

# Saudi Indígena Inakoapanina



Apoio:



# *Saudi Indígena Inakoapanina*

2021  
Fundação Amazônia Sustentável (FAS)

Apoio:





# Ideenhikape

Fundação Amazônia Sustentável (FAS)

Virgílio Viana - Superintendente Geral

Valcléia Solidade - Superintendente de Desenvolvimento Sustentável Victor Salviati  
- Superintendente de Inovação e Desenvolvimento Institucional

Luiz Villares - Superintendente Administrativo-Financeiro Michelle Costa -  
Superintendente de Gestão e Planejamento

Programa Saúde na Floresta:

Luiz Castro - Coordenador de Programa Mickaela Souza - Coordenadora Executiva  
SUS na Floresta:

Nathalia Flores - Gestão do Projeto André Baniwa - Articulação Indígena Priscila  
Farias - Secretária Executiva

Tradução para língua indígena Baniwa, 2022:

André Baniwa com colaboração da dona Claudia Laura e Silvana Miguel Fernando  
Francinete Rodrigues Lima - Supervisora de Educação em Saúde (PSF)

Francisco Queiroz Menezes - Supervisor de Ensino (PSF)

Guia de Saúde Indígena - SUS na Floresta

1ª edição

Conteúdo: Maíra Mendes dos Santos

Revisão técnica - Comitê Orientador SUS na Floresta: Adele Schwartz Benzaken

Bernardino Albuquerque Gersem Baniwa

Heliana Feijó Moacir Biondo

Revisão: Alessandra Marimon

Projeto gráfico: Up Comunicação Inteligente

**Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)**  
**(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)**

Guia de saúde indígena : papel, desafios e possibilidades dos agentes indígenas de saúde / Fundação Amazônia Sustentável ; elaborado por Maíra Mendes dos Santos. -- 1. ed. -- Manaus, AM : Fundação Amazonas Sustentável, 2021.

Bibliografia  
ISBN 978-65-89242-28-4

1. Amazônia - Aspectos sociais 2. Medicina tradicional 3. Povos indígenas 4. Ribeirinhos - Amazônia. 5. Saúde indígena. 6. Sistema Único de Saúde (Brasil) I. Santos, Maíra Mendes dos.

21-62943

CDD-362.1089980811

**Índices para catálogo sistemático:**

1. Amazônia : Áreas indígenas : Ações em saúde : Bem-estar social 362.1089980811

Aline Grazielle Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129



# Linakoapanina

Lhiehe Saudi Indígena inakoapanina apada ideenhikhetti liipitana projeto SUS awakada liko Fundação Amazônia Sustentavel ideenhikale, liwapiñeetalhe lhia Phiome itapetakhetti nako (TPS), pamatsiataakakarowa nheette ideenhikhetti saudi nako nhalhio nhaa iemakape Amazonia liko.

Lhiehe ideenhiketti apada ikitsindatakhitti nadeenhikale nalhio nhaaha Agentes Indígenas de Saudinai (AIS), nadeenhikaro matsia idzamikhetti ikhoette nakomonidadini riko. Nhaaha ianhekhetti lirokoda lhiehe papera neemakaa nakhitte dali nhaaha manopedali, SUS awakada liko projeto ideenhikale nakhitte.

Waama wakaiteka hanipatsa AIS idenhikale nako, wañhaata watsa koameka padzeekataka panhekaro matsia peemakaawa nako, pakapaka pantti riko nheette koameka padeenhika padzamikhe nako, pakhedzakotaka ideenhikhetti nako matsiakaro neemaka nhaaha newikinai awakadeetta.

# Liniweetakaronaa iakootti

1. Agenti Indigena de Saudi ideenhikanaa	09
2. Koame padzeekata panhekaru phiome padeenhikawa liko nako?	12
3. Paanhika pakapa panttinai riko	17
4. Padzeekataka peemakaawa matsiaperi	20
5. Madzamikhe karo phewida liko nheette matsiakaro peemaka	23
Inonaakali hanipadali	
Iwhiokhetti hanipadali	
Paiñaka koakadakatsa maatshiperi	
idzekataka pewida liko Irawadatti kapoaperi	
Makoña	
Ikodoitakape kawhainaaperi (Solventis)	
6. Padaanawa idzamikattinai ikhoette	34
Ienipettipenai	
Walhipapenai, walhiparonaipe Pedaliapenai	
Pedaliapeminai	
7. Idzamikattinai kheedzaperi idzeenaka apaita irhio	39
Ittothakhetti	
Idzamikattinai pheraa karodali liko pakaalewa	
lirakape phedzako paxapi riko	
Koonami	
Dengui	
Kovid-19	



8. Idzamikattinai madzeenakaperitsa apaita irhio nheette  
imatshikakape 52

Pottidzakanhekeetsa padaki riko (Diabetes)

Maatshika peeranaa

Ttiime phiome padaki riko

Paiñaka Kapoaperi

Hittikomakhetti

Inoakakhetti

9. Pakeñoetanhi padzeekata phedakada nako 63

10. Kalhe pakeeta nanakoapanina 68



# 1. Agenti Indigena diSaudi ideenhikalenaa madzaamikhe karotsa phaa

Lhiehe Agenti Indígena diSaudi (AIS) nakitsinda nhaaha ideenhikape Itapetakape Indigenanai nheette lhiatsa kanakaidali ideenhikada peemakaro matsia padzakale periko ñamekaro pheepa idzamikatti. Nhaa lideenhikale, kadzotsa nakadzodzo nhaa apaana, nalhiotsa nadeenhika matsia nadzakaleepe riko: koamekaro pawapaakakwa, padanataakarowa idzamikatti iodza phiome kadzodalitsa, nalhiotsa nadeenhika matsia, matsiakaro liakonaa lhiehe ideenhikhetti nalhio phiome nhaaha nawikinai.

Oopi piena naamaka liakonawa lhiehe ideenhikhetti agenti diSaudi – nakeñoopia kani 1978, Konferenciaka danakonipia linako ideenhikhetti matsiakaro peemaka padzakale riko, lipitana dzakalee Alma-Alta -, ñamettoo governo idzekatakani, hoore ttoa kaakoka linako nhaa. Apada linakoapanina lhiehe ideenhikhetti Agenti diSaudi ñameka likaita lideenhikale nako matsia AIS nako ñame tsakha Agenti Indigena diSaneamento nako. Kadzo linakoapanina hore ttoa naamakani, hoore ttoa kaako nhaa linako nhaaha movimiento indigenanai, nadeenhi xoopawa nako, likoodawa nako, liapanawa nako, nadeenhikanawa nako phiome nhaha ideenhikape saudi nako nheette nanhekhewa phaa nako tsakha.

Kadzokadaanani, nhaaha agenti diSaudinai nadeenhikatsa nadeekaro ideenhikhetti nanawikite irhio, nakaiteka koameka kanakaika ianhekhetti indigenanai idzada nheette biomedicina nako. Lhiehe AIS ideenhikale liomaka naanheka ianhekhetti yalanawinai idzaada nheette khedza lhipaka ianhekhetti nadzeenetali lirhio nakadzeekataka danakoni lideenhixoopawa. Phiome lidzeekatawa, lirhiotsa lidzeekataka kadzo nakakaikapidzoni lidzakale riko, kadzo DSEI ipirikanaa dzo ima lirikodadalikani.

Ayaaha wañhataka apadapeena lideenhikale lhiehe AIS, metsa kanakai pianheka matsia pinewikite nako nheette kanakai pideenhika kadzo liawapiñeetakanaa dzo matsia.

## EMSI:

Pikadastrari phiome familianai DSEI iformulario ni riko;

Pideenhika pakowakatsa nainai nhaa EMSI, pikaakotaka saudi nako, linakoapanina nako, phiome peemakawa liko nako nheette pemakaa nako, koamekaro matsia peemaka padzakele riko.

Pikitsindata phiome nako koame karo ñameka phepa idzamikatti, kaiwhiakada apaita pitapetani lidiakaro tseenakha lhiehe idzamikaita;

Pioma pikapaka koaka idzaamiri o kawhainali idzamikaita pipirikaro watsani ideenhikape saudinai irhio dzakale makakoe rikolhe nette pikaite matsia koameka linako;

Pimatsiatata nheette pideenhi phiome lideenhikanaa lhie equipi, lidenhikanaa ikaitekapidzo pideenhikale polo basi ipirikawa liko, kadzo linakoapanina ikaiteka pidzo saudi indígena;

Pidzeekataka phiome koameka padzomhetakaxoopaa apaita nayo tsakha nhaaha ionhekhetti pidzakale rikoperi, ñamekaro watsa maliome apaita;

Pioma pikapa o pianhekaru kalheka kawhainaakawa apaita irhio nheette manopedali irhio tsakha;

Piwapa matsia idzamikaita, pitapetani matsiakaroni, phiome nhaaha DSEI ikapanhi;

Piwapa matsia pidzakaleetta, pia pikapaka nhaa naapana liko, phiome pideenhikawa likoperi kadzo piroikakapidzo pipaperani riko nainai nhaaha equipinai, mamawadakatsa, ima pirhiotsa pidzekataka phiome kanheekhe rikotsa;

Neeni kadanako horedali idzamikatti, pidzeekata pakoaka AISAN iapidza phiome ideenhikhetti idzamikatti ikhoette, idzeekata phiome linakoapana liko, imatsiata hiemakawa nheette ideenhi phiome idzamikatti ikhoette ima neenika hekoapi riko wadeeperitsa idzeekataka palhio idzamikatti, idzeekata kadzo DSEI ikaitekapidzo.

## Kanakai tsakha watsa AIS ideenhika, nhaaha:

Nhaa ideenhikhetti nalhiotsa pakoawakaka nhaa naapidza EMSI, pakaitekaro koame padeenhikale palhiowaka, kooka kanakairi ttoa padzeekataka, papiñeeta karo koame padzekaataka nhaa matsia;

Paapiñeeta kadanakottoa ideenhikhetti nheette pawakaka danako pakapa kapha matsiakatsa liakawa, palhiotsa pattathaka phemawa komonidadi, pañhaatakani napaka, nakaite karo kapha matsia katsa lhiehe paamali padzeekata, patañetaxoopa nhaa. Kadzo matsia padzeekataka wadee maatshidaka likhette pha papidzawaka;

Ikadzekatakheetti, ikatsa apada lideenhikaleka AIS phiome lideenhikadanako, liakadanako likapa napana liko lidzeneeta phiome koame matsiakaro peemaka nhethe ideenhikhetti saudi nako tsakha likaite, phiome koameka padeenhikaro pakowaka.





## 2. Koame padzeekataka padeenhiwa matsia peemakawa liko?

Papiñeetakaro matsia koame padzeekataka padeenhikalewa, palhiotsa paama pakapa phiome matsia koaka kanakairi. Ikatsa watsa kaakolika inako whaa pandza ayaaha nhette koameka padzeekatakani nako.

Lhiehe pakapaka phiome koaka kanakairi, lhiena apada iñhatakada koaka nhaa liwhaina, kalheka maatshiri nhette koaka pakeñoa padzeekataka nheette koaka equipi polo base idzeekataliina pakoawaka komonidadinai iapidza, ima neenika iomakape ikitsindaka nanheekhe iyo matsiakaro saudi phiome irhio. Kanakaidali phiome iodza lhiehe padaanataakarowa idzamikatti iodza, papiñeta kadanako padeenhikalewa koame karo matsia peemaka padzakale riko.

Kaakokadzami Agenti diSaudi Komonidadi iapidza, lhiehe panexoopawa, padzeekatani kadzoaha: paamapanheka phiome pemakawa liko, phiome nanako nhaaha idzamikattinai, koawadaka padzamina, nheette koaka kanakairi padzekataka nakhoette.

Palhiotsa pawapaakakawa matsia idzamikatti iodza nheette kadzo karoni, palhiotsa kadzodalikatsa padzeekatani, pakapaka phiome nako, panhekaro koakani nhette pakaite nanako, matsiakaro papiñeetaka koameka padzekataka ideenhikhetti ñamekaro padzaami.

Matsiaphatha phiome equipi rikoperi ikitsindataka linako ideenhikhetti ima kadzo phiome ianhekawatsa koameka ideenhikhetti nako nheette kalheka kawhainani, kiniki riko, iwinitakhetti riko, paakadanako paama haikotheda awakada liko, koakatsa padeenhiri awakada liko yaakale ideenhikape saudi iodza.

Kakopedaka pha papidzawaka linako ideenhikhetti lhiehe kanakaidali kadzodalitsa saudi nako. Nhaaha ideenhikape karoperitsa Baniwanai o Koripakonai nalhiotsa nanheka matsia koameka komonidadinai ianheekaa koaka nalhio liehe idzamikhetti nanewikika likhitte. Kadzoaha, pawalipe ñame naamaka nadeeka neenipe lipanana likolhe ima kawaina

napiñeetaka wadee lhipaphaka apadeenakha idzamikatti o apada ianhekhetti ima. Kadzokadaani nalhiotsa naamaka iñapakaita, ianhekaita matsia panakoapaanako kaakoro nhaa napidzawaka nakeetakaro koame padzeekata matsiakaro nadeenhika. Pawalipe matsiapha equipi ideeka nadeenhixoopwa idzamikaita ipana likolthe.

### **Lhiehe padeenixoopawa lirhiotsa:**

Likaiteka phiome koaka nhaa idzamikattiri, khetteka nano, kowadaka nheette koaka namatshikeetali padaki rihio;

Likaiteka khetteka watsa lipalatanaa ino nheette koameka watsa pamatsiatata peemakaawa, koameka padeenhika itapetakhetti;

Likaiteka koanakhitteka pakeñoa padeenhika pakowaka napidza nhaa komonidadinai rikoperi.

### **Padzeekata karo padeenhixoopawa, AIS irhiotsa iwapiñeetaka koame matsiakaropha peemaka peemawa liko, kadzoaha:**

Koame nheette kapha matsiatsa wemakaa wapanape riko;

Koame nheette koaka padeenhixoopape, koaka nhaa ideenhikettiri;

Koame panheekaa nheette koayo pakattimataakawa;

Koaka nhaa paiñali nheette koame padzeekata paiñakaro na;

Koame, kapha matsiatsa indeenhiketti phiome likoawale saudi nako;

Kapha matsiapetsa ooni, ñawaponai, kalittanai, phiome awakada;

Kapha narticiparitsa phiome nhaa nawikinai;

Kapha nakadzeekatatsa matsia saudi nako nheette koame nadeenhika nawikinai iapidza;

Kapha nakhedzakotatsa peemakaa nako padzakale riko;

Koa nako governo irhiotsa ikitsindataka matsiakaro peemaka padzakale riko;

Lirhiotsa likaiteka peemakaawa nako phiome;

Likaite tsakha koadzopeka pamanopeka nako padzekaleperiko ikoami;

Koadzo matsia peemaka nheette papalatani nako tsakha;

Kapha matsiatsa peemaka ñamekaro phepa idzamikatti padzakale riko;

Palhiotsa pakaiteka lhistoriani nako padzakale nheette phiome peemaka nako tsakha;

Palhiotsa paama paanhe koaka nhaa imatshikeetali peemaka nheette koaka kanakairi padenhixoopawa saudi peemakawa liko.

Pakeñoetaka padeenhixoopawa ikatsani kadastro phiome famílianai komonidadi ikoami padeenhikawa liko. Neenide fixa likoawale lhiapepe. Kanakai padzeekataka fixa família ikoami palhiokaro phiome nanakoapanina kaderno liko tsakha. Lhiehe fixa ikatsa padana karodaka hekoapi ikoami pakadanako pakapa naapana likolhe. Medzeni kada nako neenipe, navijari kadanko iakaalhe o maliomeka apaita, palhiotsa paroitakani fixa liko.

Famíliaka neepitana nhaaha nhaaha hiemakape nainaiwaaka. Saudi ikowale, nhaa kadzoli naanheka nhaa iemakepe apadapaneeniritsa. Metsa kanakai pakapaka matsia koameka neemakaa nhaa naiwkininai. Ima neenika pawalipe natawiñakale neenipe dzodali. Kadzoxoopa padakatsa matsia koameka listoriani. Kadzoxoopa ihiehe ideenhikada lirhiotsa kokopedakani matsia lianhekaru koame lidzeekataka fixa matsia.

Lhiehe kadastro ikatsa panhexoopaka matsia koame nanako nhaaha familianai padeenhikawaliko, equipinai irhio, koadzonakadzekatakakawa, koa oonika nairali, koadzoka namanopeka atsianai nheette inapeda tsakha, koameka neemakaa napanaliko, koadzo napalatani, nadzamikhe, koaka nakitsindaanheri, koaka nadeenhikaleri, koadzoka nhepaka vacina, koaka tapeeka nairali yalanawinai idzaada o nadzeekatandatsa naapana liko.

Kanakai tsakha panheka matsia kalherhedeka natapetaakawa idzamikatti iodza nhaaha komonidadi rikoperi. Apawalipe naakawa iñapakape ikaalhe, maliiri ikaalhe, itapetakape paniatti iyo o haiko awakada likoitta iyo ikaalhe, apawalipe naamaka liderançanai tsakha. Ayaaha padeenhixoopawa liko, palhiotsa pamaaka panheeka kapha nadeenhika netapewa napana likotsa. Nhaaha ideenhikape saudi nako nalhiotsa nadeenhika pakowaka naapidza natapeta kada nako, nalhiotsa kaakopedana linako napidzawaka nakapakaro koame nadzeekataka matsiakaro lhiehe idzamikaita.

Pakadastrari kadzami phiome familianai padeenhikawa liko, palhiotsa padzeekataka maapa. Lhiehe maapa lirhiotsa liñhatoka phiome nako, koaka neeniri, koaka neemali inako, koaka nahistirianiri, koa iapidza napedzo kaako nhaa, kalheka naanhiwa, nanakhitte panhe matsia neemakaa nako. Lhiehe naanheri territorioka lhiatsani wanheri “wemakawa likoka” sítio, komonidadi o weemakawa liko whaa Baniwanai nheette Koripakonai.

