

**NDESE COTO-YO MAA-YO**

**La Higiene**

---

---

---

**EN MIXTECO Y ESPAÑOL**



**NDESE COTO-YO MAA-YO**

**La Higiene**

---

---

---

**EN MIXTECO Y ESPAÑOL**

## ACLARACIONES

- ɨ es el sonido como en quɨtɨ "animal"  
x es el sonido como en xinĩ "cabeza"  
' es el tono alto como en cuéhé "rojo"  
- es el tono bajo como en cuehē "mucho"

Es muy necesario notar los tonos para no confundir algunas palabras:

- jínu-de el está corriendo  
jinū-de el llegará

La letra "n" en posición final de la palabra, no se pronuncia como en castellano, sino que indica una nasalización de las vocales que la anteceden. Nótese la distinción entre:

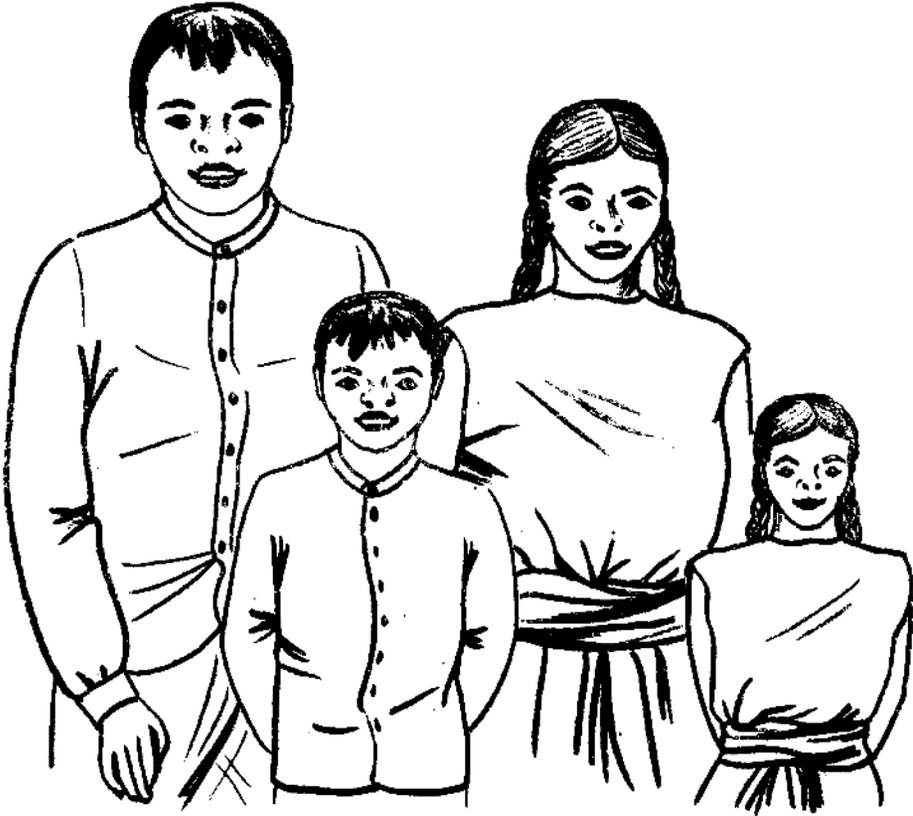
- uhū duele  
uhūn cinco

---

Publicado por el  
INSTITUTO LINGUISTICO DE VERANO  
en cooperación con  
La Dirección General de Asuntos Indígenas  
de la  
Secretaría de Educación Pública  
México, D. F.

50 e. - 1952

Jenu Miguel jiin jenu María jiin uu sehe-de cajichi  
vaha-de nñi cahnu-de jiin nama taca semana.  
Suni canacate-de sahma-de taca semana.  
Cachuhun-de xini-de taca quivi.  
Vaha cajito-de.



