



GUÍA BILINGÜE ESPAÑO-TSOTSIL  
PARA LA CONSULTA MÉDICA



Casa abierta al tiempo



## Manual de Trabajo

# "GUIA BILINGUE ESPAÑOL-TSOTSIL PARA LA CONSULTA MÉDICA"

"Queremos acercarnos a sus sueños; a su poética más que a su política, a su sensibilidad más que a su lucha, a los caminos de su creatividad personal más que a su airado grito de guerra. Porque su declaración de guerra, de esta guerra larga y dramática, inclemente y sórdida, se sostiene gracias a sus sueños de paz y de armonía, de igualdad, de unidad, de autonomía, de cooperación y de justicia".

Antonio Paoli



## DIRECTORIO

Dr. Cuauhtémoc Vladimir Pérez Llanas  
*Rector*

Lic. Hilda Rosario Dávila Ibáñez  
*Secretaria*

Dr. Salvador Vega y León  
*Director de la División de Ciencias Biológicas y de la Salud*

Dr. Alberto Padilla Arias  
*Director de la División de Ciencias Sociales y Humanidades*

Arq. Juan Manuel Everardo Carballo Cruz  
*Director de la División de Ciencias y Artes para el Diseño*

Lic. Abel Antonio Ramírez Juárez  
*Jefe de la Sección de Servicio Social y Orientación Educativa*

Dra. Beatriz A. García Fernández  
*Coordinadora Divisional de Ciencias Biológicas y de la Salud*

Mtra. En C. Alejandra Gasca García  
*Coordinadora de Servicio Social de Licenciatura en Medicina*

Mtro. En C. Víctor Ríos  
*Coordinador 1º nivel y Salud Comunitaria*

Mtro. En Desarrollo Rural Joel Heredia Cuevas  
*Responsable del proyecto*

“Este material es de carácter público, no es patrocinado ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos. Quien haga uso indebido de este material deberá ser denunciado y sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente”



## **CRÉDITOS**

### **TEXTO**

Edgar Bautista

Promotoras y promotores de Salud de Oventic

Mariana Hernández

Promotores y promotoras de Educación de Oventic

### **REVISIÓN**

Médico Gral. Joel Heredia Cuevas

Universidad Autónoma Metropolitana – Xochimilco

### **ILUSTRACIÓN Y DISEÑO EDITORIAL**

Cristina González Serna

### **AGRADECIMIENTOS**

A mis hermanos los promotores de Salud de la clínica “La Guadalupana”, les agradezco infinitamente el que me hayan dejado acompañarlos, entre otras cosas, en la realización de esta guía. Dejo a sabiendas que su colaboración fue el pilar de la presente guía y quisiera señalar la valiosa participación de las compañeras Promotoras de Salud Reproductiva que se dieron a la tarea de realizar el apartado de “Las mujeres”, así mismo agradezco a Mariana y a los promotores que colaboraron con nosotros, en el asesoramiento y reescritura de la parte tsotsil.



# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>6</b>
<b>OBJETIVOS .....</b>	<b>8</b>
<b>METODOLOGÍA.....</b>	<b>8</b>
Notas que deben ser tomadas en cuenta.....	9
<b>CONSIDERACIONES SOBRE LA LENGUA TSOTSIL.....</b>	<b>10</b>
El alfabeto Tsotsil.....	10
Palabras con vocales glotalizadas.....	11
La pronunciación de las grafías V, B, X.....	11
Palabras con consonantes globalizadas.....	12
<b>LO ELEMENTAL.....</b>	<b>14</b>
Preguntas más frecuentes para aprender tsotsil.....	14
Colores.....	14
Números .....	15
Traje típico.....	16
El tiempo.....	17
Alimentos.....	18
El cuerpo (Anatomía).....	19
Partes Externas.....	22
Partes internas.....	23
Cara.....	23
<b>SIGNOS, SÍNTOMAS ÓRGANOS Y ENFERMEDADES.....</b>	<b>24</b>
<b>FORMATOS PARA LA CONSULTA.....</b>	<b>26</b>
Presentación.....	27
Preguntas para todos los males.....	28
Indicaciones para la exploración.....	28



<b>SISTEMA DIGESTIVO</b>	<b>29</b>
Diarrea-parasitosis.....	<b>30</b>
“Gastritis”.....	<b>31</b>
Sistema respiratorio.....	<b>32</b>
Sistema urinario.....	<b>32</b>
Diabetes.....	
<b>LAS MUJERES</b>	
Antecedentes ginecoobstétricos.....	<b>33</b>
La menstruación.....	<b>33</b>
Planificación familiar.....	<b>33</b>
Vulvovaginitis e Infección de Vías Urinarias (IVU).....	<b>34</b>
<b>PACIENTES EMBARAZADAS</b>	<b>34</b>
<b>TERAPÉUTICA E INDICACIONES</b>	<b>35</b>
Expresiones de consuelo	<b>35</b>
<b>VOCABULARIO.</b>	<b>36</b>



## INTRODUCCIÓN

Esta guía se realizó en el 2004 y es parte del reporte final del Servicio Social de la carrera de medicina de la Universidad Autónoma Metropolitana, fue realizada en la clínica autónoma “La Guadalupana” de Oventic, ubicada el municipio San Andrés Sacamch'en de los Pobres, Chiapas. Esta guía es una herramienta, resultante del esfuerzo de muchas personas, es un trabajo colectivo donde encontraremos escritas, muchas de las palabras cotidianas de los promotores de salud, su contenido. Está pensado en español y reescrito al tsotsil, mostrándonos de una manera breve y sencilla el vocabulario, expresiones y preguntas más comunes realizadas en la consulta médica.

## JUSTIFICACIÓN

Al iniciar mi Servicio Social de medicina en una comunidad indígena en donde se hablaba un idioma distinto al español: el tsotsil, me encontré con la siguiente limitante: en el municipio Larráinzar el 99.5% de la población hablan lengua indígena, la mitad 52% de estos son monolingües y el 48% restante son bilingües, de esta población que habla una sola lengua el 61% son mujeres<sup>i</sup> y estas son las que llevan a consulta a los menores de 10 años, dicho de otra manera al iniciar el Servicio Social estaba ante una limitante llamada comunicación oral que repercutía directamente en la calidad de la atención brindada.

Al inicio del año siempre había un promotor de salud en la consulta que fungía como “traductor” entre el paciente y yo, por mi parte veía que la consulta tardaba mucho, el doble de lo que debía durar, pues el promotor tenía que traducir lo que yo preguntaba y traducir lo que el paciente respondía o preguntaba según el caso, disminuyendo así la calidad de la atención médica.



En muchas reuniones con otros médicos pasantes se comentaban estas dificultades, vimos que el problema no era a nivel individual, sino colectivo, lo compartíamos todos los médicos que decidimos emigrar y apoyar el trabajo en comunidades indígenas. Miramos que el problema también se daba a nivel institucional y que se acompañaba, en la mayoría de las ocasiones, de discriminación y mal trato hacia la población indígena.

Algunos promotores de salud se encontraban en la misma situación que nosotros pero a la inversa, es decir, sabían hablar tsotsil, y no sabían hablar muy bien el español, ellos, me pidieron ayuda para hablar español, a lo que les pregunte el por qué querían aprenderlo, la respuesta fue simple: “cómo voy a poder relacionarme con las personas si es que no sé hablar su idioma, además, podría tener más confianza con ellos, y podría entender lo que ellos sienten”, otro promotor de salud menciona “a veces no entiendo muchas palabras... cuando estamos en consulta los pacientes me dicen cosas en tsotsil que no sé cómo decirlas en español, y hay palabras que tú me dices y no sé cómo decirlas en tsotsil, para eso quiero aprender a hablar español”, otra promotora menciona “yo quiero aprender a hablarlo, para cuando viaje a las ciudades, poder expresarme”.

