

TSOTSIL PARA PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

Mariano Raymundo
Hernández Hernández



CIMA *Press*

TSOTSIL PARA PROFESIONALES DE ENFERMERÍA

MARIANO RAYMUNDO
HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ

CIMA *Press*

Tsotsil para profesionales de enfermería

Primera edición, 2022.

Mariano Raymundo Hernández Hernández

Autor

Ernesto Terramar

Diseño y Maquetado

ISBN: 978-607-99362-8-0

Publicación por el Centro de Investigaciones Multidisciplinarias de los Altos de Chiapas

D.R.© CIMA

Este documento ha sido realizado con base en conocimientos colectivos, por lo que puede copiarse y difundirse libremente, siempre y cuando se cite la fuente y no se altere su contenido ni se comercialice o se apropie privadamente, por persona moral o física, todo o parte del mismo.

Los contenidos de los artículos son responsabilidad de los autores y no del Comité Editorial del CIMA.

Hecho en México.

Made in México.

Contenido

6

Introducción

8

Capítulo I

Reseña histórica de la Universidad Mesoamericana
y la Licenciatura en Enfermería

15

Capítulo II

Introducción al idioma tsotsil

49

Capítulo III

Sistema de numeración, raíces numerales
y clasificadores de forma

80

Capítulo IV

Anatomía y enfermedades

99

Capítulo V

Abordaje asistencial de enfermería

121

Capítulo VI

Atención general de los usuarios de los servicios de salud

145

Referencias bibliográficas

Introducción

El personal de enfermería es un elemento imprescindible en las unidades de atención de la salud y por ende requieren de una formación integral, holística y humanística para poder desempeñarse de manera profesional en las actividades asistenciales y de promoción de la salud dirigidas a la población que requiere de sus servicios. Actualmente se cuentan con programas de estudios de nivel superior para la formación de Licenciados en Enfermería que se encargan de atender las diversas necesidades de los usuarios que asisten de manera cotidiana a las unidades de salud.

Para poder realizar las intervenciones encaminadas a la atención de la persona, familia y comunidad se requiere del mismo canal idiomático para lograr el vínculo enfermera – paciente y poder interactuar en el proceso de atención que se requiere en cada uno de los escenarios posibles en la atención de la salud. Esto se ve limitado ante la existencia de 68 lenguas originarias a nivel nacional, y en el caso del estado de Chiapas se cuentan con 12 lenguas originarias, los cuales son: ch’ol, chuj, jakalteco, lacandón, mam, qato’k, q’anjobal, teko, tojolabal, tseltal, tsotsil y zoque; lo cual dificulta la interacción del personal de enfermería con los usuarios que son hablantes monolingües de alguna lengua originaria.

Ante este escenario, el personal de enfermería requiere de la capacitación y aprendizaje de alguna de las lenguas originarias

que se tienen en Chiapas para poder mitigar de manera paulatina las barreras de la comunicación que se pueden llegar a presentar en el proceso de atención de los usuarios hablantes de lenguas originarias. Se tiene la existencia de cursos y talleres para el aprendizaje de las lenguas originarias, principalmente el tsotsil y tseltal en las casas de la cultura de los municipios de los altos y la escuela de lenguas de la Universidad Autónoma de Chiapas Campus III, sin embargo, no son especializados para el personal de enfermería, ya que su enfoque es la enseñanza del tsotsil cotidiano para la población en general.

Esto genera una brecha que requiere de atención, ya que no se cuentan con cursos especializados para la capacitación del personal de enfermería en las instituciones antes mencionadas, y de igual manera no se cuenta con material bibliográfico para el autoaprendizaje del tsotsil para este gremio de la salud. Ante esta necesidad surge la creación de este material bibliográfico, en donde se plasma la experiencia de dos años de la enseñanza del tsotsil en las aulas de la Escuela de Enfermería de la Universidad Mesoamericana, institución que cuenta en su programa de estudios de la Licenciatura de enfermería con la materia de Lengua originaria I tsotsil, para que los estudiantes se formen como enfermeros con competencia cultural y lingüística, y atiendan de manera digna y con el mismo canal idiomático de los usuarios hablantes del tsotsil.

Este material bibliográfico representa un logro, ya que es necesario que se extienda a las unidades de salud, principalmente de los altos de Chiapas al ser la mayor zona de influencia de los tsotsiles. Es así que, esta herramienta queda a disposición del personal de enfermería que requiere mejorar su proceso de comunicación con los pacientes cuya lengua materna es el tsotsil.

Capítulo I

Reseña histórica de la Universidad Mesoamericana y la Licenciatura en Enfermería

M.C.E. Lidia Yareli Vázquez López.

*Reseña histórica de la Universidad Mesoamericana y la
Licenciatura en Enfermería*

La Universidad Mesoamericana, Institución dedicada a la Educación Superior de régimen particular, contribuye con la sociedad en los procesos de desarrollo económico, cultural y social, del país y del estado de Chiapas. En materia de educación coadyuva a la formación del tipo superior, con una oferta educativa diversificada, con programas educativos en diversas áreas y campos disciplinares, bajo los requerimientos que demanda la globalización y los mercados de trabajo, con la misión y visión de garantizar la pertinencia social y la calidad de los recursos humanos que forma.

La UNIMESO se concibe como tal en mayo de 1994 por un grupo de académicos interesados y preocupados por las necesi-

dades de la región, fecha en que se emiten los acuerdos para impartir las licenciaturas de arquitectura, informática, contaduría pública, y psicología clínica, que le dieron validez oficial contando con los turnos matutino y vespertino.

En agosto de ese mismo año se iniciaron las actividades en la calle Guadalupe Victoria N. 61 barrio de la Merced, siendo hasta en ese momento el espacio adecuado, para impartir cada una de las licenciaturas.

Dos años más tarde en 1996 después de un arduo y exhaustivo trabajo, se incrementó la demanda de las licenciaturas por lo que se hizo necesario contar con un espacio más amplio. Fue entonces, cuando se propuso la reubicación. En julio de 1996 se ejecutó el cambio de domicilio del centro a la zona sur de la ciudad, específicamente en calle Ricardo Díaz Martínez n. 17, col Relicario.

El 26 de mayo de 1997 ya ubicado, se recibe la resolución de la dirección general de profesiones de la secretaria de educación pública de la ciudad de México. Certificando los estudios para poder otorgar cedula profesional de las diferentes licenciaturas y además la notificación del registro de los estudios de posgrados de la maestría en ciencias de la educación con especialidad en educación especial, educación regular y administración educativa.

En 1996 surge la inquietud de crear un bachillerato tecnológico haciéndose este posible el 19 de agosto de 1997, así mismo le otorgan los acuerdos con validez oficial a las especialidades de contabilidad, laboratorista clínico, programador y turismo. Posteriormente en agosto del 2001 hubo la necesidad de ajustar al-

gunas especialidades, de acuerdo con la demanda social de la región contando actualmente con informática administrativa, diseño arquitectónico, trabajo social y turismo.

El 16 de julio del 2004 se autoriza la maestría en impuestos, el 2 de agosto de ese mismo año autorizan las licenciaturas en sistema semiescolarizado en informática, contaduría pública, psicología educativa y la especialidad en terapia sexual. El 19 de mayo del 2006 se autoriza la maestría en ciencias de la computación. Y el 5 de junio de ese mismo año se autoriza la licenciatura en enfermería, y el 31 del mismo mes la maestría en salud y psicología aplicada.

Para el 16 de octubre del 2006 se da inicio el plan cuatrimestral en la licenciatura en derecho, así como el doctorado en educación. El 29 de agosto de 2008 autorizan, las licenciaturas de arquitectura e informática en planes cuatrimestrales.

En el año 2012 se inicia la maestría en ultrasonido, la primera a nivel nacional y con sede en todos los estados del país. La Universidad mesoamericana ha sido sede de diversas conferencias, diplomados, talleres, eventos culturales y por supuesto actividades académicas diversas con proyección local, estatal, regional, nacional e internacional.

Los tres niveles de educación se basan en el gran principio “Solo mediante la educación el hombre llega a ser hombre” Kant, el cual la Universidad Mesoamericana ha adoptado y los que ahí laboran lo han convertido en una profesión de fe.

Pues se cree en la educación integral y armoniosa que cultiva embellece y actualiza todas las potencialidades que enriquecen el espíritu humano. Por lo tanto, el lema de la Universidad Mesoamericana es “SAPIENTA VIA BONITATIS”.

I.II Antecedentes de la Licenciatura en Enfermería de la UNIMESO.

La Universidad Mesoamericana posicionada ya como un ente importante en la Sociedad san Cristobalense, y comprometida a participar de manera activa en la formación integral de diversos profesionistas, brindando carreras de vanguardia a la sociedad, siempre con la mejor calidad educativa. Se dio a la tarea de crear y desarrollar programas educativos que atendieran las necesidades de población primeramente de su contexto más cercano y posterior a ello permear en otros espacios.

Tomando como punto de partida la Región Altos del estado de Chiapas, y haciendo un análisis oportuno de los procesos de salud-enfermedad de los diferentes grupos humanos de esta población, con el fin de conocer los factores determinantes, los condicionantes y las oportunidades que influyen en él. así como las estadísticas de salud que permitieron conocer datos precisos de morbilidad, mortalidad por grupos de edad, sexo, económico individual y familiar. Se detecta como prioridad inmediata la precisión de contar con personal de enfermería profesional y capacitado para atender las necesidades de salud de la población en materia de cantidad y por supuesto calidad de servicio.

Es por ello que se reúne a un grupo de expertos en enfermería, medicina, y perfiles de apoyo académico para crear un plan y programa de estudios enfocado a resolver las carencias de atención al individuo, la familia y la comunidad en cuestión de servicios de salud básico para el desarrollo de una sociedad estable y con oportunidades de alcanzar un mejor crecimiento y desarrollo económico.

Se establece entonces el primer plan y programa académico para que a finales del mes de julio del año dos mil seis, la UNIMESO abriera sus puertas con la oferta de la Licenciatura en enfermería, la cual tuvo una aceptación bastante importante pues se trataba no solo de una carrera profesional novedosa, sino también con mucho prestigio por el alcance académico y económico que ha tenido durante la última década, así como el reconocimiento que ha recibido a través de los años.

La dirección estaba a cargo de rectoría, aunque meses después se designó a una directora y a una coordinadora para los turnos mixtos de fines de semana ya que se vieron en la necesidad de abrir un turno para satisfacer las necesidades de la población.

Con el transcurso de los años, específicamente a finales del dos mil catorce, después de algunas generaciones egresadas, y mediante el seguimiento de las mismas, así como el análisis en los datos estadísticos de salud actual, el plan de desarrollo económico y social en materia de salud, se empezaron a identificar carencias importantes en la atención integral al usuario, falta en la calidez de servicio por la barrera idiomática y la falta de sensibilidad para poder hacer una verdadera promoción a la salud o bien brindar un oportuno diagnóstico, pues en lugar de comulgar con las comunidades diana, se trataba de influir en su modo de vida pasando en alto sus raíces étnicas y culturales.

Tomando en cuenta que la enfermería, como disciplina y profesión del campo de la salud, se aborda desde un paradigma particular, en el caso de la UNIMESO, es el modelo de Margory Gordon, se permite retomar algunos otros modelos y teorías para reforzar los cuidados y establecer sistemas y métodos más eficientes en el actuar profesional con el único fin de brindar un

proceso de atención de enfermería formal y eficaz, en donde exista armonía de los elementos básicos del cuidado.

Esto permitiría al alumno gestionar y administrar su asistencia a partir de nuevas competencias en torno al conocimiento teórico procedimental pero sobre todo actitudinal, para atender las respuestas y manifestaciones humanas, en las diferentes etapas de desarrollo de la vida y en sus diversos entornos y contextos históricos, culturales, sociales, políticos, ecológicos y psicológicos, lo que le brindara la oportunidad de realizar una práctica de enfermería encaminada a generar escenarios saludables en familias, grupos sociales y comunidades.

Es así como en el dos mil quince se establece un cambio al mapa curricular y una actualización de contenidos al programa de la Licenciatura en enfermería, con el trabajo exhaustivo y aplaudible de quienes estuvieron a cargo de esta se generan materias de suma importancia como: enfermería e interculturalidad, Lengua Materna I y II y Tanatología, así mismo se refuerzan contenidos en algunas otras asignaturas permitiendo seriarlas y con ello ampliar el margen de conocimiento y práctica.

Este programa actual ha permitido ampliar los horizontes y el campo de acción de los alumnos, logrando posicionarlos de manera idónea en la atención de calidad al usuario, pues se sitúan e intervienen de manera adecuada en los procesos de salud y enfermedad de su región, transmitiendo y respetando la riqueza y diversificación cultural de Chiapas.

Para finales del año dos mil diecisiete inicios del dos mil dieciocho, gran parte de la plantilla docente se certifica como enfermeros de calidad ante el COMCE (Consejo Mexicano de Certificación en enfermería A.C.) lo que brinda a la carrera un soporte extra de solidez en formación.

En el año dos mil diecinueve se hace notoria la importancia de mantener y asegurar la calidad de todos los procesos de la vida académica del universitario Mesoamericano particularmente del profesional enfermero en formación, por lo que se inicia la autoevaluación del plan de estudios y los procesos de ingreso, estancia y egreso de los alumnos, dando inicio al proceso de acreditación ante los CIEES (Comités Interinstitucionales para la Evaluación de la Educación Superior), quienes después de un importante análisis a todos los elementos educativos que son brindados a los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería, brindan el certificado de Calidad y la Acreditación con una validez de tres años.

Con el firme compromiso de seguir creciendo, fomentar la actitud de servicio, la ética profesional y mantener la calidad educativa, la escuela de enfermería se encuentra en un nuevo proceso de actualización de contenidos, y acreditación ante otras organizaciones que sin duda darán el respaldo al gran prestigio de este programa académico.

Capítulo II

Introducción al idioma tsotsil

II.I Antecedentes del idioma tsotsil

Las lenguas originarias del estado de Chiapas son un vestigio vivo del antecedente histórico de una de las grandes civilizaciones asentadas en este territorio, en este caso, los Mayas, ya que de ella emanan las 12 lenguas que se siguen hablando hasta hoy en día. En el caso del tsotsil se cuenta con 429,168 hablantes, ocupando con esto el segundo espacio a nivel estatal como lengua más hablada, en el caso del tseltal cuenta con 474, 298 hablantes, el cual representa la lengua originaria más hablada en Chiapas.

Los tsotsiles se encuentran asentados en la región de los altos, ocupando principalmente los siguientes municipios: Bochil, Carranza, Chalchihuitán, Chamula, Chenalhó, El bosque, Huitiupán, Huixtán, Ixhuatán, Ixtapa, Jitotol, Larrainzar, Mitontic, Pantelhó, Pueblo Nuevo Solistahuacán, San Cristóbal de las Casas, Simojovel, Soyaló, Teopisca, Totolapa y Zinacantán.

Al grupo poblacional que pertenece a la etnia tsotsil, se les denomina bats'i vinik, el cual hace alusión a los hombres verdaderos, al tener un origen de formación y creación en base al maíz. De la misma forma el tsotsil surge del vocablo Tsots, que significa fuerte o fortaleza.

Actualmente los tsotsiles cuentan con acceso a los diversos servicios de salud en diversos establecimientos, como: clínicas, Centro de Salud con Servicios Ampliados (CESSA), Hospital Básico Comunitario (HBC), Hospitales Materno-Infantiles, Hospitales Generales y Regionales, y Hospitales de Alta Especialidad, en donde ellos son atendidos por el personal de salud, teniendo dificultades en la comunicación, al tener poco personal de enfermería hablante del idioma tsotsil.

Es imprescindible que el personal de enfermería se capacite en la lengua tsotsil desde las aulas universitarias para mitigar de manera paulatina las barreras de la comunicación que se presentan al momento de la atención de las personas monolingües tsotsiles, y mejorar con esto la atención e interacción con los usuarios de los servicios de salud.

II.II Abecedario y su estructura.

El abecedario en tsotsil se compone de 26 letras incluyendo la glotal, y esto nos permite realizar su escritura de una manera sencilla. Ver tabla 1.

Tabla 1.

Abecedario en tsotsil.

a	b	ch	ch'	e	i	j	k	k'	l
a	be	che	ch'e	e	i	jota	ka	k'a	ele
m	n	o	p	p'	r	s	t	t'	ts
eme	ene	o	p	p'e	ere	ese	te	t'e	tse
ts'	u	v	x	y	'				
ts'e	u	ve	xa	ye	glotal				

Nota: las letras que aparecen en negritas son el componente elemental del abecedario, las letras que aparecen sin negritas y con un tamaño menor hace referencia a la pronunciación de cada letra en tsotsil.

II.II.I Estructura del abecedario en tsotsil.

El abecedario en tsotsil se integra de manera general de la siguiente manera:

5 vocales: a, e, i, o, u.