Paanhekamatsianheette padzeekatakama apapemakawalikonako, lhiehe AIS idenhikale equipinai iapidza. Lhiehe maapa pattaita padzeekatakani papera liko ima lhinaaphiami kani padzakale. Lirikoda pañataka iniponai, ooninai, phiome koanakoka neeniri. Kadzoxoopa phia nheette piequipini iapidza irhiotsa ianheka matsia nanako nhaa kanakairi pamatsiataka padeenhikawa liko, kadzo ooni hiaphoetaka padzakale, pakinikere, apaana kawhainaaperi, idzamikatti kawhainaaperi. Kadzoxoopa kanakaika lhiehe maapa, nheette kadzodalitsa pamatsiatakani.

Kawhainakawaliko tsoaphi nanheeri microareaka. Lhiehe wadeedalitsa idzamikatti hipakapha neeni o phedakawa. Panhexoopawa matsia, kadzoaha, wadekaaawatsa ooni iaphoetaka padzakale o pakinikere, ooni ñamedalitsa namatsiata iaroaphi, papekokaroda limottoa dowhenaadali tsakha.



## Maapa iyo pattaita:

Paanheka matsia iniponai paakakaroo kalheka paama nheette kanakaiperi panheka paadzawa hirapittinawakawape padzeenaka pakaadzaawa padenhikaro saudi komonidadinai riko (ooninai, awakada, hidzapadanai, kinikinai, hiipa);

Paanheka matsia komonidadi nako nheette matsia papiñetaka koaka padzekatali matsiakaro padenhika saudi nako;

Papiñetaka matsia pakapakaro panttinai riko hekoapi ikoami;

Panhe matsia nhaaha microareanai nheette koaka kawhainakawape;

Padzeekata padeenhexoopawa matsia nhaaha kanakaiperi pakeñooka padzekataka saudi nako: kewedaniperi, pedaliapemi, hipertensonai, diabetikonai, ikoakapemitsawa, hienipettopettoa 5 hamoli iapirhe, matshilinai, irhiokape vícios, irhiokape hanseniasi, irhiokape dzeewhemi.

Phiome EMSI nalhiotsa nikitsindataka padzeekatakaroo lhiehe maapa, ima kadzo hanipa watsa ianhekhetti komonidadinai nako, kawhainakaawa, kalhekawa padzekata saudi eskola liko o associação liko, naamakawa nawiniwa, kiniki, kalheka paniwa haikotheda, phetakawa ooni, kalheka neni kawhainaperi, papitakawa, papekorado liixo, kalheka neni oonipawa nheette kalitta tsakha.

Pittaita pittathaka ikitsindatakhetti linako komonidadi iinai. Neenide watsa iomakape ikitsindataka, ianhekape, ikapakape phiome peemakawa liko. Lhiehe maapa likitsindata watsa phia matsia pidenhikale nako hekoapi ikoami. Lima pidzekataka watsa matsia pidenhikale naapanape riko. Liñhaata watsa matsia kalheka nhaaha kewedaniperi, pedaliapemi, hipertensonai, diabetikonai, ienipetiipe 5 hamoli iapirheperi. Mamawadakatsa lhiehe maapa palhiotsa panhe paleekani nheette kadzoladalitsa pamatsiatokani familianai nako, koamekana, kalhereka naanhiwa, nanako nhaaha padenhikawa likoperi.

Palhiotsa papiñeetaka kanakaikadalika kakopedakapha papidzawaka ekipi riko, ekipi komonidadinai iapidza. Lhia kanakaidali ima kadzo ñame watsa horekanheka hiemetakakhetti, ikatatsa AIS irhiolika idzeekataka matsiakaro ideenhikeetti iakawa.



### 3. Paanhika pakapa pantti ikoami

Lhiehe ikapakhetti pantti ikoami ikatsa idenhikhetti kanakaidali AIS idzekataka. Linakoda lhiehe, wakaiteka watsa koawadaka, koame padzeekataka, koame pakeñooka ideenhikheetti. Liyo likoa panheka:

Phiome hiemakape nadzakale riko, koadzoka nalhioka hamoli, atsianai, indapeda, nanewikika, kewedaniperi, ooraiperi, matshilinai;

Koameka neemaka naapana liko, nadzakale riko nheette nadeenhikale, neemakaa, nheepakaa, phiome nako;

Panhe matsia koakanakoka nherapittapha idzamikatti nako nadzakale ikoami;

Likoa pakapa koaka nakoka kanakai pha pakaiteka nanhekaro matsia koame nawapaakakawa idzaamikatti iodza, matsiakaro pha neemaka;

Likitsindata tsakha papiñeetaka nanako nhaaha imatshikakape pasaudini nako;

Panhee matsia koaka familianaika nhaa kanakaiphali irhio ikitsindatakhetti kadzodalitso;

Pakaite phiome ideenhikhetti nako, koameka matsiakaro ideenhikhetti saudi nako, koaka nhaaha neeniri ideenhikhettika phiome irhio;

Kanakai padeenhika ideenhiketti lhiehe ikadakada phiome ekipi rikoperi nheette newikinai ianhe matsiadalikani nheette peemakawa liko ikoawale kani;

Pakadzekataka koame ñamekaro idzamikatti hipapha, koame peemakaro matsia, mapittakarotsa pha, padzekatakaru matsia paiñawa, ooni pairawa matsiadali, paapana, dzakaleekoa tsakha;

Pakaiteka nhaa nawikinai koame paiñakaro matsia nhaaha tapeenai nhetto nanhekaru nakapaka livalidadini;

Pakaite tsakha nanako nhaaha walittepe keenipeka indapeda nadaki nako, waliperi medzenika nako, pedaliapemi, ikoopakemiwa nheette matshilinai;

Pidana o pioroita phiome pikapanhi kanakaika pideenhokale riko nalhio nhaaha ideenhikape sistema liko governo likolhe aaperiaha pideenhikawa liko.

Pia kadanako pikapa apada familia lipana liko, pianhetsa likaitepeka watsa phiome liomanhi likaiteka. Limheeta kada nako liipana pirhio, likaite watsa liemakaa nako phiome, lhiepakaa nako, lianhekhe nako. AIS irhiotsa lhimaka phiome ima ikatsa watsa imalika lhiepaka pinako, pikaite tsakha watsa lirhio pianhekhe nako lirhio.

Kadzo nanakhitte dalidzo, pianhe matsia napiñeetaka, nanewikika, koame peemaka painaiwaka, hirapittina peri, koame historia ihipaite nako. Lhiehe yanhekhetti likitsindata phia pideenhikaro matsiapha. Metsa wadeetsa hirapittinakani pirhio ima ianheakakawa, kadzokadaani pikaite ekipi ikapakaro koame idzekata matsia ideenhikhetti.

Mamawadakatsa hia Agenti diSaudinai, irhiotsa itañeetaka apaana iemakaa poadzaperitsa piodza piwakeetakaro hidzakotti idzeekata karo matsia ideenhikhetti. Ayaaha paanhika pakapa pantti ikoami liapiñetakanaa pakadzekataka koamekaro ñameka idzamikatti hipapha, phiome panttitta likoperi iapidza. Nhaaha idzamikape pirhiotsa pikapaka nhaa kadzodalitsa, pioma ikitsindatakhetti, pikaiteka nhaa matsia ideenhikhetti nako, nanhekaru.

Paanhika pakapa pantti ikoami, palhiotsa padzeekatakani kadzodalitsa ñame mitha neni kadanako katsa idzamikaita o patapetawa. Lhiena ideenhikhetti kadzodalitsa ima paamali ñamekaru nadzaami, padanatakakarowa idzamikatti iodza. Piplaneja kada matsia matsia watsa pirhio nheette nalhio tsakha nhaaha pantti rikoitta. Kadzoxoopa pioma koamekadaka piakaroo.

Pirhio kadzami koa hekoopikaru pikapa pantti ikoami, pikaite nhaa phiome linako. Kadzo matsia watsa pidzekataka ideenhikhetti ima

pitañeetaka naa matsia. Pioka kada nako pantti riko pikaite pipitana, pikaite koawadaka piokawa, ñamekadaattoo naanhe pideenhikale nako, pikaite nalhio linako.

Lhiehe piokali ikaalhe lipana liko lirhiotsa lianheka koawadaka kanakai lhiehe pideenhikale. Pittathani lipitana likhitte lianhekaro pitañeetakani. Ñamekada pianhe apada koakadaka, pikaite lirhio piomaka watsa ianhkhetti, nheette watsa pikaiteni lirhio. Kadzo tsakha liepa watsa pinako.

Pianhi kadzami pikapa pantti ikaomi, pirhiotsa pikapa kapha kadzotsa limotto kawaka piapiñeetakapidzo. Linakhitte pimatsiata pha watsa pideenhikale. Nheette pikaite nhema koameka limottokawa pideenhikale nalhio nhaaha piekipini, koaka kanakaiphali, koameka pikapaka, koaka nhaaka matsiali.

Linakhittelhiehepianhikapikapapanttiikaomipianhephawatsamatsia neemakaa nako nhaaha nawiki. Lhiatsa ideenhikhetti kanakaidali paanhe padkekataka hekoapi ikoami, palhiotsa padzeekatakana kadzo papiñeetaka pidzo lipeedza ttoa, itañeetakhetti riko matsiadali.

Mamawadakatsa, ima lhiehe panhika pakapa pantti ikoami, palhiotsa padzeekatakani kadzo papiñeetakapido pakoaka ekipi iapidza, kadzo kanakai kapidzoni familianai irhio. Neeni kada watsa koakadaka kawhainaadali, irhiotsa watsa ipoadzataka koamekaro ideenhika.

Phiome ekipi ittada nalhiotsa natañeetaakakawa napidzawaka nawapiñetakhe nakhitte nanewikika nakhitte neemakaro nadeenhi matsiatsa nawikinai iapidza.





## 4. Padzeekataka peemakaawa matsiaperi

Wakaithenina limatsiaka nako lhiehe padzeekataka peemakaawa nako matsiaperi idzeekataka palhio ñamekaro idzamikatti hipapha. Linako watsa wakaite pandza koamekaro padzeekataka peemakaawa matsiaperi nako, mherapittinaakaperitsa, pattaitanhi padzeekataka pikadzeekatawapepideenhikawaliko. Inoapitsapadzekatakani panhekaro matsia, ñame mitha khedzaka. Tsooperi nakhitte padzeekatakada nhaa mhamaakatsa, matsia watsa peemakaa ñamekaro idzamikatti hipapha.

**Waniweeta watsa apadapenaa padzeekatawa peemakaawa nako matsia wakitsindata xoopawa phia, pikaitewape pideenhikawa liko:**

- 1) Madzeenetatsa nhaaha paiñakadanakope nheette matsopheetatsa iñawadatti hekoaphitte. Piome piñaka madaliwali apada nako, deepiattoa, madzakanika kamoi nheette deepiina, nheette piñaa dzamawali tsoopetsa. Kadzo ñame watsa mettadaka pixada liko dorome, ñamekaro kaiwi pixada liko piñakadakoina hanipa, wadee kaiwikanheketsa pirhio mawittakai, ñamekada pidzeekata kadzo;
- 2) Paiñaka inoapitsa lidzeekata matsia palhio, ima kadzo paiñaka matsia, padaki ideenhikaro tsakha matsia padaki irhio, wadee horekanhekeetsa phietaka iñhadatti pinakowa;
- 3) Pioma iñawadatti matsiaperi, paniatti pidzakaleetta komonidadi riko. Parato lirhiotsa pakhomekani matsia, kadzodali idzeekatali matsia palhio, lia matsia hidzakotti padaki irhio. Matsiaphatha paiña nhaaha paniatti, panaphenai tsakha paiñanipe ima hore naaka hidzakotti. Mamawadakatsa ikothsoka nhaaha paniatti iñaka ipedzattoo;
- 4) Maiñatsa horekanheetsa nhaaha iñawadatti cidaadi rikhitteperi, kadzo refrigerantidzo, nhaaha nakadaanhi lata liko, nhaaha pairanhi. Iñaka ipedzattoo ilee nanakoapanina ianhekaro matsia koameka nadzekataka padaki irhio ima nalhioka phiome nanakoapanina koadzoka yokira, liitti phiome nhaaha wadeperitsa idzekataka maatshi palhio;

5) Maiñatsa horekaneetsa nhaaha saosiixanai, linguiganai, salaminai, presuntonai, mortadelanai, natsikhietanhi, piwadalipetope. Iñakadana, iñana apawalitsa apanha miitsha nako. Nhaaha iñaawadatti horeka nalhio ttimedali idzeekatakada maatshi pasaudini irhio phiome padaki irhio;

6) Iñaka óleo paniatti nakhitteperi o itsirinai nakhitteperi tsakha. Ttamhiatsa, ima horekada kenheetsani ikamena lidzekataka maatshi palhio. Aapanalitra apapikeeri nako matsiani nalhio nhaalikoodakaperi iemaka apadapana liko pantti;

7) Hitaliitti liipe nakodali iodza kadzo padzeekataka wadee horekanheka paiñaka liitti panakowa. Phiome nhaaha iñhawadatti palhiotsa paiñakana likoa likotsa. Phiome nhaaha lixapidami rikoperi lhiehe itsiri, kadzoaha likaalemidzo, lixapimi, litephemi matsiade paināka wadee peranaawa. Apada matsiadali paiñaka tsakha lhiehe liewhe, kalakeewhe.

8) Pitsoota piñaka yokira nheette mapeekoitsa yokira iñawadatti riko narokoitakadzaminani paiñakaroina. Maiñhatsa nhaaha horeperikanhetsa irhioka yokira. Matsiatsa paiñaka iñawadatti riko yokira apaita kolher tsa apadaa hekoapi nako.

9) Piira dzamana litro ooni apadaa hekoapi nako, 6 o 8 kopo apada hekoopinako, matsikhietatsani refrigerantiinai, matsiakarolidzeekataka pidaki rihio. Piiraka ooni piñakada nakope, ooni matsianhai, nainoanhi phiome iodza wadeeperitsa idzeekataka maatshi palhio, pairawadape pha newiki.

10) Pirhiotsa pikeñapetaakakawa 30 minutos nako hekoapi ikoami nheette mairatsa irawadatti idewaneetakapepha, ñame tsakha pittitoaka. Lhiehe pakeñapetaakakawa matsiadali idzeekataka padaki irhio nheette pewida liko irhio, wadee matshidakatsa pha. Kadzoxooda palhiotsa paamaka koakadaka papedzoli patopikawa keeñapekaro pha, peemanhika, parapaka, padenaaka, paaxakawa ooni riko padaki iyo, patopitaka.

Lhiehe ikeñapetaakakadawa, kanakaidali, ñame matsiaka paweenhiri kanhekeetsapha palhiotsa peemanhika, lhiehe ikenapetaakakadawa hirapittina maatshika likaale ideenhika, liiñakada matsia ñame watsa ttimeka lirana liko, lhiehe maatshidalitsa idzekataka palhio. Kadzoxoopa palhiotsa papoadzataka paiñaka o phiome peemakaa ima kadzo matsiakaro padaki riko, peemakaa tsakha.

### **Padzeekatakaru peemakawa matsiaperi nako, AIS littaita:**

Lideenhika ikadzeekatakakhetti iyo nanako nhaaha koameka padzeekataka peemakawa matsiaperi nako komonidadinai riko inapeda irhio, pedaliapemi irhio nheette ienipettipe irhio;

Likitsindataka EMSI nadeenhikale nako nakadzeekatakaru matsia koame naiñakaru matsia nhaaha famílianai nadzakalepe riko;

Palhiotsa paamaka pakapa kalheka matsia pakeñapetaakakaru oaphiwa manopeka iapidza, itopitakhetti futebol o voleybol tsakha;

Palhiotsa paama pawakeetakakawa napidza, pakadaka kakopeda nhaa naapidzawaka, ideenhikhetti iyo, khedzako karu padaki nheette phiome matsiakaru phewida liko tsakha.



## 5. Saudi phewida liko nheette matsiakaro peemaka

Linakoda watsa lhiehe kaako watsa whaa saudi phewida liko inako. Matsiakaro pasaudini, palhiotsa matsia katsakha phewida liko. Lhiehe saudi phewida liko likada matsia panheakakawa phiome padaki, peemakaa, matsia nheette yalaame panheakakawa apaana inai tsakha.

Manope nhaaha ikadaali matsia saudi phewida liko: panewikika nakhitte, peemakaa nakhitte, palhioka koakadaka, matsia pinai apaana, hiepakheetti tsakha.

Panewikika nakhitteka phiome lino koameka padaki, liñhaataka pakapakanaa, oophittetsa kadzokani nheette pandza tsakha.

Phiome whaa nawikinai, walhiotsa wanhekaa lhiehe hekoapi, koameka wadeenhika o wadzenakaro hirapittinaperi weemakadanako hekoapi riko. Apada matsiadali lhiehe saudi phewida liko, lhiena pianheka pidzeekataka matsiaperi nheette nama matsia pianheakakawa phiome nako nheette phiome iinai, nama watsa pianhe pidzeenaka hirapittinaperi nako.

Linakhitte paanhe pattaitaka padeenhika matsiakaro phewida liko ayaaha komonidadinai riko, kadzo tsakha apaita ittaitakapidzo liomaka lidzeekatawa matsiaperi idzeekataka lirhiwawa. Pideenhikale kadzo AISdzo, lhiena kanakaidali hanipa, ikitsidatakawape pikitsienape linako lhiapepe!

Metsa, ñamekada nako matsia saudi phewida liko, katthinaaka apadapenaa maatshiperitsa (palhioka hanipa inonaakali, hanipadali iroatti, kapaimanikali, ñame pakapa kattimakali) nheette katthinaka apaana panewikika nako kawhainaaperi hirapittinaadali peemakaa hekoapi ikoami, kadzo ideenhikhetti nako, hirapittinaa kakopedaka pha apaana iapidza, memaakatsa pha, ñameetsa paama paanheka pafamiliani nako, ñametsa pamatsiatakawa nheette ñameetsa paiña matsia.