A ellos y a mi nos pasaba lo mismo, no podíamos entendernos del todo y sentíamos la necesidad de aprender el uno del otro, de aprender ambos los dos idiomas para el crecimiento personal y profesional mutuo

Así es como nace esta guía, con la paciencia y docencia de los promotores, que esperamos sea útil para el lector que decida introducirse a la lengua tsotsil y al español.



## OBJETIVOS

Fomentar la lectoescritura de la lengua tsotsil y español.

Crear una fuente de capacitación y aprendizaje para promotores de salud, principalmente de la zona de Los altos de Chiapas y personas que se relacionan con la salud y desconoce el idioma tsotsil.

Facilitar el conocimiento de las patologías médicas más frecuentes de Los Altos

Otorgar los elementos básicos para acercar mediante la oralidad a promotores y gentes indígenas con caxlanes<sup>1</sup> mejorando así la calidad y calidez de la atención médica en las comunidades de habla tsotsil.

Motivar a los que colaboramos directa e indirectamente a seguir estudiando y luchando para conseguir que las relaciones humanas sean cada vez más humanas.

Tal vez todo lo que aquí se pretende puede quedarle grande a la guía, dejándose ver “objetivos imprevisibles” sin embargo es el inicio de un trabajo que busca quien lo pueda ampliar y reutilizar para que dichos objetivos se cumplan.

## METODOLOGÍA ¿CÓMO SE HIZO LA GUÍA?

Se realizó en el periodo de tres meses (febrero-abril) 2004, un formato en español de las palabras más utilizadas y preguntas más frecuentes realizadas en la consulta.

---

<sup>1</sup> Se refiere a las personas que no son indios



En los ocho meses siguientes, fue realizada (por los promotores de salud y un servidor, durante la consulta médica) la escritura de la parte tsotsil.

En el último mes del Servicio Social, (Enero) se llevo a cabo -en talleres- la corrección y reescritura de la parte tsotsil, estos fueron realizados y coordinados por Mariana Hernández y promotores de educación de la Escuela Secundaria Rebelde Autónoma Zapatista de Oventic (ESRAZ)

### **Notas que deben ser tomadas en cuenta:**

Esta es una guía pensada en español, traducida al tsotsil que tiene un pensamiento médico no indio, que pretende no imponer ideas, sino fomentar la lectoescritura de la lengua tsotsil y español.

No tiene los elementos bibliográficos, lingüísticos, ni gramaticales para hablar sobre las lenguas (tsotsil-español), pero si incluye los elementos necesarios que faciliten y promuevan la comunicación oral, siendo esta una de las pretensiones de la guía. Esperamos pueda servir y llegar a l@s que lo lean y a l@s que no.

Existen diversas variantes de la lengua tsotsil y muchos de los promotores que colaboraron provenían de diferentes lugares de Los Altos, sin embargo, la mayor parte de está guía corresponde a la variante o dialecto de Larráinzar.

Contiene la parte explicita de la convivencia y lo aprendido de la comunidad en un año.



## CONSIDERACIONES

### SOBRE LA LENGUA TSOTSIL

Este idioma por reglas ortográficas no usa el acento, ni la diéresis. Sin embargo los otros signos como la interrogación, exclamación, los puntos, o las comas sí se aplican, a excepción del uso del guión que se presenta en la escritura del tsotsil en la conjugación de verbos con palabras que empiezan con vocal, por ejemplo:

Verbo: **Abtejel** = Trabajar  
**Chi-abtej** = Yo trabajo  
**Cha-abtej** = Tu trabajas  
**Le-e ch-abtej** = Él trabaja

Verbo **ok'el** = Llorar  
**Chi-ok'** = Yo lloro  
**Cha-ok'** = Tu lloras  
**Le-e ch-ok'** = Él o ella llora

Su función es separar el sonido de la palabra y es imposible escribir sin este recurso porque al no hacerlo se leerá junto y no significará lo que se quiere decir.

### El Alfabeto Tsotsil

El alfabeto tsotsil se compone de 26 grafías

a, b, ch, ch', e, i, j, k, k', l, m, n, o, p, p', r, s, t, t' ts, ts', u, v, x, y,

Grafías que no se usan en la lengua tsotsil:

c, d, f, g, h, ll, ñ, q, rr, w, z.



Clasificando este alfabeto tsotsil se presentan consonantes simples, consonantes glotalizadas, y vocales.

Consonantes simples: b, ch, j, k, l, m, n, p, r, s, t, ts, u, v, x, y.

Consonantes glotalizadas: k', ch', p', t', ts'.

Vocales: a, e, i, o, u.

### Palabras con vocales glotalizadas

Las vocales, también se presentan glotalizadas a',e', i',o', u'.

*A iej* = Información, platica

*Te'* = Árbol

*Jo'* = Agua

### La pronunciación de las grafías V, B, X

Una de las particularidades que es necesario señalar en tsotsil es la pronunciación o uso de los fonemas V y B.

“La V se pronuncia (en forma fricativa) rozando la cavidad bucal como la F y S en español, y es labiodental, porque el sonido se produce a la altura de los labios y de la lengua se aloja en los dientes superiores”.

“El sonido es fricativo labiodentalsonoro que se articula con el labio superior y los dientes inferiores”, por ejemplo:

*Vaj* = Tortilla

*Vinik* = Hombre

*Jo'* = Agua



La **B** tiene un sonido oclusivo labial, como el español, se pronuncia con la participación del labio superior e inferior. Más bien el sonido se produce dejando el aire encerrado en la cavidad bucal y después se expulsa de la altura de los labios como la palabra baba, botón, etc. ejemplo:

**Bak** = Hueso, flaco.  
**Tsem** = Niña, Muchacha.  
**Lovol** = Plátano

La **X** tiene un sonido equivalente a la SH, que se pronuncia caracterizando la fonética fricativa palatal o alveolar sorda, se considera fricativo porque en su pronunciación, “el aire pasa con fricción debido a la presión que ejerce la lengua sobre los alvéolos, ejemplo:

**Xonobil** = Huarache  
**K'uxi** = ¿Qué tal?  
**Tuxum** = Elote de pocos granos

### Palabras con consonantes glotalizadas

Las palabras que llevan consonantes glotalizadas en la lengua tsotsil se presentan mediante un cierre simultáneo de la glotis y el sonido se produce en la abertura superior de la laringe, ejemplos:

Uso de la K'

**K'in** = Fiesta.  
**K'ok'** = Fuego, fiebre, caliente  
**K'ux** = Dolor.  
**Tuk'** = Recto, derecho, escopeta.

Uso de la K y K'

**Kok** = Mi pie  
**K'ok** = Se desprendió  
**K'ok'** = Fuego, fiebre, caliente



**Ko'** = Podrido

T'

**T'anal** = Desnudo

**T'en** = Chaparro

**T'inel** = Abultar (estomago)

**T'ul** = Conejo

P'

**P'in** = *Bin* = Olla

**P'ol** = *Bo* = Aumento

**Sp'us** = *Bus* = Jorobado

**Is'pas** = *Isbas* = Despedazo

TS'

**Ts e el** = Inclinado, del lado

**Ts'ak** = Mojón, límite

**Ts'ol** = Calabacita

**Ts'i** = Perro

Mientras que las demás palabras que no llevan glotal o particularidades señaladas, se pronuncian tal cual como se escribe, ejemplos.