16 consonantes simples: b, ch, j, k, l, m, n, p, r, s, t, ts, v, x, y, (').

5 consonantes glotalizadas: k', ch', p', t', ts'.

Las letras que se pronuncian de manera igual que en el abecedario en español son las siguientes:

a, b, ch, e, i, j, k, l, m, n, o, p, r, s, t, u.

Las letras que se pronuncian de manera distinta al abecedario en español son las siguientes:

v – ve

x – xa

y – ye

Dentro del abecedario se tienen las consonantes glotalizadas las cuales se pronuncian con la articulación simultanea de las estructuras anatómicas de la mandíbula, boca, dentición, lengua, paladar duro, garganta y epiglotis, lo cuales permitirán la producción de sonidos característicos de los hablantes del tsotsil.

Para el dominio en la pronunciación de las consonantes glotalizadas se realizan un conjunto de ejercicios de vocalización en donde se agregan las vocales, lo cual permiten el aprendizaje de la lecto escritura de manera ideal.

Dinámica de los ejercicios de vocalización.

ch' - ch'e

cha	che	chi	cho	chu
-----	-----	-----	-----	-----

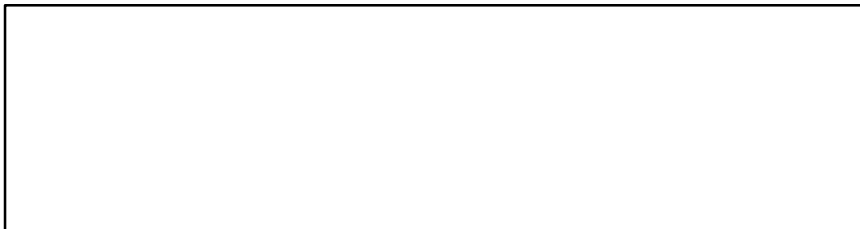
cha'	che'	chi'	cho'	chu'
------	------	------	------	------

ch'a	ch'e	ch'i	ch'o	ch'u
------	------	------	------	------

ACTIVIDAD:

Construcción de los ejercicios de vocalización de las consonantes glotalizadas:

k' p' t' ts'



Las letras que del abecedario en español que no se utilizan en el abecedario en tsotsil son los siguientes:

c, d, f, g, h, ll, ñ, q, w, z

se puede apreciar que son 10 letras que no se usan en el idioma tsotsil, pero que se pueden articular en palabras que no tengan traducción y se requieran utilizar dentro del tsotsil.

II.III Pronombres personales.

Los pronombres personales son elementales para que se puedan articular conversaciones y preguntas que el personal de enfermería requiere para recopilar información, brindar indicaciones y cuidados, y realizar una interacción con los usuarios de salud.

Vo'on – Yo

Vo'ot – Tú, usted

Le' - Él, ella

Vo'otik – Nosotros (incluyendo a todos)

Vo'onkotik – Nosotros (excluye al receptor)

Vo'oxuk – Ustedes

Le'ik – Ellos, ellas

Al usar los pronombres personales dentro de una oración o conversación se añade al final de la construcción del pronombre el sufijo **e**, como se puede apreciar en los siguientes ejemplos:

- Vo'one ja'on enfermera Angélica – yo soy la enfermera Angélica.
- Vo'ote taxa xa atin – usted, le toca bañarse.
- Le'e ja' li médico Manuel – él es el médico Manuel.
- Vo'otike ta xi batik ta ultrasonido – nosotros vamos a ir al servicio de ultrasonido (incluyendo al paciente).
- Vo'onkotike ta xi batkotik ta urgencias – nosotros vamos a ir al servicio de urgencias (excluyendo al paciente).
- Vo'oxuke buy likemoxuktal – ustedes de dónde vienen.
- Le'ike ja'ik li jchanvunetik ta Universidad Mesoamericana – ellos son los estudiantes de la Universidad Mesoamericana.

II.IV Saludos.

En la atención clínica y hospitalaria que el personal de enfermería otorga a los usuarios de los servicios de salud es necesario que sea dentro del margen del trato digno y de respeto a la diversidad cultural que se tiene en el estado de Chiapas, para generar vínculos de confianza y cordialidad y de igual manera una estancia amena en las unidades de salud.

II.IV.I Uso de Mi li'ote.

Mi li'ote se utiliza para mencionar, buenos días, buenas tardes, buenas noches, aquí estás, acoplándose de manera ideal en el saludo al inicio del turno correspondiente de actividades.

Aplicación en singular.

- Enfermera: Mi li'ote pedro (buenos días pedro).
- Pedro: li'one enfermera (buenos días enfermera).

Figura 1.

Conversación básica.



Nota: Se aprecia el uso de palabras básicas de cordialidad al inicio de las actividades asistenciales del personal de enfermería.

Aplicación en plural.

- Enfermera: Mi li'oxuke (buenos días a todos, dirigiéndose a varios pacientes del servicio).
- Pacientes: li'one enfermera (buenos días enfermera) o li'onkotike enfermera (buenos días de parte de todos, enfermera).

Aplicación en función de persona.

Mi li'ote

- Nombre (pedro, maría)
- Totik – señor
- Me'tik – señora
- Tot – papá
- Me' - mamá
- Tseb – señorita
- Krem – joven
- Kunen – cariño
- K'ox – pequeño/infante

Ejemplos:

- Mi li'ote totik – buenos días, señor.
- Mi li'ote krem – buenos días, joven.
- Mi li'ote tot – buenos días, papá.

II.IV.II Uso de K'u xa elan – como estás, como te encuentras.

- Enfermera: k'u xa elan Angélica – como estás Angélica.
- Angélica: lekon enfermera – estoy bien enfermera.

K'u xa elan

Lekon – estoy bien.

Lek – bien.

Lek jutuk – un poco bien.

Lek nox – más o menos.

Chopolon – me encuentro mal.

Chopol chka'i-jba – me siento mal.

Yatel ko'on – me encuentro preocupado.

Chib ko'on – me encuentro indeciso.

Chi ti'olaj – me siento triste.

Jtuk chka'i-jba – me siento solo.

Ejemplos:

- Enfermera: k'u xa elan Angélica – como estás Angélica.
- Angélica: lek nox enfermera – más o menos enfermera.

Siguiendo la secuencia del uso de k'u xa elan, los pacientes pueden preguntar de igual manera el sentir de la enfermera usando, vo'ote k'u xa elan – y tú como estás.

Ejemplo:

- Angélica: vo'ote k'u xa elan enfermera – y tú como estás enfermera.
- Enfermera: lekon Angélica – estoy bien Angélica.

ACTIVIDAD: anota en este espacio una conversación uniendo el contenido del apartado II.IV.I. y el apartado II.IV.II

--

II.IV.III Presentación personal.

La presentación personal es un elemento importante para poder interactuar con los pacientes y de la misma forma poder obtener datos básicos del mismo.

Forma de preguntar el nombre.

Enfermero/a: ¿K'usi a bi? - ¿Cómo te llamas?

Paciente: Ja' jbi Erick – mi nombre es Erick.

Paciente: ¿Vo'ote k'usi a bi? - ¿Y tú como te llamas?

Enfermero/a: Vo'one ja' jbi Hannia – yo me llamo Hannia.

Forma de preguntar los apellidos.

Enfermero/a: ¿K'usi li sjol abie? - ¿Cuáles son tus apellidos?

Paciente: Ja' Méndez Pérez – es Méndez Pérez.

Forma de preguntar la edad.

Enfermera: ¿Jayib a ja'bilal? - ¿Cuántos años tienes?

Paciente: 25 ja'bilal – tengo 25 años de edad (en el caso de la respuesta de la pregunta de edad, por lo regular ya no responden con los numeros en tsotsil).

Forma de preguntar el lugar de procedencia.

Enfermera: ¿Buy likemot talel? - ¿De dónde eres?

Paciente: Likemon talel ta San Juan Chamula – Vengo de San Juan Chamula (en esta respuesta se puede incluir el continente, país, estado, municipio o ciudad).

Enfermera: ¿Buy nakalot? - ¿Dónde vives?

Paciente: Nakalon ta barrio del Cerrillo – Vivo en el barrio del Cerrillo (en esta respuesta se puede incluir el nombre del paraje, ejido, calle, colonia o fraccionamiento).

II.V Formas de despedirse.

Las despedidas son comunes en las unidades hospitalarias, ya que al momento de que un paciente se va de alta es necesario que ellos o nosotros usemos palabras para despedirlos de los servicios.

II.V.I Uso de ok'obto – hasta mañana

Aplicación en singular.

- Enfermera: ok'obto Esteban – hasta mañana Esteban.
- Esteban: ok'obto enfermera – hasta mañana enfermera.

Aplicación en plural.

- Enfermera: ok'obikto – hasta mañana a todos.
- Esteban: Ok'obto enfermera – hasta mañana enfermera.

Aplicación en función de persona.

ok'obto

- Nombre (pedro, maría)
- Totik – señor
- Me'tik – señora
- Tot – papá
- Me' - mamá
- Tseb – señorita
- Krem – joven
- Kunen – cariño
- K'ox – pequeño/infante

Ejemplos:

- Ok'obto totik – hasta mañana señor.
- Ok'obto me'tik – hasta mañana señora.
- Ok'obto tseb – hasta mañana señorita.

II.V.II Uso de likelto – hasta luego.

Aplicación en singular.

- Enfermera: likelto Manuel – hasta luego Manuel.
- Manuel: Likelto enfermera – hasta luego enfermera.

Aplicación en plural.

- Enfermera: likelikto – hasta luego a todos.
- Manuel: likelto enfermera – hasta luego enfermera.

Aplicación en función de persona.

Likelto

- Nombre (pedro, maría)
- Totik – señor
- Me'tik – señora
- Tot – papá
- Me' - mamá
- Tseb – señorita
- Krem – joven
- Kunen – cariño
- K'ox – pequeño/infante

Ejemplos:

- Likelto tot – hasta luego papá.
- Likelto me' - hasta luego mamá.
- Likelto kunen – hasta luego cariño.

II.V.III Uso de tanato – hasta pronto

Aplicación en singular.

- Enfermera: tanato Sara – hasta pronto Sara.
- Sara: tanato enfermera – hasta pronto enfermera.

aplicación en plural.

- Enfermera: tanaikto – hasta pronto a todos.
- Sara: tanato enfermera – hasta pronto enfermera.

Aplicación en función de persona.

Tanato

- Nombre (pedro, maría)
- Totik – señor
- Me' tik – señora
- Tot – papá
- Me' - mamá
- Tseb – señorita
- Krem – joven
- Kunen – cariño
- K' ox – pequeño/infante

Ejemplos:

- Tanato k'ox – hasta pronto pequeño.
- Tanato me'tik – hasta pronto señora.
- Tanato krem – hasta pronto joven.

II.V.IV Uso de lekme xa bat – que te vaya bien.

Aplicación en singular.

- Enfermera: lekme xa bat Sofía – que te vaya bien Sofía.
- Sofía: kolaval enfermera – gracias enfermera.

Aplicación en plural.

- Enfermera: lekme xa batik Sofía – que les vaya bien, Sofía.
- Sofía: kolaval enfermera – gracias enfermera.

Aplicación en función de persona.

Lekme xa bat

- Nombre (pedro, maría)
- Totik – señor
- Me'tik – señora
- Tot – papá
- Me' - mamá
- Tseb – señorita
- Krem – joven
- Kunen – cariño
- K'ox – pequeño/infante

Ejemplos:

- Lekme xa bat tot – que te vaya bien papá.
- Lekme xa bat me’ - que te vaya bien mamá.
- Lekme xa bat me’ tik – que te vaya bien señora.

II.VI Vocabulario relacionado a la familia, hogar y enfermería.

El abordaje de los vocabularios es imprescindible para integrar palabras básicas y avanzadas para el aprendizaje del tsotsil enfocado al profesional de enfermería, que podrá usarse en conversaciones con usuarios, familiares y sociedad en general que requiera de la atención de su salud en diversas unidades de atención.

Tabla 2.
Vocabulario de la familia.

a) Integrantes de la familia.	
Tsotsil	Español
Tot	Papá
Me’	Mamá
Muk’ta tot	Abuelo
Muk’ta me’	Abuela
Jun tot	Tío

Jun me'	Tía
Nich'on	Hijos
Krem	Joven
Tseb	Señorita
K'ox krem	Niño
K'ox tseb	Niña
Ch'ul tot	Padrino
Ch'ul me'	Madrina
Ajnil	Esposa
Malal	Esposo
Chi'il	Familiar

b) Palabras que usan las mujeres.	
Tsotsil	Español
Alib mol	Suegro
Alib me'el	Suegra
Javan	Cuñada
Vix	Hermana mayor
Muk	hermana menor
Xinnuel	Hermano

c) Palabras que usan los hombres.	
Tsotsil	Español
Ni'mol	Suegro
Ni'me'el	Suegra
Bol	Cuñado
Bankil	Hermano mayor
Its'in	Hermano menor
Tsebal	Hermana

Nota: En los apartados a, b y c del vocabulario de la familia se enlistan de manera general las traducciones de cada uno de los miembros del núcleo familiar más usados en tsotsil.

Tabla 3.*Vocabulario del hogar.*

a) Elementos de la cocina – kusina.	
Tsotsil	Español
Boch	Trastes
Pulatu	Plato
Pulom	Cuchara
Luchobil	Tenedor
P'in	Olla
Xalten	Sartén
Semet	Comal
Yav k'ok'	Fogón
Si'	Leña
Ak'al	Carbón
Mexa	Mesa
Xila	Silla
Ts'omol	Asiento
Sikubtasobil k'utik	Refrigerador
Vaj	Tortilla
Ve'lil	Comida
Vo'	Agua
Ats'am	Sal
Asuka	Azúcar

b) Partes de la casa.

Tsotsil	Español
Na	Casa
Jol na	Techo
Pak'na	Pared
Ti'na	Puerta
Yut na	Interior de la casa
Pana	Exterior de la casa
Koriyol	Corredor
Kusina	Cocina
K'ol na	Cuarto
Ve'ebal	Comedor
Atinajebal	Regadera
Tsa'nebal	Baño

c) Elementos del hogar.	
Tsotsil	Español
Tem	Cama
Chij	Sabana/Cobertor
Xonjol	Almohada
Vay	Dormir
Vayich	Sueño
Chotlebal	Sillón
Ch'ojon tak'in	Teléfono

d) Alimentos.	
Tsotsil	Español
Bek'et	Carne
Itaj	Verduras
Chenek'	Frijol
Ixim	Maíz
Lobol	Frutas
Uch'bol	Bebida
Uch'umo	Pozol

Nota: En cada uno de los apartados de la tabla 3 se enlistan las palabras mas comunes a usar en el espacio del hogar.

Tabla 4.*Vocabulario de enfermería.*

a) Enfermería.	
Tsotsil	Español
Jchabi jchamel	Enfermero/a
Jpoxtavanej	Médico
Snail jpoxtavanejetik	Hospital, clínica
Chamel	Patología
Poxil	Medicamento
Cham	Fallecer
Chamel	Paciente
Ip	Enfermo
Jatel / Javel	Cirugía
Yayijemal	Herida
Yav jatel	Quirófano
Snail poxetik	Farmacia
Skoltael jchameletik	Trabajo social
Yav epal chamel	Medicina interna
Anil k'elel	Urgencias
Yav j-alnom	Hospitalización ginecoobstetricia
Yav tsatsal chamel	Terapia intensiva
Yav k'asemaletiuk	Traumatología
Yav ch'ich'	Banco de sangre

b) Enfermería.	
Tsotsil	Español
Tem	Cama hospitalaria
Chij	Sabana clínica
Chij	Cobertor
Xonjol	Almohada
Tas	Sabana estándar
Natil k'u	Bata

Nota: Palabras propias del personal de enfermería traducidas al tsotsil.

Todo lo relacionado con los materiales, insumos, medicamentos y equipamiento de las unidades de salud, no cuentan con una traducción formal al tsotsil, y por ende se pueden utilizar sin ser traducidos, pero se requiere agregar una **e** al final de cada palabra, por ejemplo:

- Estetoscopio – estetoscopioe.
- Baumanometro – baumanometroe.
- Jeringa – jeringae.
- Gasa – gasae.
- Compresa – compresae.

II.VII Determinante Li.

Figura 2.

Personal de enfermería en etapa formativa.



Nota: Parte de la formación de los estudiantes de la Licenciatura en Enfermería de la UNIMESO es el manejo de pacientes pediátricos.

La determinante Li en sus significados destacan, el, la, los, las y permiten integrar las palabras de los diversos vocabularios presentados con anterioridad a oraciones completas, o para mencionar cada palabra en su singular y plural, siguiendo las reglas propias de cada vocabulario (la familia, el hogar y enfermería).

II.VII.I Determinante Li aplicado en singular.