Don Miguel y Doña María, con sus dos hijos, se bañan muy bien todo el cuerpo con jabón, cada semana. También se lavan la ropa cada semana. Se asean la cabeza cada día. Se ven muy bien.

Quití luli yaha cacuu microbio. Yohyo ndihí-tí.  
 Tu jito cuítí-yo-tí jiin tánuu-yo. Te dibujo yaha  
 jito cahnu-tí navaha cuni-yo jee sucuan candaa-tí.  
 Io tíjni nuū-tí. Io microbio vaha te io microbio  
 saha daño.

Ñuhun-tí ndaha-yo, ñuhun-tí ndajniñu, ñuhun-tí  
 ndaha chucun, ñuhun-tí nuū ñúhun, ñuhun-tí nuū  
 ndute. Ndihi-ni lugar io-tí.

Suni io microbio modo yuxi luli ndihí jee seuxi  
 ndajniñu. Io-i jee saha vaha te io-i jee saha daño.

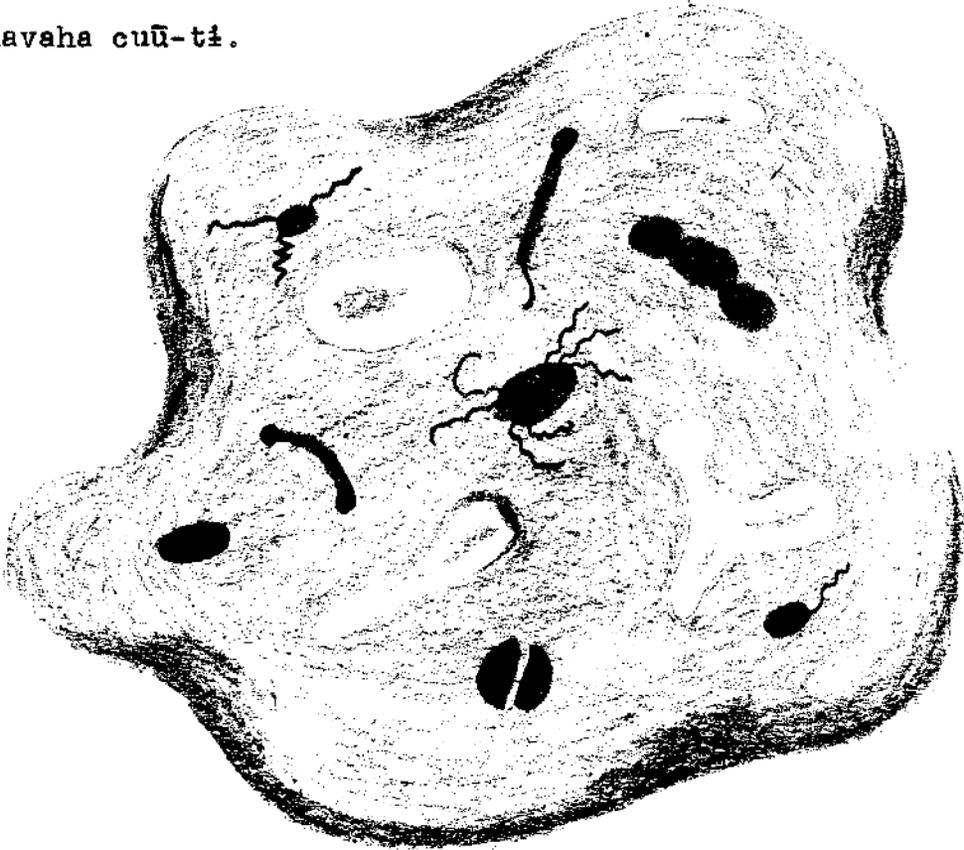


Estos animalitos son microbios. Son pequeñísimos. No los  
 podemos ver con los ojos. En este dibujo aparecen muy grandes  
 para que podamos ver como son. Hay muchas clases de microbios.  
 Hay buenos y hay los que hacen daño.