Nhaaha idzamikattinai namatshikaka pha, peemakaa nheette ñemeetsa matsia panheakakawa ikatsa panhexoopaka maatshikeena pasaudini phewida liko yalanawinai ianhekherikhitte. Nhaaha imatshikakape phewida liko, kaiwhiakada apaita, hirapittineetsa lidzeenaka liodza, nama ñamekeetsa matsia lideenhika. Pandza wahaataka kaakokawha apadapena idzamikatti maatshiperi idzeekataka phewidalikoperi irhio, koameka panhekarona pattaitakaro pakitsindataka pakitsienape kominidadi riko, matsiakaro na.

## Inonakaali taimedali

Lhiehe inonakaali taimedali ikatsa apada maatshidalika imakada apaita irhio hanipa inonakaali nheette karoitsa lioma koaka lideenhiwa mitha, ikametsa liomakeetsa linoakakawa. Lhiehe idzamikatti lhipakeena 300 milhões nawikinai hekoapi riko pedaliapenai nheette ienipettipe tsakha. Lhiehe inonakaali

taimedali poadzatsani liodza liehe inonakaali khedzadalista, lhiena horedalimikanheetsa. Maliomekada nako paadza pakitsinda ou pamakakawa paino hiapidza, hanipa inonakaali tsakha, metsa ñameka idzamikattini.

**Nanakolhepha nhaaha inonakali taimedali nheette ñamekeetsa koaka padeenhiri, neeni apaana panhexopawa ñameka matsia phewida liko:**

Kanakai o horekanhekeetsa dai, pimaakanhekeetsa

Kanakai ou horekanhekeetsa piomaka piiñaka

Hamaka phiome pianhee pidaki riko

Ñameetsa pianhe matsia piapiñeetaka

Ñameetsa phiepa koanakoka

Piawada phiaka imali matshika phiome o ñamekeetsa kowada phia

lapiñeetakhetti maatshiperi inoka pirhio

Ñameetsa pianhe koame pidzeekataka koakadaka

Hoore iidzakhetti o matshidaka pikaale makadatsa

Inoakakheettiitsa liwapiñeeta (maliomekali, hanipa lioma maliomekani, liapiñeeta linoakakarowa o linoakakawa lhiawakatsa)

**Nanakolhepha nhaaha wanheriina, lhiehe inonakaali taimedali kathinaa tsakhani padaki nako. Nayo nhaaha paanheka idzamikatti inokape phewida likhette. Kadzo pakapanaaha panhexoopawana:**

Kaikai hanipa pawawa liko

Hamoka paxada liko

Taime o hirapittiinaka pettoka

Hoore kawale paxada liko

Kaiwi o haminã phiowheda nako nheette pitteda nako

Hoore kaika phewida liko

Kaika phiome padaki riko

Taime pianhe pikodaita liko

Ñameetsa khedzako pidaki idzamikattinai ikhoette

## Pikapakheera!

Nalhio nhaaha manope indigenanai, nayo nhaaha panhexoopa inonakaali taimedali nakaite oopikeena apaita ipeko likaalewa. Nhaaha maliirinai nheette nafamilianinai ikatsa kanakaiperika, nakitsindata karo kadzoite idzeenaka pakowaka naapidza nhaaha ekipi saudi rikoperi.

Lhiehe inonakaali taimedali nano tsakha liinai nhaaha tsooperitsa, phiome maatshika lirhio kheena. Pandza watsa wakadzeekataakakawa nanako.



## Iwhiokhetti hanipa

Lhiehe kaarokapha padaki riko padanataakakarowa koa ikhoetteka. Lima khedzakoka nheette khedzapi pakaale kheedzakaro padanataakakawa kawhainaadali ikhotte. hiehe kaarokali hanipadali hipaka apaita ima namekeetsa matsia lidaki ideenhika.

Pandza liko lhiehe kaarokaali hanipa ikatsa maatshidalika hipakada manope nawikinai hekoapi riko. Kathina kani apaita nako kaarokadaana pia kadzoiteni. Kaarokani makadatsa. Lhiehe hanipadali maatshika ima limaka ñamekeetsa lioma limottokawa lideenhikaro, kaakopedakaroni apaana iapidza, ñame limaaka, hanipa limatshikaka apaita hekoapi riko.

### Ikatsa panexoopaka lhiehe idzamikatti nhaaha:

Kaiwika o taimeka pakodaliko

Khedzapikanhe pakaale  
iñaaka

Kanakaikapidzo pianhe  
kawaleri

Kaika phiwida liko, kadaipoale  
pikapaka

Kai piipedape o  
phidzaakodape

Natetewa nhaaha pikawa  
nheette pikapi

Hoore keñapeka phia

Kaiwi nheette maatshida  
pianhe pikodaita liko

Ñame pimaaka matsia

Hapekatsa pirhio

Matshidatsa piawada  
nakapaka pirhio

Maatshikalhiakaali

Ñameetsa matsia  
iwapiñeetakheetti mikoiri

## Pikapakheera!

Hirapittina apaita ikaitekaro linako koameka maatshika lisaudini lhiwida likoperi nako ima ñameka pakapamithani kadzomitha kelomekapidzo apaita. Kadzoxoopa kanakai padeenhika linako, kaakoka pha linako komonidadi riko nheette liapidza tsakha kadzoite idzeenaka, lianhekaro kanakaika pakitsindatakani. Kaiwhiakadoani kanakai watsa liira tapee litarawakaro matsia.

## Maliirinai idzaadape

Maliirinai idzadapeka phiome nhaaha liemianipe o liiranipe imakawape poadzakani littaita karo liokakawa apakoa likolhe eeno likapakaro koakadaka. Kadzo tsakha phiome hekoapi rikoperi nalhioni lhiapepe nadzeekataxoopawa koakadaka neemakaa nadzaada nakhoettewaka.

Phiome whaa indigenanai walhioka dzaato, kaapi neemianhi nairanhi nadzekata karo nanheekhe, namatsiatakaro idzamikaita, natapetakaro apaita kawhaidaadali idzaamika o nadaatakaroni maatshidali iodza. Ophitte kadzokani. Karopia pakapa maatshikali linakhitte. Metsa nakakadzamiwa nhaaha yalanawinai nadeeka manope karoperitsa wanhe, kadzo nakeñoa namatshikeetaka hanipatsa whaa, hoore cerveja, dzanaka, haxixe, makonha, kokaína, krak, gasolina, pomenianhai, álcool cozinha ikaowaleda, kadzo liakawa.

Linakolhepha, neeni pakapa ñamekadanako matsia, lhiehe apaitape liomaka irawadatti o liemiawa, kadzo lidzeekataakakawa ñemekaroitsa naama namakakani, kadzo hirapittina limatsiataakakawa naadza nhaaha hirapittinaali lidzeenaka inako.

Lhie maatsiali ñemekeetsa kanakai apaita irhio nhaha maatsihipeitsa pairanhi o pemianhi ima namaka maatshikatsa panheakakawa pakitsiena ipeliko. Hoorekadani o kaiwhiakada apaita liomaka nhaa kadzodaliitsa karodaneetsa kanakai lirhiona.

Pairakada o pemikada hoore nhaaha maliirinai idzaadape, phiome nhaaha yalanawinai idzaarope maatshiperitsa, namatshikaka haniptsa pasaudini, padaki, phewida liko, nama padzeekataka kapaimanaaperi, kawhainaka apaita ima wadeekatsa linokakawa o liinooka apaita. Ñamekada limaka liodzawa nhaaha maatshiperi ikamena limatshikaka lideenhikale matsiaperi, maatshikeena liemaka kheena.

Apada idzamikattikani maatshidalitsa padaki irhio, phewida liko irhio tsakha. Lima ñame matsiaka peemaka hekoapi riko, liomakeetsa linakodali keetsani, liawada kadzo matsia lianheakakawa, liawada kadzo littaita lidzeekataka kookadakatsa.

Pandza wakaiteka nanako koaka nadeenhiri nhaaha maatshiperitsa idzeekataka phewida liko irhio, imaatshikakape nadaki manope wakitsienape.

## Irowadatti kapoaperi

Lhiehe lipoa apada aadalioaha apadapena irawadattinai riko. Lhiatsa nadzeekatanda nakaamatanda o nadzananda haikothedanai nakhitte. Lhidzaakolhiehelipookoamekatsalihanipakanakadaakani irawadattinai riko nheette kadzotsa liokakawa padaki rikolhe pairakeenani. Kadzodalikadatsa pairakani nheette hanipakadakanhetsani ñame matsia lidzeekataka pasauidini irhio, wadetsa lideeka pha maliomekali rikolhe.

## Pikapakheera!

Lhiehe kapoadali irawadatti liinooka 2,5 milhões newikinai hekoapi riko, limatsakha palhioka 60 idzamikatti nakhoette waka, limatshika peemaka nheette limatshikeeta tsakha peemanhi ipeko liko. Kadzo ñamekapidzo namhetta pairakani, apaitapena nakeñooka nairaka tsoopetsa, karodalitsa imatshika pha. Nairakadzami naanhe, ikameena nairanhiphaka, kadzoina watsa wadeetsa ñamekeetsa naama namakakani. Apaitape nako lhiapepe, ñame doromeka.

Pakapakada, apaitape lianhenitsatha maatshika irawadatti lirhio, lhiena likeñoophaka ttoawa lhiehe idzamikatti, metsa apowalipe liawada ñameka hanipa liiraka irawadatti kapoanhai.

Pairakada kadzodalitsa nheette hanipakanheetsa paamakani, lima watsa manope maatshiperi inoka paikalhe nheette padaki rikolhe tsakha, peemakawa liko, padeenhikale riko, limatshika tsakha padakipe riko, ikatsa linoakeena pha. Nhaaha idzaanatti padakipe riko nakeñooka katthinakana 5 a 20hamoli nako.

### **Ikaatsa nhaha idzamikatti kapoanhai idzeekatanhi palhio:**

Poraakali;

Limaatshikaka paxapinai riko (esofagite, gastrite, úlceras pépticas)

Pankreatite madzeenakadalitsa o kaiwikani khedzakodali (katodakanaadali);

Limatshikaka patephe (eewka pha, hepatitis alcóolica, cirrose epatika)

Limatshikaka patarapitenai riko (hipertensão arterial, cardiomiopatia alcóolica, acidentes vasculares cerebrais);

Limatshika peepedapenai nako, kadzo osteoporosidzo;

Limatshikaka payaa o liaphitte;

Limatshikaaka phewida liko (delirium tremens, síndrome de Wernicke, síndrome de Korsakov, demência alcoólica).

Nanakolhe pha nhaaha waniweetalina, lhiehe irawadatti ipoa limaka manope kaaronai iñaakakawa nheette lima tsakha manope inoakakawa. Nainoakakawa naapana liko, komonidadi riko, ima lhiehe irawadatti limaka newiki ipikakawa, lima padaleka apaitapena, ñame lianhe koaka o maatshika lidzeekataka apaana irhio. Aaha Komonidadinai riko wadzaro pe natsikheataka dzanaka nairawadape iapidza, padzawaro liko, kadzo lihanipataakakawa lhiehe maatshidali.

Apaitape karom matshi lianhe liiraka kadzoxoopa ñame liomaka ikitsindatakhetti matsiakaroni. Kadzoxoopa kanakai pakaitaka iakotti linako padzakale riko nanhekaru nheette paanhekaru pakapaka neenika irawadatti imatshikanida:

Manopewalikadeena lidewanaka nheette thewadzolhe karom tsooka liapiñeetaka kooka lidzeekatali;

Liirakada dawakalitsa o lidawaka iirawadatti ñamekaro apaita ianhe;

Keeroakani o liomaka linoakaka piapidza pikaitekada nakoni irawadatti iodza;

Kaaro likapaka nhaaha karoperipiatsa liwhio iironaa, lhitaka likaalewa, ikeriakheetti nheette liawadaka napiñeetanhikani;

Haamaka lianheakakawa kadzodalitsa, memaakakani, ñameetsa tsakha lioma iinaro o iinaro ñamekeetsa rooma tsianli, kadzo hanipa namatshikakawa.

Kadzo idzamikatti madzeenakadalidzotsa, irawadatti ñame pakapa litapena, ikametsa, pamakakani, pakadakani. Palhiotsa patarawataka ima neeni watsa padaki iomaka tseenakha irawadatti.

Neenitsa imatsiataakakhetti liodza, pairaka tapee nnheette pafamiliani ikitsindataka phanheettenhaaha ideenhikape saudi nako nakitsintadaka pakadakaro padzawani. Neeni nhaaha kadzoperimi idzeenaka, nattaita nakitsindataka tsakha lhiehe idzamikaita kadzo.

## Makooña nako

Lhiehe Makooña inokada apada paniatti nakhitte, liipitana Kannabis sativa, neenikani phiome hekoapi riko, ñamedalitsa matsia phiome irhio. Lhiatsa nattitoanda, lima kheedza maanhekhakana nheette naiña tsakhani.

Lhiehe Makooña nanhenida phiome hekopai riko limatshikaka pha, ima lhitaka o litsootaka nhaaha imakape matsiaka padaki ideenhika, lima manhekhaka pha, lima poadza pakapaka, kawhainaka pakapaka.

Paniatti nakhittedalikani, metsa littaitaka limatshikaka phewida liko, limatshikaka peemaka padzakale riko, limatshika padaki riko. Kadzotalikadaatsa nattitoakani o naiñakani ikameena kaiwhiakana lima nheette hirapittina watsa namatsiataakakawa liodza.

### **Ikatsa nhaaha panexoopa kaiwhiakana:**

Ñametsa matsia lianheka hekoapi o kalhekani;

Khedzapi lianheka matshika likaaale;

Makadatsa lhiwida liko;

Kawhainapedaka likapaka;

Liwhietaakakawa;

Apawalipeneetsa lianheka matsia hekoapi;

Tsookatsa iakotti iemaka linako;

Makadeetsa likapaka.

### **Panexoopa hirapittinakeena lidzeenaka:**

Maatshidakeena lhiiraka likalewa;

Kancer hiemaka lhirakadaliko likaaalewa;

Maatshidakeena lhiwida liko;

Ñameetsa liomaka likitsindawa, ñemetsa koawada lirhio koakadaka;

Inonakaali hanipadali;

Idzamikatti pherakaroda liko pakaalewa, neexakawa, hirapittina, makaale panheakawa.

## **Ikodoitakape**

Nhaaha ikodoitakape kaiwiperi, nakodoitaka koakadaka. Nhatsa keettani peri, neenhi nhewakawa phetako liko o panoma liko. Napokoka kapooperi kadzo nakadzodzo nhaaha makoña, namatshikaka pewhida liko, pawalipe matsiakapidzo paanhe pamawadakaka hirapittinaadali iodza.

Nhaaha ikodoitakape neenikana gasolina liko, querosene riko, esmalte riko, acetona liko, kola sapateiro idzaada liko nheette iitta riko.



Apaanapena indigenanai neemiaka ikodoitakape, neemiaka gasolina nheette lideeka nalhio hanipa imatshikakhetti neemakowa liko nheette maatshika nasaudini.

### **Ikatasa panexoopaka nhaa:**

Kawilheakani nheette daimheka lithi;

Maatshida liwida liko, makadatsa liwapiñeetaka, maatshida likapaka;

Itekheaketti;

Kadowhiathaaleni nheette likathaka;

Ittothakheetti;

Inonakaali hanipa.

Hoorekada neemiaka nhaaha ikodoitakape ikamena nakadzanaataka nhewideetta liko, nawadzeeketaka pawapiñeetaxoopape, pherakaroda liko paakaalewa, pakaale, peepedape padakai nakoperi ikameena mherapittinaaka phepaka kookatsa apaana idzamikattinai, ñameetsa matsia paapiñeetaka, inonakaali hanipa, manope limatshikaaka mhedzakoka padaki nheette patarapitte.

## **Pikapakheera!**

Peemiaka nhaaha ikodoitakape nainoaka khedzanaatsapha ima linoaka phiome padaki riko, matshikeeta phiome padaki, liwadzeekata pheraaka pakaalewa. Limatshikaka pakaale, limhedzakonatani, phekokada nako ikameena pawhietaakakawa. Peemiakdzami nhaaha ikodoitakape, lipontte, pikhedzakhoataakakada nako, ikameena pianhe maatshika pikaale, lima watsa wadeetsa maliomeka phia khedzanaatsa.

Phiome nhaaha matshiperitsa ima peemaka papidzawaka, pakitsienape iinai, hirapittinaa nadzeenaka nhaaha kadzoperi, nafamiliani irhiotsa ikitsindatakanhaa, liderançanainheette ekipi saudinai. Lhiemhedzakotsa pha likhoette lhiehe maatshidali ñame matsia panheakakawa, pawada ñameka kooda nalhiopha, apaitatsa panheakakawa, mheepakaaka pha pakanhekanai rihio, pawada ñameka iinaro ioma pha, nama nhaaha Televisãonai, piawada ñameka koaka pittaitali pidzeekataka o pideenhika.

Pakitsindataka lhiehe maatshidali idzeenaka linako lhiapepe ñamemitha pinakhapanikatsa hamaka liemiakani, metsa pikitsintadakani phiome nako, liemakaa nako, kadzo watsa lirhio tseenakha hiepakhetti littaitaka matsiakani, lirhioka likitsienape iomakapeni nheette littaita lideenhika.

### **Koaka AIS ittaitali ideenhika maatshika pewida liko ikhoette?**

Pirhiotsa piomaka pikapaka kapha neenika wakitsinda irhiokada idzamikatti liwidaliko, kapha kanakaika lirhio ikitsindatakheetti;

Kanakai kaako phia linako idzamikatti nalhio nhaaha komonidadinai, inoapi riko watsa kakopeda watsa hia linako, nanhekaro koame pakapakani, koameka padzeekataka matsia peemakawa. Pittaita piwakeetaka apadapenaa, piakaro palestra o oficina, pikadzeekatana;

Pirhiotsa pikapaka nhaaha idzamikapeena, pitapetakanha lhiehe idzamikaita phewida likoperi iodza, nadzaana nhaaha nhewideetta likoperi iodza, pikapatha kapaha nairakatsa matsia neetape, pikitsintada nhaa maatshikada nako nadzeenaka o namakaakada nako natapeena;

Pitañeeta itapetakhetti komonidadi riperi, itapeta pakowaka, kaako hia linako ikapakaro koame matsiapha itapetaka.