**Na** = Casa

**Xik** = Gavilán

**Mu** = Sabroso

**Tsots** = Fuerte ó lana de borrego

**Yox** = Verde

**Tibol** = Carne

**Pepen** = Mariposa

**Ixim** = Maíz



## LO ELEMENTAL

Uno de los objetivos de esta guía es otorgar un vocabulario elemental para comunicarse, por lo que es recomendable aprender los números, colores, traje típico, alimentos, partes del día y del cuerpo.

### Preguntas más frecuentes para aprender tsotsil

<b><i>Oy k'usi ta jak'</i></b>	= Hay algo que quiero preguntar
<b><i>¿K'uxi ta ael?</i></b>	= ¿Cómo se dice o cómo se pronuncia?
<b><i>¿K'uxi tasts'ibael?</i></b>	= ¿Cómo se escribe?
<b><i>¿K'usi sk'an xal?</i></b>	= ¿Qué significa?
<b><i>Mu xka'y</i></b>	= No entiendo
<b><i>Mu xa'i</i></b>	= No te entiende
<b><i>K'oponon</i></b>	= Háblame
<b><i>K'opojan</i></b>	= Habla, dilo
<b><i>Jak'bun</i></b>	= Pregúntame
<b><i>Jak'bo</i></b>	= Pregúntale
<b><i>¿K'usi?</i></b>	= ¿Qué?
<b><i>¿K'ucha al?</i></b>	= ¿Por qué?
<b><i>¿Buy?</i></b>	= ¿Dónde?
<b><i>¿K'us ba?</i></b>	= ¿Cómo?
<b><i>Ba-akne/Bakim</i></b>	= ¿Cuándo?

### Colores

	Rojo	= <b>Tso</b>		Blanco	= <b>Sak</b>
	Amarillo	= <b>K'on</b>		Negro	= <b>I'k</b>
	Verde	= <b>Yox</b>			
	Azul	= <b>Yox K'ucha'alvinajel</b>			
	Morado	= <b>Chiaxub</b> (de moretón, cuando golpeamos parte del cuerpo)			



## Los Números

1. <i>Jun</i>	1. Uno
2. <i>Chim</i>	2. Dos
3. <i>O'xim</i>	3. Tres
4. <i>Chanim</i>	4. Cuatro
5. <i>Jom</i>	5. Cinco
6. <i>Vaquim</i>	6. Seis
7. <i>Juku'b</i>	7. Siete
8. <i>Vaxaquib</i>	8. Ocho
9. <i>Baluneb</i>	9. Nueve
10. <i>Lanujeb</i>	10. Diez
11. <i>Buluchib</i>	11. Once
12. <i>Lajchaeb</i>	12. Doce
13. <i>Oxlajuneb</i>	13. Trece
14. <i>Chanlajuneb</i>	14. Catorce
15. <i>Jo'lajuneb</i>	15. Quince
16. <i>Vaklajuneb</i>	16. Dieciséis
17. <i>Juklajuneb</i>	17. Diecisiete
18. <i>Baxaklajuneb</i>	18. Dieciocho
19. <i>Balunlajuneb</i>	19. Diecinueve
20. <i>Jtob</i>	20. Veinte
21. <i>Junxcha'vinik</i>	21. Veintiuno
22. <i>Chibxcha'vinik</i>	22. Veintidós
30. <i>Lajuneb xcha'vinik</i>	30. Treinta
40. <i>Chavinik</i>	40. Cuarenta
50. <i>Lajuneb yoxvinik</i>	50. Cincuenta
60. <i>Oxvinik</i>	60. Sesenta
70. <i>Lajuneb xchanvinik</i>	70. Setenta
80. <i>Chanvinik</i>	80. Ochenta
90. <i>Lajuneb jovinik</i>	90. Noventa
100. <i>Jovinik</i>	100. Cien



## Traje típico

Blusa = **K'uil**

Faja = **Chukil**

Nagua = **Tsekil**



Sombrero = **Pixelal**

Camisa = **C'uil**

Cinturón = **Puy chij**  
= **Chukil nukul**

Pantalón = **Vexal**

Huarache = **Huarach**

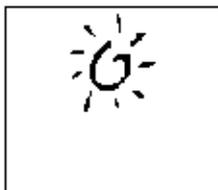




## El tiempo



Temprano = ***Ta sob / Bat k'akal***



Tarde = ***Mal k'ak'al / Ak' ubal***



Noche = ***A k'obal***  
 Por la noche = ***Ta ak'obal***

Si se habla del día hoy:

Ahora = ***Lavie / ta ora***

Si se habla de otros días:

Ayer = ***Volje***  
 Anteayer = ***Chabje*** (dos días atrás)  
 Mañana = ***Ok'ob***  
 Hasta mañana = ***Ok'ob to***  
 Pasado mañana = ***Cha'ejto***

Día = ***k'ak'al***  
 Semana = ***Xemana***  
 Mes = ***U***  
 Año = ***Jabil***

**Alimentos**

Comida	= <i>Ve'lil</i>
Comer	= <i>Ve'el</i>
Chile	= <i>Ich</i>
Verdura	= <i>Itaj</i>
Tortilla	= <i>Vaj</i>
Frijol	= <i>Chenek'</i>
Aguacate	= <i>On</i>
Pescado	= <i>Choy</i>
Sal	= <i>Ats'am</i>
Maíz	= <i>Ixim</i>
Puerco	= <i>Chitom</i>
Res	= <i>Vakax</i>
Agua	= <i>Jo' / Vo</i>
Plátano	= <i>Lovol</i>
Elote	= <i>Ajan</i>
Conejo	= <i>T'ul</i>
Carne	= <i>Tibol / Bek'et</i>
Calabaza	= <i>Ch'um</i>
Cebolla	= <i>Tuix</i>
Pozol	= <i>Mats'</i>
Tomate	= <i>Chichol</i>



## El cuerpo (Anatomía)

Antes de iniciar lo que es la consulta se mostrarán algunas partes del cuerpo así como la persona (1ª, 2ª o 3ª) aclarando que la más usada en la consulta es la que se refiere a la segunda persona.

### Adjetivos posesivos

	Ch'util = Estomago (inicia con consonante)	Atil – Pene (inicia con vocal)
1ª Singular	<b>J</b> ch'util' = mi estomago	<b>K</b> at = mi pene
2ª Singular	<u><b>J</b></u> ach'ut = tu estomago	<b>J</b> avat= tu pene
3ª Singular	<b>S</b> ch'ut = su estomago	<b>Y</b> at= su pene
1ª Plural	<u><b>J</b></u> ch' <u><b>u</b></u> tik = nuestra estomago	<b>K</b> atik = nuestra pene
2ª Plural	<u><b>J</b></u> ach' <u><b>u</b></u> tik = su estomago	<b>J</b> avatik = su pene
3ª Plural	<b>S</b> ch' <u><b>u</b></u> tik = su estomago	<b>Y</b> atik= su pene

En términos generales podemos decir que: lo que va precedido (prefijo) de **J** es mio, de **Ja** es tuyo y de **S** suyo (de él), cuando la palabra inicia con consonante y **K** es mío, **Jav** es tuyo y **Y** es suyo cuando se inicia con vocal.