Los microbios están en nuestras manos, en las cosas, en las  
 patas de las moscas, en la tierra, en el agua. Están en todo  
 lugar.

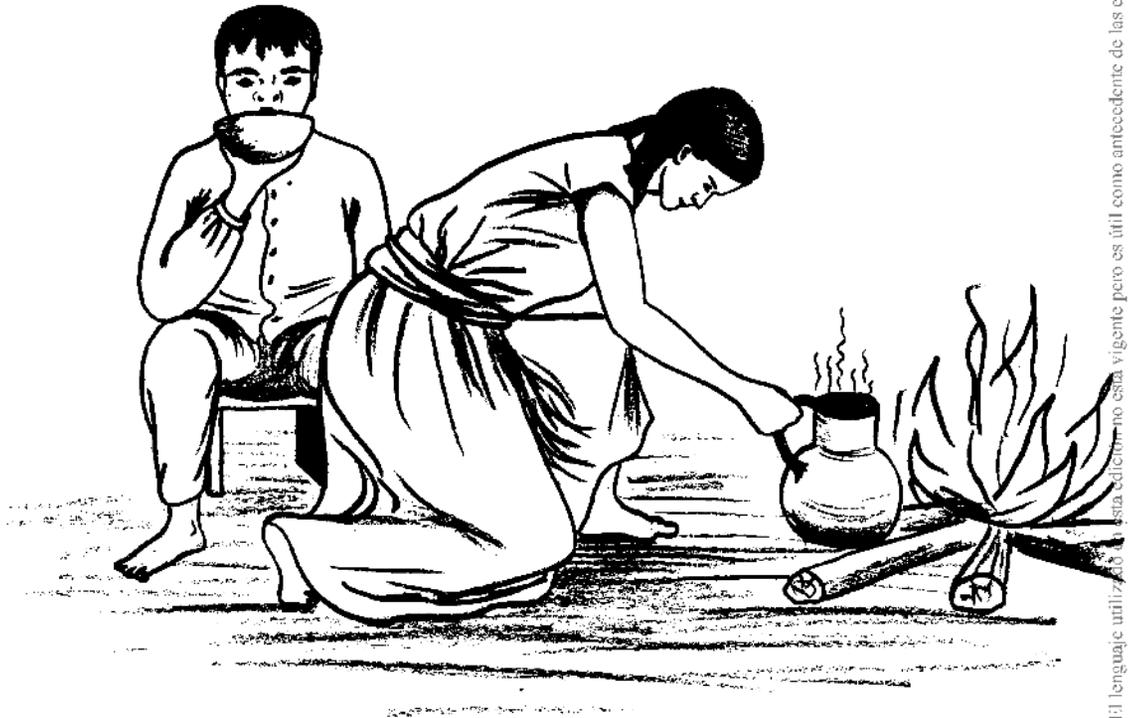
También hay microbios que se semejan a moho muy pequeñito que  
 hace que se enmohecan las cosas. Hay buenos y hay los que  
 hacen daño.

Yaha cūu ñin yuyu ndute jee steen nuū-yo ndese ñin microbio ndute-un. Yohyo ndihī-tī. Te tu cuu coto-yo jiin tīnuu-yo. Te cuu coto-yo jiin ñin instrumento microscopio. Te nūu sucuan-ni te tu cuu coto cuitī -yo-tī. Te cajihī-yo ndute-un te io jinu saha-tī cuehyī jiin-yo. Nūu sucuan te scuiso-yo ndute navaha cuū-tī.



Esto es una gota de agua que nos muestra la presencia de los microbios en el agua. Son pequeñísimos. No los podemos ver con los ojos. Los podemos ver con un instrumento que se llama microscopio. Pero sin el instrumento no los podemos ver. Bebemos el agua y a veces los microbios nos enferman. Por lo tanto, debemos hervir el agua para que mueran los microbios.