Para usar la determinante li en singular con el vocabulario de la familia se requiere aplicar la siguiente regla:

Determinante Li + palabra + il + e

Ejemplos:

Li totile – el padre

Li me'ile – la madre

Li muk'ta totile – el abuelo

Li muk'ta me'ile – la abuela

Para usar la determinante li en singular con el vocabulario del hogar y enfermería se requiere aplicar la siguiente regla:

Determinante Li + palabra + e

Ejemplos:

Li nae – la casa

Li mexae – la mesa

Li xilae – la silla

Li pulatue – el plato

Li jchabi jchamele – la enfermera / el enfermero

Li poxile – el medicamento

Li teme – la cama hospitalaria

Li chije – la sabana clínica

II.VII.II Determinante Li aplicado en plural.

Para usar la determinante li en plural con el vocabulario de la familia se requiere aplicar la siguiente regla:

Determinante Li + palabra + il + e + tike

Ejemplos:

Li totiletike – los padres

Li me'iletike – las madres

Li muk'ta totiletike – los abuelos

Li muk'ta me'iletike – las abuelas

Para usar la determinante li en plural con el vocabulario del hogar y enfermería se requiere aplicar la siguiente regla:

Determinante Li + palabra + e + tike

Ejemplos:

Li naetike – las casas

Li mexaetike – las mesas

Li xilaetike – las sillas

Li pulatuetike – los platos

Li jchabi jchameletike – las enfermeras / los enfermeros

Li poxiletike – los medicamentos

Li temetike – las camas hospitalarias

Li chijetike – las sábanas clínicas

Actividad: aplica la determinante Li en singular y plural con las palabras de los vocabularios de la familia, el hogar y enfermería.

II.VIII Marcas posesivas J, A, S y K, AV, Y.

Las marcas posesivas permiten otorgar el sentido de pertenencia y posesión de los integrantes de la familia, los elementos del hogar y enfermería, otorgándoles las propiedades de mí, tu y su. Las marcas posesivas se agrupan en dos segmentos, los que se aplican para las palabras que inician con consonante (j, a, s) y las que se aplican para las palabras que inician con vocal (k, av, y), lo cual se identifican de manera sencilla, evitando confusión y una mala aplicación de las marcas posesivas.

Las marcas posesivas se dividen para su uso práctico de la siguiente manera:

Marcas posesivas.

Español	Consonantes	Vocales
Mí	J	K
Tu	A	AV
Su	S	Y

Ejemplos de uso con palabras que inician con consonante (usando las palabras de los vocabularios de la familia, el hogar y enfermería).

Tot - Papá		Chamel - Paciente		Mexa - Mesa	
Tsotsil	Español	Tsotsil	Español	Tsotsil	Español
Jtot	Mi papá	Jchamel	Mi paciente	Jmexa	Mi mesa
Atot	Tú papá	Achamel	Tú paciente	Amexa	Tú mesa
Stot	Su papá	Schamel	Su paciente	Smexa	Su mesa

Ejemplos de uso con palabras que inician con vocal (usando las palabras de los vocabularios de la familia, el hogar y enfermería).

Ajnil - Esposa	Itaj - Verdura	Uch'bol - Bebida
----------------	----------------	------------------

Tsotsil	Español	Tsotsil	Español	Tsotsil	Español
Kajnil	Mi esposa	Kitaj	Mi ver- dura	Kuch'bol	Mi be- bida
Ava- jnil	Tú esposa	Avitaj	Tú ver- dura	Avuch'bo l	Tú be- bida
Yajnil	Su esposa	Yitaj	Su ver- dura	Yuch'bol	Su be- bida

Actividad: aplica las marcas posesivas a 5 palabras de los vocabularios de la familia, el hogar y enfermería, considerando las marcas correspondientes a las palabras que inicien con consonante o vocal.

Capítulo III

Sistema de numeración, raíces numerales y clasificadores de forma

III.I Sistema de numeración ordinal

El sistema de numeración en tsotsil es vigesimal, ya que se cuentan bloques de 20 en 20, con la particularidad de que esto hace referencia al conteo de los dedos de las manos y pies de los hombres. La estructura base del conteo se inicia con los primeros 20 números y de manera posterior para los demás bloques de 20 se repiten los números del 1 al 19, contando con marcas para el inicio de los números iniciales como 21, 41, 61 y 81, y marcas para el cierre de cada bloque de 20 en los números 40, 60, 80, 100.

A continuación, se presentan los primeros 20 números en tsotsil.

Números en tsotsil.			
Jun	1	Buluchib	11
Chib	2	Lajcheb	12
Oxib	3	Oxlajuneb	13
Chanib	4	Chanlajuneb	14

Vo'ob	5	Vo'lajuneb	15
Vakib	6	Vaklajuneb	16
Vukub	7	Vuklajuneb	17
Vaxakib	8	Vaxaklajuneb	18
Baluneb	9	Balunlajuneb	19
Lajuneb	10	Jtob	20

Para el conteo de los siguientes bloques se cuenta con más marcas de inicio y termino de los siguientes números:

21 – jun xcha'vinik

40 – cha'vinik

41 – jun yoxvinik

60 – oxvinik

61 – jun xchanvinik

80 – chanvinik

81 – jun svo'vinik

100 – vo'vinik

Para construir las secuencias de conteo de cada bloque de 20, se retoma los numero 1 al 19 para agregar las marcas y adquirir el sentido del número que se va contando de manera consecutiva, por ejemplo:

21 – jun xcha'vinik (que en realidad significa, un dedo del segundo hombre, lo mismo para los siguientes números).

22 – chib xcha'vinik

23 – oxib xcha'vinik

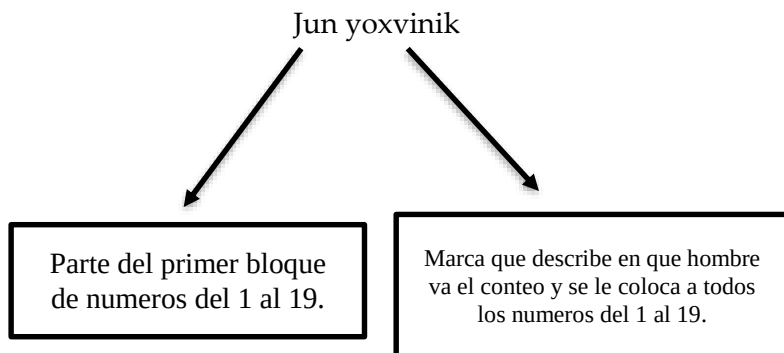
Nótese en el ejemplo que se va aplicando los primeros 19 números, jun, chib, oxib y así de manera consecutiva hasta balunlajuneb (19) y al final del bloque se cierra con la marca cha'vinik (40 dedos de dos hombres).

Continuado con el ejemplo del conteo del 21 al 40, se presenta la secuencia:

Números en tsotsil.			
Jun xcha'vinik	21	Buluchib xcha'vinik	31
Chib xcha'vinik	22	Lajcheb xcha'vinik	32
Oxib xcha'vinik	23	Oxlajuneb xcha'vinik	33
Chanib xcha'vinik	24	Chanlajuneb xcha'vinik	34
Vo'ob xcha'vinik	25	Vo'lajuneb xcha'vinik	35
Vakib xcha'vinik	26	Vaklajuneb xcha'vinik	36
Vukub xcha'vinik	27	Vuklajuneb xcha'vinik	37
Vaxakib xcha'vinik	28	Vaxaklajuneb xcha'vinik	38
Baluneb xcha'vinik	29	Balunlajuneb xcha'vinik	39
Lajuneb xcha'vinik	30	Cha'vinik	40

De igual manera con los siguientes bloques se usan los numeros 1 al 19, con las respectivas marcas de inicio y termino de cada grupo de 20, por ejemplo.

41 – jun yoxvinik (un dedo del tercer hombre), se puede describir de la siguiente manera:



Actividad: construye las secuencias de numeros del 41 – 60, 61 – 80, 81 – 100.

III.II Clasificadores de forma y raíces numerales aplicados a enfermería.

En las actividades asistenciales de enfermería se requiere de una adecuada comunicación con los usuarios al momento de dar instrucciones o responder a los cuestionamientos que puedan realizar para el seguimiento correcto de los tratamientos farmacológicos hospitalarios y ambulatorios. En este caso se utilizan los clasificadores de forma en conjunto con las raíces numerales que permiten aplicar el sistema de conteo en tsotsil para determinar

cantidad de medicamentos que se van a utilizar en diferentes espacios de tiempo, ya sean comprimidos, suspensiones y demás presentaciones de medicamentos.

Los clasificadores de forma y las raíces numerales se usan de manera habitual en las comunidades tsotsiles para describir y contar personas, animales, objetos, cosas, verduras, frutas y todo lo que se requiera adquirir en los mercados, pero se pueden aplicar determinados clasificadores de forma para el profesional de enfermería, y esto ha sido un proceso exhaustivo de búsqueda para que sean aplicados en temáticas clínicas, como anteriormente se menciona.

Las raíces numerales son estructuras que permiten el conteo de los materiales, insumos y fármacos que usa el personal de enfermería, y son los que a continuación se presentan:

1 – j	5 – vo´	9 – balun
2 – cha´	6 – vak	10 – lajun
3 – ox	7 – vuk	
4 – chan	8 – vaxak	

En el caso de los clasificadores de forma que se pueden utilizar para el profesional de enfermería son los siguientes:

P´ej – pieza: se utiliza para el conteo de piezas (pastillas, tabletas, comprimidos, capsulas, esferas).

P´is – dosificador: se utiliza para la dosificación de medicamentos líquidos y suspensiones.

P´ajel – gota: se utiliza para los medicamentos en presentación oftálmica, ótica y oral.

Jusel – disparo: se utiliza para los medicamentos con dosificador en aerosol o atomizador.

Jik’el – inhalación: se utiliza para los medicamentos con inhalador.

Koj – vez: se utiliza para indicar las veces en que se realiza alguna acción.

Lik – pieza textil: se usa para contar piezas textiles como las sábanas clínicas, sabanas estándar, cobertores, vendas, gasas, apósitos, compresas, batas, almohadas.

Aplicación conjunta de las raíces numerales y clasificadores de forma

En la aplicación conjunta y práctica de las raíces numerales y clasificadores de forma se enfoca en la atención de los usuarios que requieren de orientación con respecto al uso adecuado de los medicamentos de manera ambulatoria y hospitalaria, desde la perspectiva de preguntas directas de los usuarios, al igual que instrucciones que realiza el personal de enfermería.

P’ej

Usuario:

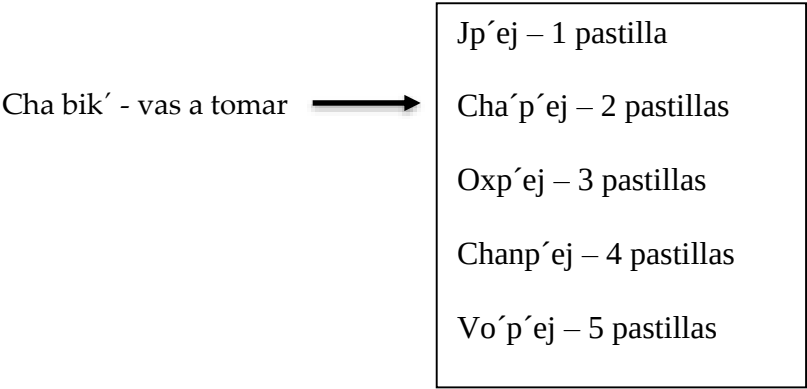
- 1.- ¿Jay p’ej ta jbiik’ li poxile? - ¿Cuántas pastillas voy a tomar de este medicamento?
- 2.- ¿Jay p’ej ta jbiik’ li paracetamole? - ¿Cuántas pastillas voy a tomar del paracetamol?

Ambas preguntas son las más comunes que pueden realizar los usuarios. En el caso de la pregunta uno lo usan cuando no se conoce el nombre del medicamento, y en el caso de la pregunta dos se usa cuando si se tiene conocimiento del medicamento que se va a utilizar.

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para las indicaciones de la cantidad de la dosis y cantidad de pastillas que se tomarán, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma



Respuesta de la enfermera:

Cha bik' jp'ej – vas a tomar una pastilla.

Cha bik' cha'p'ej – vas a tomar dos pastillas.

Cha bik' oxp'ej – vas a tomar tres pastillas.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a tomar los medicamentos se pueden agregar los siguientes conectores y descriptores de los espacios del día.

Conectores:

Ta – en la, en el, al.

Xchiuk – y, con.

Espacios del día:

Som – mañana (temprano).

Ol k'ak'al – medio día.

Xmal – tarde.

Ak'ubal – noche.

Ol ak'ubal – media noche.

Sak luman – madrugada

K'ak'al – día (24 horas).

Horarios del día:

Jun ora som – una de la mañana
Chib ora som – dos de la mañana.
Oxib ora som – tres de la mañana.
Chanib ora som – cuatro de la mañana.
Vo'ob ora som – cinco de la mañana.
Vakib ora som – seis de la mañana.
Vukub ora som – siete de la mañana.
Vaxakib ora som – ocho de la mañana.
Baluneb ora som – nueve de la mañana.
Lajuneb ora som – diez de la mañana.
Buluchib ora som – once de la mañana.
Lajcheb ora – doce del día (Ol k'ak'al – medio día).
Jun ora xmal – una de la tarde.
Chib ora xmal – dos de la tarde.
Oxib ora xmal – tres de la tarde.
Chanib ora xmal – cuatro de la tarde.
Vo'ob ora xmal – cinco de la tarde.
Vakib ora xmal – seis de la tarde.
Vukub ora xmal – siete de la tarde.
Vaxakib ora ak'ubal – ocho de la noche.
Baluneb ora ak'ubal – nueve de la noche.
Lajuneb ora ak'ubal – diez de la noche.
Buluchib ora ak'ubal – once de la noche.
Lajcheb ora ak'ubal – doce de la noche (Ol ak'ubal – media noche).

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha bik' jp'ej ta som – vas a tomar una pastilla en la mañana.

Cha bik' jp'ej ta xmal – vas a tomar una pastilla en la tarde.

Cha bik' jp'ej ta ak'ubal – vas a tomar una pastilla en la noche.

Cha bik' jp'ej ta jun ora xmal – vas a tomar una pastilla a la una de la tarde.

Cha bik' jp'ej ta ol k'ak'al – vas a tomar una pastilla al medio día.

Cha bik' jp'ej ta lajuneb ora som – vas a tomar una pastilla a las diez de la mañana.

En el caso de indicar la toma de medicamentos en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha bik' jp'ej ta som **xchiuk** jp'ej ta xmal – vas a tomar una pastilla en la mañana y una pastilla en la tarde.

Cha bik' cha'p'ej ta baluneb ora som xchiuk jp'ej ta vo'ob ora xmal – vas a tomar dos pastillas a las 9 de la mañana y una pastilla a las 5 de la tarde.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que le va a suministrar sus medicamentos se utilizaría lo siguiente.

cha vak'be sbik' - vas a darle de tomar.

Cha vak'be sbik' jp'ej ta som – vas a darle de tomar una pastilla en la mañana.

Cha vak'be sbik' jp'ej ta som xchiuk jp'ej ta xmal – vas a darle de tomar una pastilla en la mañana y una pastilla en la tarde.

Cha vak'be sbik' jp'ej ta vaxakib ora som xchiuk jp'ej ta chanib ora xmal – vas a darle de tomar una pastilla a las 8 de la mañana y una pastilla a las 4 de la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha vak'be sbik'** se continua con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada toma del medicamento.

P'is

Usuario:

1.- ¿Jay p'is ta xkuch' li poxile? - ¿Cuántos mililitros voy a tomar de este medicamento?

2.- ¿Jay p'is ta xkuch' li ambroxole? - ¿Cuántos mililitros voy a tomar del ambroxol?

Ambas preguntas son las más comunes que pueden realizar los usuarios. En el caso de la pregunta uno lo usan cuando no se conoce el nombre del medicamento, y en el caso de la pregunta dos se usa cuando si se tiene conocimiento del medicamento que se va a utilizar.

Cabe destacar que **p'is** representa 10 mililitros.

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para las indicaciones de la cantidad de mililitros de los medicamentos se tomarán, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma

Cha vuch' - vas a tomar



Jp'is – 10 mililitros

Cha'p'is – 20 mililitros

Oxp'is – 30 mililitros

Chanp'is – 40 mililitros

Vo'p'is – 50 mililitros

Respuesta de la enfermera:

Cha vuch' jp'is – vas a tomar 10 mililitros.

Cha vuch' cha'p'is – vas a tomar 20 mililitros.

Cha vuch' oxp'is – vas a tomar 30 mililitros.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a tomar la cantidad de mililitros del medicamento se agregan los espacios de tiempo o los horarios del día que se van a utilizar.