El sufijo **tik** se utiliza para escribir el plural. En las partes del cuerpo se utiliza para hacer referencia a lo nuestro o nuestros, ejemplos:

Mi cabeza = **Jol**  
 Tu cabeza = **Jajol**  
 Su cabeza = **Sjol**  
 Nuestra cabeza = **Joltik**  
 Cabezas = **Joliletik**

Estomago = **Ch'util**  
 Mi estomago = **Jch'ut**  
 Tu estomago = **Jach'ut**  
 Su estomago = **Sch'ut**  
 Nuestro estomago = **Jch'utik**



Estomagos	= <i>ch'ut<u>iletik</u></i>
Ceja	= <i><u>Motsobil</u></i>
Mi ceja	= <i><u>Jmotsom</u></i>
Tu ceja	= <i><u>Jamotsom</u></i>
Su ceja	= <i><u>Smotsom</u></i>
Nuestra ceja	= <i><u>Jmotsomtik</u></i>
Boca	= <i><u>Eil</u></i>
Mi boca	= <i><u>Ke</u></i>
Tú boca	= <i><u>Jave</u></i>
Su boca	= <i><u>Ye</u></i>
Hombro	= <i><u>Nekebil</u></i>
Mi hombro	= <i><u>Jnekem</u></i>
Tu hombro	= <i><u>Anekem</u></i>
Cuello	= <i><u>Nuk'il</u></i>
Mi Cuello	= <i><u>Jnuk'</u></i>
Tu cuello	= <i><u>Januk</u></i>
Frente	= <i><u>Tibail</u></i>
Mi frente	= <i><u>Jtiba</u></i>
Tu frente	= <i><u>Jatiba</u></i>
Espalda	= <i><u>Patil</u></i>
Mi espada	= <i><u>Jpat</u></i>
Tu espalda	= <i><u>Japat</u></i>
Nuestra espalda	= <i><u>Jpatik</u></i>
Mi Miembro pélvico	= <i><u>Kakan</u></i>
Tu miembro pélvico	= <i><u>Avakan</u></i>
Testículo	= <i><u>Bek' atil</u></i>
Mi testículo	= <i><u>Jbekat</u></i>
Tu testículo	= <i><u>Sbek'avat</u></i>



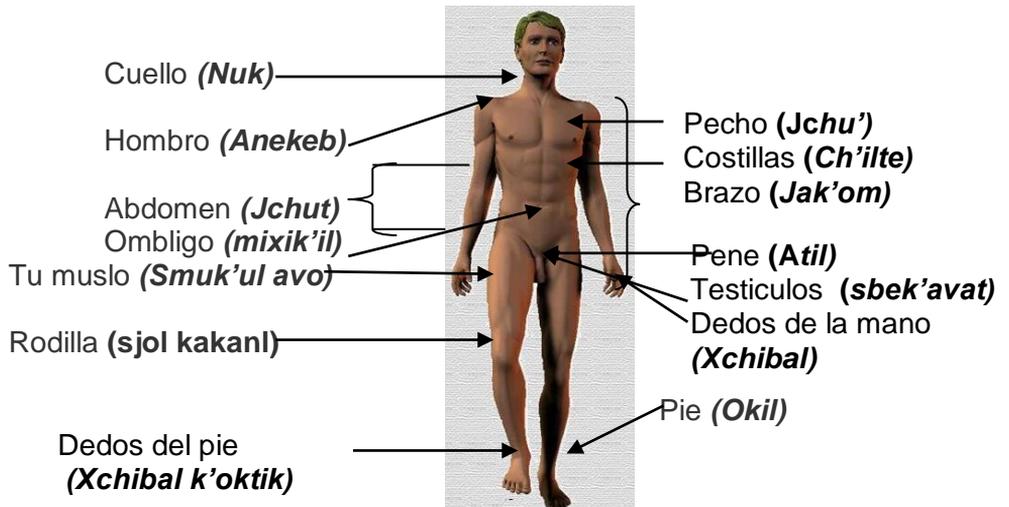
Pene	= <b><i>A<u>ti</u>l</i></b>
Mi pene	= <b><i>K<u>a</u>t</i></b>
Su pene	= <b><i>Y<u>a</u>t</i></b>

El sufijo ***il*** se utiliza cuando no se sabe de quién es la parte corporal, puede ser de animales o de personas; este sufijo nunca se utiliza en la consulta, porque siempre se refiere a la parte corporal del paciente, sin embargo importante conocerlo.

Cabeza	= <b><i>jo<u>li</u>l</i></b> .
Cara	= <b><i>Sa<u>ti</u>l</i></b>
Nariz	= <b><i>Ni'<u>i</u>l</i></b>
Oreja	= <b><i>Chikin, ckikin<u>i</u>l</i></b>

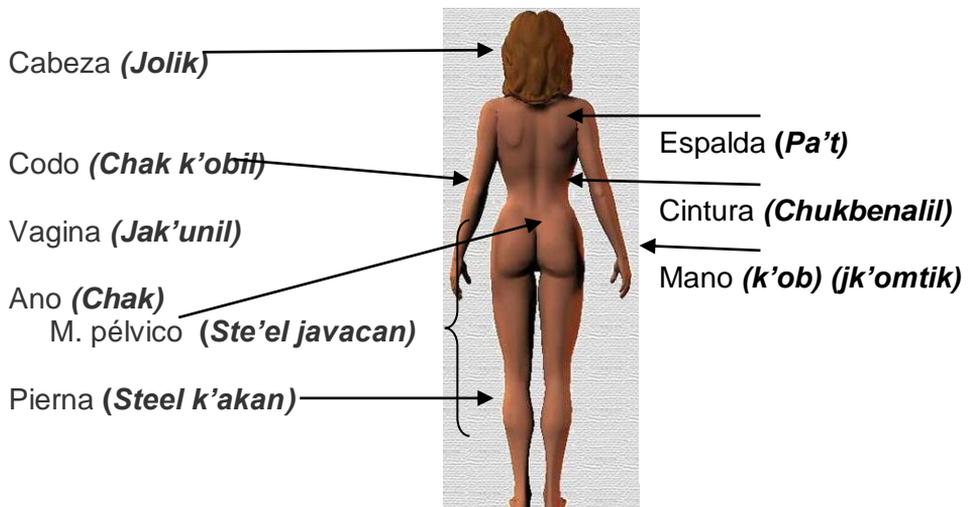


## Partes Externas



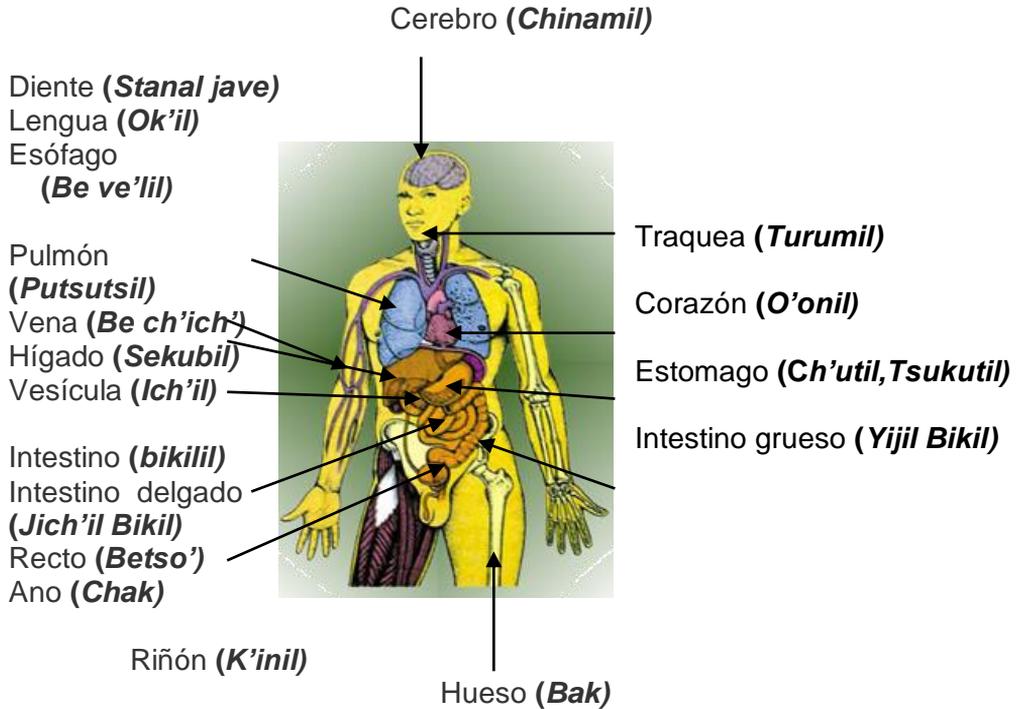
Lado derecho (**Ja bats'ikob**)