## 6. Padanataakakawa idzamikattinai iodza

Lhiehe khedzaakoka padaki idzamikatti iodza palhiokada nako nhaaha idanatakapephapadakeriko idzamikatti ikhoette kheedzaperi hipakapha. Padanataro padaki idzamikatti kawhainaperi iodza palhiotsa phepaka vacina nheette soro liko tsakha. Lirikoda kapitulo lhiehe, kaako watsa wha vacina nako ima ikatsa matsiadalika padaanataka iyo nheette pawadzakeeta tsaka liyo idzamikatti, kadzo varioladzo.

Neenide linakoapanina koamekaro padzeekata lhiehe vacinação, ienipettipe irhio, walhipapenai, pedaliape nheette pedaliapemi irhio tsakha. Phia Agente Indígena de Saúde piakompañarika pinewikite ivancianação ni caderneta saudí nakhitte. Ñame kada apada irhio o limawadakaka likadernetani, pipiri liawa Polo Base rikolhe.

Hamoli ikoami neenika vacinação, linako pioma pianheka koamekada nako watsa nadzeekatani pikomonidadi riko enfermeira iinai, médico iinai ekipi rikoperi, phiome kanakaiperi hipaka vacina, nalhiotsa nhepakani idzamikattinai iodza.

Whaa indigenanai nakaitenipe inako nalhiokatsa nakeñooka navacinarika, ima merapittinaka phamikatsa idzamikatti kawhainaperi nheette kheedzaperi ipokotakawa hipaka whaa.

### Ienipettipe

HAMOLINAKO	VACINANAI	IDZAMIKATTINAI
Medzenikadza mini/o	BCG-ID	Dzeewhemi kawhainaperi
	Epatiti B	Ikadzanatakada paxopana
Dzamapi keeri nako	Peemadzo pakapi idzaakatti ikhoette dali	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali, iitsi, epatiti B nheette Haemophilus influenzae tipo B
	VORH (panoma likodali)	Ttooli vírusnai nakhiittedali
	VIP / VOP (meerikalimi ienipetti iodzadali)	Meerikalimi ienipetti idaki ikhoettedali
	Pneumo 10	Bacterianai pneumonia nteette apaanapha

Modalipi keeri nako	Meningo C Conjugada	Idzamikatti Bacterianai inoakape phewideetta ikakamaya
Likoadaaka keeri nako	VORH (panoma likodali)	Ttooli vírusnai nakhiittedali
	VIP / VOP (meerikalimi ienipetti iodzadali)	Meerikalimi ienipetti idaki ikhoettedali
	Peemadzo pakapi idzaakatti ikhoette dali	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali, iitsi, epatiti B nheette Haemophilus influenzae tipo B
Peemadzo pakapi keeri nako	Pneumo 10	Bacterianai pneumonia nteette apaanapha
	Meningo C Conjugada	Idzamikatti Bacterianai inoakape phewideetta ikakamaya
Peemadzo pakapi lhita phewi peemhette keeri nako	VIP / VOP (meerikalimi ienipetti iodzadali)	Meerikalimi ienipetti idaki ikhoettedali
	Peemadzo pakapi idzaakatti ikhoette dali	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali, iitsi, epatiti B nheette Haemophilus influenzae tipo B
Peemadzo pakapi lhita likoadaaka peemhette keeri nako	Wheetshinai ikoettedali	Wheetshi
	Vacina hamokali eewakalimi padaki ikhoette	Hamoka-eewakalimi padaki
Dzameemadz o pakapi dzamhewi phaiphewida nakhitte keeri nako	SRC (Madalida idzamikatti ikhoette panomaliko)	Sarampo, rubéola e caxumba
	Pneumo 10	Bacterianai pneumonia nteette apaanapha
	Meningo C	Idzamikatti Bacterianai inoakape phewideetta ikakamaya
Dzameemadz o pakapi peema phaipa keeri nako	VIP / VOP (meerikalimi ienipetti iodzadali)	Meerikalimi ienipetti idaki ikhoettedali
	DPT (Madalida bactéria ikhoette)	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali, iitsi
	Likoadaaka idzamikatti ikhoette	Sarampo, caxumba, rubéola e varicela
	Epatiti A	Ikadzanatakada paxopana
	DPT (Madalida bactéria ikhoette)	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali, iitsi

Likoadaaka hamoli	Varicela	Katapora (Varicela)
	VIP / VOP (meerikalimi ienipetti iodzadali)	Meerikalimi ienipetti idaki ikhoettedali
Peemadzo pakapi hamoli ipeedzalhe	Pneumo 23	Bacterianai pneumonia nteette apaanapha
Peemadzo pakapi likoadaka hamoli nako	HPV (ineeni ikoowale)	HPV (idzamikatti kawilekali rikoperi pakeeta)
Dzameemadz o pakapi hamoli nako	Vacina hamokali eewakalimi padaki ikhoette	Hamoka-eewakalimi padaki

Pikapakheera: Hhiehe Epatiti B ñame kanakaikani apapi keeri ipontte medzenikaienipetti, nheettelhiehe vacina hamodali ewapemi ikhoettedali, kanakai watsa profissionanai ikapaka matsia, kapha matsiakatsa pavacinarika

## Pikapakheera!

Phia, kadzo Agenti Indigena disaudidzo, prihiotsa pikaiteka nhadoani nhaaha ienipettipe koameka watsa roenipe hipaka lhiehe Vacina BCG (Dzeewhemi ikhoette dali), ima likada liapowami nanaapa nako, kadzoxoopa nalhiotsa nhaanheka matsia linako.

Ikatsa nhaaha panheekaro matisa nanako:

1. Taradaka watsa liapowami dzamaanha miitsha iphontte;
2. Liwadzakaka watsawa lhiehe tarathedali peemadzo o peemadzo lhita pewi peema nakhitte pakapi miitsha ipontte navacinarikani;
3. Neeni watsa idzanaattidzoka liapowami liawakadzamiwa. Doorome liemaka liawakaorinawa, pawalipe liemaka peedmazo pakaapi keeri ipeedzalhe.

Kanakai pakadaka maapittatsa lideekaromi vacina, pikotshoni ooni iyo, sabão iyo, mesta matapetatsani, maitatsani tsakha.

Lhiehe BCG ñame neenhika peenhika peedmado pakapi hamoli nako, poadzasa liyo ienipettipe.



## Walhipapenai

HAMOLINAKO	VACINANAI	IDZAMIKATTINAI
10 a 29 hamoli	Epatiti B	Ikadzanatakada paxopana
	Dzamada pedaliape (DP)	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali
	Hamoka-eewakalimi padaki	Hamoka-eewakalimi padaki
	Madalida vírus ikhoette	Sarampo, caxumba nheette rubéola
	Wheetshinai ikoettedali	Whetshi
	Varicela apadanalitsa khedzakodali	Katapora (Varicela)
9 a 14 hamoli	HPV (likoadaka idzamikatti ineeni ikoawale)	HPV (idzamikatti kawilekali rikoperi pakeeta)
11 a 14 hamoli	HPV (likoadaka idzamikatti atsiadape ikoawale)	HPV (idzamikatti kawilekali rikoperi pakeeta)
11 a 14 hamoli	Meningo C Conjugada	Idzamikatti Bacterianai inoakape phewideetta ikakamaya

Pikapakheera: Lhiehe vacina varicela apadanalitsa pavacinarika iyo phiome nhaaha indigenanai, ñamekada nalhio nahistorikoni, nalhiotsa nhepaka lhiada vacinaka.

## Pedaliapenai

HAMOLINAKO	VACINANAI	IDZAMIKATTINAI
30 nheette 59 hamoli	Epatiti B	Ikadzanatakada paxopana
	Dzamada pedaliape DT	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali
	Madalida vírus ikhoette (SR E/OU SCR)	Sarampo, caxumba e rubéola
	Hamoka-eewakalimi padaki	Hamoka-eewakalimi padaki
	Wheetshinai ikoettedali	Whetshi
	Varicela apadanalitsa khedzakodali	Katapora (Varicela)

## Pedaliapeminai

HAMOLINAKO	VACINANAI	IDZAMIKATTINAI
60 hamoli ipeedzalhe	Dzamada pedaliape DT	Inoakape pherakarokada pakaalewa, kaakai kapoadali
	Epatiti B	Ikadzanatakada paxopana
	Hamoka-eewakalimi padaki	Hamoka-eewakalimi padaki
	Wheetshinai ikoettedali	Whetshi
	Pneumo 23	Bacterianai pneumonia nteette apaanapha



## 7. Idzamiktinai khedzaperi idzeenaka apaita irhio

Ikatsa nhaa idzeenakape kheedza apaita irhio apawalipe ainidzonakhitte, ooni riko o paiñhada nikhitte irhiokape nhaaha idzamikattinai.

### Idzamikattinai ttooli khedzakoperi

#### Koaka nhaa?

Lhiehe ttooli maatshidalitsa, nalhiophatsa nhaaha ienipettipe aaha região norte Brasil liko. Naaha ttooli kadzotsa paanhe kapidzo kanakaitha maapitta phakatsa peemaka peemakawa liko nheette matsia pawapakakawa naadza nhaaha idzamikatti ttooli, nhatsa bacterianai, virusnai, oomapinai paxapi riko.

#### Koame nhepaka pha?

Manope nhepakaa pha nhaaha idzamikatti ttooli, metsa ooni nheette paiñhawada likoka madzomheni pakeetakana, neenikadana madzomheni padzaamikana. Pattaithenitsa ñameka pakada nhepapha pakotsokada minitsa paiñhawada ooni matsianhai iyo lipeedzattoo paiñaka. Nheette nhepan tsakhapha pathiwata kadanako nhaaha idzamikape, pathiwatakada nakapi nako o itsirinai nako tsakha.

#### Koaka nawhaina nhaaha ttooli?

Nhaahattooli kawhainaaperi, apawalipe nainoaka, natmashikaka phiome padaki riko. Ikatsa limatshikakanhekapha lipeekoka paadza ooni nheette pedzako padaki rikitte. Namatshika tsakha pakaale nheette patephe, kadzokadanakoni, wadee linoaka pha, nhapatsa nhaaha ienipettipe, mhedzakoperimi ttoa kheena idzamikatti ikhoette.

## Koaka padzeekatali ttooli kaiwidali ikhoette?

Pakapa kadanako ttoolika hipali ienipetti, kanakai piaka liira lianayaape, ooni padzananda açúcar iinai nheette yokira iapidza. Littothaka ikoami palhiotsa paka liira lhiehe padzekatanda wadee liporakawa khedza, palhiotsa pakapakani kadzodalitsa pawalipe kanakai papirikani ideenhikape saudinai nako ikaalhe naakaro lirhio tapee lidaki riko.

### Pikapakheera

Pattaithe nitsa ñamekaro phepa ttooli pamatsiatkada ooni pairawada. Apanalitra ooni ikoami pitshakeeta dzamada gota lpoklorito yokira iyodali a 2,5% águasaniária nheette pikada liowhawa 15 minutos piiraka ipeedzatto.

Ñamekaro paporawa ttooli iyo, pattaita paira soro padzekatanda iyo pantti riko. Kadzokaroni:

1. Phita apana litro ooni matsianhai o pidzananda;
  2. Nheette pikada lirikoda apaita colher makaite yokira nheette apaita colher tsoite açúcar;
  3. Pitsikhietanimatsianheette piirani inoapirikotsa, pittothakadzami ikoami;
- Pirhiokada lhehe kolher-naniwetaxoopa, pikadaka dzamada açúcar nheette apadatsa yokira apana litro liko ooni.

## Idzamikattinai pherakarodalikoperi pakaalewa

### Koaka nhaa?

Nhatsa apapoko idzamikatti ittaitakape imatshikaka pherakarodaliko pakaalewa, manopeka nhaaha idzeekatakape maatshi, nhatsa bacterianai, virusnai, fungonai nheettepha apana o nhaaha karoperitsa kaawi, kadzo peemiaka iitta, hipai idope. Wakaiteka watsa nanako kadzoha:

### Whetshi panhenidatsa

Lhiehe whetshi virusnaika idzeekatalina, nadzeenaka apaita irhio kawaale riko, phetsiñakadanako, patekheaka danako o kaako kadanako pha. Ikatsa panhexoopakani hamoka padaki, kaika phewida liko, patekheaka

nheette kaika padaki riko, liemaka 3 a 5 hekoapi. Palhiotsa pawapaka matsia nhaaha ienipettipe dheette pedaliapeminai idzamikape, ima wadeka limatshikaka nanako, kadzo wadee likapokokawa pneumonia nalhio.

Lhiehe patapetakani, paaka liira o liiña kanaaperi, pikada liawhetawa dheette paka tapee whetshi ikhoetteperi, hamodali iodza, iinoakape lhizako, apawalipe paaka xaropi padzekatanda o yalanawinai idzaada hitakape o ipekakape liodza whetshi. 5 hekoapi ipontte kaiwhiakadatsa whetshitta irhiotsa ioma ipirikani medico ikaalhe.

Nakhoette nhaaha vírusnai kawhainaaperi, Ministério daSaude liaka vacina nakhoette dali hamoli ikoami, palhiotsa paama pakada phiome hipaka vacinanai nakhoettedali nhaaha virusnai, ima neenikadzami lhiehe vacina ñameetsa hoore idzaamikape iakawa hospital likolhe dheette ñametsa hore maliomeka nanako.

## **Dzeewhemi**

### **Koakeena?**

Idzamikatti bacterianai nakhittedali naanheri nhaaha yalanawinai bacilo tuberculoseka. Lhiehe dzeewhemi neenika ttoani Brasil liko, horekani Amazona liko, hore nadzaamikani dheette manope maliomeka linako. Neenideena liptapena matsiadali, pairakadaani matsia kadzo likaitekanaadzo, pattaita matsiakapha tuberculose iodza.

### **Koame lidzeenaka apaita nakolhe**

Lhiatsa idzamikatti khedzadali hipaka apaita apaitame, liinoaka pattattani, littaita tsakha liinoaka manope padaki riko. Apaita idzamikadanako ñamekada patapetani, litekheaka danako, litsiñhaka danako o kaakoka danakoni, ikatsa lhiehe bactéria liarakawa apaita nakolhe, wetsitsime, keena lhipaka madzaamikaite piamitto.

### **Koame paanhekaro apaita irhioka dzeewhemi?**

Pikapakada neenika apaita itekheakada dzamaanha miitshena, meettaka litekheaka o lipepoka whetshi dheette lhiwittaka iirai lipontte. Linakolhepha lhiehe litekheaka, hamoka lidaki, keeñapekani, ñame lioma liiñhaka, meepeka liawa, kaika likodaita liko, apawalipe hamaa lianheakakawa, ñamekadaanatsa koaka lideenhiri.



## Koaka padzeekatali neenikada apaita irhio dzeewhemi?

Khedazalalimi pakaiteka ekipi saudinai irhio linako nadzeekatakaru lirhio exami. Ñamekada pakapa padzeekata karoda exame tsoometsa, palhiotsa papirikani liakarowa cidadi rikolhe.

Exami iñhatakada lhiakani dzeewhemi, lhiehe idzamikaita naa watsa lirhio tapee makoadatsa. Madzomheni naaka aapapi keeri ikoawale tapee nheette lipontte lirhiotsa lidiaka tseenakhawa cidadi riko nakapakani, nadzeekatakaru lirhio exami tseenakha, naakaro pha lirhio tapee.

## Nheette koophaka padzeekatali?

**Kadzoaha agenti disaudizo, lhiehe pidzaada pideenhikaleka, dzoaha:**

- a) Piaka pikapa kapha matsia liira tapee kadzo medico ikaitekapidzo o enfermagem ikaitekapidzo;
- b) Piomaphaka apaana idzaamikape lifamiliani riko, eskola liko, lideenhikale riko. Neenikada pidzeekata phiome kadzo linakoapanina ikaitekapidzo;
- c) Pikaite idzamikaita lidiakaro tseenakhawa lidzeekata exami cidadi rikolhe kadzo mediconai ikaitekapidzo papera liko;
- d) Pikaite idzamikaita irhio liirakaro matsia litapewa, ima pawalipe matsiakatsa nanheakakawa ikameena ñamekeetsa noama nairaka naitapewa;
- e) Ñamekada naira matsia naitapewa, lhiehe idzamikatti lidiaka watsa nanako khedzako pha, hirapittinaa watsa nheete wadetsa watsa maliomekani;
- f) Pirhiotsa piwapaka lhiehe idzamikaita 6 keeri nako, ima 6 keeri katsakha watsa liira liitapewa;
- g) Pikapa matsia nhaaha idzaamikape pedaliapeminai, ienipettipe, idzaamikape HIV, irhiokape diabeti o doromeperiina idzamika ima mhedzakokeetsa nadaki riko, nhaa wadetsa limatshikaka nanako hanipa;
- h) Aapapi keerinako idzamikaita lirhiotsa liemaka lipana likotsa lhiawakatsa. Dzamapi keeri nako, exami iñhataka ñamekeetsa katthinani linako, littaitena liemanhika phiome ipeko liko.

i) Pidenhikale watsa imali limottokawa idzamikatti iodza, matsiakadzamini.

Mamawadakatsa: Neenide vacina dzeewhemi ikhoettedali, lipitana BGC, nhepali nhaaha ienipettipe medzenikadzamina. Pikapa matsia nakartaoni vacina inakodali, ñamekada ttoa nhepa lhiehe vacina, pikaite nakanhekanai nadeekaro nadaka nhepa lhiehe vacina BCG. Kadzo khedzako watsa nadaki riko nhaaha ienipettipe likhoette lhiehe idzamikatti, lidaanataka nadaki ñamekaro nadzaami nheette ñame watsa maliomekana linako.