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha vuch' jp'is ta som – vas a tomar 10 mililitros en la mañana.
Cha vuch' jp'is ta xmal – vas a tomar 10 mililitros en la tarde.
Cha vuch' jp'is ta baluneb ora som – vas a tomar 10 mililitros a las 9 de la mañana.

En el caso de indicar la toma de medicamentos en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha vuch' jp'is ta som xchiuk jp'is ta xmal – vas a tomar 10 mililitros en la mañana y 10 mililitros en la tarde.
Cha vuch' jp'is ta vaxakib ora som xchiuk jp'is ta chanib ora xmal – vas a tomar 10 mililitros a las 8 de la mañana y 10 mililitros a las 4 de la tarde.

En el caso de indicar 5 mililitros se usa **o'lol p'is (5 mililitros)** en vez de **p'is (10 mililitros)**, aplicándose de la misma manera los espacios de tiempo, horas del día y el conector xchiuk.

Por ejemplo:

Cha vuch' o'lol p'is ta som – vas a tomar 5 mililitros en la mañana.

Cha vuch' o'lol p'is ta xmal – vas a tomar 5 mililitros en la tarde.

Cha vuch' o'lol p'is ta jun ora xmal – vas a tomar 5 mililitros a la una de la tarde.

Cha vuch' o'lol p'is ta som xchiuk o'lol p'is ta xmal – vas a tomar 5 mililitros en la mañana y 5 mililitros en la tarde.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que le va a suministrar sus medicamentos se utilizaría lo siguiente.

cha vak'be yuch' - vas a darle tomar/beber.

Cha vak'be yuch' jp'is ta som – vas a darle de tomar 10 mililitros en la mañana.

Cha vak'be yuch' jp'is ta som xchiuk o'lol p'is ta xmal – vas a darle de tomar 10 mililitros en la mañana y 5 mililitros en la tarde.

Cha vak'be yuch' jp'is ta vaxakib ora som xchiuk o'lol p'is ta chanib ora xmal – vas a darle de tomar 10 mililitros a las 8 de la mañana y 5 mililitros a las 4 de la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha vak'be yuch'** se continua con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada toma del medicamento.

P'ajel

Usuario:

- 1.- ¿Jay p'ajel ta jtunes li poxile? - ¿Cuántas gotas voy a usar de este medicamento?
- 2.- ¿Jay p'ajel ta jtunes li nafasolinae? - ¿Cuántas gotas voy a usar de la nafasolina?

Ambas preguntas son las más comunes que pueden realizar los usuarios. En el caso de la pregunta uno lo usan cuando no se conoce el nombre del medicamento, y en el caso de la pregunta dos se usa cuando si se tiene conocimiento del medicamento que se va a utilizar.

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para las indicaciones de la cantidad de gotas a aplicarse del medicamento, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma

Cha vak' - vas a aplicar →

Jp'ajel – una gota

Cha'p'ajel – dos gotas

Oxp'ajel – tres gotas

Chanp'ajel – cuatro gotas

Vo'p'ajel – cinco gotas

Respuesta de la enfermera:

Cha vak' jp'ajel – vas a aplicar una gota.

Cha vak' cha'p'ajel – vas a aplicar dos gotas.

Cha vak' oxp'ajel – vas a aplicar tres gotas.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a aplicar la cantidad de gotas del medicamento se agregan los espacios de tiempo o los horarios del día que se van a utilizar.

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha vak' jp'ajel ta som – vas a aplicar una gota en la mañana.
Cha vak' cha'p'ajel ta xmal – vas a aplicar dos gotas en la tarde.
Cha vak' jp'ajel ta vaxakib ora som – vas a aplicar una gota a las 8 de la mañana.

En el caso de indicar la aplicación de gotas del medicamento en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha vak' jp'ajel ta som xchiuk jp'ajel ta xmal – vas a aplicar una gota en la mañana y una gota en la tarde.
Cha vak' jp'ajel ta vaxakib ora som xchiuk jp'ajel ta chanib ora xmal – vas a aplicar una gota a las 8 de la mañana y una gota a las 4 de la tarde.

En los ejemplos anteriores se hace referencia de la aplicación de gotas de medicamentos especificando el espacio del día o el horario en que se va a aplicar, pero es necesario que se determine el sitio de aplicación de las gotas. Lo más común es que se apliquen medicamentos en forma de gotas en los ojos, oídos y boca, por ello se utilizarían los siguientes complementos:

Ta sbek' asat – en tus ojos.
Ta achikin – en tus oídos.
Ta ave – en tu boca.

Por ejemplo:

Cha vak' jp'ajel ta sbek' a sat – vas a aplicar una gota en tus ojos.

Cha vak' jp'ajel ta achikin – vas a aplicar una gota en tus oídos.

Cha vak' jp'ajel ta ave – vas a aplicar una gota en tu boca.

De igual manera se puede agregar el espacio del día u horario de aplicación:

Cha vak' jp'ajel ta sbek' asat ta som – vas a aplicar una gota en tus ojos en la mañana.

Cha vak' jp'ajel ta achikin ta vaxakib ora som – vas a aplicar una gota en tus oídos a las 8 de la mañana.

Cha vak' jp'ajel ta ave ta chanib ora xmal – vas a aplicar una gota en tu boca a las 4 de la tarde.

Cha vak' jp'ajel ta achikin ta som xchiuk jp'ajel ta xmal – vas a aplicar una gota en tus oídos en la mañana y una gota en la tarde.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que le va a suministrar el medicamento se utilizaría lo siguiente.

cha vak'be - vas a aplicar.

Cha vak'be jp'ajel ta sbek' sat ta som – vas a aplicar una gota en sus ojos en la mañana.

Cha vak'be jp'ajel ta xchikin ta som xchiuk jp'ajel ta xmal – vas a aplicar una gota en sus oídos en la mañana y una gota en la tarde.

Cha vak'be jp'ajel ta vaxakib ora som xchiuk jp'ajel ta chanib ora xmal – vas a aplicar una gota a las ocho de la mañana y una gota a las cuatro de la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha vak'be** se continua con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada aplicación del medicamento.

Jusel

Usuario:

- 1.- ¿Jay jusel ta jtunes li poxile? - ¿Cuántos disparos voy a usar de este medicamento?
- 2.- ¿Jay jusel ta jtunes li sterimare? - ¿Cuánto disparos voy a usar del sterimar?

Ambas preguntas son las más comunes que pueden realizar los usuarios. En el caso de la pregunta uno lo usan cuando no se conoce el nombre del medicamento, y en el caso de la pregunta dos se usa cuando si se tiene conocimiento del medicamento que se va a utilizar.

Cabe mencionar que **jusel** es para la aplicación de medicamentos que vienen con aplicador en forma de atomizador intranasal, pero de igual manera para antisépticos con atomizador.

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para las indicaciones de la cantidad de disparos a aplicarse del medicamento, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma

Cha vak' - vas a aplicar



Jusel – un disparo

Cha'jusel – dos disparos

Oxjusel – tres disparos

Chanjusel – cuatro disparos

Vo'jusel – cinco disparos

Respuesta de la enfermera:

Cha vak' jusel – vas a aplicar un disparo.

Cha vak' cha'jusel – vas a aplicar dos disparos.

Cha vak' oxjusel – vas a aplicar tres disparos.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a aplicar la cantidad de disparos del medicamento se agregan los espacios de tiempo o los horarios del día que se van a utilizar.

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha vak' jusel ta som – vas a aplicar un disparo en la mañana.
Cha vak' cha'jusel ta xmal – vas a aplicar dos disparos en la tarde.
Cha vak' jusel ta vaxakib ora som – vas a aplicar un disparo a las 8 de la mañana.

En el caso de indicar la aplicación de disparos del medicamento en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha vak' jusel ta som xchiuk jusel ta xmal – vas a aplicar un disparo en la mañana y un disparo en la tarde.
Cha vak' jusel ta vaxakib ora som xchiuk jusel ta chanib ora xmal – vas a aplicar un disparo a las 8 de la mañana y un disparo a las 4 de la tarde.

En los ejemplos anteriores se hace referencia de la aplicación de disparos de medicamentos especificando el espacio del día o el horario en que se va a aplicar, pero es necesario que se determine el sitio de aplicación de los disparos. Lo más común es que se

apliquen por vía intranasal, por ello se utilizaría el siguiente complemento:

Ta ani' - en tu nariz / en tus narinas.

Por ejemplo:

Cha vak' jusel ta ani' – vas a aplicar un disparo en cada narina.

Cha vak' cha'jusel ta ani' – vas a aplicar dos disparos en cada narina.

De igual manera se puede agregar el espacio del día u horario de aplicación:

Cha vak' jusel ta ani' ta som – vas a aplicar un disparo en cada narina en la mañana.

Cha vak' jusel ta ani' ta vaxakib ora som – vas a aplicar un disparo en cada narina a las 8 de la mañana.

Cha vak' jusel ta ani' ta som xchiuk jusel ta xmal – vas a aplicar un disparo en cada narina en la mañana y un disparo en la tarde.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que le va a aplicar el medicamento se utilizaría lo siguiente.

Cha vak'be – vas a aplicar.

Cha vak'be jusel ta sni' ta som – vas a aplicar un disparo en cada narina en la mañana.

Cha vak'be jusel ta sni' ta som xchiuk jusel ta xmal – vas a aplicar un disparo en cada narina en la mañana y un disparo en la tarde.

Cha vak'be jusel ta sni' ta vaxakib ora som xchiuk jusel ta chanib ora xmal – vas a aplicar un disparo en cada narina a las ocho de la mañana y un disparo a las cuatro de la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha vak'be** se continúa con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada aplicación del medicamento.

Jik'el

Usuario:

1.- ¿Jay jik'el ta jtunes li poxile? - ¿Cuántas inhalaciones voy a usar de este medicamento?

2.- ¿Jay jik'el ta jtunes li salbutamole? - ¿Cuántas inhalaciones voy a usar del salbutamol?

Ambas preguntas son las más comunes que pueden realizar los usuarios. En el caso de la pregunta uno lo usan cuando no se conoce el nombre del medicamento, y en el caso de la pregunta dos se usa cuando si se tiene conocimiento del medicamento que se va a utilizar.

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para las indicaciones de la cantidad de inhalaciones a aplicarse del medicamento, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma

Cha tunes – vas a usar



Jik'el – una inhalación

Cha'jik'el – dos inhalaciones

Oxjik'el – tres inhalaciones

Chanjik'el – cuatro inhalaciones

Vo'jik'el – cinco inhalaciones

Respuesta de la enfermera:

Cha tunes jik'el – vas a usar una inhalación.

Cha tunes cha'jik'el – vas a usar dos inhalaciones.

Cha tunes oxjik'el – vas a usar tres inhalaciones.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a usar la cantidad de inhalaciones del medicamento se agregan los espacios de tiempo o los horarios del día que se van a utilizar.

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha tunes jik'el ta som – vas a usar una inhalación en la mañana.
Cha tunes cha'jik'el ta xmal – vas a usar dos inhalaciones en la tarde.

Cha tunes jik'el ta vaxakib ora som – vas a usar una inhalación a las 8 de la mañana.

En el caso de indicar las inhalaciones del medicamento en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha tunes jik'el ta som xchiuk jik'el ta xmal – vas a usar una inhalación en la mañana y una inhalación en la tarde.

Cha tunes jik'el ta vaxakib ora som xchiuk jik'el ta chanib ora xmal – vas a usar una inhalación a las 8 de la mañana y una inhalación a las 4 de la tarde.

En los ejemplos anteriores se hace referencia de las inhalaciones de medicamentos especificando el espacio del día o el horario en que se va a aplicar.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que le va a aplicar el medicamento se utilizaría lo siguiente.

Cha vak'be – vas a aplicar / vas a apoyar en el uso del inhalador.

Cha vak'be jik'el ta som – vas a aplicar una inhalación en la mañana.

Cha vak'be jik'el ta som xchiuk jik'el ta xmal – vas a aplicar una inhalación en la mañana y una inhalación en la tarde.

Cha vak'be jik'el ta vaxakib ora som xchiuk jik'el ta chanib ora xmal – vas a aplicar una inhalación a las ocho de la mañana y una inhalación a las cuatro de la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha vak'be** se continua con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada aplicación del medicamento.

Koj

El clasificador de forma **koj** hace referencia a la cantidad de veces en que se va a realizar una acción. De manera habitual se usa para indicar la cantidad de veces en que se va a realizar la curación de heridas en el hogar del usuario después de su egreso de las unidades de atención de la salud.

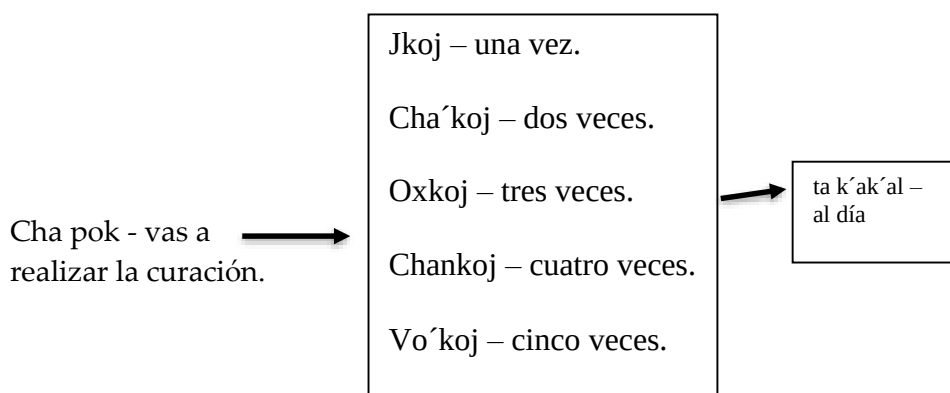
Por ejemplo:

Usuario - ¿Jay koj ta k'ak'al ta jpok li jyayijemale? - ¿Cuántas veces al día voy a realizar la curación de mi herida?

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a las preguntas que realizan los usuarios para la cantidad de veces en que se realizará la curación de heridas en su hogar, se construye la respuesta en base a las raíces numerales y los clasificadores de forma como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma



Respuesta de la enfermera:

Cha pok jkoj ta k'ak'al – vas a realizar la curación una vez al día.

Cha pok cha'koj ta k'ak'al – vas a realizar la curación dos veces al día.

Cha pok Oxkoj ta k'ak'al – vas a realizar la curación tres veces al día.

Si se requiere de dar instrucciones más precisas en cuestión del momento del día en que se va a realizar la curación de heridas se agregan los espacios de tiempo o los horarios del día que se van a utilizar.

Respuesta de la enfermera/o con elementos adicionales de tiempo:

Cha pok jkoj ta som – vas a realizar la curación una vez en la mañana.

Cha pok jkoj ta xmal – vas a realizar la curación una vez en la tarde.

Cha pok jkoj ta vaxakib ora som – vas a realizar la curación a las 8 de la mañana.

En el caso de indicar la curación de heridas en dos espacios u horarios del día se usa el conector **xchiuk**. Por ejemplo:

Cha pok jkoj ta som xchiuk jkoj ta xmal – vas a realizar la curación una vez en la mañana y una vez en la tarde.

Cha pok jkoj ta vaxakib ora som xchiuk jkoj ta chanib ora xmal – vas a aplicar realizar la curación a las 8 de la mañana y una vez a las 4 de la tarde.

Ahora bien, si la indicación va dirigida al familiar o al acompañante del usuario, para que sea él el que va a realizar la curación se utilizaría lo siguiente.

Cha pokbe – vas a realizar la curación de herida.

Cha pokbe jkoj ta som – vas a curar la herida una vez en la mañana.

Cha pokbe jkoj ta som xchiuk jkoj ta xmal – vas a curar la herida una vez en la mañana y una vez en la tarde.

Se puede notar que en el uso de **cha pokbe** se continua con la misma estructura de la raíz numeral y el clasificador de forma, de igual manera con las indicaciones de tiempo y horario de cada curación de la herida.

Lik

El clasificador de forma **lik** se utiliza para el conteo de materiales textiles, como las sábanas clínicas, sabanas estándar, cobertores, gasas, compresas, vendas y batas que pueda requerir el usuario hospitalizado.

Por ejemplo:

Usuario - ¿Mi oyto yan chij? - ¿Tienes más cobertores?

Enfermera/o:

Para poder dar respuesta a esta pregunta, depende de la suficiencia de los diversos materiales textiles que pudiera solicitar el usuario.

Oy – si tengo.

Oyto – aún tengo.

Ch'abal – no tengo.

Ch'abalxa – ya no tengo.

Si en dado caso se cuenta con el material textil solicitado se le puede preguntar al usuario cuantas piezas requiere:

¿Jay lik cha k'an? – ¿Cuántas piezas necesitas?