Lado izquierdo (**Ts'etkob**)

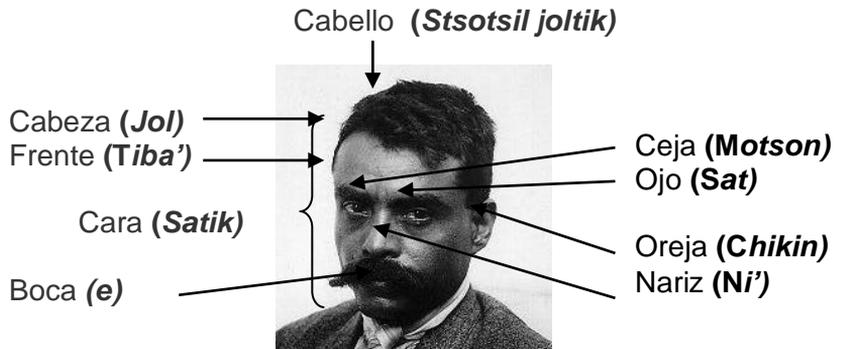




## Partes Internas



## Cara





## Signos, Síntomas órganos y enfermedades

Enfermedad	= <b>Chamel / Ip</b> (es el más utilizado)
Abultazón	= <b>T'inel</b>
Acúfenos	= <b>Xjumjon</b>
Agruras	= <b>k'ak nuk</b>
Ardor	= <b>X-an on</b>
Caspa	= <b>Apon</b>
Comezón	= <b>Ch'inin</b>
"Cruda"	= <b>Xchamelal</b>
Debilidad	= <b>K'unibel</b>
Defecar	= <b>Tsa'anel</b>
Desmayo	= <b>Xchai a vo'on</b>
Diarrea	= <b>Ch'utul, pajanel</b>
Diarrea con moco	= <b>Simnak'al</b>
Diarrea con sangre	= <b>Ch'ich'tsa'nel</b>
Dolor	= <b>K'ux</b>
Duele mucho	= <b>Toj k'ux</b>
Escabiasis	= <b>Sarna</b>
Escalofrío	= <b>K'ak'al sik</b>
Excremento	= <b>Tso'e</b>
Fiebre	= <b>k'ok'</b>
Flatos	= <b>Tsisil</b>
Fosfenos	= <b>Kukay</b>
Golpeado	= <b>Majbil</b>
Grano	= <b>Chin</b>
Gripa	= <b>Simal obal</b>
Gusano	= <b>Xubit</b>
Herida	= <b>Herida</b>
Herpes	= <b>Ch'ok</b>
Hinchar	= <b>Sitem</b>
Inflamación	= <b>Sit</b>
Lombriz	= <b>Lukum</b>
Mareo, ataque, epilepsia	= <b>Tub ik'</b>
Menstruación	= <b>Jujun u'</b> (literalmente: cada mes)



Moco	= <b><i>Simal</i></b>
Náusea	= <b><i>Im o'on</i></b>
No tengo fuerza	= <b><i>Ch'abal kupal</i></b>
Orina	= <b><i>Chakabin</i></b>
Pus	= <b><i>Pojov ( Spojovil)</i></b>
Quemadura	= <b><i>K'ak'el</i></b>
Reuma	= <b><i>Ik'</i></b>
Rozadura	= <b><i>Jotel</i></b>
Torcedura	= <b><i>Ts'oklijel</i></b>
Tos ferina	= <b><i>Jik'ik'ul obal</i></b>
Tos	= <b><i>Obal</i></b>
Tuberculosis	= <b><i>Sak obal</i></b> (literalmente: tos blanca)
Vómitos	= <b><i>Xenel</i></b>



# FORMATOS PARA LA CONSULTA



## Presentación

Buenos días	<i>Teo yot</i>
Pase usted	<i>Ochan</i>
Siéntese	<i>Chotlan</i>
¿Sabe hablar español?	<i>¿Mi xa kopoj ta castilla?</i>
¿Sabe leer?	<i>¿Mi xana xchanel?</i>
¿Sabe escribir?	<i>¿Mi xana stsim?</i>
¿Quién viene a consulta?	<i>¿Buch' u li ipe?</i>

¿Es la primera vez? (que viene a consulta)  
*¿Mi ja to s va velta la jatal ta kelel?*

¿Cómo se llama? (usted)	<i>¿K'usi a bi?</i>
¿Cómo se llama? (el o ella)	<i>¿K'usi s bi?</i>
¿Cuántos años tiene? (usted)	<i>¿Jayib ja bilal?</i>
¿Cuántos años tiene? (el o ella)	<i>¿Jayib ja yabilal?</i>
¿Cuándo nació? (usted)	<i>¿K'usi jabilal avoke? ¿Bak'ne la vok'?</i>

¿Cuándo nació? (el o ella)	<i>¿Bak'ne ia vok'?</i>
¿Dónde naciste?	<i>¿Bula ja vok'?</i>
¿Cuántos hijos tiene?	<i>¿Jayim a valam?</i>
¿Cuántos años tiene el mayor?	<i>¿Jayib sja bilal sba a vole?</i>
¿Cuántos años tiene el menor?	<i>¿Jayib sja bilal slajeb a vole?</i>
¿Cuántos están vivos?	<i>¿Jayib k'uxul?</i>
¿Cuántos murieron?	<i>¿Jayib chamenik?</i>
¿De qué murió?	<i>¿K'usi ilajo? / ¿K'usi cham?</i>

¿Esta usted casada(o) por la iglesia?  
*¿Mi nupunemot ta ch'uina?*

¿Dónde vives?	<i>¿Bu likelot?</i>
¿Cuántas horas haces de camino?	<i>¿Jayib hora xa xan batel?</i>
¿Dónde trabajas?	<i>¿Bu cha-amtej?</i>
¿Cómo estas?	<i>¿K'u xa elan?</i>



## Preguntas para todos los males

- ✳ ¿Cuál es tu enfermedad? = *¿K'usi ip cha ava'i?*
- ✳ ¿Cuándo empezó? = *¿K'usi hora jilik?*
- ✳ ¿Ya te había pasado antes? = *¿Mi oy o no'ox xlik avu'un ti ta baie?*
- ✳ ¿Dónde esta tu enfermedad? = *¿Bu li ipe?*
- ✳ ¿Con qué se te quita tu dolor? = *¿K'usi xch'amo sk'uxul?*
- ✳ ¿Con qué aumenta? = *¿K'usi xk'uxum mas chavai?*
- ✳ ¿Por qué cree que esta enferma(o)? = *¿Mi k'uchal xana ip o te?*
- ✳ ¿Hay alguien en la familia con la misma enfermedad? = *¿Mi oy ti ja chi'iltak ta ja' xchi'il li chamele?*
- ✳ ¿Has tomado medicamentos? = *¿Mi oy k'usi a bik'oj?*