## **lirakape peerana paxapi riko**

Nhatsa idzamikatti nanakhitteperi nhaaha iirakape peerana, iemakape padaki riko nheette naiñaka nhedzakowa padaki nakhitte. Nanako watsa kaako whaa pandza, ima neenika dzamaana nhaaha idzamikatti neeniperi wadzakale riko: oomapinai nheette amebanai.

### **Oomapinai**

#### **Koakeena?**

Apada idzamikatti nadzekatanda nhaaha iirakape peerana nhaaha oomapinai iemakape lixapi riko idzamikaita. Maatshiperikatsa nhaa ima neemakadanako paxapi riko naitaka nhaa phedzakowape idzeenakape paxona nakolhe nheette tsooperi paxapi nakolhe tsakha. Nhaaha iirakape peranaa nattaita nainoaka apaita.

Lhiehe idzamikaita oomapinai lipeekoka manope neewhe hekoapi ikoami liixa liko. Makadawerikotsa peemaka, nhaaha iixatti pakhomeperi oomapi hiewe iyo naakawa hipairiko, naakakawa pañhawada nakolhe, ooni rikolhe, ñamekada pakotshoakawa naakakawa panaani nakolhe. Kadzoina madzamikaitettoo liiñakana liñhawada liko. Pakeeta tsakha nhaa kotsi nako. Nainoaka pha paiñha dzami neewhe paniatti riko ñameperitsa nadzana matsia.

## Koame panhekaro naa?

Tsooka ttoana ñame kathinakana, nakeñooka ttoawa, mesta hoorekadeenana, nattaita nadzeekataka:

Kaikai pawawa liko;

Ttooli;

Dowhiathaka nheette  
pakathaka;

Kaika pattaattani riko,  
patekheaka meetta, hamoka  
padaki nheette kaika

Khemakadzawana paxapi riko;

painhaaphi riko;

Ñame paama paiñhaka;

Liixakawa pawawa  
maatshikada paxapi riko.

Meerana pakapakanaa;

Paporaakawa;

Lhiehe idzamikatti panhekaro matsia linako palhiotsa padzeekataka exami, oomapi pedaliape kathinaakana iixatti riko, pawalipe namotto nanoma likhitte o nhetako likhitte tsakha.

## Ameebanai

### Koakeena?

Kadzo nakadzodzo nhaaha oomapinai, ameebanai nhaana ikadzanaatti iirakape peerana paxapi rikoperi, kadzo peemakada makadatsa dowheenawe riko. Prozoarioka neepitana, manopena nakhoettewaka, ttooli iiranatti iinai iatsa panhexoopaka na.

Likadzanaataka paiñakadzami liewhedzodali, lipontte ikamena litawiñakawa, namanopetaakakawa nheette kadzaanaka paxapi riko. Nattaita tsakha naakakawa patephe nakolhe o apana padaki rikolhe. Nadzeena idzamikaita nakhitte apaita nalkolhe, iñhawadatti riko, ooni riko, iwiiletti kadanako tsakhani.

### Koame panhexoopa paita irhioka na?

Natawiñakawa madalianha miitshanako, lipontte nhepakadzami apaita nheette kathinaka naa:

Kaika pawawaya;  
Ttooli;  
Iranaatti paixa liko;  
Meepekapawa;

Tsitameka paixa nheette  
iranaatti iapidza;  
Hamaaka panheakakawa;  
Hore kawale paxada liko;  
Kaika peerikoapo liko  
pettokadzami.

### **Kaiwhiakada newiki, kadzo idzamikaitaaha:**

Kapalhainika liwawaya;  
Oonika liixa, iranatti iinai;  
Littothaka 10 a 20 wali apada  
hekoopi nako;  
Hamoka lidaki;

Ikathakhetti;  
Kakaika patophe (keñaape,  
hapekali, mhedzakokali,  
ikathakhetti, mepekali, kaika  
paanhe paxada nako);  
Meeranakali.

### **Koaka nhaa AIS ideenhikaleri?**

Liomaka likapaka phiome nhaaha idzamikape

Pikaiteka nalhio koameka matsia maapithaperi karotsa peemaka  
(pakotshoka pakaapi paiñhaka ipedzattoo nheette pettokadzami,  
padakakadzami; pakotshoka haikotheda lipeedzottoa painākana);

Pikitsindataka AISAN koamekaro limatsiataka ooni nairanda  
nheette lidanatakaro linawikite idzamikattinai iodza;

Pikaiteka koamekaro litapetaakakawa lhiehe idzamikaita, ima  
pawalipe ñame naama nairaka tapee medico nheette enfermeiro/a  
ianipe, nheette napirikadanakoni tapeedapana likolhe ñame lioma  
liakawa.

Apadapena komonidadinai natapetaakakawa melão-caetano iyo,  
mamão nheette yoromo iixi iyo naadzawa naadzawaz oomapinai,  
ameeebanai nheete nhaaha tsokhaipetope, waliitshi ihaikoke iyo tsakha,  
manakada iyo, mastruz, hortelã nheette xikoria nainoaxoopa omapi  
makakhaipe.

## Koonami

### Koakeena?

Lhiehe Koonami apada idzamikatti kadzodalitsa neenika oophitte Amazonia liko, mano nepitana nakhoette waka, kadzoaha impaludismo, sezão, maleeta, hamoka padaki patetewa pakorhowa tsakha. Likoodakaka nakhoettewaka nhaaha oomapi tsooperi naanheri Plasmodium ka: neenika koonami Vivax (mhedzakodaliphatsa), falciparum (Khedzakodali), neenipha malarie nheette ovale, nheette nhaahda dzamada wakeñoali wakaiteka anaaha Amazonia liko.

### Koame lidzeenaka apaita nakolhe?

Lhiehe koonami lidzeenaka apaita irhio linakhitte lhiehe ideekadani apaita nakolhe, lhiehe ainidzo ideerini apaita nakolhe. Lhiehe ainidzo medzenikani matsia nheette liiraka idzamikaita, lipontte ikameena lideekani apaita irhio nhette liapidzatsa maliomeni.

### Koame panheeka apaita irhioka koonami?

Phiome nhaa koonami hipanhi hamoka nadaki, kadzoxoopa nhaaha hiemakape komonidadi riko o tsoomeperitsa cidadi iodza, hamokada nadaki apawalipe lhiena koonami. Hamoka padaki ikatsa lhiakanheka, kaiwi tsakha pewida liko, pakorhowa nheette keñapepha, kadzo padzeenaka hekopi ikoami nheette deepi tsakha apadeeniri hora likotsa. Nalhio nhaaha ienipettipe tsooperi ttoa, kewedaniperi, diabetikonai nheette pedalipeminai wadetsa limatshikaka nanako, limatshikeetaka natephe, newhideetta, nattattani nheette nakaale, liinoa tsakha.

### Koame paanhekaro hapeeka koonamikani?

Phiome nhaaha pawadanhi irhioka koonami, nalhiotsa nadzeekataka exami microscopia liko teste kehdzadali iyo tsakha. Palhiotsa phetaka neerana nhette papirikani posto likolhe irhiokada microscopia o padzeekatakani teste khedzadali iyo. Nheette palhiotsa pahegistrarikani lipeperana liko papirikaroni nalhio nhaaha SIVEP-Koonami (Sistema de Informação de Vigilância Epidemiológica) liko peri.

## Koame patapetaka?

NadzeekatakadzamiexamipaanhekakaphakaVivaxkani oFalsiparumkani, litapena naaka watsani makoada. Poada-podzameka natapena nakhoettewaka, kadzoxoopa kanakaika exami. Falsiparum patapetakani madalida hekoapi, mesta Vivax 7 hekoapi. Palhiotsa pairaka matsia petapewa, ima pawalipe madalida hekoapi ipontte ñameetsa kathinaka paanheni panako, metsa 7 hekoapika pairaka tapee painoakaro Vivax, kadzoxoopa hamakada pairaka tapee, lidiakawatsa linako tseenakha.

## Koame pakapaka pawadaniita idzamika?

- a) Piomaka pianheka kapha neenika hamoperi idaki komonidadi riko;
- b) Phitaka neerana nhethe pipirina microscopista irhio;
- c) Pidanani pifixani riko SIVEP;
- d) Pikitsindata nairaka matsia neetape nhaaha idzamikape koonami;
- e) Neenikada koakadakatsa litapetaakakadanakowa, eewaka lithi, ñameka hamaa hamoka lidaki 5 hekoapi nako, meranaakani o iranatti imottoka liodza, pipirini liawa khedzalimi tapeedapana likolhe. Eewakada nhaa lithi (icterícia) pinaa hamaka liiraka tapee.

## Koame ñamekaro koonami hipapha?

- a) Pikaite matsia nhaaha komonidadinai linako nheette pikaitena kalheka neeni koonami;
- b) Pikaite nalhio koameka ainidzo nako, deepinalheka hoorena nheette pidzoomepi nakolhe;
- c) Pinaa naosarika mosqueteiro ainidzo iodza, naanipe nhaaha Vigilancia likoperi;
- d) Pikitsindata lhiehe inoakaita ainidzo panttipe ikoami, pikaiteka nhaaha newikinai nakadakaro liinoa ainidzo napana liko;
- e) Pikadzeekata eskola liko, associaçõnai riko, igreja liko linako koame padzeekataka ñamekaro padzami koonami nheette kanakaika paanheka pakapakani khedzakaro patapetakani, kadzo tsoophatsa watsa namatshikakowa nheette ñame watsa maliokana linakona.



## Dengui

### Koakeena?

Lhiatsa apada idzamikatti aadalina aaha wahipaite nako virusnaika nhaa, dzakaleenai makakoepe idzamikhe, ima neenika nhaaha idzeneetakopeni, lhiatsa ainidzo nanhekani Aedes aegypti, litawiñakawa peemakawa liko. Kadzoxoopa nakaite ñameka komonidadi rikoperi idzamikhekani.

### Koaka nhaa nheette koame lidzeenaka apaita nakolhe

Lhiene idzamikatti virusnai idzeekatanda Dengui idzaada, likoodakakana nakhoettewakana DEN1, DN2, DN3, DN4. Apada hipakada pha, ñame lidaanataka pha apada iodza, kadzoxoopa nhaaha nattaita nhepaka phaphiome, padzamikani likoadaakawali. Lhipaka apaita ainidzo inaraita irhiokada dengui iiraka danakoni. Lhiehe dengue kawhainadali nalhio nhaaha ienipettipe, inapeda kewedaniperi nheette pedaliapeminai irhio, nalhiophasa nhaaha irihiokapeena apaana idzamikatti nadaki riko.

### Koakani nheette koame paanhekani?

Lhiehe idzamaikatti Dengui limaka hamoka padaki hanipa, kaika phewida liko nheette kaika pathipokodee tsakha, kaika padaki riko, pawethepe riko nheette keeramaka phiome padaki dorome 7 hekoapi. Limatshikakada panako, kaika pawawaya hore, khedzapi pakathaka, makodawanamika pha, keeranakapha nheette mhedzakoka pha. Lhiehe idzamikatti littaita lideeka pha maliokalirikolhe ñamekada tapetaakawa matsia liodza.

### Koame patapetaakakawa liodza?

Ñame pakaka litapenaa matsia. Ikametsa paaka idzamikaita irhio liirawa likeñoethette, paa tsakha lirhio nhaaha tapee hamoka padaki ikhoetteperi nheette nhaa kaika padaki ikhoetteperi.

### Koame padanataakakawa dengue iodza?

Kadzo paanhekapidzo ainidzo likoka neema nhaaha virusnai idzeekatakape dengui, neemaka ooni mananianhai riko, kadzoxoopa palhiotsa ñameka pakada ooniawa paapana idalipa wadee nerikoda nawiñawa nhaaha ainidzo neemakarodape. Pakadaka nhewawa paapana likolhe nhaaha agenti endemia kikoperi nakapakaro nheette

nakitsindatakaro pawadzakeetaka nhaaha ainidzo itawiñakarodape, nakapadaana tsakha kapha neenika idzaamikape.

## Kovid-19 o Koronavirus

### Koakeena?

Lhiehe koronavirus nanheeri SARS-CoV-2ka, lhiatsa idzeekatakadaka idzamikatti naanheri Kovid-19ka, katthinakani 31ka dezembro 2019 aaha dzakalee lipitana Wuhan Xiina liko. 2020 hamolika limopokotawa phiome hekoapi riko, 11ka março 2020, lhiehe kovid-19 nakaiteka linako nhaaha OMS rikoperi, akeena niaha phiome hekoapi rikolhe.

### Koame lidzeenaka apaita apaita menako lhiehe koronavirus?

Lhiehe idzamikatti khedzadali idzeenaka apaita irhio, apaita idzaamikaita lidzeneetaka madalida irhio. Lhiehe idzamikatti liemaka paanomhaa liko kadzoxoopa liakawa patekheaka danako nheette phetsiñha kadanako tsoometsa apaana iodza. Lidzeena tsakha apaita irihio liakada lhipa neeniwe rikoni ima lhipaka watsa linoma liko, lhitako nako, kadzo lhietaka linakowa koronavirus.

### Koame kathinaakani panako?

Likeñoakawa whetshikani, hamoka padaki, kaika padaki riko, patekheaka meettatsa, pawalipe pattotha, meettanika panoma o nãmetsa paanheka koaka iittani. Kaiwhiakani makaaleka danakoni, limatshikaka pakaale, patephe nheette pewideetta.

Kawhainaaphakani nanako nhaaha pedaliapemi, idzaamikapeena ttiimeka nadaki riko, diabeti nheette câncer, nalhio tsakha nhaaha irhiokape nadzaamikhe natephe riko, kewedaniperi nheette nhaaha iitakape ttoowa kenipekadzamina. Palhiosta pawapaka matsia nhadawa nhaaha, aaphatsa nalhiokadeena nadzaamikhe.

### Koame paanhekaro hapee kovid-19kani?

Nhaaha kaiwhiaperi nalhiotsa nadzeekataka exami laborartorio liko cidadi rikolhe o nheeta nazamiriwa napiriwape LACEN (Laboratorio Likoawaleda) irhio nadzekatakaro exami liipitana teste RT-PCR. Nhaaha opiperi pheena pattaita panheka nanako teste khedzadali iyo.

## **Koame pattaita patapetaka nhaaha idzamikape?**

Ñamettoo pakapa litapenaa matsiamitha. Metsa palhiotsa patapetaka idzamikaita paaka liira koakadaka hanipa lhidzakowa, paaka tapee hamodali lidaki iodza. Palhiotsa pakapaka phiome nhaaha idzamikape kaiwhiaperi, limatshikaakanhi inako, nhaa tsakha nhaaha kawhainaperitsa idzamika.

## **Koame pattaita paanheka limatshikakeena apaita nako?**

Ikatsa panheexoopaka limatshikaakakeena apaita nako, makaale lianheakakawa, kawale iomaka iwadzakaka liodza, hirapittinaa lhiraka likalewa, khedzapi likaale iñaka. Kadzokadaani palhiotsa papirika idzamikaita liakarowa tapeedapana likolhe.

Oxímetroka liipitana lhiehe apada nanhexoopaa nhaaha yalanawinai ideenhikape saudi nako koadzoka palhioka kawaleri peerana liko, lhiatsa ikitsindatakadana nanhekaro matsia, matsiapha apaita irhioka 95 a 100% naanheri oxígenioka. Lhiehe irhioka whetshidzodali nheette lirhiokadaa 95% yapirhe oxigênio, likeñooka makalheadakani, nalhiotsa napirikani liakarowa tapeedapana likolhe nakapakaro matsia linako.

## **Koaka nhaa padzeekatali ñamekaro kovid-19 hipapha?**

Ikatsa nhaaha apadapena kanakaiperi padzeekataka ñamekaro lhipapha nheette phiome komonidadi irkoperi nalhiotsa nadzeekataka tsakha:

- a) Naroitaka nhetakoyawa;
- b) Paanhika yakaapetsa padzawaka, apaita metro imeiape kalheka tsaaka; c) Pakotshoka pakaapi khedzapi phatsa ooni riko sabão iapidza, paiñheetaka pakaapi alcoo iyo irhiokada 70% alkool.
- d) Ñame paanhikawa manopeka ipekoliko;
- e) Phienawa liodza lhiehe peemakaroda pikapakadaa taimekani nheette ñameweriko pakapa tsoo kawaleri.

## **Kapha neenikeena vacina COVID-19 iodza?**

Ooho hapee, neenideena vacina matsiaperi ima limaka ñamekeetsa hoore nhaa kaiwhiaperi nheette ñameetsa maliomeka hipakape vacina. Palhiotsa phepaka dzamawali vacina. Manopekeena nhaaha vacinanai, kadzoxoopa

nakhoettewaka lidoromeka phepakaro vacina pakeñookadzami apada. lanhekaro matsia nanako ikaakota vacina nanako nainai nhaaha ideenhikape saudi nako idzakale riko.

## **Koame Agenti diSaudi ikitsindataka ñamekaro idzamikatti hipapha?**

Nhaaha AISnai nahlioka haanipa limatsiaka naddenhikale ñamekaro kovid-19 hipapha nheete nakapakaro tsakha koaka idzamiiri. Ikatsa nhaaha nadeenhikaleka:

- a) Likapaka koaka idzamiiri nheette lipirika nhaa tapeedapana likolhe;
- b) Likaite nhaa familianai koamekaro nadzeekataka nhaaha lhipanina lhiehe idzamikatti ñamekaro lidzeena apaana irhio;
- c) Likadzeekataka phiome ianheekaro koawada kanakai naanhikawa yakhettetsa nadzawaka, yakaapekarotsa neema nakhoettewaka, nakotshokaro nakaapi sabão iyo nheette nakadaakaro kawaale hiewawa iphia matsia naapana liko;
- d) Nakaiteka vacina nako matsiodalikani, nhepakarona;
- e) Nakapa matsia idzamikape nhaatsakha nhaaha liawadanhi idzaamika kovid-19, likapakada limatshikakawa apada nako, khedzakalimi lirhiotsa lipiirikani tapeedapana likolhe.