La respuesta de la usaría al cuestionamiento de la cantidad de piezas que requiere se construye utilizando las raíces numerales y el clasificador de forma, como a continuación se describe.

Regla general: raíz numeral + clasificador de forma

Ta jk'an – quiero



Jlik – una pieza

Cha'lik – dos piezas

Oxlik – tres piezas

Chanlik – cuatro piezas

Vo'lik – cinco piezas

Respuesta del usuario:

Ta jk'an jlik – quiero una pieza.

Ta jk'an cha'lik – quiero dos piezas.

Ta jk'an oxlik – quiero tres piezas.

Y la parte final de esta breve solicitud de material textil es con la respuesta de la enfermera/o:

Lek – está bien

Lek oy – me parece bien.

Capítulo IV

Anatomía y enfermedades

IV.I Partes anatómicas

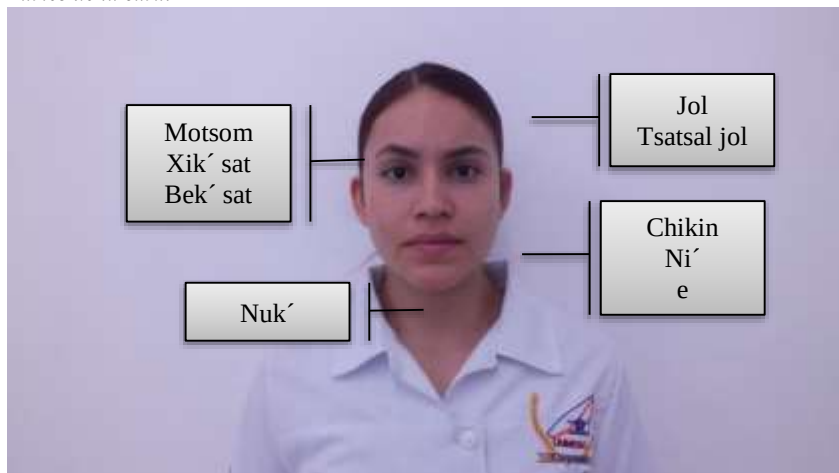
El conocimiento de las partes anatómicas es crucial para poder abordar e interactuar de manera fluida con los usuarios, al momento de la valoración física y la anamnesis. La anatomía en tsotsil se limita a la descripción general de partes externas e internas del cuerpo humano, pero no logra tener una profundidad como lo que se plasma en libros formales de anatomía.

Este apartado aborda de manera práctica las partes del cuerpo, ya que se pueden integrar en oraciones directamente, sin colocar sufijos al final de las palabras. En otros materiales bibliográficos realizan una descripción general, como, por ejemplo: jolil – cabeza, pero no puede ser integrado a las oraciones de preguntas para la valoración del estado de los usuarios y pacientes, caso contrario con el contenido de este material que si se integra sin modificaciones de su escritura, por ejemplo: jol – cabeza.

Partes de la cara

Figura 3.

Partes de la cara.



Nota: En la imagen se aprecian las partes de la cara en tsotsil.

Sat – cara

Jol – cabeza

Tsatsal jol – cabello

Motsom – ceja (s)

Xik' sat – pestaña (s)

Bek' sat – ojo (s)

Ni' - nariz

E – noca

Tanal e – diente (s)

Cho'ob – muela (s)

Ok' - lengua

Chikin – oreja (s)

Ton sat – pómulo (s)

Nuk' - cuello

Partes del cuerpo

Vista anterior y posterior

Bek'tal – cuerpo humano

Bek'tal – musculo (s)

Ch'uxuv – tendón (es)

tórax

Ti' o'ó'n – pecho – tórax

Chu' - pecho, glándula mamaria.

Jol chu' - pezón.

Ya'lel chu' - leche materna

Pat - espalda

Abdomen

Ch'ut – abdomen

Mixik' - ombligo

Miembros superiores

Nekeb – hombro (s)

Lots'op – axila (s)

K'ob - brazo

K'ob – mano

Xuk'om – codo (s)

Nuk' k'ob – muñeca (s)

Ba k'ob - dorso de la mano

Yut k'ob – palma de la mano

Ni' k'ob – dedo (s) de la mano

Ni' ich'ak – uña (s)

Miembros inferiores

Chak – glúteo (s)

O' - pierna (a)

Jol akan – rodilla

Akan – pierna, pantorrilla

Tso' ok – musculo gemelo

Chak ok – talón

Ba ok – dorso del pie

Yut ok – planta del pie

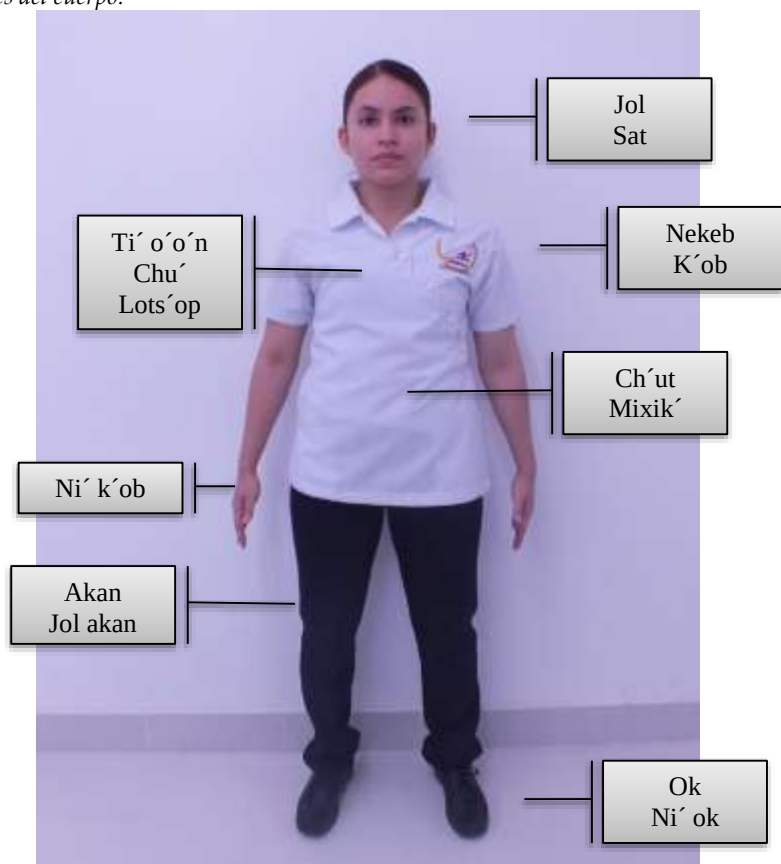
Ok – pie (s)

Ni' ok – dedos del pie

Ni' ich'ak – uñas

Figura 4.

Partes del cuerpo.



Nota: En la imagen se describen las partes del cuerpo en tsotsil.

Estructuras generales

Nukulal – piel

Tsatsal – vellos axilares y genitales

Isim – bigote, barba

Genitales

At – pene

Jol at – glande

Be k'ab – uretra

Bek' at – testículo (s)

Nuti', chuib – escroto

Nukulal at – prepucio

Mis – vagina

Me' ch'ut – útero

Chamel – menstruación

Órganos corporales.

Chinam – cerebro

Putsuts – pulmón (es)

Be ik' - tráquea

O'o'n – corazón

Ch'ut – estomago

Turum – esófago

Sekub – hígado

Ich – vesícula biliar

K'inil – páncreas

Bikil – viseras

Yijil bikil – intestino grueso

Jich'il bikil – intestino delgado

Yav k'ab – vejiga

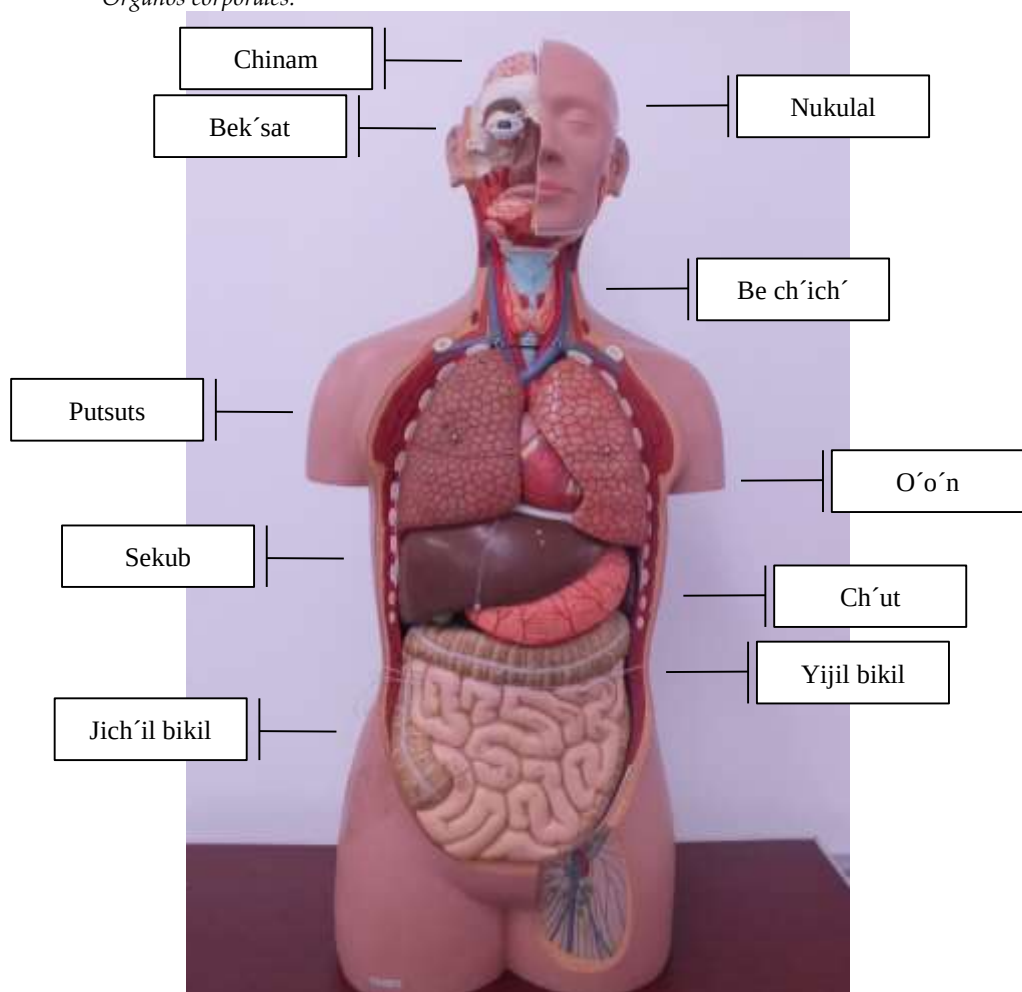
Nuk'ul – tiroides

Ch'ich' - sangre

Be ch'ich' - venas y arterias

Figura 5.

Órganos corporales.



Nota: En la imagen se describen los órganos corporales en tsotsil.

Huesos.

Bak – hueso

Bochil jol – cráneo

Bakel jol – huesos del cráneo

Ti'ba – frente, hueso frontal

Ba jol – hueso parietal

Xokon jol – hueso temporal

Pat jol – hueso occipital

Bakel sat – huesos de la cara

Kovov – mandíbula

Ch'il te' - costilla, costillas, parrilla costal

Bakel o'ó'n, Bakel ti' o'ó'n – esternón

Ch'il pat – columna vertebral

Bakel nuk' - huesos cervicales

Bakel pat – huesos torácicos

Bakel olon pat – huesos lumbares

Bakel chak – huesos sacros

Bakel k'ob – huesos del brazo, humero, cubito y radio

Bakel nuk' k'ob – huesos carpianos

Bakel ba k'ob – huesos metacarpianos

Bakel ni' k'ob – falanges (dedos de la mano)

Bakel akan – huesos de la pierna, fémur, tibia y peroné

Bakel jol akan – rotula

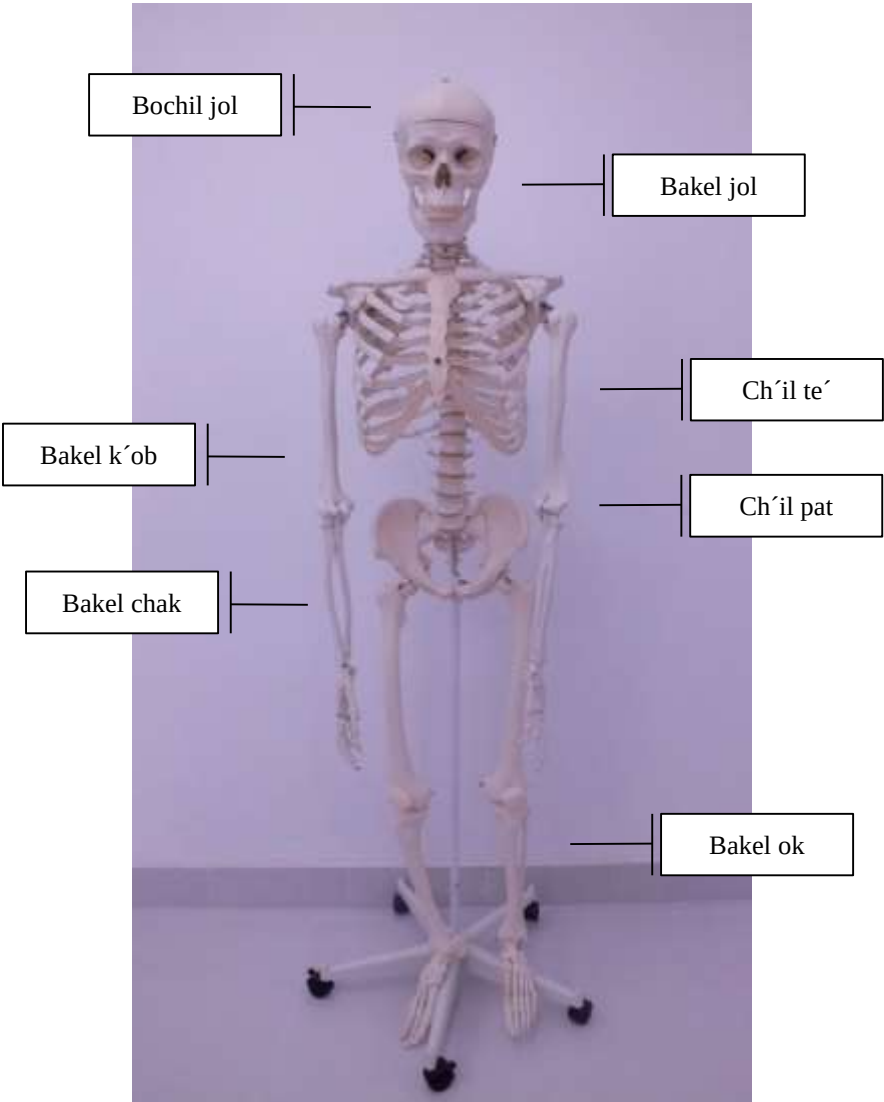
Bakel ok – huesos del pie

Bakel nuk' ok – huesos tarsianos

Bakel ba ok – huesos metatarsianos

Bakel ni' ok – falanges (dedos del pie)

Figura 6.
Sistema óseo.



Nota: En la imagen se describen los nombres de los huesos en tsotsil.

Las partes anatómicas de este capítulo pueden ser integrados de manera directa a las siguientes preguntas para valorar la presencia de dolor. Como, por ejemplo:

¿Mi k'ux a? 
¿Te duele tu – en la – en él?
¿Sientes dolor en tu/tus – en la – en él?

- Jol
- Chikin
- Ch'ut
- Pat
- Nuk'

Integración de la pregunta:

¿Mi k'ux a jol? - ¿Te duele tu cabeza?
¿Mi k'ux a chikin? - ¿Te duele tu oreja?
¿Mi k'ux a ch'ut? - ¿Te duele tu abdomen/estomago?
¿Mi k'ux a pat? - ¿Te duele tu espalda?
¿Mi k'ux a nuk? - ¿Te duele tu cuello?

Con la pregunta ¿Mi k'ux a?, se puede integrar cualquier parte del cuerpo, huesos y órganos que se requiere conocer sobre la presencia o sensación de dolor.

Las posibles respuestas de la pregunta ¿Mi k'ux a?, son la siguientes.

K'ux – duele / me duele

Ch'abal k'ux – no me duele / no tengo dolor

Ji' - si

I'i' - no

Si en dado caso no se usa la pregunta ¿Mi k'ux a? porque el usuario manifiesta de manera expresa la presencia de dolor al inicio de la valoración, él diría lo siguiente:

Enfermera/o k'ux jpat – enfermera/o me duele mi espalda.