## Indicaciones para la exploración

Siéntese	<i>Chotlan</i>
Párese.	<i>Va alan</i>
Acuéstese.	<i>Puch lan</i>
Boca arriba	<i>Javlan</i>
Boca abajo	<i>Patlan</i>
Ponte del lado	<i>Ts'e'lan</i>
Voltéate	<i>Jop'ijan</i>
Al otro lado	<i>Ta jot</i>
Quítese los zapatos.	<i>Lok' a xonom</i>
Quítese su faja.	<i>Lokeso a chuk</i>
Descúbrase la espalda	<i>T'ananoj a pat</i>
Eso es todo.	<i>Jano'ox</i>
Puede vestirse	<i>Ako a kum</i>
Súbase	<i>Muyan</i>
Puede bajarse	<i>Yalan</i>
Puja	<i>Jupan aba / i'ichbo yipal</i>



SISTEMA DIGESTIVO

**Parasitosis - diarrea**

- ✳ ¿Ha tenido diarrea? = *¿Mi oy ch'utul chavai ta hora?*
- ✳ ¿Cuándo empezó? = *¿K'usi hora jilik?*
- ✳ ¿Cuántas veces al día? = *¿Jayib ta k'ak'al?*
- ✳ ¿Huele feo? = *¿Mi oyik'?*
- ✳ ¿Qué color es? = *¿K'ux elan? / ¿k'usi color?*
- ✳ ¿Tiene espuma? = *¿Mi oy sbok?*
- ✳ ¿Tiene sangre? = *¿Mi oy ch'ich'el?*
- ✳ ¿Tiene moco? = *¿Mi oy spojovil?*
- ✳ ¿Ha sacado lombrices? = *¿Mi oy ja lok'esoj lukum?*
- ✳ ¿De que color? = *¿K'usi color?*
- ✳ ¿De que tamaño? = *¿K'us muk'ul?*
- ✳ ¿Cuántas lombrices ha sacado? = *¿Jayim ja lok'esoj lukum?*
- ✳ ¿Te da abultazón? = *¿Mi chayakbot t'inel?*
- ✳ ¿Te da calentura? = *¿Mi oy chak bot k'ok'?*
- ✳ ¿Tienes náusea? = *¿Mi xa juk shenan?*
- ✳ ¿Tienes vómito? = *¿Mi oy xaxen?*
- ✳ ¿Te duele tu estómago? = *¿Mi k'ux a ch'ut?*
- ✳ ¿Te da comezón en el ano? = *¿Mi oy ch'inin a Chak?*
- ✳ ¿A que hora te dà más comezón en el día o en la noche? = *¿K'usi hora más chavai mi ta sob o mi ta a kovaltik?*
- ✳ ¿Hace mucha o poca popo? = *¿Mi ep chak' bot tzanel o mi jutuk jno osh?*
- ✳ ¿La diarrea es aguada? = *¿Li panajele mi toj chutul? (ó mi toj yoo')*
- ✳ ¿Tienes diarrea que va y viene? = *¿Mi oy xpaj jayin k'ak'al ich likiyam vuelta?*
- ✳ ¿Hay alguien en tu familia con diarrea? = *¿Mi oy buch'u oy ta chutul, yo bu oy jafamilia?*



## Gastritis

- ✿ ¿Te da palpitación? = *¿Mi oy cha yac bot me' vinik?*
- ✿ ¿Te arde tu estomago? = *¿Mich ka' k'a ja bo'on?*
- ✿ ¿El dolor es cómo si tuvieras hambre? = *¿Micha yak' bot vinal?*
- ✿ ¿Se te quita el dolor cuando comes? = *¿Mich xcham k'alal chave'?*
- ✿ ¿Te duele más cuándo tomas café? = *¿Kalal chabuch' café ni mas k'uxum?*
- ✿ ¿Te duele más cuándo comes chile? = *¿Kalal cha ti ich ni mas k'uxum?*
- ✿ ¿Te duele más cuándo tomas refresco? = *¿Kalal chabuch refresco mi mas k'uxum?*
- ✿ ¿Te dan agruras? = *¿Mi oy chayak' bot ke vanel?*
- ✿ ¿Te duele más después de comer? = *¿Mi mas k'uxum k'alal mi laj ve an?*
- ✿ ¿Cuándo empezó tu enfermedad? = *¿K'usi hora jilik?*
- ✿ ¿Te duele más cuándo no has comido? = *¿Mi mas k'uxum k'alal sk'anto xave?*
- ✿ ¿Te has levantado en las noches por el dolor? = *¿Mi oy chalik tax k'uxul ta ak'obaltic?*



## SISTEMA RESPIRATORIO

- ✳ ¿Ha tenido tos? = ¿*Mi oy oval?* / ¿*Mi oy ech'emoval ja' bu'un?*
- ✳ ¿Saca la flema? = ¿*Mich lok es li oval?*
- ✳ ¿De qué color es la flema? = ¿*K'usi color li oval?*
- ✳ ¿Cuándo empezó? = ¿*K'usi hora jilik?*
- ✳ ¿Has sacado flema con sangre? = ¿*Mi oy cha lok es chi'ich?* / ¿*K'alal cha obaj?*
- ✳ ¿A qué hora tiene más tos en el día o en la noche? = ¿*K'us ba hora mas chayak bot, ta k'ak'altic mi ta ak'ovaltik?*
- ✳ ¿Se te tapa tu nariz? = ¿*Mi ma kal ja ni'?*
- ✳ ¿Te sale moco? = ¿*Mi ich lok simal?*
- ✳ ¿Te duele tu oído? = ¿*Mi k'ux a chikin?*
- ✳ ¿Te duele tu garganta? = ¿*Mi k'ux ja nuk'?*
- ✳ ¿Te duele cuando tragas? = ¿*Mi k'ux k'usi chavik?*
- ✳ ¿Cuándo empezó? = ¿*K'usi hora jilik?*
- ✳ ¿Te da escalofríos? = ¿*Mi oy k'ak'al-sik?*
- ✳ ¿Te da sudoración? = ¿*Mich chayakbot chik'inajel?*
- ✳ ¿Hay alguien con tuberculosis dónde vives? = ¿*Mi oy chayic sac-oval bu likelot?*

### A la hora de explorar

- ✳ Abre tu boca = *Jach'o jave*
- ✳ Saca tu lengua = *Luk'eso javok'*
- ✳ Voy a revisar tu oído = *Taj k'el ja chikin*
- ✳ Descubre tu espalda = *T'ananoj a pat*
- ✳ Mete aire = *Ich oj-ik*
- ✳ Saca aire = *Lokesoi-ik*



## SISTEMA URINARIO

- ✿ ¿Tiene ardor al orinar? = ¿*Muyuc xlem lun chak'abin?*
- ✿ ¿Te duele cuando orinas? = ¿*Mi k'ux chak'abin?*
- ✿ ¿Cuándo empezó tu problema? = ¿*K'usi hora jilik?*
- ✿ ¿Cuántas veces orinas al día? = ¿*Jayco' chak'abin ta k'akal?*
- ✿ ¿De qué color es tu orina? = ¿*K'ux elan chak'abin?*
- ✿ ¿Te duele tu espalda? = ¿*Mi k'ux ja pat?*
- ✿ ¿Te ha dado calentura? = ¿*Mu'yuk bu cha yak bot k'ok'?*
- ✿ ¿Orinas por gotas? = ¿*Mi oy ta ju p'ajeltik?*
- ✿ ¿Te levantas a orinar en las noches? = ¿*Mi chak'abin ta ak'ovaltik?*
- ✿ ¿Cuando terminas de orinar te quedas con ganas de orinar? = ¿*K'alal chlj avo'on ta k'amnel mi chakabin to eya' eluk?*

## DIABETES

- ✿ Poliuria (¿Cuántas veces orinas al día?) = ¿*Jaykoj cha k'abin ta k'ak'al?*
- ✿ Polidipsia (¿sientes seca tu boca?) = ¿*Mi takin jave?*
- ✿ Polifagia (¿Te da mucha hambre?) = ¿*Mi mu'yuk chajuk ve'an*
- ✿ Pérdida de peso (¿Estás perdiendo kilos?) = ¿*Mi xana' mi oy ulem a kilo al?*



## LAS MUJERES

Este apartado fue realizado por las Promotoras de Salud Reproductiva de varias zonas de los Altos, Chiapas.

