligue:

1. Ba'huí bajísiga chóligame.
2. Tase paníguiga go'suga go'ame.
3. Chu'achí bajchasa secá chóligame 'ligue uchébile tábiri.
4. Go'ame cho'cóligame go'suga nayupárume ju.

Alué se'huá anilime ajágame hue'cá e'yénasa alemi galírale, 'ligue alué se'huá e'yénasa alemi huijtachí ma'chimi, 'ligue pachá mo'ísá alemi go'ámichi uchútame ju, 'ligue alé a'reme júcuru alué nayulí, alué go'ame go'suga 'ligue yati nayútume ju.



La diarrea da cuando:

1. Se toma agua sucia.
2. Se come sin lavarse las manos.
3. Se meten las manos sucias, y otras cosas, en la boca.
4. Se come comida aceda.

Cuando las moscas entran en la casa, y esas moscas han andado en el excremento afuera, entonces cuando están adentro, se paran en la comida, y ahí dejan el microbio de la enfermedad. Si uno come esta comida, se enferma luego.





l'sínimi alué ba'huí 'yalia pe culí nayua 'hue aminacho nayume ju, pe'huéragochigó tase hue'lí. Tabilé chéricahué recó alarigá sié abiena 'hue 'yahua alué ba'huí.

'Ligue alué tátiri bijí chí'ime nisa alué eyelachi chíchichi, abiena 'la júcuru alueca 'yalía. Aminabi 'hue 'yahua alué chichi.

Alué tátiri elá huijtabusa, 'lico 'yamime júcuru alué bilé 'yóame lotore anilime 'yóame napurigá 'yómala nayume. Napu 'ligue yo'huá 'sisá, a'ligue abiena otobera galírale 'yohuachi alué nayume. Ta'chó seba 'hue 'yahua ba'huí 'ligue suero.

'Ligue abiena 'hue yalime júcuru alué ba'huí, sinecachi 'la cu ajchábamala alué nayume alué ba'huite.

Napu 'ligue 'hue a'huágame inachi alué tátiri 'ligue u'bárihua napurigá cu asibama alué inahuí, abiena alué chiní sa'nabáchasa simérohua bochíguimi sa'pachí.



A veces, cuando se empieza a darle agua al enfermo, sigue pegando fuerte la enfermedad, pero no es por mucho tiempo. Aunque así sea, hay que darle mucha agua.

Si el niño enfermo todavía mama chichi, está bien seguir dándole la chichi.

Cuando el niño tiene diarrea con sangre, hay que buscar a un doctor para que cure al enfermo. Cuando tiene vómito, también hay que llevarlo al doctor. Pero mientras, hay que seguir dándole agua o suero cuando no esté vomitando.

Hay que darle mucha agua. Tal vez se corta la enfermedad con el agua.

Si tiene calentura, se le puede bañar en agua, o con trapos mojados, para que le baje la calentura.



Jena ramué ralámuli gahuíhualachi 'hue nerú alué 'yohuí gasalá napurigá 'yoboa alué huijtabuni nayulí. Chucubasa alequé nehuagá yoboa basusa bajiga. Jaré napabuga nehualíame ju uché jaré yohuí. 'Ligue jaré alué yohuí yohuame júcuru gasalá jami nerúgame.

Aquí, en nuestra tierra, hay mucha medicina de hierba para curar esa enfermedad de diarrea. Cuando pega la diarrea puede curarla hirviendo y tomando el agua de estas hierbas. A veces se cuesen juntos varias de estas medicinas. Algunas medicinas (hierbas) son del campo.

Naó yohuame ulí nerúgame ju

Igú se'tagapi

Berlinda nahuala

Aó gajela

O'lí

Cuatro de la barranca

Palo del árbol Brazil

Raíz de hierba linda

Cáscara de encino cusi

Gomilla (cría de un insecto)

Chéjare ihuérachi nerúgame ju

Asarépili nahuala

Reyóchili nahuala

Huasía nahuala

Ulúbasi nahuala

oná 'yúriga ronegá

Otras de la sierra

Raíz de babisa

Raíz de peonía

Raíz de chuchupate

Raíz de madroño de

cáscara gruesa

hervida con sal

Hoja de hierbabuena

Hoja de epazote

Hoja de laurel

Cáscara de encino

sipuri



Ba'huí 'hue bajihua, abiena gasalá basúrigame ba'huí yohuí
bajihua, abiena alué suero galírale nerúgame, abiena 'hue 'yahua
alué go'ame napu go'ame ju:

Sunú atonali

Arosi atonali

Cobisi

Gue'hualí

Abiena 'yahua o'tolí basúrigame tase sohuime

Muní abiena 'yahua

Re'loe abiena 'yahua

Ga'huá abiena 'yahua

Ihuasí abiena 'yahua

'Ligue chíime nísaca u'tátiri abiena 'hue 'yahua alué chichi.