Jenu María scuiso-ña ndute coho-ña jiin yá-ña jiin sehe-ña. Chi je jini-ña jee tahú microbio nuū ndute-un. Tu jíhí-ña te núu tu cuiso-te, chi je jini-ña jee ñuhun microbio te saha-tá cuehyi pintu jiin inga cuehyi saha jiin-ña. Te na ndico-te te coho-ña jijnaha-ña.



El lenguaje utilizado en esta edición no está vigente pero es útil como antecedente de las ediciones posteriores

Doña María hierve el agua que ella, su esposo y sus hijos beben. Porque ya sabe que los microbios se multiplican en el agua. No beben agua que no está hervida, porque ya saben que tiene microbios que causan la tifoidea y otras enfermedades.

Jenu Jacinto ndóho-de ìin clase cuehyi pintu jee nani tifoidea. Ni jihi-de ndute ni tahu cuehe microbio. Te ni quivícoo-tí ini-de, te ni tahu-tí ini-de. Te ni quivícoo-tí níñí-de te ni cocuhu xeen-de. Te núu ní jini-de jee ñuhun-tí ini ndute núú, te scuiso-de -te núú. Yucuan-na te tu cocuhu-de núú.



Don Jacinto está padeciendo de la enfermedad que se llama tifoidea. El bebió agua que tenía muchos microbios. Entonces entraron dentro de él y se multiplicaron. Y entraron en su sangre y él se puso muy enfermo. Si hubiera sabido que estaban los microbios en el agua, hubiera hervido el agua. Así no se hubiera enfermado.

Jenu Tina ndóho-ña inga clase cuehyi pintu jee nani tifo. Ni jehen-ña vehe jnahan-ña jee suni cuehyi-un ndóho. Ni tuu ñin choho ñahan cuhu-un, te ni nihin-ti microbio ñuhun ñiñi-ña. Yucuan-na te ni tuu-ti jenu Tina, te jecu-ni semana te ni tahu cuehe-ti ñiñi-ña, te ni cocuhu xeen-ña. Núu sucuan te na chuhun yii-ña tajna DDT jee jehni choho jiin chucun ñiñi cahnu ini vehe, navaha cuu-ti. Chi núu tu te tuu-ti maa-ña te yucuan-na te tuu-ti maa-de jiin sehe-de te cocuhu-de jijnaha-de.



Doña Tina padece de la enfermedad que se llama tifo. Fué a la casa de una amiga que también padece de esta enfermedad. Una pulga le picó a la señora enferma, y recibió los microbios de la sangre de la enferma. Entonces la pulga picó a Doña Tina, y en pocas semanas se multiplicaron en sangre, y ella se enfermó gravemente.

Por lo tanto, su esposo debe poner DDT que mata las pulgas y las moscas, para que se mueran todas. Porque si no, las pulgas picarán a ella y en seguida picarán a él y a los niños y todos se enfermarán.

Sehe jenu Juana ndóho-i cuehyi disentería jee cúu cuehyi cúun. Núu sucuan te yachi quicuaan-ña tajna sulfa te cuū microbio ini-i saha tajna-un. Coho-i ñin pastilla uní jinu ñin ñin quívi, nehen jiin cahuxi uu, jiin jecuaa. Uni quívi coho-i. Te scoho-ña: cuehē ndute-i taca hora. Te nduvaha-i.



El hijo de Doña Juana está sufriendo de la enfermedad que se llama disentería. Por lo tanto ella tiene que ir luego a comprar la medicina sulfa que matará los microbios que se encuentran dentro del niño. El debe tomar una pastilla tres veces al día, al amanecer, a medio día, y en la tarde. Tres días tiene que tomarlas. Ella debe darle mucha agua cada hora. Y entonces el se aliviará.

Jenu Regino ni stuji-de cohndo-de. Te je ni cutuhva  
-de ndese saha-de jiin jee tuji. Te núu ni tuji-de  
te scuiso-de ndute te nácate-de jiin nama jiin iin  
sahma cuijin ndoo. Te yucuan-na te chühún-de tajna  
yodo chí inga tajna jee cuaan-de nuū botica. Yucuan  
-na te jési-de nuū jiin iin sahma cuijin ndoo. Yachi  
ndúvaha-de.