### Antecedentes gineco-obstétricos

- ✿ ¿Cuántos años tenías de tú primer hijo? = *¿Jayi'm ja bilal kalal labil sba abol?*
- ✿ ¿Cuántos embarazos ha tenido? = *¿Jayi'm vuelta achinoj jabol?*
- ✿ ¿Cuántos han nacido por parto? = *¿Jayi'm lekik bo k'e me?*
- ✿ ¿Cuántos han nacido por operación cesarea? = *¿Mi oy a bi ch'oj jatel tas bentan li a vole?*
- ✿ ¿Has tenido algún aborto? = *¿Mi oy yalem lijavole?*
- ✿ ¿A qué edad le empezó a bajar su regla? = *¿Jayi'm ja bilal lik yaluk li jujun u'?*
- ✿ ¿Cuántos hijos viven? = *¿Jayi'm abala'm kuxul?*
- ✿ ¿Cuántos están muertos? = *¿Jayi'm abala'm chamem?*

### La menstruación

- ✿ ¿Le baja con dolor? = *¿Mi k'ux kaluk chyal li jujun u'?*
- ✿ ¿Cuántos días le baja? = *¿Jayi'm k'ak'al ta xak' bot jujun u'?*
- ✿ ¿Le baja cada mes? = *¿Mi chvil skotol u'?*
- ✿ ¿Cuándo fue la fecha de su última regla? = *¿K'usi hora jabil slaj'em li jujun u'?*

### Planificación familiar

- ✿ ¿Utilizas algo para no embarazarte? = *¿Mi oy cha tunes smakobil unen?*
- ✿ ¿Cuál método? = *¿K'usi bok'ukal?*
- ✿ ¿Tienes alguna molestia? = *¿Mi mu'yuk chopol spas bot?*
- ✿ ¿Cuánto tiempo lo has utilizado? = *¿K'us jalil la jatunes?*



## Vulvovaginitis e Infección de Vías Urinarias

- ✳ ¿Ha tenido flujo por su vagina? = *¿Mi oy chyal jo'etik ta ak'unil?*
- ✳ ¿De qué color? = *¿K'usi kolor?*
- ✳ ¿Con espuma? = *¿Mi oy sbok?*
- ✳ ¿Huele mal? = *¿Mi oyik'?*
- ✳ ¿Le da comezón? = *¿Mi oy ch'inin?*
- ✳ ¿Te duele al orinar? = *¿Mi k'ux chak'abin?*
- ✳ ¿Cuántas veces orina al día? = *¿Jaycoj chak'abin ta k'ak'al?*
- ✳ ¿Cuántas veces orinas en la noche? = *¿Jaycoj chak'abin ta ak'abal?*

## PREGUNTAS A PACIENTES EMBARAZADAS

- ✳ ¿Esta embarazada? = *¿Mi oy a bol?/¿Mi oyot a bol?*
- ✳ ¿Cuántos hijos ha tenido? = *¿Jayi'm a vala'm oy?*
- ✳ ¿Cuántos meses de embarazo tiene? = *¿Jayi'm u yich'oj li olol jachu'uke?*
- ✳ ¿Se mueve su bebe? = *¿Mich nik chava'i?*
- ✳ ¿Se le hinchan los pies? = *¿Mi tsitu'm li avoke?*
- ✳ ¿Ve lucecitas? = *¿Mi chavil kukayetic?*
- ✳ ¿Escucha zumbidos? = *¿Mix mak lajet a chikin?*
- ✳ ¿Le duele su cabeza? = *¿Mi k'ux a jol?*
- ✳ ¿Ha recibido la vacuna contra el tetanos? = *¿Mi oy a bich'oj vakuna sventa tetanos?*



TERAPÉUTICA, INDICACIONES Y  
EXPRESIONES DE CONSUELO

- ✳ Puede comer de todo = **Xu chalajes skotol kusitik oy**
- ✳ Lo que no puede comer es... (manteca, grasa, chile, café, refresco, azúcar, sal, etc.) = **Mu'xu chalajes kusitic...(ich, café, atsam, refresco...)**
- ✳ Va a comer más... verdura = **Chalajes ep...itaj**
- ✳ Va a comer menos... = **Chalajes jutuk...**
- ✳ Tomar antes de comer = **Ja'ba'i chabuch' ts'akal chave'**
- ✳ Tomar con el alimento = **Chavich' kalaluk chave'**
- ✳ Tomar después de comer = **Ba'i chave' ts'akal chavuch' a vomol**
- ✳ Te voy a inyectar = **Chajulot**
- ✳ Necesita una medicina por la vena = **Chajtik bot vomol ta be chi'ch'**
- ✳ Agite el medicamento antes de tomarlo = **K'aluk chabuch' chanikes lek**
- ✳ Tómese sólo si hay dolor = **Chavich' ja vomol mitoj k'ux chava'i**
- ✳ Pásate a llevar tu medicina en la farmacia = **Ech' ich' o vomol ta snail vomol**
- ✳ ¿Lo Comprendiste? = **Mi java'i**
- ✳ Si le cae mal la medicina no se la tome y regrese = **Mi cha pas bot chopol livomole muxa xabik' xtalaval**

**Expresiones de consuelo**

- ✳ No llores = **Mu xa ok'**
- ✳ No te preocupes = **Mu xavat javo'on**
- ✳ No tengas miedo = **Mu xaxi'**
- ✳ No duele = **Ch'abal k'ux**
- ✳ No se va a morir (él/ella) = **Mu xcham**
- ✳ Se va a curar = **Ta xpoxtaj**
- ✳ Alégrate/emociónate = **Junuk javo'on**



- ☀ Se va a quedar bien = *Lek ta xkom*
- ☀ Que te vaya bien = *Ke la ba ech'el*



# VOCABULARIO CHOLBILK'OP



## A

Abuela. *Yaya*  
Abuelo. *Moltot*  
Abultar (estomago). *T'inel*  
Acuestese. *Puch lan*  
Acufenos. *Xjumjon*  
Agruras. *k'ak nuk*  
Agua. *Jo'*  
Aguacate. *On*  
Aguardiente. *Pox*  
Ahora. *ta ora / lavie*  
Alma. *Chulel*  
Amarillo. *K'on*  
Año. *Chak*  
Antes. *Ba'i*  
Antier. *Chabje* (dos días atrás)  
Año. *Jabil*  
Árbol. *Te'*  
Ardor. *X-an un*  
Aumento. *P'ol / Bol*  
Ayer. *Volje*  
Azul. *Yox K'ucha'alvinajel*