Si fuera este el caso, nótese que se usan las marcas posesivas j, a, s y k, av, y, dependiendo del inicio de la palabra, ya sea consonante o vocal, como se abordó en el apartado de las marcas posesivas, por ejemplo:

K'ux jchikin – me duele mis orejas

K'ux jnekeb – me duele mi hombro

K'ux jch'ut – me duele mi abdomen

K'ux jbakel – me duelen mis huesos

Para valorar la intensidad del dolor que presenta el usuario se usa la siguiente pregunta:

¿K'u yepal k'ux? - ¿Cuál es la intensidad de tu dolor?

Las posibles respuestas a la pregunta anterior se correlacionan con la escala visual analógica EVA:

Ch'abal k'ux – sin dolor

Jutuk k'ux – dolor leve (0 – 2)

Ep k'ux – dolor moderado (3 – 7)

Tsots k'ux – dolor intenso (8 – 10)

Una vez valorado la intensidad del dolor, se procede a conocer el tiempo de inicio del dolor con la siguiente pregunta:

¿K'usi ora slikel li sk'uxule? - ¿Cuándo comenzó el/tu dolor?

Las respuestas a esta pregunta son las siguientes:

Nakato – hace un instante.

Naxa – hace un momento.

Ta som – en la mañana.

Ta xmal – en la tarde.

Ta ak'ubal – en la noche.

Ta sak luman – en la madrugada.

Lavie – hoy.

Volje – ayer.

Chamje – antier.

Oxej – hace tres días.

Chanib k'ak'al – hace 4 días (se usa la secuencia de numeración a partir del 4to día, y se agrega k'ak'al después del número).

Jun xemana – hace una semana (se usa la secuencia de numeración a partir del número uno y se le agrega xemana).

Jun u – hace un mes (se usa la secuencia de numeración a partir del número uno y se agrega u – mes).

Jun ja'bil – hace un año (se usa la secuencia de numeración a partir del número uno y se agrega ja'bil – año).

Una pregunta adicional a la valoración del dolor es la pregunta ¿Buy k'ux? – ¿Dónde te duele?, para que el usuario especifique la localización del dolor, teniendo como respuestas:

K'ux jol – me duele mi cabeza.

K'ux jpat – me duele mi espalda.

K'ux li'toe – aquí me duele (señalando con la mano el sitio del dolor).

IV.II Enfermedades y síntomas.

En este apartado de enfermedades se tiene poca información sobre la traducción de las enfermedades, ya que solo se conocen las más comunes, y algunos síntomas que puede llegar a presentar una persona.

Chamel – patología, enfermedad.

Jchamel – paciente.

Ipem – enfermo.

Cham – fallecer, falleció.

Anima – cadáver.

Obal – tos

Jik'ul obal – tosferina.
Sak obal – tuberculosis.
Simal – gripa
Sim nak'al – melena
Tilel – fiebre.
Tsa'nel – diarrea.
Ch'utul – diarrea.
K'ak'et – quemadura.
Xel – labio hendido, paladar hendido, labio y paladar hendido.
Ch'ambil chamel – infección de transmisión sexual.
K'ael – gonorrea.
Uch' - pediculosis.
Tup' sat – ceguera.
Tup' ik' - epilepsia.
Makel – estreñimiento.
Makel chikin – sordera, presbiacusia.
Azuka – diabetes.
Toyol presión, muyem presión – hipertensión arterial.
Me' vinik – gastritis, fosfenos, sincope.
Poslom – cancer.
K'asemal – fractura.
Jelp'ujel – luxación.
Ts'oklijel – esguince.
Sit'el – ascitis.
Sitel – edema.
K'ux chikinil – otitis media aguda.
K'ael ok – pie diabético.
Tsisnel – meteorismo.
T'inel – meteorismo.
Pumel – meteorismo.

Jup' emal – sobrepeso, obesidad.

Síntomas

Xenel – vomito.

Voviel jol – mareo

Lubemal – cansancio.

K'ux bek'talil – dolor corporal.

Votel – rozadura, dermatitis de pañal.

Eal – aftas.

Tuch'em bek'talil – cuerpo cortado.

x-ibet o' o' nil – náuseas.

Mal sim – escurrimiento nasal.

Ok' sat – lagrimeo.

Ik' - reumas.

K'ux bakelil – dolor de huesos.

K'ux ts'akav – dolor articular.

Xjumjon chikinil – acúfenos.

Me' vinik – fosfenos.

Ch'ininul – comezón.

Jak'ob ik' - alergias.

Chin – granos.

Vajbal – vajba – acné.

T'ut'al – lunares.

Sitemal – inflamación.

Tsajub – enrojecimiento.

Alpotstaj – entumecimiento.

Alub – adormecimiento (efecto sedante)

K'ux k'abil – disuria.

Jutuk k'abil – oliguria.

Ep k'abil – poliuria.
Ch'ich' k'abil – hematuria.
Taki ti'il – sed.
Yalem alal – pérdida de peso.
Muyem alal – aumento de peso.
Vayel – somnolencia (sueño, dormir).
K'un ip – debilidad.
Pojoy – pus.
Yayijemal – herida.
Ch'ich'el ni' - epistaxis.
Sak apon – caspa.
Tulel jol – tulel Tsatsal jol – caída del cabello, alopecia.
Ch'ich' tsa'nel – melena.
K'uxben chon - caries

IV.III Enfermedades de filiación cultural.

Las enfermedades de filiación cultural o patologías de filiación cultural son aquellas que se encuentran presentes principalmente en las regiones rurales y urbanas de todos los estados de la república mexicana, de igual manera en diversas partes del mundo, ya que son las surgen desde la cosmovisión de la cultura de los diversos pueblos y ciudades con habitantes indígenas o no indígenas, los cuales llegan a representar problemas serios de salud al tener manifestaciones sintomáticas en el ámbito psicosomático.

De igual manera son las patologías que se pueden presentar tanto en el cuerpo físico, en la psique y en el alma o espíritu de las personas, ya que en la cosmovisión de los pueblos mesoamericanos el hombre es un ser tripartito, con un cuerpo, una mente y un alma o espíritu.

Estas patologías son tratadas desde el punto de vista de la medicina tradicional por diversos actores, como las parteras, curanderos, pulsadores y hueseros que se encuentran en las ciudades y comunidades brindando sus servicios para el tratamiento de las patologías de filiación cultural por medio de diversas técnicas de sanación, como las limpias con huevos de gallina o con plantas medicinales como la albahaca, manzanilla, claveles y sauco.

En otras técnicas de curación y sanación se usan rituales más elaborados, ya que se usan ramas del árbol de pino, juncia, flores, copal e incienso, velas de diversos colores, gallinas y un rezo que entonan los médicos tradicionales (curanderos o parteras) para interceder por la salud de la persona enferma y recuperar con esto, su óptimo estado de salud.

Estas patologías de filiación cultural son las que se enlistan a continuación:

Xi'el – espanto, susto.

Komel ta balamil – pérdida parcial del alma y espíritu, producto de un espanto o susto.

Chonbil ta balamil – pérdida parcial del alma y espíritu por acción de un maleficio.

Ak'bil chamel – enfermedad causada por brujería.

Lot' - tsucumo en el cuello del recién nacido.

K'asemal unen – quebradura del niño.

Satil – mal de ojo.

Majbenal – recaída de una enfermedad después de un ritual de limpieza y sanación.

P’ajel – falta de afecto, desprecio espiritual.

Sikil anima – frio del muerto.

Ik’ - ik’etik – mal aire.

Laj chanul – perdida o muerte del animal guardían.

Para poder conocer cuál es la enfermedad del usuario se usa la siguiente pregunta:

¿K’usi ipemot-o? - ¿De qué estás enfermo?

Las respuestas a esta pregunta son las siguientes:

Ipemon ta 
Estoy enfermo de.
Tengo.
Presento.

- Obal
- Simal
- Tsa’nel
- T’inel
- Poslom

Por ejemplo:

Ipemon ta obal – tengo tos

Ipemon ta simal – estoy enfermo de gripa.

Ipemon ta tsa'nel – estoy enfermo de diarrea.

Ipemon ta t'inel – tengo meteorismo.

Ipemon ta Poslom – tengo cancer.

Estas expresiones que se usaron de ejemplo se pueden aplicar cuando el usuario manifieste su enfermedad y lo exprese sin que el personal de salud le pregunte sobre él.

De igual manera para conocer el tiempo de evolución de la enfermedad, se usa la siguiente pregunta:

¿k'usi ora slikel? - ¿Cuándo comenzó su enfermedad o malestar?

En las respuestas se pueden aplicar las palabras presentadas en el apartado de la pregunta de ¿K'usi ora slikel li sk'uxule?

- ¿Cuándo comenzó el/tu dolor?, en donde se abordan espacios de tiempo del día, días pasados, semanas pasadas, meses y años pasados. De igual manera para indicar el tratamiento de las enfermedades usando las raíces numerales y clasificadores de forma.

Capítulo V

Abordaje asistencial de enfermería

Figura 7.

Personal de enfermería.



Nota: Estudiantes de enfermería en el laboratorio de pediatría.

V.I Palabras de aliento y apoyo al paciente enfermo.

Estar en una situación de hospitalización a causa de alguna enfermedad, es uno de los momentos más difíciles en la vida de un usuario de los servicios de salud, ya que enfrenta situaciones de

estrés, miedo, dolor, cansancio y desgaste físico. En esta situación es imprescindible que el personal de enfermería pueda otorgar palabras de fácil articulación para alentar y fortalecer los ánimos de los pacientes.

En el caso de fatalidad y muerte, los familiares no logran manifestar de manera adecuada sus sentimientos por miedo y timidez, por ello es necesario poder darles el acompañamiento adecuado y las palabras ideales para enfrentar positivamente la situación que enfrentan.

Se enlistan a continuación palabras de ánimo y de aliento que pueden ser utilizados por el personal de enfermería en estas situaciones.

Tsotsil	Español
Mu xa xi'	No tengas miedo
Mu xa k'exav	No tengas pena/vergüenza
Mu xa kap	No te enojés/molestes
Mu xa ok'	No llores
Mu xa vat avo'on	No te preocupes
Mu xa ti'olaj	No estes triste
Ok'an	llora
Ok'an, stalel	Llora, es normal
Li'one	Aquí estoy
Li'on xchiuk vo'ot	Aquí estoy contigo
Yech li kuxlejale	La vida es así
Junuk avo'on	Se feliz, trata de ser feliz
Tsotsuk avo'on	Se fuerte
Patetuk avo'on	Ten esperanza, ten fe
Ma'uk atuk	No estás solo/a

Ma'uk atuk, li'one	No estás solo/a, aquí estoy
Muk'etuk avo'on	Animo
Xu' avu'un	Tú puedes
K'ubanome aba	encomiéndate a tu ser superior.

Cada una de las palabras que se enlistan pueden ser utilizadas en oraciones más elaboradas sin la necesidad de utilizar conectores, ya que el diseño de cada expresión permite unir dos o más palabras sin que pierda el sentido de la oración, por ejemplo:

Mu xa xi, li'one – no tengas miedo, aquí estoy.

Mu xa ti'olaj, li'on xchiuk vo'ot – no estés triste, aquí estoy contigo.

Mu xa ok, tsotsuk avo'on, li'one – no llores, se fuerte, aquí estoy.

Estas mismas expresiones enlistadas en el cuadro se pueden aplicar y utilizar para los familiares o acompañantes del paciente enfermo, y se agregan los pluralizadores **ik - xuk** en las palabras que si se pueden implementar.

Tsotsil	Español
Mu xa xi'ik	No tengan miedo
Mu xa k'exavik	No tengan pena/vergüenza
Mu xa kapik	No se enojen/molesten
Mu xa ok'ik	No lloren
Mu xa vat avo'onik	No se preocupen
Mu xa ti'olajik	No estén tristes
Ok'anik	lloren
Ok'anik, stalel	Lloren, es normal

Li'one	Aquí estoy
Li'on xchiuk vo'oxuk	Aquí estoy con ustedes
Yech li kuxlejale	La vida es así
Junuk avo'onik	Sean felices, traten de ser felices
Tsotsuk avo'onik	Sean fuertes
Patetuk avo'onik	Tengan esperanza, tengan fe
Ma'uk atukik	No están solos/as
Ma'uk atukik, li'one	No están solos/as, aquí estoy
Muk'etuk avo'onik	Ánimos
Xu' avu'unik	Ustedes pueden
K'ubanome abaik	Encomiéndense a su ser superior

En el caso de que el propio usuario manifieste sus estados de ánimo, las palabras serían de la siguiente manera.

Tsotsil	Español
Chi xi'	Tengo miedo
Chi k'exav	Tengo pena/vergüenza
Kapemon	Estoy enojado/a – molesto/a
Chi ok' - chak ok'ikon	Estoy llorando – quiero llorar
Chkat ko'on	Estoy preocupado
Chi ti'olaj	Estoy triste
Jtukon	Estoy solo
Jtukon chka'i	Me siento solo
Xchi'bet ko'on	Me siento indeciso – estoy indeciso
Jun ko'on	Soy feliz, estoy feliz
Tsots ko'on	Soy fuerte
Xpatet ko'on	Tengo esperanza, tengo fe

Xu' ku'un	Puedo, yo puedo
Jk'ubanoj jba	Me he encomendado a un ser superior

V.II Toma de signos vitales.

Una de las actividades primordiales del personal de enfermería es la valoración de los signos vitales, ya que de esto se obtiene información crucial del estado físico y fisiológico de los pacientes. Es importante poder generar una buena comunicación con los pacientes para poder interactuar en este momento de valoración, y que se le puedan otorgar indicaciones para el mejor actual del personal.

A continuación, se presentan las indicaciones generales para cada uno de los apartados siguientes:

Presión arterial – **presión**

Enfermero/a:

Mi li'ote, totik Manuel ta jk'el a presión – buenos días, señor Manuel voy a tomar su presión.

Abolajan puch'lan – por favor acuéstese (posición decúbito supino).

Abolajan chotlan – por favor siéntate.

Jolo muyel sk'ob ak'u – suba su manga.

Lok'o la pimil k'ue – quítate tu abrigo.

Paciente:

Lek enfermera/o – si claro enfermero/a, está bien enfermero/a.

Enfermera/o

Ta jlapbot li brazalettee – voy a colocarte el brazalete.

Mu xa bak' - no te vayas a mover.

Lajxa – terminamos.

Paciente:

¿K'u x-elán i lok' li jpresione? – ¿Cómo salió mi presión?.

Enfermera/o

Lek la presione – su presión es normal.

Yalem la presione – su presión es baja (hipotensión)

Muyem la presione – su presión esta alta (hipertensión)

120/80 mmHg la presione – su presión es de 120/80 mmHg.

Temperatura – k'ixnal

Enfermero/a:

Mi li'ote, totik Manuel ta jk'el a k'ixnal – buenos días, señor Manuel voy a tomar su temperatura.

Abolajan puch'lan – por favor acuéstese (posición decúbito supino).

Abolajan chotlan – por favor siéntate.

Ta xkak'bot jun termómetro ta alots'op – voy a colocar un termómetro en tu axila.

Iko jlikeluk – sujétalo por un momento.

Paciente:

Lek enfermera/o – si claro enfermero/a, está bien enfermero/a.

Enfermera/o

Lajxa – terminamos.

Paciente:

¿K'u x-elán i lok' li jk'ixnale? – ¿Cómo salió mi temperatura?

Enfermera/o

Lek la k'ixnale – su temperatura es normal.

Sikot – su temperatura es baja (hipotermia)

Tilemot – su temperatura es alta (fiebre)

36.5°C la k'ixnale – su temperatura es de 36.5°C.

Frecuencia cardiaca – **yip o'onil**

Enfermero/a:

Mi li'ote, totik Manuel ta jk'el yip avo'on – buenos días, señor Manuel voy a tomar su frecuencia cardiaca.

Abolajan puch'lan – por favor acuéstese (posición decúbito supino).

Abolajan chotlan – por favor siéntate.

Jamo sti' avo'one – descubra un poco su pecho.

Paciente:

Lek enfermera/o – si claro enfermero/a, está bien enfermero/a.

Enfermera/o

Ta jnap'an li j-estetoscopioe – voy a colocar el estetoscopio.

Mu xa bak' - no te vayas a mover.

Lajxa – terminamos.

Paciente:

¿K'u x-elani lok' li yip ko'one? – ¿Cómo salió mi frecuencia cardíaca?

Enfermera/o

Lek li yip la vo'one – su frecuencia cardíaca es normal.

Yalem li yip la vo'one – su frecuencia cardíaca es baja (bradicardia)

Muyem li yip la vo'one – su frecuencia cardíaca esta alta (taquicardia)

80 yip la vo'one – su frecuencia cardíaca es de 80 latidos por minuto.

V.III Exploración y valoración: palpación, auscultación y percusión.

Figura 8.

Exploración y valoración de paciente pediátrico.



Nota: Imagen alusiva a la auscultación cardiaca.