## 8. Idzamkattinai madzeenakaperitsa apaita nakolhe nheette imatshikakape padaki riko

### Pottidazaka padaki riko

#### Koakeena?

Apada idzamiketti ikenhookada ñamekadanako walhío ou walhio kadanako tsotsa nhanheeri insulinaka wadaki riko, lhiatsa ormonio imakada tsookatsa pottidzadali peeranaa liko.

Lhiehe diabeti tsakha inokada littaita kathiinakani ima ñame insulina ideenhika matsia padaki riko. Kadzo wadaki liiraka matsia pottidzadali wacelulani riko, kadzoina pottidzadali iwakakawa werana likolhe watarapite riko.

Ñamekada patapetani, hore watsa lideenhika maatshi, lideeka apaana idzamiketti, kadzo matsíka patephe, pakaale idzaamikhenai, malíomeka pewideetaa dheette mathipha. Lhiehe idzamikatti lilhioka dzamada liipitana: diabeti ikeñoakada dheette diabete dzamada xoopá.

#### Diabeti Mellitus apada

Ikatsa lhiehe apada diabeti ikeñoakada payenipettikalikhitte, ikatsa horerika nanako nhaaha irhiokape 10 nhethe 14 hamoli, kheedza litawiñaka nanako nhaaha apaitape.

Lhiehe diabeti ikeñoakadawa katthinani padakiriko liinoakadanako wacelulani wapankreani irkhitte, nanheeka lipitana beta nhaaha yalanawinai, nhaatsa wacelulani idzekatakape insulina, imakada lhinipataakakawa pottidzadali weranaliko ima kanakaika wadakiriko nhaaha insulinanai.

Neeni, kadzoxoopá, kanakai pausarika hekoapi ikoami lhiehe insulina, paweeniri karotsa papottidzaka yeemaka panako. Lhiapeepeehe diabeti lideeka tsakha apaana irenatti linawa, meeranakapha.

Lhiehe nanheeri idzamikatti padaki idzaadaka ima makadakeetsa padaki ideenhika, ñameetsa matsia lideenhika padaki, kdzoxoopa lhiawakamiitsa linoakawa, ñamekeetsa littaita lidaanataka pha.

## Diabeti miliyus dzamadaxoopa hiapepe

Ikatsa lhiehe kattinadaliphaka diabetinaika

Katthinakani horekadanako pottidzaka peerana liko, hanipaka danakophani lodzalhiehe idzekatakada insulina padaki riko o ñamekada nako wadaki ikada insulina ideenhi matsia wadaki riko, panherika nnameka wadaki ioma insulina.

Matanidalimitsa inhaka koakatsa lhiehe irhioli liapepe liehe diabete. Koame panhexoopa palhioka lhiehe idzamikatti?

Hore pamaka pairaka ooni

Hore padakaka ou kattipalhekapha

Khedzapi padakaka deepi

Makalheadakapha

Medzakokapha

Kadaipoaleka pakapaka

Mattiraka tsakhapha

Kamonikapha

Meepekapha

Nhaaha paanhexoopani, pawalipe nname lianhekani lhiehe idzamikaita, metsa kaiwhia kaadzawakanina. Ñamekada litapetakawa, waade limatshikakawa hore linako, nnette maatshika lidzeenaka, dzalime lodza hekoapi, hekoapi ipanha lhiodza nnette wade maliomekani.

Lhiehe panewikika horeka painhaka ttímedali nnette pottidzadali, liaapidza lhiehe nnameka pakhedzakota padaki, ikatsa wadeka horeka liwakakawa ttimeedali panako, paxadanako, ikatsa imalika palhioka



idzamikatti pakaale nako nheette patarapite riko.

### **Apana panewikika, wadee tsakha nahanipataka palhio diabeti, kadzoaha:**

Palhioka apaita pakitsinda idzamikaitenani

Ñameka matsiaka peranaa hiekokawa (hanipaka papressãoni).

Ttimeka padaki riko nheette ttimeka peranaa liko

Ttiimeka phiome padaki riko

### **Koaka nadenhikaleri naanhã AISnai?**

Naamaka nanha idzamikape nheette nadzekata nalhio nafixaniwa nanhexoopawa matsia nanako tapedapana likolhe.

Nakadzeekataka panhekaro koameka matsiakaro peemakaa, pakhedzakotaka padaki, hamaka pairaka dzanakaa, paiñaka nanha inhawadatti nakhoettewaka, haikothea nheette paniattidape;

Nakaiteka nalhio nhaahã diabetikonai kawhaina lienhe idzamikatti, koameka nhekaro palhioni nheette koaka litapenaali.

Napirikatsaka liehe idzamikaita nanhekaro koaka lidzamiri nheette litapetaakarowa Polo base riko.

Nakitsindataka nhaaha diabetikonai koameka nadzeenaka nheette kapha matsiatsa natapetaakakawa;

Naamaka nhaaha ñameperitsa ioma iakawa mediko likolhe;

Naama tsakha nanheka koadzoka pottidzaka neeraana liko nhaaha idzamikape, kadzo nakaitekapidzo nhaahaequipi saudi rikoperi;

Nakadzekatana nanako koameka pakotshoka peetsha nheette phaipa tsakha.

## Padaki hiraphittaka (Hipertensão)

### Koakadakeena?

Padaki hiraphittaka, ima khedzako kanhe keetsa peranaa idzeenaka patarapite riko, phiome padaki riko, horekanheena liodza matsiakatso pha.

Pakaiteka apaita idzamikeena lhiehe padaki hiraphittakami lirhiokadanako 140/90 mmHg o lirhioka 14/9. Palhiotsa pawaka pakapani manopewali nayo nhaaha likoawalena, nadzeekatakani nhaaha ianhekapetsa idzeekatani, nhaaha ikadzeetaakakapewa likoowale.

Nhomekada patapetakawa liodza, littaita limatshikaka pha, maliomeka phewideetta o lihamaataka pakaale idenhika. Limatshikeeta tsakha patephe, patthi, phewideetta nhette pakawa liko.

Ñame pakapa apadakatsamitha imali kadzokapha, kadzoxoopa waniweetaka watsa apadapena, nawaketaakakadawa ikatsa kawhaina padaki hiraphittakaro:

Paiñaka horekanhetsa ttiimedali nhette yokira

Hamiñakanhekeetsa pha;

Horekanhekeetsa pattitooka dzema;

Palhioka pakitsienape idzamikape kadzo;

Ñameka patopikaphatsa hekoapi ikoami;

Hore kanhekeetsa pairaka dzanakaa.

### Koaka nadenhikaleri naanhã AISnai?

Nakadzeekataka panhekaro koameka palhiokaro matsia peemakawa, kadzoaha: pakhedzakotaka padaki, paiñaka matsia, patsootaka pairaka dzanakaa o hamaaka pattitooka dzema;

Nakapa kapha matsiapetsa nhaaha linawite naanhikadanako nakapanhaa naapana ikoami, kadzo EMSI ikaite kapidzo;

Napirika nhaaha idzamikape nadzeekatakaro exami nhethe natapetaakakarowa Polo Base riko;

Nakitsindataka koameka nadzamiatakaro neemakaa nhethe mhamaaka karotsa natapetaakakawa;

Naamakaro nanhe kalheka nhaaha idzamikape nhethe nadzeekata nalhio nafxaniwa tapeedapana nakolhe ikoawalhe.

## Ttiimeka phime padaki riko

Lhiehe ttiimeka padaki riko apada idzamikatti ñamedalitsa kheedza idzeenaka paadza. Kathinakani horekadanakoina ttiimeka padakiriko nhethe hamiñakanhekeetsa pha, wadeetsa palhioka tsakha diabeti, padaki hiraphittaka nhethe pakalhioka idzamikatti pakaale nakolhe.

Lhiehe haminhakanheketsa pha manope manope ima: maatani katsa painhaka, pakaanhekanai nakhitte nhethe padaki nakhitteperi, paweeniri kanhekatsa pha, maatshidaka phewida liko, nhethe apaana pha. Panhekaro koadzoka phemiñaka palhiotsa padzekataka kaokolo, nanheri IMC – Koadzoka palhioka peepe padaki nako, liyo paanhe matsia kapha likoatsa lhiehe pheamiñaka payapika nako.

Pakaokolarika lhienhe IMC, padividirika phemiñaka kilograma nako payapika iapidza, dzamawalipe linakolhe:

***phemiñaka:payapika (dzamalipepha linakolhe).*** Kadzoaha, apaita irhiokadaa 70kg lhimiñaka nheette lirhioka 1,70m liyapika, lirhio watsa IMC 20,5, ikatsa panhexoopaka likoakatsa lhimiñaka. Ikapakheera aaha tabela liko koameka IMC, matsiaperitsa nakotsa irhiokape 20 a 60 hamoli.

IMC (KG/M2)	Pahaminhaka nako
< 18,5 (menor ou igual a 18,5)	Meepe kapha
entre 18,5 e 24,99	Matsia kapha
entre 25,0 e 29,99	Lidzeenakeena phemiñaka
> 30,0 (maior que 30,0)	Ttiimeka pha

## Pikapakheera

Apawalipe papinhetaka ttiimekaro nhahā ienepettipettoo naiñakapoo hore iñhawadatti, mesta ñame kadzoka! Lhiena ttimekaropha ñame horekapoaka panhaika iñhawadatti, metsa panhaika ima nhaaha iñhawadatti ttiimeperi.

### Padzaamika paiñanda o pairanda iyo

#### Koakadakeena?

Lhiehe padzaamika paiñanda o pairanda iyo neenide, nheette kanakai kheedzaka padzomhetaka lhiehe idzamikaita, kadzoxoopa linako watsa wanhe pandza, koame padzekataka nheette koaka pakeñoali padzeekataka.

Lhiehe padzamikani nayo nhaaha yalanawinai idzarope kapooperi padaki irhio, nhaatsa namatshikaka napoo iyo padaki riko, nama ñame matsia padaki ideenhika nheette kathinakana kawhaina o ñamephatsa.

#### Koaka nhaaha panhexoopa kadzoka padzeenaka?

Eekoka panomaliko poadzanhatsa (ikatsa panhexoopaka palhioka opada kapoadali padaki riko);

Poadzanhakatsa panomapokoda liko nheette panoma liko, keeramakani o amotthaakani, koamekatsa lhiehe imali kadzokani.

Kaiwikani nheette hakakani panomaliko o pawedaliko;

Lima manhekhakapha, manalika papiñeetakhe, daimhe patthi o mhedzakoka phiome padaki riko;

Pakathaka, pawalipe iranatti iinai ittadali;

Matsi pheraaka pakalhewa;

Keranaa padakaka ou pettoka;

Patetekawa;

Kadzanaka payanako, kadzo kakaithekapha o pamakapidzowakani.

### **Kooka padzekatakali apaita maatshikadanako lidzeenaka?**

- 1) Likoakadaa, pipiri apaita iwanakaro enfermeiro o mediko;
- 2) Piyakata phiome lhiodza;
- 3) Pioma pianheka kooka imali kadzokani, pawalipe aatsani tsoometsa lidalipa, tapeenai iarodami, phataxoopape paapana, iirawadatti, aawi natodaxoopa tapee, lata inhawadatti yaroda o koakadakapan kawhainaadali, kaxa nhethe koakadaphaka liarodape.
- 4) Pikapa matsia o lhiehe yakada hita idzaamikaita kapha lirhiokatsa phiome likoawalepe nadaanataxoopawani.
- 5) Hieneta lhiehe idzaamikaita apawa kawaale iphiawe rikolhe;
- 6) Pikapatha koameka likaale idenhika nheette pidzeekata, kanakaikada, nhaaha ianhekheeti likowalepe pikawhietakaroni, metsa madzeekatatsa piphikani linomaliko pinoma iyo keettaniperi o ikodoitakapekada nhaaha imali lidzamika. Kadzokadani, pirhiotsa piroitaka pinakowa pidanawa piphikaroina likaalewa.
- 7) Nhamekadaa kheedza nakakawa nanhã itapetakape, pidee kheedza lhiehe idzaamikaita tapeedapana likolhe. Neenikada, pia nalhio kooka pioketanda tsoometsa lidalipa nanheekaro koome tapetakani.

Painhakada nhaaha apaanape haikonai napo iyo wadetsa nainoakapha, ikamena wadeka matsika pheraka pakalewa, matshika paxapi o patarapite.

Pamodzoa ora paiñakadzami haiko kapoaperi, ikameena pakeñoa padzamika lipoa, limhedzakotaka perana hiekokawa matsia, keñapekapha, mhedzakokapha nhethe kamalheakapha, aamola paya tsooka imatsa kawaaleri peranaa liko.

Ikatsa nanhã haiko/paniatti kapoaperi Amazônia liko peri.

haiko/paniatti (nepitana)	kapoakawani
Arruda	liphee
Assacu	liya / likai
Aninga	liphee / linaka
Aninga-do-pará	liphee / linanaa
Bambu	lipali
Cajuçara	Phiome raiko
Caxinguba	liya / likai
Comigo-ninguém-pode	liphee / linana / litti
Coramina	liphee
Cunhambi	liphee / lipali
Douradinha	Phiome raiko
mapatsikada	linaka
Erva Jabuti	lipali
Imbaúba	liphee
loioca	linaka
Mamoeiro	Linaka walidali
kaini	Lipali/ liiri
Pinhão branco	liphee / linaka / lixi
Saia branca ou Trombeteira	liphee / liwi / linaka / lixi
Samaúma	Linaka
dzeka	Linaka
poopa	lipali
pipiri	Linaka walidali
Tajá	lipali / liphee
kona	Lipali
Urtiga	liphee

## Pikapakheera!

Kanakai panheka nadzawaka nanhã kawhainaaperi kapooperi inoakape phetako likhitte. Poadzatsa nhaadza nhaaha nahanheri kimikika, weekaka padaki riko, iñawadattinai, iitsiri iñhoaka pha, napoa iinoaka phedzako.



Neni tsakha nhaaha itsirinai irhiokape namaokolia nawhoõka danako pha nakadaka napoa padaki riko, hiparonai aapinai, hiarakape tsoitepe, etc.

Koaka padzekatali apaita itsiri iwhãkadanako apaita? (Kamaokoliaperi)

- 1) Pikotso liwhãkawa ooni iyo nhethe sabão iapidza;
- 2) Pidee khedzani tapedapana likolhe tsomedalitsa piodza, metsa makaadza liemanhi: phipa pideni linaapa nako nheette likawa nako;
- 3) Pikada dzenorhe kawhãnakawani piwapaka danako mediko yokawa likalhe.
- 4) Pianhekada, pikaite itapetakaita irhio koameka likapakanaa lhia itsiri iwhãlhini: koakani, koadzoitekani nhethe koameka likapakanaa.

Matsiaka patapetaakakawa nayo nhaaha padzoro pe paanheeka padzakale likoperi, ribeirinhonai natapetaka aapi iñhoaniita, ñamaro itodaniita dapheroiyo (xikória), whaa indigenanai walhioka maonpe wanhekhe watapetaakaxoopawa.

## Pikapakheera!

Maparaatsa, mattolhoatsanheette matakhat sakawhãkaanakawani nheette maatsa lhiirawa koakadakatsa. Madzeekata ttoa tsoo koakada lidzaana nako, pimatshikada watsani maroitatsa kafe, açúcar o aokool.

## Pattikomaka

Pattikomaka apada padzenanda inako AISnai ikapali na komonidadini riko, nalhiotsa nadeenhika linaka lhiapepe.

Pandza waniweetaka watsa koameka padzekatakaro ikitsindatakape napedeenhika hittikomakape nako:

- 1) Nhomekada pianhe piyakawa ooni riko, piwana hianhekaitalhitakaro hittikomakaita khedza, phia mheewatsawa ooni riko. Kadzokadanako, pittaita pipekoka lirhio apakha hinorotti, apaita ttiwe o haiko iike littaitakaro lhipaka liapidzawa hiaphoakaitawa.
- 2) Pipiri apaita iwanakaro kheedza nhaaha ikapakape nhaapepe;
- 3) Akadaa phia aapa italiko, voadera liko oiita tsoyali riko, mamatsa phitsoetakani iita likolhe, ima wadekawatsa ita ikapokokawa. Kadzoxoopa, pidee katsani ooni inomapire pikitsindatakaroinani;
- 4) Piokakadanako ooni inomapire lhiapidza, pikapokoita kanheketsa lhiwida liwanaapa nakolhe, pitarawatani thewakalhepha likoda yoodza. Ñamekaro watsa likathakawa;
- 5) Pikada lirhoawa yaka ooni yoodza, nhomekaro lirakaa idee hia;
- 6) Pikapatha matsiakatsa likalhe idenhika. Pirhiotsa pimatsiatkakawa kanakaikada watsa pidenhika lidiakaro lhiraalikalhewa
- 7) Makadaatsa linako nhaaha linani potsiaperi. Pipalhetani ipalhetti iyo ñamekaro hape liadaki yawa.

## Inoakakhetti nakitsienape iapidza

Lhiehe inoakakhetti kattinadali apapakoapena comunidade indigenanai riko, limatshikaka neemaka nadzakale riko, limatshikaka newida liko, ñame matsia neemaka napidzawaka.

Lhiatsa hirapittinaadali, ima lhiehe inoakakhetti palhiotsa paama paanhekani neemakaa nakhitte. Apaanape irhio lhie kadzodali, maatshi kadzo, metsa apaana irhio ñame maatshikani.

Agenti diSaudi, lirhiotsa liomaka lianheka koameka neemakaa nadzakaleriko, koameka naanheka lhiehe inoakakhetti, nheettena watsa liomeena likitsindatakana.

Organização Mundial diSaudi irhio, lhiehe inoakakhetti phamaxoopa apaita, pawhietaxoopa lhikhoettewaka o apaana lapidza, nakadzanataakawa, pawalipe maliome nanakhitte apaita, kadzo maatshi neemaka napidzawaka.