Don Regino está herido de la pierna. Ya sabe ál cómo debe  
hacer con las heridas. Cuando está herido, debe hervir  
agua y lavar la herida con jabón y un trapo muy limpio.  
Entonces pone yodo u otro remedio que compra en la botica.  
En seguida la venda con un trapo muy limpio. Y pronto  
sanará.

Jenu Cleofas suni ni stuji-ña ndaha-ña. Te ni quivicoo microbio. Te tu ni nacate-ña te tu ni jesi-ña nuū. Te ni tahu cuehē-ti nuū ni tuji-un. Te ni scuchí-i te ni cane lacua nuū. Yucuan-na te ni tee-ña yucū nuū. Te tu jejniñu cuiti yucū chi sa stehyu-ga-i. Te tua ni yeji cuiti-ña cufiu ni ndivi ni nduchi, chi jeni-ni-ña jee ndeyu-un stehyu. Te nasuu ndeyu-un cúu jee stehyu, chi sa suhva microbio cúu jee stehyu.



También Doña Cleofas se lastimó la mano. Y le entraron microbios en la herida. Ella no la limpió ni la vendó. Entonces se multiplicaron mucho los microbios. Y luego se infectó y salió pus. Entonces ella aplicó una hierba. Pero la hierba no ayudaba nada, sino hizo que la herida se infectara más. Y ella dejó de comer carne y huevos y frijoles, porque cree que estas comidas hacen que se infecte más. Pero no son las comidas que causan la infección, sino los microbios.

Ndixi cúu ñin enemigo-yo. Saha jee ndundahu-yo. Núu coho-yo te cucuxi-yo te tua cusii-ni-yo sajniñu-yo, te saha-i anua-yo. Te núu ni najini-yo te quixi-yo te ndonda-yo ñnga quivi-un te saha-i ñin cuehyi jiin -yo. Te casnaa-yo xuhun saha. Te saha jee cutixin -yo jiin jnahan-yo. Te suni saha jee cotúú-yo te tuji-yo.

Te cáa ndixi meque-yo te saha jee cunéé xini-yo te tua io vaha xini-yo.

Núu sucuan te ma coho-yo ndixi, chí stivi-yo jniñu saha, te snaa-yo ndajniñu, te cúcuihya-ni-yo saha ndixi jiin taca ndute xéén.

El pulque es un enemigo nuestro. Hace que quedemos pobres. Cuando lo tomamos nos hace perezosos y no estamos dispuestos para trabajar, y siempre queremos más. Cuando nos emborrachamos, dormimos y nos levantamos al día siguiente enfermos. Hace que perdamos el dinero. Nos hace muy pendencieros. También nos hace caer y lastimarnos.

El pulque sube a la mente y hace que las sensibilidades se obscurezcan y no podamos pensar bien.

Por lo tanto, debemos dejar de tomar el pulque, porque hace que nos equivoquemos en lo que hacemos, y perdamos las cosas, y quedemos tristes por causa del pulque y todas las bebidas embriagantes.

Jenu Simón ni jehen-de costa te ni ndee-de jiin  
cuehyi snuhun jee nani paludismo. Cuechi jee ni  
tuu ticueñi-de. Chi io cuehē ticueñi costa, te  
ndiso-ti microbio jee saha snuhun. Te cuaan-de  
tajna snuhun io nuū botica te coho-de ndese cāhán  
tee botica-un. Te nduvaha-de.



Don Simón fué a la costa y cuando volvió tenía la enfermedad que se llama paludismo, por causa de los piquetes de mosquitos del paludismo. Hay muchos en la costa, y esos animales llevan los microbios que causan el paludismo. El debe comprar medicina para el paludismo en la botica y tomarla según las direcciones del vendedor. Y se aliviará.