La obtención de datos del paciente es un elemento fundamental para poder tomar decisiones con respecto al cuidado y dirección de las actividades asistenciales que el personal de enfermería planea y ejecuta en beneficio de los usuarios. En este apartado se plasman las indicaciones y la forma de poder estructurar las indicaciones y las oraciones para la interacción enfermero/a – paciente.

V.III.I Palpación – jaxel

Palpar – jax

Buenos días, señora Verónica -

Voy a palpar su/sus/el/la/los/las/tu/tus – ta jax a

Ta jax a

Colocar en este apartado la o las partes del cuerpo que van a palpar.

En este apartado van a colocar la construcción de las indicaciones de la palpación, por ejemplo:

Ta jax a ch'ut – voy a palpar su abdomen.

V.III.II Auscultación – a' iyej

Auscultar – xka' i

Buenos días, señora Verónica -

Voy a auscultar su/sus/el/las/los/tu/tus – ta xka' i a

Ta xka' i a

Colocar en este apartado la o las partes del cuerpo u órganos que se van a auscultar.

En este apartado van a colocar la construcción de la indicación de la auscultación de las partes del cuerpo, por ejemplo:

Ta xka' i a Putsuts - voy a auscultar sus pulmones.

V.III.III Percusión – t´isel

Percutir – jt´is
Buenos días, señora Verónica -

Voy a percutir su/sus/el/las/los/tu/tus – ta jt´is a

Ta jt´is a

Colocar en este apartado la o las partes del cuerpo u órganos que se van a percutir.

En este apartado van a colocar la construcción de la indicación de la percusión de las partes del cuerpo, por ejemplo:

Ta jt´is a ch´ut – voy a percutir tu abdomen.

V.IV Somatometría – p'isel bek'talil

La cuantificación de los valores de medición del cuerpo humano es de vital importancia para conocer su desarrollo físico y ganancia ponderal conforme al ciclo vital de las personas. En este apartado se hará mención del peso y talla, así como las indicaciones para su medición.

V.IV.I Peso – alal

Abordaje inicial.

Enfermera/o:

¿k'u yepal a valal? - ¿Cuál es tu peso – Cuánto pesas?

Paciente:

50 kilo kalal – peso 50 kilogramos.

Mu jna' - no sé.

Medición del peso – sp'isel alal.

Enfermero/a.

Ta jp'is a valal – voy a medir tu peso.

Abolajan lok' o la pimil k' utake – por favor quítate tu abrigo, suéter, reboso.

Xokomtasolaxa la vorxae – vacía tus bolsillos.

Lok' o la xonobe – quítate tu calzado.

Muyan ta basculae i k' elontal – sube a la báscula y mira hacia enfrente.

Xu' xa xa yal – ya puedes bajar.

Paciente:

Lek enfemera/o - si claro enfermero/a, está bien enfermero/a.

¿k' u yepal li kalale? - ¿Cuánto peso – cual es mi peso?

Enfermera/o

Lek la valale – tu peso es normal.

Muyem la valale – tu peso es alto (sobrepeso).

Ep muyem la valale – tu peso es muy alto (obesidad).

Ep ta-jmoj muyem la valale – tu peso es muy alto (obesidad mórbida).

Yalem la valale – tu peso es bajo (bajo peso).

Ep yalem la valale – tu peso es muy bajo (delgadez moderada).

Ep ta-jmoj yalem la valale – tu peso es extremadamente bajo (delgadez severa).

80 kilo la valale – pesas 80 kilogramos.

Paciente:

Kolaval enfermera/o – gracias enfermera/o

V.IV.II Talla – natil

Abordaje inicial.

Enfermera/o:

¿k'u yepal a natil? - ¿Cuál es tu talla – cuanto mides?

Paciente:

1.65 metros jnatil – mido 1.65 metros.

Mu jna' - no sé.

Medición de la talla – sp'isel natil.

Enfermero/a.

Ta jp'is a natil – voy a tomar tu talla.

Muyan ta basculae i k'elontal – sube a la báscula y mira hacia enfrente.

Xu'xa xa yal – puedes bajar.

Paciente:

Lek enfemera/o - si claro enfermero/a, está bien enfermero/a.
¿k'u yepal li jnatile? - ¿Cuánto mido – cual es mi talla?

Enfermera/o

Lek la natile – tu talla es normal.
Natot – eres alto.
Komkomot – eres bajo.
1.56 metros la natile – mides 1.65 metros.

Paciente:

Kolaval enfermera/o – gracias enfermera/o

V.V Control prenatal – Sk'elel j-alnom.

El control prenatal es uno de los momentos más importantes e imprescindibles para la salud materna fetal, ya que permite llevar de manera puntual el desarrollo embrionario y fetal del nuevo ser que se encuentra en formación en el lecho uterino, y que a la par, nos proporciona el estado de salud de la mujer gestante en el transcurso de los tres trimestres de embarazo, así

como la identificación de los factores de riesgo que pudiera comprometer la diada materno fetal.

En este apartado se plasman las preguntas y conversaciones que se pueden aplicar para la atención del control prenatal.

Vocabulario básico.

Ol – hijo.

J-alnom – mujer embarazada.

Unen – bebé.

Chamel – menstruación.

Ch'amal – hijos del hombre.

Vole – hijos de la mujer.

Lok'el ch'ich' - sangrado transvaginal.

Preguntas generales.

¿K'usi a bi? - ¿Cómo te llamas?

Ja' jbi – me llamo, mi nombre es.

¿Buy likemot talel? - ¿De dónde eres?

Likemon talel ta – soy de, vengo de.

¿Jayib a ja'bilal? - ¿Cuántos años tienes?

25 ja'bilal – tengo 25 años.

¿Mi oyxa avol? - ¿Estás embarazada?

Oy – si
Ch'abal – no
Ch'abalto – aun no
Mu jna' - no sé.

¿Jayib yual la vole? - ¿Cuántos meses de gestación tienes?

Jun u – 1 mes.
Chib u – 2 meses.
Oxib u – 3 meses.
Chanib u – 4 meses.
Vo'ob u – 5 meses.
Vakib u – 6 meses.
Vukub u – 7 meses.
Vaxakib u – 8 meses.
Baluneb u – 9 meses.
Mu jna' - no sé.

¿k'usi ora li slajeb avil achamele? - ¿Cuál es la fecha de tu ultima menstruación?

Ta 5 de febrero – el 5 de febrero.
Mu jna' - no sé.
Ch'ayemxa xka'i – ya no me acuerdo.

¿Jay koj aviloj avol? - ¿Cuántos embarazos has tenido?

Jun – uno.
Chib – dos.
Oxib – tres.
Chanib – cuatro.

¿Jay koj tuk' ayanem avol? - ¿Cuántos partos has tenido?

Jun – uno.

Chib – dos.

Oxib – tres.

Chanib – cuatro.

¿Jay koj avich'oj cesarea? - ¿Cuántas cesáreas has tenido?

Jun – uno.

Chib – dos.

Oxib – tres.

Chanib – cuatro.

¿Mi oy yalem avol? - ¿Cuántos abortos has tenido?

Jun – uno.

Chib – dos.

Oxib – tres.

Chanib – cuatro.

Identificación de datos de alarma.

Preguntas que puede realizar el personal de enfermería.

¿Mi oy xjimet ajol? - ¿Has tenido mareos?

¿Mi oy cha xen? - ¿Has tenido vómitos?

¿Mi oy ataoj ch'utul? - ¿Has tenido diarreas?

¿Mi oy Xjumjon achikin? - ¿Has tenido acufenos? (zumbidos en sus oídos).

¿Mi oy xnop'non asat? - ¿Has tenido fosfenos? (lucecitas en sus ojos).

¿Mi oy chk'uxub ajol? - ¿Has tenido dolores de cabeza?
¿Mi oy chlok' ch'ich ta ak'unil? - ¿Has tenido sangrado transvaginal?
¿Mi oy chlok' ya'lel ta ak'unil? - ¿Has tenido salida de líquido transvaginal?
¿Mi ta sit avok? - ¿Has tenido edema de miembros inferiores?
¿Mi ta sit ak'ob? - ¿Has tenido edema de miembros superiores?
¿Mi ta sit asat? - ¿Has tenido edema en tu cara?
¿Mi oy x-ibet avo'on? - ¿Has tenido náuseas?

Respuesta del paciente.

Oy – si
Ch'abal – no

Personal de enfermería.

¿K'usi ora slikel? - ¿Cuándo comenzó?

En el caso de la respuesta a esta pregunta con respecto a los días o meses en que se está presentando el malestar, puede consultar el capítulo donde se abordan las partes del cuerpo y la escala de dolor.

Si el propio paciente manifiesta de manera expresa la presencia de alguno de los datos de alarma enlistados anteriormente, su estructura es la siguiente:

Xjimet jol – tengo mareos.

Xenemon – tengo vómitos.
Chi xen – quiero vomitar.
Jtaoj ch'utul – he tenido diarrea.
Xjumjon jchikin – tengo acufenos.
Xnop'non jsat – tengo fosfenos.
K'ux jol – me duele la cabeza.
Chk'uxub jol – he tenido dolores de cabeza.
Chlok' ch'ich ta jk'unil – tengo sangrado transvaginal.
Chlok' ya'lel li jk'unile – tengo salida de líquido transvaginal.
Ta sit kok – tengo edema de miembros inferiores.
Ta sit jk'ob – tengo edema de miembros superiores.
Ta sit jsat? – tengo edema en mi cara.
X-ibet ko'on – tengo nauseas.

Indicaciones en el trabajo de parto.

Jupan-aba – puja.
Jupano-aba – comienza a pujar.
Jupanoxa-aba – puja en este momento, ya puedes pujar.
Jupanoto-aba – sigue pujando.
Tsots xa jupan-aba – puja fuerte.
Muto xa jupan-aba – aun no pujes.
Ich'o ik' - respira.
Ich'o ep ik' - respira profundo.
Jamo la voktake – separa tus piernas.
Ayanxa la vole – ya nació tu bebé.

Indicaciones a la madre para el cuidado de su bebé.

Chu'untaso la vole – amamanta a tu bebé.

K'echo la vole – abriga a tu bebé, arropa a tu bebé, abraza a tu bebé.

Ch'ipo la vole – arrulla a tu bebé.

Majbo spat – sácale el aire (dale golpecitos en la espalda después de cada tetada).

Lapbo sk'u – ponle su ropa.

Jelbo sk'u – cambia su ropa.

Jelbo spañal – cambia su pañal.

Lapbo spañal – ponle su pañal.

Mu xa vak'be presko – no le des refrescos.

Nakanox ya'lel a chu' Vakib u – dale lactancia materna exclusiva por 6 meses.

Ya'lel chu' - leche materna.

Capítulo VI

Atención general de los usuarios de los servicios de salud

VI.I Planificación familiar

La planificación familiar es uno de los temas de relevancia en la orientación y promoción de métodos anticonceptivos con información clara, oportuna y veraz para una correcta toma de decisiones del número de hijos a tener, y la elección de un método de planificación acorde a las necesidades individuales de cada pareja. Es por ello que este apartado aborda las indicaciones y las traducciones de los métodos al idioma tsotsil para una mejor comprensión y entendimiento de los usuarios monolingües.

Métodos anticonceptivos – Smakobil unen / Smakobil lolol.

Vocabulario básico.

Vinik – hombre.

Ants – mujer.

Krem – joven.

Tseb – señorita.

Kombail – relaciones sexuales (esta palabra es muy pudorosa y se usa únicamente de manera íntima para las parejas y no se recomienda usar o aplicar en pláticas, conversaciones y entrevistas. Hace referencia a las relaciones sexuales de cualquier género y preferencia sexual).

Xchi'nel ants – relaciones sexuales (se aplica para hombres, por ejemplo: ¿mi oyxa a chi'inoj ants? - ¿has tenido relaciones sexuales?).

Xchi'nel vinik – relaciones sexuales (se aplica para mujeres, por ejemplo: ¿mi oyxa a chi'inoj vinik? - ¿has tenido relaciones sexuales?).

Spixobil /sut'obil – condón.

Smakobil unen ta julbil - Hormonales inyectables.

Smakobil unen ta julbil ta jun u - Hormonales inyectables mensuales.

Smakobil unen ta julbil ta chib u – hormonales inyectables bimensuales.

Smakobil unen ta julbil ta oxib u – hormonales inyectables trimestrales.

Smakobil unen ta pak'bil – parches anticonceptivos.

Smakobil unen ta tik'bil – Dispositivo intrauterino.

Smakobil unen ta bik'bil – píldoras anticonceptivas.

Smakobil unen ta tik'bil ta yut nukulal – implante subdérmico.

En el caso de las consultas de orientación e información se pueden aplicar las siguientes conversaciones.

Usuarios:

Ta jk'an ta jmak kolkotik – queremos planificar nuestra familia.
Ta jk'an ta jtuneskotik smakobil unen – queremos usar un método de planificación familiar.

¿K'usi jtosukal stak' jtuneskotik? – ¿Qué método podemos usar?

Enfermera (en singular y plural).

Lek, chotlanik – si claro, tomen asiento.

Lek, chotlan – si claro, toma asiento.

¿K'usi a bi'ik? - ¿Cómo se llaman?

¿K'usi a bi? - ¿Cómo te llamas?

¿Jayib a ja'bilalik? - ¿Cuántos años tienen?

¿Jayib a ja'bilal? - ¿Cuántos años tienes?

¿Mi oyxa a volik? - ¿Tienen hijos?

¿Mi oyxa a vol? - ¿Tiene hijos? (pregunta para mujeres).

¿Mi oyxa a ch'amal? - ¿Tiene hijos? (pregunta para hombres).

¿Mi oyxa a tunesojik smakobil unen? - ¿Han usado algún método anticonceptivo? (oyxa – ya hemos usado, ch'abalto – aun no).

¿Mi oyxa a tunesoj smakobil unen? - ¿Has usado algún método anticonceptivo?

Para hacer la recomendación de algún método anticonceptivo se puede estructurar de la siguiente manera.

Xu' xa tunes.

Puedes usar.

Xu' xa tunesik.

Pueden usar.

Spixobil /sut'obil – condón.

Smakobil unen ta julbil - Hormonales
inyectables.

Smakobil unen ta julbil ta jun u - Hor-
monales inyectables mensuales.

Smakobil unen ta julbil ta chib u –
hormonales inyectables bimensuales.

Por ejemplo:

Singular.

Xu' xa tunes spixobil – puedes usar condones.

Xu' xa tunes smakobil unen ta julbil ta jun u – puedes usar hor-
monales inyectables mensuales.

Xu' xa tunes smakobil unen ta julbil ta chib u – puedes usar hor-
monales inyectables bimensuales.

Plural.

Xu' xa tunesik spixobil – pueden usar condones.

Xu' xa tunesik smakobil unen ta julbil ta jun u – pueden usar hormonales inyectables mensuales.

Xu' xa tunesik smakobil unen ta julbil ta chib u – pueden usar hormonales inyectables bimensuales.

Actividad: Realiza la construcción de las oraciones en singular y plural de los métodos anticonceptivos que hacen falta, tomando en cuenta los ejemplos anteriores.



VI.II Instalación de venoclisis.

Una de las técnicas mas usadas y ejecutadas por el personal de enfermería, es la instalación de accesos vasculares periféricos por

medio de catéteres cortos para suministrar líquidos y medicamentos a los usuarios que se encuentran hospitalizados o reciben algún tratamiento de manera ambulatoria.

Es necesario tener una buena comunicación con los usuarios monolingües para obtener de ellos el seguimiento a las indicaciones y recomendaciones previos a la instalación de un catéter, de igual manera que puedan conservarlo en las mejores condiciones posibles para evitar múltiples punciones.

Se plantean las siguientes líneas de conversaciones posibles para realizar la instalación del catéter venoso periférico:

Enfermero/a:

- Mi li'ote, ta jul sbe a ch'ich'el xchiuk jun catéter – buenos días voy a instalarte un catéter en la vena.
- Abolajan mu xa nit la k'obe – por favor no vayas a jalar tu mano.
- Ta jchuk jlikeluk la k'obe – voy a colocarte un torniquete.
- Mu xa xi' - no tengas miedo.
- Mu xa bak'es la k'obe yu'un ta xbots' li catetere – no vayas a mover tu mano ya que puede desinstalarse el catéter.

Paciente:

- Lek enfermera – está bien enfermera.

- ¿Mi k'ux? - ¿duele? ¿va a doler? / k'ux jutuk – duele un poco.
- Kolaval – gracias.

VI.III Ministración de medicamentos – yak'el poxil.

Figura 9.

Preparación de medicamentos.



Nota: Apreciación de estudiantes realizando prácticas clínicas para el manejo y preparación de medicamentos.

Parte de las actividades asistenciales del personal de enfermería es el seguimiento del tratamiento medicamentoso de los usuarios

hospitalizados, en donde es necesario la ministración de los fármacos en diversas vías, entre las mas comunes son por la vía oral, intravenosa e intramuscular. Esto implica otorgarles información de manera previa para que tengan conocimiento de lo que se les aplica y sean partícipes de sus cuidados.