Tase 'la ju alué ajcágame 'hue go'á, aminami tase hua'lú asucli
ajchigá bajihua ba'huí gasalá basúrigame, aminami tase 'me
bajihua alué ba'huí botechì ro'árigame yolichi nehuárigame
napurigá Coca 'ligue uchéjare tábiri.

Abiena a'cué cóguihua alué go'ame nayume recó pe tabé
go'yé.



Además de tomar agua, o té, o suero, hay que seguir
dándole las comidas que siempre come, como:

Atole de maíz.

Atole de arroz.

Pinole (maíz tostado, molido, y mezclado con agua).

Esquiate (maíz tostado y molido junto con agua).

Caldo de pollo sin graza.

Frijoles.

Papas.

Huevos.

Frutas.

Si está mamando el niño, debe seguir mamando.

No es bueno comer muchos dulces, ni echar mucho azúcar
a lo que tome, ni tomar mucha Coca.

Es bueno que el enfermo coma varias veces al día, aunque
sea un poquito cada vez.



Jipe rahueco 'hue nerú clínicachi alué cobisi napu chilahuílachi ajtígame ju, Vida Suero Oral rehuégame. Alequere 'emi ralámuli alé tahua alué cobisi napurigá 'la niga mochihua alé galírale napu 'ligue nayulí huijtabuni chuquibasa, tase nóchili nima 'yohuá. Pe córima nejíliame ju alué. 'Ligue alué ye nerúsaca alé galírale tase nehuahua alué suero galírale nerúgame, alué 'ye cobisi Vida Suero Oral anilime nalína abé a'lá ju 'yohuá. 'Ligue regá nehualíame ju:

Bajchaco 'hue a'lá panígahua,

Bilé litro ba'huí 'hue a'lá bi'huígame ro'ehua,

'ligue bilé chilahuíla ajchehua alué cobisi suero,

'ligue 'hue lohuahua.

'Ligue alué 'yahua u'tátiri nayume huitabúnite.

'Ligue alué go'ame 'ya, tase a'rehua 'hue 'yahua.

¡Tase buhuegá mochihua! 'Hue 'yati simahua alé clínicachi alué Vida Suero Oral anilime tahua.



Ahora, en todas las clínicas y hospitales hay sobres de un polvo que le nombran *Vida Suero Oral*. La gente puede pedirlos para tener en sus casas para cuando pega la diarrea. Son gratis. Si tiene estos sobres, no tiene que hacer suero casero, es mejor usar *Vida Suero Oral*. Para mezclarlo:

Lávese las manos.

En un litro de agua limpia
disuelva todo el contenido de un sobre.

Ofrezca a cucharaditas todo el suero que el niño
acepte mientras tenga diarrea.

Continúe la alimentación habitual.

¡No hay que esperar! Vaya a una clínica y pide sus sobres.

Preparación: Don Burgess McGuire
Marie Fleurie de Burgess
Dr. Artemio Aragón Molina

Traducción: Albino Mares Trias

Dibujos: Jim Eba Hármeson III
Cathy Moser de Marlett
Robert Wilson Moore

Referencias: Donde No Hay Doctor
por David Werner
Folleto preparado por
Dr. Steve Lynip
Nasuli, Bukidnon, Filipinas
Guía Para El Manejo Efectivo De Niños
Con Enfermedad Diarréica
Y Pacientes Con Cólera
Programa Nacional de Control de
Enfermedades Diarréicas

Idiomas: Ralámuli de la Baja Tarahumara
Español

Primera Edición: 1987
Segunda Edición: 1993 (revisada)

Esta edición consta de 3,000 ejemplares.