Ñameka indigenanaiianhe inoakakhettikanadzeenali inakonapidzawaka. Pawalipe nakaite medalikatani, limaanhekani katsani apaita, metsa limatshikakana, kaiwi naanhe nheetre nherapittaka lima. Kadzokadani lhiehe nainoakaniita iapidza lirhiotsa lianheka liyo nainoakeekani.

Lhiehe inoakakhetti neenikani familianai riko, napidzawakatsa apadeeniri peritsainewikikao apaananewikinai iapidza. Koamekaromikanadzeenaka napidzawaka ikatsa ihanipatalika iroatti napidzawaka, pawalipe: nairakaphitte, nakiperikatsani, kamakakanaakani nheete palaata ikhitte, ñameka koa ipedzolini, ñamekakaakopeda napidzawakana nheette apadeenirikatsa naamali.

Kawhainaka kadzokadaani, limatshika hanipatsa newida liko nheette limatshikaka neemakaro matsia napidzawaka, palhiotsa paama pamatsiatakana, AlSnainheetteequipiiirhiotsaideenhikalinakokadzodali. Matsiakaro peemaka padzakale riko, ñame karokapoatsamitha palhio idzamikatti panako, metsa matisaka phiome pha, padaki riko, phewida liko nheette matsia peemaka papidzawaka. Kadzoxoopa nhaaha ideenhikape saudinai riko nalhiotsa nadenhilka phiome nako matsiakaro neemaka nadzakale riko nhaaha iemakape nakomonidadinai riko.



## 9. Pakeñoanhi padzomhetaxoopape

Koamekadanako nhethe koemaka palhiotsa padzekatakana? Kadzo lipitana ikaitekapidzo, nhaaha pakeñoetanhi padzomhetaxoopape, pakañoa xoopape padeenhika padzomhetakaro apaita kanakaidali rihio o koameeteka idzeenaka maatshi, lhidaakawa, nadeeka ipeedza ttoani tapeedapana likolhe.

Lirikoda kapitulo keehe, wanheka watsa kooka nhaaha imakape kanaika padzeekataka nhaaha padzomhetaxoopape apaita.

Pandza waroitaka apadapenaa imakape palhiotsa pakaiteka familianai irhio naamakaro khedza itapetakape:

Ñameka matsia lliraka likalewa likamakadanako o koakadakatsa imakada nnameka lira likalewa matsia;

Nnamekadanako lianhe hekoopi, liwakawa ima, litetekadanako, o nnamekadanatsa panhe koa imaka.

Ñameka matsia liañaka likathaka ima khedzapi;

Hamoka lidaki, 38°C ipeedzalhe nheette madzenakadalitsa tapee iyo o koakadakatsa pidzekali lhiadakarowa lihamoka;

Ttooli oonidzodali o ttamhiatsa metsa khedzapi, aaphata nanakokadani nhaaha ienipettipe o pedaliami nako, pikapakadaa mettaka lidakiriko: mananikeetsani, matshida keetsa likaale, makaalekani, thewakaka lithiwa liko nheette phepaka thewaka liya nhethe dorome lidiaka matsiani;

Manhekhakatsani nhethe medzakokani pakattimata kadanakoni nheette mhedzakoitsa liadzaka.

Piemanhika danako apaana ikaalhe, pikapakada nenika apaita idzamikada kadzo, pikaite khedza nhaaha itapetakape nhethe pikaite lirhio liehe likitsinda koamekaro lidzekataka lidzomheta karoni.

Ñamekadaanatsa kanakai nhaaha pakeñoanhi padzomhetaxoopa, metsa kanakai pakapa padzeekata karo, kadzoaha:

Mawhietaakatsawa. Piwhiokadawa nhome watsa pianhe kooka pidenhiri matsia;

Pikapatha matsiaweriko katsa phia piemakaro neeni pideenhikaro pidzomhetakaro lhiehe hidakaitawa;

Pipiri apaita hia iwana itapetakaita littaitakaroinani matsia nheette pioma pikaiteka apaita likitsinda lhianhekaro koamekani nheette liwapakaroinani;

Pidzeekataka nhaaha pidzomhetaxoopa nhaatsa planeenhi matsia;

Mamatsa phitakani lhidakawa likhitte. Metsa pittaitaka phitakani kanakaidaa (pikapakada kawhainakani);

Ñame pattaitaka pheneetaka lhiehe hidakaitawa ñamekada ttoa pianhe matsia koamekeeka lidzeenaka nhette ñaamekada ttoa pianhe kooka padzeekatawape.

Dzalimekada liodza hekoapi (makawhietatsani), pimatsiatakatsa lhiwida irhoawa liwanapa iyo pikapakaroina koadzoka kaiwhiaka lhidaakawa. Pittaitakaroina pidzomhetaka lhienhe hidakaitawa pirhiotsa pirhioka nhaaha likoawalepe.

### **Kooka kanakairi nenika kaxaliko padzomhetaxoopa hidakaita?**

Kompressa de gazes  
mapittaperitsa;

Pakapi iya;

Papalhetaxoopa idzanatti;

Tsitamephai;

Piiri madzakanhidali hiwidana;

Soro fisiológico tsakha;

Kamarhaiko;

Ppakapaxoopa kodzoka  
lihamoka.

## **Pikapakheera!**

Kanakai padanatakakawa padzomhetaka danako apaita. Pidanata pikapi, pikapi iya iyo, ñamekada pirhio, pittaita phipaka tshakoda iyo mapittadalitsa. Kanakai tsakha pidaanataka pitthi, phitako nhette pinoma. Mhepatsa nanako nhomekada ttoa pikotsho pikapii pideenhi kadzami wadee phipaka idzamikatti linakhitte.

Padzomhetakaro hidakaitawa, kanakai panhe koameka kpaha kawhikattooni. Kapha lhiraakattoa likalewa. Pittaita piwaka pikapa dzamada ianeketti iyo:



1) Pikapa matsia kananika ttoa likodaita. Kadzo pianhe lhiraakattoa likalewa nheette limottoita ttoaliodzawa kawale.



2) Piroita pikaphiwhi o piekoa tsome lhitako iodza pianhekaro lhirakatsa likalewa.

Hirakheetti ikaalewa poadzatsa ienipetti pedalia iodza. Matsiaka danakotsa ienipetti liraka kawaleri nheette limottoitakani 15 a 30 wali apada minuto nako. Metsa lhienhe pedalia lhiraka likalewa 12 a 20 wali apada minuto nako. Panhekaro matsiakatsa apaita hiraka ikalewa palhiotsa pamarkarika apada minuto relógio nako nheette paniwetaka koadzowalika lhiraka likalewa.

Patarapite inhaka, ikatsa lipokotakawa nheette halaame karo patarapite hianeakakawa, ikatsa matsiaka kadzo. Panhekaro, peroita pikaphiwi piñhataxooa nheette pamotsoewi iyo litarapite likapi pokodanako nakodali nako o aayaha litapite linooro nakodali inako.



Kadzotsa pheraaka pidzo pakalewa, pirhiotsa piniwetaka kadaliwalika pitarapite iñaaka apada minuto nako. Aaha ienipettipe nako matsiakadaatsani liñaaka watsa 120 wali. Mettsa pedalia nako matsiakada tsani liñaaka watsa 70 a 80 wali apada minuto nako.

Apada kanakaidali tsakha panheka koadzoka lidaki ihamoka. Matsiakadanakotsa padakiriko lirhio lihamoka 36°C e 36,5°C nako.

Pakapakaro koadzoka lihamoka, palhiotsa palhioka pawaxooa naanheri termômetroka nhaa yalanawinai, ñaamekada palhioni, piroita pakapi linako idzamikaita pianhekaro lihamoka. Pikapa tsakha koameka



liya nako, kapha eewakani o amolhaakani, ikatsa panhexoopo kanaika lirhio kawaleri lidakiriko.

Pikapatha lianheka ttoa hekoopi lhiehe hidaakaitawa. Pianhekaro, pittatha phimawani: Koaka pipitana? Koadzo hamolika pirhioka? Koaka hekoopi oopika? Kalhedee phia? Pinaa tsakha lipatoita pikapi likaapi iyo, kadzo pianhewatsa lhimakatsa nheette lianhekatsa matsia koaka pikaiteri.

Pikapakadaa ñamekeetsa nañaa nhaa litarapite nheette ñamekeetsa kathina lhiraka likalewa, pianhe kanhetsa oopi hamaa likaale ideenhika nheette pirhiotsa watsa piomaka pikawhietakani. Pikapakheera koameka padzekataka pakawhieta karo apaita:

1) Pirhoetani taraweriko nheette lixada dzenore pakoakaweriko, kadzo hipai taimedali nako;

2) Pinaa apaita iwanaka apada enfermeiro o ñamekada pakapa, piwana apaita kakonaite dzakaale idzaada o apaita yanhekada idzomhetaka idzamikaita;

3) Pitoda phiori lidalipa pikapakaro kapha neenika koakadaka linoma liko wadee nhaaka idaanataka lhiraka likalewa. Nenikada koakadatsa, phitani liodza nheette pidoita lienene lhirakaroina likalewa;



4) Pikeñoa pipatoitanhika likaale ikoa, pikada pikapi naikanamiwaka, pikaphiwida napekolikowaka nheette pipatoitanhika likodaitanako.

5) Pipatoitanhii likoda thewakalhe, pikada pinaapa tarawa nheette pidaki ihamañaka iyo pipatoitani pidzomheta karoni. Pikadaka likoda idianhiwa matsia pipatoitaka dzami ikoamini. Pidzeekata kadzo 30 wali;

6) Pipatoiteeta kadzamini, phipa liekhoette nheette apema iyo phireta liweda inoapitsa. Phiraa yapi pikaalewa pipakhameta kawaaleri pinakowa piphikaroina kawaleri linoma liko inoapitsa pikapa



watsa likoda hirakawa. Pikada ttoa likoda iawawa nheete pipieta tseenakha piphiaka kawaaleri linoma liko.

Nhamekada lidia lhiraa likalewa, pipieta pipatoitanhika likodaitanako 30 wali tsenakha nhethe dzamawali tsenaka piphiaka kawaaleri linoma liko lidiakaro kaawhi tseenakhani. Pittaita tsaka pipiri apaiteenakha lidzekatakaro pikakadzodzo hamakadeena phia.

## Pikapakheera!

Kadzokadani, maattoo lirhio koaka lirawa, liemiawa o liñawa lhiada nako.

Pandza wakaiteka watsa koaka padzeekatali malio-maliomekada kapha, dzali-dzameka paadza hekoapi.

### Ikatsa imalika kadzoka pha nhaaha:

- Tsookatsa pottidzadali peranaa liko;
- Mhedzakoka panhiakakawa;
- Mawittakaj;
- Pawhietakakawa khedzanatsa;
- Phedakawa imakada horeka iranaatti iaka padza;
- Horeka kaiwika panhe;
- Phenikoka khedzanatsa;
- Inoakeetsa pakaale inhaka;

### Neenipha panhekaru kapha apaita iaka watsa maakodawanaa ni:

- Mhedzakoka padakiriko
- Keñapekapha hape;
- Kaiwika phewidaliko o paamaka pakathaka;

- Eewakapha hore;
- Mhedzako katsa patarapite iñaka pakapi ipokoda nako;
- Mhedzako katsa pheraka pakalewa;
- Hapeka phaipa nhethe pakapi tsakha;
- Kadawakaka pakapaka khedzanaatsa.

### **Koaka padzekatali apada ikenhokadaa dzalimeka likapaka?**

- 1) Pikada liowhawa banko nako;
- 2) Pikada likoanhawa lipeedzalhewa nheette piipheta lhiwida likawa ipeko likolhe, lhiorhi iapirhe;
- 3) Pipiri lhiraalikaalewa yapi lidzeenakaro watsa lodza lhiehe maatshiri lianhe.

### **Koaka padzeekatali dzalimekada apaita ikapaka?**

- 1) Pikada lirhoawa, pikada lhiwida nheette litteda thewokalhepha lidaki lodza;
- 2) Phita kalhaame lodza nhaaha linani;
- 3) Pikada kawaleri iiphia matsia lirhoali neeni;
- 4) Likathakada lhiehe idzamikaita, pikapokoita lidaki liwanapa iyo wadee littikomaka likatha kaale iyo;
- 5) Lidia kadzami lianhe hekoapi, pittaita piaka liira kaphe, hamoanhai o ooni pottidzadali.

## 10. *Kalhe pakeeta nanakoapanina*

ALBUQUERQUE, F. P. *Cooperação Técnica nº TC 67/TA 1º OPAS/SESAI*. Documento Técnico contendo material orientador sobre organização dos processos de trabalho das equipes multiprofissionais de saúde indígena para o desenvolvimento de estratégias de cuidado territorializado e longitudinal. Brasília: 2013.

ARTICULAÇÃO DOS POVOS INDÍGENAS DO BRASIL. *Panorama geral da COVID. 2021*. Disponível em: <https://emergenciaindigena.apiboficial.org/> Acesso em: 21 jan. 2021.

BATISTA, M. Q; ZANELLO, V. *Saúde mental em contextos indígenas: Escassez de pesquisas brasileiras, invisibilidade das diferenças*. *Estud. psicol. (Natal)*, Natal, v. 21, n. 4, p. 403-414, Dec. 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-294X2016000400403&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2016000400403&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 21 nov. 2020.

BRASIL. *Constituição (1988)*. *Constituição da República Federativa do Brasil: promulgada em 5 de outubro de 1988*. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/constituicao/constituicao.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm). Acesso em: 08 nov.2020.

BRASIL. Lei 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. *Diário Oficial da União, Brasília, DF, 19 set. 1990a*. Seção 1. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/Lei8142.pdf>. Acesso em: 15 nov.2020.

BRASIL. Lei 8.142, de 28 de dezembro de 1990. Dispõe sobre a participação da comunidade na gestão do Sistema Único de Saúde (SUS) e sobre as transferências intergovernamentais de recursos financeiros na área da saúde e dá outras providências. *Diário Oficial da União, Brasília, DF, 31 dez. 1990b*. Seção 1. Disponível em: <http://portal.saude.gov.br/portal/arquivos/pdf/Lei8142.pdf>. Acesso em: 15 mar. 2020.

BRASIL. Lei nº 3.156 de 27 de agosto de 1999. Dispõe sobre as condições para a prestação de assistência à saúde dos povos indígenas, no âmbito do Sistema Único de Saúde, pelo Ministério da Saúde, altera dispositivos dos Decretos nºs 564, de 8 de junho de 1992, e 1.141, de 19 de maio de 1994, e dá outras providências. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/decreto/D3156.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/decreto/D3156.htm). Acesso em: 08 nov. 2020.

BRASIL. Lei nº 9.836 de 23 de setembro de 1999. Acrescenta dispositivos à Lei no 8.080, de 19 de setembro de 1990, que “dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências”, instituindo o Subsistema de Atenção à Saúde Indígena. *Diário Oficial da União, Brasília, DF, 24 set. 1999*. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9836.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9836.htm). Acesso em: 08 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde / Departamento de Atenção Básica. *O trabalho do Agente Comunitário de Saúde*. Brasília: 2000. 119 p. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd09\\_05a.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cd09_05a.pdf). Acesso em: 14 nov. 2020.

BRASIL. Fundação Nacional de Saúde. Política Nacional de Atenção à Saúde dos Povos Indígenas. 2. ed. Brasília, DF: Ministério da Saúde: Fundação Nacional de Saúde, 2002. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_saude\\_indigena.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_saude_indigena.pdf) Acesso em 08 nov.2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Guia prático do agente comunitário de saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. 260 p: il. – (Série A. Normas e Manuais Técnicos). Disponível em: [http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/guia\\_acs.pdf](http://189.28.128.100/dab/docs/publicacoes/geral/guia_acs.pdf). Acesso em: 08 nov. 2020.

BRASIL. Secretaria de Políticas Públicas de Emprego, Ministério do Trabalho e Emprego. Classificação Brasileira de Ocupações: códigos, títulos e descrições. 3a Ed. Brasília: Ministério do Trabalho e Emprego; 2010.

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017 aprova a Política Nacional de Atenção Básica, estabelecendo a revisão de diretrizes para a organização da Atenção Básica, no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436\\_22\\_09\\_2017.html](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt2436_22_09_2017.html) Acesso em: 09.06.2021.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa. Departamento de Apoio à Gestão Participativa. Política Nacional de Saúde Integral das Populações do Campo e da Floresta. Brasília: Editora do Ministério da Saúde, 2013. 48 p.: il. Disponível em: [https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica\\_nacional\\_saude\\_populacoes\\_campo.pdf](https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_saude_populacoes_campo.pdf). Acesso em: 10 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. Programa de Qualificação de Agentes Indígenas de Saúde (AIS) e Agentes Indígenas de Saneamento (AISAN) / Ministério da Saúde, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde, Departamento de Gestão da Educação na Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2016a. 16 v. : il. Disponível em: <http://www.matogrossodosul.fiocruz.br/pesquisa/saude-dos-povos-indigenas/projeto-de-estruturacao-do-curso-de-qualificacao-e-capacitacao-para-agentes-indigenas-de-saude-ais-e-agentes-indigenas-de-saneamento-aisan>. Acesso em: 08 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos da atenção básica: saúde da criança** / Ministério da Saúde, Instituto Sírio-Libanês de Ensino e Pesquisa. Brasília: Ministério da Saúde, 2016b. 307 p.: il. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2016/dezembro/13/PAB-Saude-da-Crian--a-Provis--rio.pdf>. Acesso em: 20 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas e Estratégicas. **Proteger e cuidar da saúde de adolescentes na atenção básica**. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. 234 p.: il. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteger\\_cuidar\\_adolescentes\\_atencao\\_basica.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/proteger_cuidar_adolescentes_atencao_basica.pdf) Acesso em: 20 nov 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. **Agente Indígena de Saúde e Agente Indígena de Saneamento: diretrizes e orientações para a qualificação**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018a. 140 p.: il. Disponível em: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agente\\_indigena\\_saude\\_saneamento.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/agente_indigena_saude_saneamento.pdf) Acesso em: 08 nov. 2020.



BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. **Guia Política Nacional de Atenção Básica – Módulo 1: Integração Atenção Básica e Vigilância em Saúde**. Brasília: Ministério da Saúde, 2018b. 68 p. : il. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia\\_politica\\_nacional\\_atencao\\_basica\\_integracao\\_atencao\\_basica\\_vigilancia\\_saude\\_modulo\\_1.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_politica_nacional_atencao_basica_integracao_atencao_basica_vigilancia_saude_modulo_1.pdf). Acesso em 14 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Especial de Saúde Indígena. Departamento de Atenção à Saúde Indígena. **Manual de Investigação/Notificação de Tentativas e Óbitos por Suicídio em Povos Indígenas**. Brasília: Ministério da Saúde: 2019a. 34 p.: il. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsms/?lang=pt&q=au:%22Brasil.%20Minist%C3%A9rio%20da%20Sa%C3%BAde.%20Secretaria%20Especial%20de%20Sa%C3%BAde%20Ind%C3%ADgena%22>. Acesso em 28 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Especial de Saúde Indígena. Departamento de Atenção à Saúde Indígena. **Manual de monitoramento do uso prejudicial do álcool em povos indígenas**. Brasília: Ministério da Saúde: 2019b. 18 p.: il. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsms/?lang=pt&q=au:%22Brasil.%20Minist%C3%A9rio%20da%20Sa%C3%BAde.%20Secretaria%20Especial%20de%20Sa%C3%BAde%20Ind%C3%ADgena%22>. Acesso em 28 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Especial de Saúde Indígena. Departamento de Atenção à Saúde Indígena. **Manual de vigilância de uso de medicamentos psicotrópicos em povos indígenas**. Brasília: Ministério da Saúde: 2019c. 18 p.: il. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsms/?lang=pt&q=au:%22Brasil.%20Minist%C3%A9rio%20da%20Sa%C3%BAde.%20Secretaria%20Especial%20de%20Sa%C3%BAde%20Ind%C3%ADgena%22>. Acesso em 28 nov. 2020.

BRASIL, Ministério da Saúde. Fundação Oswaldo Cruz. FIOCRUZ. Vice Presidência de Serviços de Referência e Ambiente. Núcleo de Biossegurança. Núbio. **Manual de Primeiros Socorros**. Rio de Janeiro. Fundação Oswaldo Cruz, 2003.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Especial de Saúde Indígena. Departamento de Atenção à Saúde Indígena. **Manual de investigação/notificação de violências em povos indígenas**. Brasília: Ministério da Saúde: 2019d. 22 p.: il. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/bvsms/?lang=pt&q=au:%22Brasil.%20Minist%C3%A9rio%20da%20Sa%C3%BAde.%20Secretaria%20Especial%20de%20Sa%C3%BAde%20Ind%C3%ADgena%22>. Acesso em 28 nov. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolo de manejo clínico para o novo-coronavírus (2019-nCoV)**. 2020a. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/fevereiro/11/protocolo-manejo-coronavirus.pdf>. Acesso em 27 nov.2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Primária à Saúde (SAPS). **Recomendações para adequação das ações dos agentes comunitários de saúde frente à atual situação epidemiológica referente a COVID-19: Brasília, 2020b**. Disponível em: [http://www.saudedafamilia.org/coronavirus/informes\\_notas\\_oficios/recomendacoes\\_adequacao\\_acs\\_versao-001.pdf](http://www.saudedafamilia.org/coronavirus/informes_notas_oficios/recomendacoes_adequacao_acs_versao-001.pdf). Acessado em: 26 nov. 2020.

CARDOSO, M. D. **Políticas de saúde indígena no Brasil: do modelo assistencial à representação**



política. In: LANGDON, E. J.; CARDOSO, M. D. (Org). Saúde indígena: políticas comparadas na América Latina. Florianópolis: Ed. da UFSC, 2015.p. 83-106.

CLARO, H. G. et al. **Uso de drogas, saúde mental e problemas relacionados ao crime e à violência: estudo transversal.** Rev. Latino-Am. Enfermagem, Ribeirão Preto, v. 23, n. 6, p. 1173-1180, Dez. 2015 . Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-1180](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-1180). Acesso em: 21 nov. 2020.

COIMBRA, C. E. A. **Saúde e povos indígenas no Brasil: reflexões a partir do I Inquérito Nacional de Saúde e Nutrição Indígena.** Cadernos de Saúde Pública. 2014, v. 30, n. 4. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00031214>. ISSN 1678-4464. Acesso em: 08 nov. 2020, pp. 855-859.

DIAS, C, S.; VERONA, A. P. **Deficiências visual, auditiva e motora entre a população indígena no Brasil.** Cadernos de Saúde Pública. 2018, v. 34, n. 10. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00131717> Acesso em: 21 nov 2020

DIEHL E.E.; LANGDON E. J.; DIAS-SCOPEL R. P. **Contribuição dos agentes indígenas de saúde na atenção diferenciada à saúde dos povos indígenas brasileiros.** Cad Saúde Pública 2012; 28:819-31. pp. 867-874. Disponível em: <https://www.scielosp.org/article/csp/2012.v28n5/819-831/#ModalArticles> Acesso em 08 nov.2020.

DIEHL, E. E; LANGDON, E.J. **Transformações na Atenção à Saúde Indígena: Tensões e Negociações em um Contexto Indígena Brasileiro.** Universitas. Humanística, 2015;80, 213-236. Disponível em <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UH80.tasi> Acesso em: 08 nov.2020.

ESCOLA POLITÉCNICA DE SAÚDE JOAQUIM VEN NCIO. **Orientações para agentes comunitários de saúde no enfrentamento à COVID-19.** 2020a. Disponível em: <http://www.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/files/cartilha%20ACS%20covid.pdf>. Acesso em: 4 nov. 2020.

ESCOLA POLITÉCNICA DE SAÚDE JOAQUIM VEN NCIO. **O papel dos agentes de saúde na mobilização comunitária em tempos de Covid-19.** 2020b. Disponível em: <http://www.epsjv.fiocruz.br/sites/default/files/files/Cartilha%20ACS%20quadrinhos.pdf>. Acessado em: 4 nov. 2020.

FERREIRA, L. O. **A emergência da medicina tradicional indígena no campo das políticas públicas.** Hist. Cienc. Saude-Manguinhos, Rio de Janeiro , v. 20, n. 1, p. 203-219, mar. 2013 Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0104-59702013000100011&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0104-59702013000100011&lng=en&nrm=iso). Acessado em: 20 jan. 2021

FILIZOLA, P. **Entenda os sintomas da tuberculose e as medidas de prevenção.** 2019. Disponível em <https://www.metropoles.com/saude/entenda-os-sintomas-da-tuberculose-e-as-medidas-de-prevencao>. Acesso em 28 mar.2021

FRAXE, T. J. P. **Cultura cabocla-ribeirinha: mitos, lendas e transculturalidade.** São Paulo: Annablume, 2004. 374p.

GAMA, A. S. M. et al. **Inquérito de saúde em comunidades ribeirinhas do Amazonas, Brasil.** Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 34, n. 2, e00002817, 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-311X2018000205007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-311X2018000205007&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 13 nov. 2020.

GOMES K.M. et al. Anemia e parasitoses em comunidade ribeirinha da Amazônia brasileira. Rev Bras Anal Clin. 2016;48(4):389-93. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0102-311X00031214>. Acesso em: 14 nov. 2020.

GUIMARAES, A. F. et al. Acesso a serviços de saúde por ribeirinhos de um município no interior do estado do Amazonas, Brasil. Rev Pan-Amaz Saude, Ananindeua, v. 11, e 202000178, 2020. Disponível em [http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2176-62232020000100012&lng=pt&nrm=iso](http://scielo.iec.gov.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2176-62232020000100012&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 13 nov. 2020.

INSTITUTO SOCIOAMBIENTAL. COVID-19 e os povos indígenas. 2020. Disponível em: <https://covid19.socioambiental.org/>. Acesso em: 29 nov. 2020.

LANGDON, E. J.M. DIEHL E.E.; DIAS-SCOPEL R. P. Papel e a Formação dos Agentes Indígenas de Saúde na Atenção Diferenciada à Saúde dos Povos Indígenas Brasileiros. 2014. In: TEXAIRA, C.; GARNELO, L. (Org). Saúde Indígena em Perspectiva: explorando suas matrizes históricas e ideológicas. Rio de Janeiro, FIOCRUZ. Pp. 213---240.

MAGALHÃES, R. Avaliação da Política Nacional de Promoção da Saúde: perspectivas e desafios. Ciência & Saúde Coletiva [online]. 2016, v. 21, n. 6 pp. 1767-1776. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015216.07422016>. Acessado em: 16 jan. 2021.

MENEZES JÚNIOR, R. C. DE; et al. Enteroparasitoses, anemia e estado nutricional de uma população ribeirinha no estado do Amapá. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 12, n. 5, p. e2841, 26 mar. 2020. Disponível em: <https://www.acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/2841/1690>. Acesso em: 16 nov. 2020.

MORAES, et al. Prevalência de anemia associada a parasitoses intestinais no território brasileiro: uma revisão sistemática. Revista Pan Amazônica de Saúde, 2019. Disponível em: <http://revista.iec.gov.br/submit/index.php/rpas/article/view/650>. Acesso em 16 nov. 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Aumenta o número de pessoas com depressão no mundo. 2017. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5354:aumenta-o-numero-de-pessoas-com-depressao-no-mundo&Itemid=839). Acesso em: 23 nov. 2020.

RIBEIRO E.E. et al. Aspects of the health of Brazilian elderly living in a riverine municipality of Amazon rainforest. Revista Amazonense de Geriatria e Gerontologia 2013; 5:4-17. Disponível em: <http://files.bionline-ufsm.com/200000142-8eeb58fe4d/RIBEIRO%20ET%20AL%202013.pdf>. Acesso em 18 nov. 2020.

ROCHA, W. C. Violência doméstica no contexto indígena. 2014. Disponível em: <https://walkyriacarvalho.jusbrasil.com.br/artigos/185051996/violencia-domestica-no-contexto-indigena>. Acesso em 22 nov. 2020.

SEIXAS, C. T. et al. O vínculo como potência para a produção do cuidado em Saúde: o que usuários-guia nos ensinam. Interface - Comunicação, Saúde, Educação. 2019, v. 23 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/Interface.170627>. Epub 21Jan 2019. ISSN 1807-5762. Acesso em: 14 nov 2020.

SILVA A.M.B., et al., Ocorrência de enteroparasitoses em comunidades ribeirinhas do Município de Igarapé Miri, Estado do Pará, Brasil. Revista Pan Amazônica de Saúde, 2014; 5(4): 45-51. Disponível em: <file:///C:/Users/Henry/AppData/Local/Temp/556-Texto%20do%20artigo-4975-1-10-20200131.pdf>. Acesso em: 10 nov. 2020.

SILVA, D. M. et al. Dificuldades enfrentadas pelos indígenas durante a permanência em uma Casa de Saúde Indígena na região Amazônica/Brasil. Saúde e Sociedade. 2016, v. 25, n. 4 pp. 920-929. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902016160600>. ISSN 1984-0470. Acesso em: 14 nov. 2020.

SILVA, N. C.; ANDRADE, C. S. Agente comunitário de saúde: questões ambientais e promoção da saúde em comunidades ribeirinhas. Trab. educ. saúde, Rio de Janeiro, v. 11,n. 1,p. 113-128, Apr. 2013 . Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1981-77462013000100007&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1981-77462013000100007&lng=en&nrm=iso). Acesso em 13 nov. 2020.

SANTOS, O.S. Primeiros socorros no Beiradão: orientações para populações ribeirinhas [livro eletrônico] / Ozélia Sousa Santos, Samara Azevedo Gomes, Larissa Sodré Coutinho; ilustrações Rogério Cardoso Ferreira. -- 1. ed. -- Altamira, PA : Universidade Federal do Pará, 2021.

SISTEMA ÚNICO DE SAÚDE. Perfil epidemiológico dos indígenas assistidos pelo SasiSUS e panorama dos serviços de atenção primária. Ministério da Saúde. Secretaria Especial de Saúde Indígena. Brasília, 2018. Disponível em: <https://repositorio.enap.gov.br/bitstream/1/3649/13/Perfil%20epidemiologico.pdf>. Acesso em: 06 nov. 2020.

PINHEIRO, P. Ascariíase – transmissão, sintomas e tratamento. Disponível em: <https://www.mdsaude.com/doencas-infecciosas/parasitoses/ascaris-lumbricoides/>. Acesso em 28. mar. 2021

SUSANALÍTICO. COVID-19 no Brasil.2020. Disponível em: [https://susanalitico.saude.gov.br/extensions/covid-19\\_html/covid-19\\_html.html](https://susanalitico.saude.gov.br/extensions/covid-19_html/covid-19_html.html). Acesso em: 29 nov. 2020.

UNASUS. Saúde reforça assistência a indígenas durante pandemia do coronavírus. 2020. Disponível em: <https://www.unasus.gov.br/noticia/saude-reforca-assistencia-a-indigenas-durante-pandemia-do-coronavirus>. Acesso em 27 nov.2020.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO. Modelo assistencial de saúde no contexto intercultural: uma convergência de olhares. São Paulo: 2020a. 8p.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO. Investigando Cenários. Material cedido pelo Curso de Educação Permanente em Saúde Indígena - Projeto Xingu SPDM HSP-HU. São Paulo, 2020b. 66 p.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO. Perfil epidemiológico dos povos indígenas. São Paulo, 2020c. 13 p.

# *A Fundação Amazônia Sustentável (FAS)*

Lhiatsa nakeño piakani 2008, lhiehe Fundação Amazonia Sustentavel (FAS) apoda ñamedalitsa governon heette ñametsakhaliomarikokarokani, metsa lideenhika matsiakaro peemaka Amazonia liko. Lhiatsa piomedali ianheka lideenhikalhe nako newikinai iapidza, lideenhika naapidza nhaaha iempakape oophittetsa Amazonia liko projeto iyo nadeenhikaro mamatshikakadalitsa nadzakale, napesquisari tsakha, nakapapakaro koame matsiapha panheenhika.

Lhiehe Fundação nakeñoakani manopeka nhaa ideenhikape linako, kadzo Petrobrasdzo. Lideenhikatsa nanakolhe nhaaha matsiaperi iakona, mamatshikakaperitsa peemakawa liko, lideenhika hanipadali hekoapi riko, Amazonia liko nheette komonidadinai riko, saudi nako, ikadzeekataakakhetti nako, peemakaa nako Brasil liko, likhedzakotaka hiemakape komonidadi riko, likitsindataka nalhiokaro nadeenhikalewa nawentaxoopawa naani, koaka kanakairi neemakawa liko, nadaanataka peemakawa liko, lideenhika phiome nako, kathinaa phiome iapidza.

Liapiñeetakaa lhiehe FAS likitsindataka nadaanatakaro o namhetta karo Amazonia, nakakoodata karo phiome awakada nheette matsiakaro neemaka nhaaha komonidadinai iemakape lirikoda, nadzeekataka phiome hianhekhetti iyo ñamekaro nainoa Amazonia. Lhiehe Fundação Amazonia Sustentavel lioma naanhekani phiome hekoapi rikolhe lianheka limatsiatata Amazonia, pikarome karotsa awakada, khedzaako karo komonidadinai, khedzakokaro nhaaha ideenhikape phiome lirikoda.

## **LIDEENHIKALENAA**

Likitsindataka matsiakarotsa peemakawa Amazonia liko kakoodakaro awakada nakhitte phiome kaawhiperi iemakape lirikoda nheette matsiakaro neemaka nhaaha komonidadinai ianhekhetti iyo matsiadali phiome irhio.

## **LIKAPAKAA**

Lioma naanhekani phiome hekoapi rikolhe linako lideenhikale Amazonia nako, kakooda karo awakada nheette phiome kawhiperi iemakape lirikoda, likhedzaakotaka komonidadinai nheette nahaniyataakakarowa, khedzaakokaro phiome ideenhikape.

## FAS ideenhikalenai

### Ideenhiketti Gestão e Transparencia nako (IGT)

Liyo lhiehe ideenhikhetti likitsindataka komonidadinai naapiñeetakaro matsiakooka nadeenhiwape, kapahaka matsiatsa ideenhikhetti iaka napedzaalhewa nheette nhaaha projetonai.

### Ideenhikhetti Awakada lemakaro (IAI)

Lideenhika likoadaka ideenhikhetti liyo lhiehe: pakeetakaro papalaataniwa, pawakakarotsa ideenhi palhiowawa kakoadaperi, komonidadi ikoawalepe nheette likhedzakotaka na.

### Ideenhikhetti Awakada lemakaro (IAI)

Lhiatsa ideenhikheetti Aliança Kovid Amazonas nakhitte dali, likitsindataka saudi nako, likitsintadaka nhaaha governonai nheette likadzeekata nhaaha ideenhikape komonidadinai

### deenhikheetti Ikadzeekataakakhetti Ikoawale (III)

Lideenhikale lhiadeehe ikadzeekatakhetti ienipettipe nheette walipapenai irhio, nalhiokaro matsia ianhekhetti.

### Ideenhikhetti Waliperi imatsiataakakhetti Ikoawale (IWII)

Lhiadeenhe lideenhika teknologianai iyo nakeetakaro matsiaperi matsiakaro peemaka padzakale riko, nadeenhika pakowaka PD\$I hiapidza.



# FAS

Fundação  
**Amazônia**  
Sustentável

## **Liemakaawa**

Manaus / Amazonas

Rua Álvaro Braga, 351 Parque 10 | CEP 69054-595  
(92) 4009-8900 / 0800 722-6459

[fas@fas-amazonas.org](mailto:fas@fas-amazonas.org) | [www.fas-amazonia.org](http://www.fas-amazonia.org)



[/fasamazonia](#)

lakape palaata

Apoio:

Ikitsindatapakape