Vía oral – ta eal.

Enfermera:

- Ta xkak'bot a poxil ta bik'bil – voy a darte tu medicamento por vía oral.
- Bik'o la poxe xchiuk jutuk vo' – toma tu medicamento con un poco de agua.

Vía intravenosa – ta be ch'ich'.

Enfermera:

- Ta xkak'bot a poxil ta sbe a ch'ich'el – voy a aplicarte tu medicamento por vía intravenosa.
- Xa val mi k'uxe – me dices si te duele.
- Xa val mi ta xchik'vane – me dices si sientes ardor.
- Xa val mi chak xenane – me dices si tienes la sensación de vomitar.
- Xa val mi chvovi ajole – me dices si tienes mareo.

Paciente:

- K'ux – me duele.
- Chak xenikon – quiero vomitar.
- Ta xchik'van – siento ardor.
- Chvovi jol / xvovet jol – me siento mareado.

Vía intramuscular – ta julbil.

- Ta xkak'bot a poxil ta julbil – voy a aplicarte tu medicamento por vía intramuscular.
- Patlan ta teme – acuéstate en la cama en posición decúbito ventral /acuéstate en la cama boca abajo.
- Yaleso jutuk la tseke – bájate un poco la falda / nagua.
- Yaleso jutuk la vexe – bájate un poco tu pantalón.
- Mu xa k'exav – no tengas pena.
- Muyeso li sk'ob a k'ue – sube un poco tu manga.
- Mu xa tsinan la bek'tale – relájate, no tenses tus músculos.

VI.IV Curación de heridas – spokel yayijemal.

La curación de heridas es una técnica que requiere de medidas higiénicas para su manejo y atención, se utilizan insumos estériles como en el caso de las gasas y antisépticos para su adecuada limpieza y desinfección, aunado a esto, la habilidad y conocimiento científico del enfermero/a para no contaminar la región

de la herida y con esto generar una infección que pudiera prolongar el tiempo de cicatrización de esta.

La participación del paciente es necesaria ya que tendrá que replicar la técnica de curación de heridas en su domicilio cuando este sea dado de alta de la unidad de salud. Se describe a continuación el abordaje en tsotsil de esta técnica.

Enfermera:

- Ta jpok la yayijemale – voy a realizar la curación de tu herida.
- Abolajan puch'lan – por favor colócate en posición decúbito dorsal / por favor acuéstate boca arriba.
- Abolajan Patlan – por favor colócate en posición decúbito ventral / por favor acuéstate boca abajo.
- Ta jlok'es la vendae – retiraré tu vendaje.
- Ta jlok'es la gasae – retiraré las gasas.
- Ta jpok jk'ob i ta jlap jguante – voy a realizar mi lavado de manos y me calzaré mis guantes.
- Ta jtambe spokel la yayijemale – comenzaré a curar tu herida.
- Xa val mi k'uxe – me dices si te duele.
- Chlok'xa spojoval – tiene salida de pus.
- Chtuibxa – comienza a tener un olor fétido.
- Lajxa jpok, ta jmak komel ta gasa xchiuk venda – terminé de realizar la curación, lo dejaré cubierto con gasas y un vendaje.

VI.V Tendido de cama – sk'iel tem.

El ambiente terapéutico que otorga el tendido de cama abierta o cerrada de los pacientes es imprescindible para la mejora de las condiciones de salud, ya que otorga confort y disminución de los factores de riesgo de las úlceras por presión en las zonas con prominencias óseas de la anatomía del paciente.

Algunas de las indicaciones que se requieren otorgar para la ejecución de esta técnica, son las siguientes.

Enfermera:

- Ta jk'i a tem – voy a realizar el tendido de cama.
- Abolajan yalan jlikeluk ta a teme – por favor baja un momento de tu cama.
- Chotlan – toma asiento.
- Xu' xa xa muy ta a tem – ya puedes subir a tu cama.

Paciente:

- Lek enfermera – está bien enfermera.
- Ak'bon jlikuk chij – puedes darme otro cobertor / puedes darme otra sabana.
- Kolaval – gracias.

VI.VI Posiciones corporales – elavtak

El manejo del paciente hospitalizado requiere de la aplicación de posiciones anatómicas para mejorar el confort o para poder realizar actividades asistenciales de manera oportuna durante la estancia en la unidad. Las indicaciones necesarias para poder indicar al paciente las posiciones anatómicas que debe adoptar o que el personal de enfermería requiera para el cuidado general del mismo se pueden realizar desde el tsotsil, de una manera practica y sencilla usando las siguientes indicaciones y traducciones del nombre técnico de cada posición anatómica.

Decúbito dorsal – puch’ul.

Figura 10.

Posición decúbito dorsal.



Nota: Apreciación de la posición decúbito dorsal en una cama hospitalaria.

Indicación:

- Puch'lan – colócate en posición decúbito dorsal / acuéstate boca arriba.
- Abolajan puch'lan – por favor colócate en posición decúbito dorsal / por favor acuéstate boca arriba.
- Puch'lanxa – ya colócate en posición decúbito dorsal / ya acuéstate boca arriba.

Decúbito ventral – patal.

Figura 11.

Posición decúbito ventral.



Nota: Apreciación de la posición decúbito ventral en una cama hospitalaria.

Indicación:

- Patlan – colócate en posición decúbito ventral / acuéstate boca abajo.
- Abolajan Patlan – por favor colócate en posición decúbito ventral / por favor acuéstate boca abajo.
- Patlanxa – ya colócate en posición decúbito ventral / ya acuéstate boca abajo.

Decúbito lateral – ts'eel.

Figura 12.

Posición decúbito lateral.



Nota: Apreciación de la posición decúbito lateral en una cama hospitalaria.

Indicación:

- Ts'elan – colócate en posición decúbito lateral – acuéstate de lado.
- Abolajan ts'elan – por favor colócate en posición decúbito lateral – por favor acuéstate de lado.
- Ts'elanxa – ya colócate en posición decúbito lateral / ya acuéstate de lado.
- Ts'elantal – colócate en posición decúbito lateral derecho / acuéstate del lado derecho.
- Ts'elan ech'el – colócate en posición decúbito lateral izquierdo / acuéstate del lado izquierdo.

VI.VII Sondaje vesical.

Brindar continuación anatómica de la uretra por medio de una sonda es necesario cuando el paciente no puede realizar por su cuenta la eliminación urinaria, o en su caso, en procedimientos quirúrgicos, hospitalización, recolección de muestras y necesidades específicas en su atención clínica.

Contar con el mismo canal idiomático permite que este proceso pueda llevar de la mejor manera, obteniendo del paciente la cooperación necesaria para la ejecución de esta técnica.

Instalación de sonda vesical

Indicaciones:

- Abolajan puch'lan i levlan – por favor acuéstate y colócate en posición ginecológica / por favor acuéstate, flexiona y separa tus piernas.
- Mu xa k'exav – no tengas pena.
- Ta jtik' jun sonda ta sbe ak'ab – voy a introducir una sonda en tu uretra.
- Mu xa bak' - no te muevas.
- Lajxa – terminamos.
- Ta jpak' ta avo' li sondae – voy a dejar pegada la fijación de tu sonda en la cara superior de tu pierna / en la cara interna de tu pierna.

VI.VIII Atención del paciente hospitalizado con enfoque en las necesidades de alimentación y eliminación

El abordaje de las necesidades de alimentación y eliminación del paciente hospitalizado monolingüe es de vital importancia, para poder entablar una comunicación adecuada al otorgar indicaciones con respecto a la dieta, su consumo y cuantificación para los registros clínicos de enfermería, de igual manera en el caso de la eliminación urinaria y fecal para poder determinar y valorar estas funciones fisiológicas, dando seguimiento en las notas de en-

fermería en el control de ingresos y egresos del paciente, determinando con esto una atención integral desde el mismo canal idiomático.

Las siguientes secuencias de traducciones pueden ser aplicadas con los pacientes en su estancia de los servicios de hospitalización, generando un ambiente de confianza en la aplicación de los cuidados generales de enfermería.

Alimentación – ve´el / armosal

Vocabulario básico:

- Ve´lil – comida /dieta.
- Uch´bol – bebida.
- Ul – atole.
- Vo´ - agua.
- Vaj – tortillas.
- Kaxlan – pollo.
- Bek´et – carne de res.
- Itaj – verduras.
- Lobol – frutas.
- Taki ti´il – sed.
- Vi´nal – hambre.
- Ats´am – sal.
- Kaxlan vaj – pan / pan integral / pan blanco / pan tostado.
- K´oxox – tostada.
- Boch – platos / vaso.
- Gelatinae – gelatina.
- Asuka – azúcar.

Expresiones del paciente:

- Chi vi'naj – tengo hambre.
- Chak' taki ti'il – tengo sed.
- Chak ve'ikon – quiero comer.
- Chi ve' - voy a comer.
- Li ve' - comí.
- Ta jlajes – me lo voy a comer / lo voy a comer.
- Ta jk'an yan – quiero otro poco / quiero más.
- Mu xa jk'an – ya no quiero.
- Chi vi'najto – sigo con hambre.
- Chak'to taki ti'il – sigo con sed.
- Mu jk'an – no quiero.
- Mu jk'an jlajes – no lo quiero comer.
- Mu jk'an chkuch' - no lo quiero tomar.
- Mu – rico / delicioso.
- Ch'abal mu – no está rico.
- Sik laman – insipido / sin sabor.
- Sik li ve'lile – la comida está fría.
- Amal k'ok' li ve'lile – la comida está muy caliente.
- Kolaval – gracias.

Indicaciones del personal de enfermería:

- Ts'ik ch'ut – ayuno.
- Cha ts'ik ach'ut – estás en ayuno.
- Ve'an – come.
- Ve'anxa – come ya.
- Uch'an – bebe / tómalo.
- ¿Mi la ve'? - ¿Comiste?

- ¿A lajes Skotol? - ¿Comiste todo?
- ¿A vuch' Skotol? - ¿Tomaste todo?
- Lajeso la ve'ele – come tus alimentos.
- Uch'o la va'ale – toma tu agua.
- Uch'an la va'ale – toma tu agua.
- Uch'o la vule – toma tu atole.
- Uch'an la vule – toma tu atole.
- Lajeso skotol – come todo.

Eliminación urinaria – k'abnel.

Vocabulario básico:

- K'ab – orina.
- K'abil – orina.
- K'abin – orinar.
- K'ux k'ab – disuria.
- Ch'ich' k'ab – hematuria.
- Vok k'ab – proteinuria.
- Jutuk k'ab – oliguria.
- Epal k'ab – poliuria.
- Ik'al k'ab – coluria.
- K'on k'ab – orina color ambar.
- K'amtasba – orinarse.

Expresiones del paciente:

- Chak k'abinkon – quiero orinar.
- Ijk'amtajba – me oriné.

- Chi k'abin – voy a orinar.
- Mu stak' xi k'abin – no puedo orinar.
- Chi bat ta k'abnel – voy al baño a orinar.

Indicaciones del personal de enfermería.

- K'abinan – orina (indicación).
- Xu' xa bat ta k'abnel – puedes ir a orinar al baño.
- K'abinan ta comodoe – puedes orinar en el cómodo.

Preguntas del personal de enfermería.

¿Mi chak k'abinan? - ¿Quieres orinar? / ¿Tienes ganas de orinar?

Ji' - si i' i' - no

¿Mi la k'abin? - ¿Orinaste?

Ji' - si i' i' - no

Cuantificación del gasto urinario por turno.

¿Mi la k'abin ta som? - ¿Orinaste en la mañana?

¿Mi la k'abin ta xmal? - ¿Orinaste en la tarde?

¿Mi la k'abin ta ak'ubal? - ¿Orinaste en la noche?

¿Mi la k'abin ta sak luman? - ¿Orinaste en la madrugada?

Ji' - si i' i' - no

¿Jay koj? - ¿Cuántas veces?

Jkoj – una vez.

Cha'koj – dos veces.

Oxkoj – tres veces.

Chankoj – cuatro veces.

Vo'koj – cinco veces.

¿K'u yepal? – ¿Qué cantidad?

Ep – mucho.

Jutuk – poco.

Ch'abal – nada.

¿K'usi sbonol? - ¿Cuál es su coloración?

Sak – blanco – transparente.

K'on – amarillo / ambar.

Tsoj – rojo.

Ik' - negro / café.

Eliminación fecal – tsa'nel / paxial.

Vocabulario básico:

- Tso' - heces, popó.
- Tsa'an – defecar.
- Paxial – defecar.
- Ch'utul – diarrea.
- Tsa'nel – diarrea.
- Tsa'nel – eliminación fecal.
- Makel – estreñimiento.
- Mak – se estriñó.

- Ch'ich' tso' - melena.
- Lukum – parasitosis / taenia solium.

Expresiones del paciente.

- Chak tsa'nikon – quiero defecar.
- Chak' paxial – quiero defecar.
- Chi tsa'an – voy a defecar.
- Chi paxiaj – voy a defecar.
- Ta jk'an papel/skusobil – quiero papel higiénico.
- Li mak – me estreñí.
- Makemon – estoy estreñado.
- Mu stak' xi tsa'an / paxiaj – no puedo defecar.
- I jtsa'ta-jba – me hice popó.
- Chi bat ta paxial – voy a ir a defecar al baño.
- Chi bat ta tsa'nel – voy a ir a defecar al baño.

Indicaciones del personal de enfermería.

- Tsa'anan – defeca.
- Paxiajan – defeca.
- Xu' xa bat ta tsa'nel / paxial – puedes ir a defecar al baño.
- Tsa'anan / paxiajan ta comodoe – puedes defecar en el cómodo.

Preguntas del personal de enfermería.

¿Mi chak tsa'anan / paxiajan? - ¿Quieres defecar? / ¿Tienes ganas de defecar?

Ji' - si i' i' - no

¿Mi la tsa'an / paxiaj? - ¿Defecaste?

Ji' - si i' i' - no

Cuantificación de la eliminación fecal por turno.

¿Mi la tsa'an / paxiaj ta som? - ¿Defecaste en la mañana?

¿Mi la tsa'an / paxiaj ta xmal? - ¿Defecaste en la tarde?

¿Mi la tsa'an / paxiaj ta ak'ubal? - ¿Defecaste en la noche?

¿Mi la tsa'an / paxiaj ta sak luman? - ¿Defecaste en la madrugada?

Ji' - si i' i' - no

¿Jay koj? - ¿Cuántas veces?

Jkoj – una vez.

Cha'koj – dos veces.

Oxkoj – tres veces.

Chankoj – cuatro veces.

Vo'koj – cinco veces.

¿K'u yepal? – ¿Qué cantidad?

Ep – mucho.

Jutuk – poco.

Ch'abal – nada.

¿K'usi sbonol? - ¿Cuál es su coloración?

Sak – blanco.

K'on – amarillo.

Tsoj – rojo.

Ik' - negro / café.

Yox – verde.

¿K'usi x-elan la tso'e? - ¿Cuál es la consistencia de tus heces?

Ch'utul – diarreico / liquido,

Nin – pastoso.

Tonajtik – coprolito.

Pitajtik – caprina.

Referencias bibliográficas

- Audrey, J. B. (2013). *Fundamentos de Enfermería: conceptos, proceso y práctica, 9a Edicion*. Madrid, España: Editorial Pearson Educación S.A.
- Reyes, G. E. (2009). *Fundamentos de Enfermería: ciencia, metodología y tecnología*. Ciudad de México: Editorial El Manual Moderno S.A. de C.V.
- Vázquez, L. M. (2019). *Chano bats'í k'op Tsotsil para principiantes 3era Edición*. San Cristóbal de las Casas, Chiapas, México: Editorial Chiapaneros.

Tsotsil para profesionales de enfermería se publicó en enero de 2022.
El maquetado, diseño de portada y contraportada estuvo a cargo de
Ernesto Terramar

TSOTSIL PARA PROFESIONALES DE ENFERMERÍA



En este libro se plasma la experiencia de dos años de la enseñanza del tsotsil en las aulas de la Escuela de Enfermería de la Universidad Mesoamericana, institución que cuenta en su programa de estudios de la Licenciatura de enfermería con la materia de Lengua originaria I tsotsil, para que los estudiantes se formen como enfermeros con competencia cultural y lingüística, y atiendan de manera digna y con el mismo canal idiomático de los usuarios hablantes del tsotsil.

Este material bibliográfico representa un logro, ya que es necesario que se extienda a las unidades de salud, principalmente de los altos de Chiapas al ser la mayor zona de influencia de los tsotsiles. Es así que, esta herramienta queda a disposición del personal de enfermería que requiere mejorar su proceso de comunicación con los pacientes cuya lengua materna es el tsotsil.