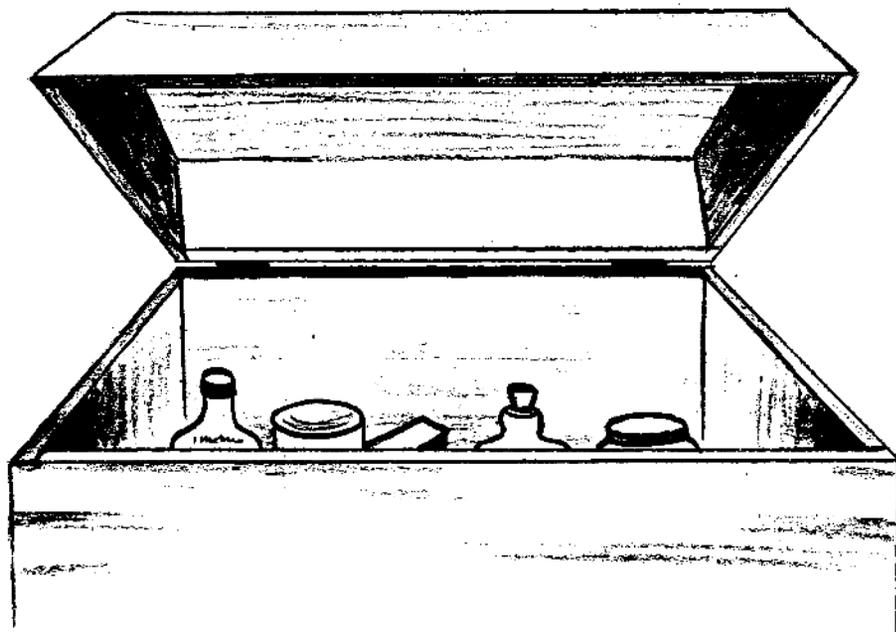
Santiago ndóho-i cuehyi sayu. Te cáyú cáyú-i nuū Chila. Te ni quívicoo cuehē microbio xijni-i jiin yuhu-i. Te ni cocuhu xeen Chila ni saha Santiago jee tu ni jesí-i nuū-i jee cayú-i.

Jenu Luisa suni ndóho-ña cuehyi sayu. Te cáyú-ña nuū sehe luli-ña. Te ni quívicoo cuehe microbio ini sehe luli-ña. Te ni cocuhu xeen-i cuehyi sayu.



Santiago tiene tos. Está tosiendo en la cara de Chila. Han entrado muchos microbios en la nariz y en la boca de Chila. Entonces Chila se puso muy enferma a causa de que Santiago no cubrió su boca cuando estaba tosiendo. Doña Luisa también tiene tos. Y siempre tose en la cara de su hijito. Entonces le entraron muchos microbios y el pequeño se enfermó mucho.

Jenu Miguel jiin jenu María canevaha-de iin cajón,  
 te ñuhun taca tajna ini jee ni jeen-de nde io quivi  
 -ga. Ñuhun yodo, jiin sulfa, jiin nama, jiin  
 mentolato, jiin tajna DDT jee jehni choho jiin chucun.  
 Suni ñuhun mejoral jee jejniñu núu cuhu xini-yo.  
 Suni ñuhun iñu sahma cuijin ndoo ini iin pañu ndoo.  
 Yucuan-na te núu jini ñuhun-de iin tajna te je  
 nevaha-de. Cacusii-ni-de chi je ñuhun tuhva.



Don Miguel y Doña María tienen un cajón en donde hay los remedios que compraron a buen tiempo. Hay yodo, sulfa, jabón, mentolato, y DDT que mata a las pulgas y a las moscas. También hay mejoral que alivia el dolor de cabeza. También hay seis trapos limpios envueltos en un pañuelo limpio. Cuando necesitan un remedio, ya lo tienen. Ellos están contentos porque ya está todo listo.