## B

Blanco. *Sak*  
Blusa. *K'u'il*  
Boca. *Eil*  
Brazo. *Ste'el k'ob*

## C

Cabello. *Stsotsil jolil*  
Cabeza. *Jolil*  
Calabacita. *Ts'ol*  
Calabaza. *Ch'um*



Calofríos. *K'ak'al sik*  
Camisa. *C'ú'íl*  
Cara. *Jsat-ik*  
Carne. *Tibol ó Bek'et*  
Casa. *Na*  
Casma. *Apun*  
Cebolla. *Tuix*  
Ceja. *Jamotsob*  
Cerebro. *Chinamil*  
Cinturon. *Chukil nukul*  
Codo. *Xu k'ub*  
Comer. *Ve'el*  
Comezón. *Ch'inin*  
Comida. *Ve'lil*  
Cómo. *K'us ba*  
Conejo. *T'ul*  
Corazón. *O'onil*  
Cruda. *Xchamelal*  
Cuándo. *Ba'kne*  
Cuello. *Nukil*  
Cuerpo. *Bektal*  
Cuñado. *Jvol*  
Curandero. *Ilol Ilvanej*  
Chaparro. *T'en*  
Chile. *Ich*

**D**

Debilidad. *K'unibel*  
Derecho lado. *Bats'ik'om*  
Desnudo. *T'anal*  
Despedazó. *Is'pas ó Isbas*  
Después. *Tsacal*  
Día. *K'ak'al*  
Diarrea con moco. *Simnak'al*  
Diarrea con sangre. *h'ich'tsa'nel*



Diarrea. *Ch'utul, pajanel*

Diente. *Stanal awe*

Dios. *Kajval*

Dolor. *K'ux*

Dónde. *Bu*

Duele mucho. *Toj k'ux*

## **E**

Elote de pocos granos. *Tuxum*

Elote. *Ajan*

Enagua. *Tsekil*

Enfermedad. *Chamel / Ip*

Epilepsia, ataques, *Tub ik'*

Escabiasis. *Sarna*

Esófago. *Be ve'ilil*

Espalda. *Patil*

Espuma. *Sbok*

Estomago. *Ch'util, Tsukutil*

Excremento. *Tso'e*

## **F**

Faja. *Chukil*

Farmacia. *Snail vomol*

Fiebre. *K'ok'*

Fiesta. *K'in*

Flatos. *Tsisim*

Fosfenos. *Kukay*

Frente. *Jatiba*

Frijol. *Chenek*

Fuego, caliente. *K'ok'*

Fuerte ó lana de borrego. *Tsots*

## **G**

Golpeado. *Majbil*

Gracias. *Kolaval*

Grano. *Chin*



Grasa. *Xepu*  
Gusano. *Xuit*.

## H

Habla, dilo. *K'opojan*  
Hasta mañana. *Ok'ob to*  
Herida. *Herida*  
Hermana (mayor). *Vixil*  
Hermano (mayor). *Bankil*  
Hígado. *Sekubil*  
Hinchar. *Tsitub*  
Hombre. *Vinik*  
Hombro. *Jnekem*  
Huarache. *Huarach*  
Hueso, flaco, delgado. *Bak*

## I

Inclinado, del lado. *Ts'e'e'l*  
Inflamación. *Sit*  
Int. Delgado. *Jich'il Bikil*  
Intestino grueso. *Yijil Bikil*  
Intestino. *Bikilil*  
Izquierdo lado. *Ts'etkob*

## J

Jorobado. *P'us / Bus*

## L

Lengua. *Javok'o / ok'il*  
Luciérnagas. *Kukay*  
Lombriz. *Lukum*

## M

Maíz. *Ixim*  
Mamá. *Me'*  
Mamas, chichis. *Chu*  
Mano. *K'ob*



Mañana. *O'kob*.  
Mañana. en la...: *Ta sob*  
Mariposa. *Pepen*  
Medicina. *Vomol, poxil*  
Médico. *Pox tavanej*  
Menstruación. *Jujun ue*  
Mente. *Snop benal*  
Mercado. *Ch'ivit*  
Mes. *U*  
Mesquino. *Ch'ok*  
Mi pie. *Kok*  
M. pélvico. *Ste'el jakavan*  
Moco. *Simal*  
Mojon. *Ts'ak*  
Mover. *Chnik*  
Muerto. *Chamem*  
Mujer. *Ants*  
Muslo (tuyo). *Smukul k'o*

## N

Nariz. *Ni'*  
Nausea. *Im o'on*  
Negro. *I'k*  
Niña, Muchacha, señorita. *Tseb*  
Niño. *Kerem*  
Noche. *A k`obal*  
Nombre. *Bi*  
Novia. *Javants*  
Novio. *Ja vinik*

## O

Ojo. *Jsat*  
Olla. *P'in ó Bin*  
Ombbligo. *Mixik'il*  
Operación. *Bich oj*  
Oreja. *Chikin*



Orina. *Chakabin*

**P**

*Pantalon. Wexal*

*Panza. Tzukut*

*Papá. Tot*

*Párese. Va'alan*

*Partera. Jueitob*

*Parto. Xbok*

*Pasado mañana. Cha`ej*

*Pastilla. Poxil*

*Pecho. Chu'*

*Pene. Abat*

*Perro. Ts'i'*

*Pescado. Choy*

*Pie. Okil*

*Pierna. Steel k'akal*

*Platano. Lovol*

*Platica información. A'yej*

*Podrido. K'o'*

*Por la noche. Ta ak'obal*

*Por qué. K'ucha al*

*Pozol. Mats*

*Pregúntale. Jak'bo*

*Pregúntame. Jak'bon*

*Puerco. Chitom*

*Pulmón. Putsutsil*

*Pus. Pojov (Spojovil)*

**Q**

*Qué. K'usi*

*Quemadura. K'ak'el*

**R**

*Recto, derecho, escopeta. Tuk'*

*Rectoñ. Betso'*



Regrese. *Xtal aval*  
Res. *Vakax*  
Reuma. *Ik'*  
Riñon. *K'inil*.  
Rodilla. *Sjol kakan*  
Rojo. *Tsoj*  
Rosadura. *Jotel*

**S**

Sabroso. *Mu*  
Sal. *Atz'am*  
Se desprendio. *K`ok*  
Semana. *Xemana*  
Señor. *Totik*  
Señora. *Me'tik*  
Sombrero. *Pixolil*

**T**

Tarde en la. *Mal k'ak'al*  
Temprano. *Ta sob*  
Testiculos *Sbek'avat*  
Tobillo. *Sat okil*  
Tomate. *Chichol*  
Torcedura. *Ts'oklijel*  
Tortilla. *Vaj*  
Tos ferina. *Jik'ik'ul obal*  
Tos. *Obal*  
Trabajo. *A'mtel*  
Traquea. *Turumil*  
Tuberculosis. *Sak-obal*

**V**

Vagina. *Ak'unil*  
Vena. *Be ch'ich'*  
Verde. *Yox*  
Verdura. *Itaj*



Vesícula. *Ich'il*

Vivo. *Kuxul*

Vomitos. *Xenel*



**GUIA BILINGÜE ESPAÑOL-TSOTSIL  
PARA LA CONSULTA MÉDICA**

Se termino de imprimir en diciembre de 2007  
en los talleres de **¡Buena Idea! Editores, S.A. de C.V.**

Calle 11 de agosto de 1859 No. 99

Col. Leyes de Reforma 3ª Secc.

**Tels./fax: 56941197 y 56940256**

**e-mail: buenaidea2002@hotmail.com**

El tiro consta de 500 ejemplares

Más sobrante para reposición.

