

Cuidemos nuestra salud

Prevención del cáncer del cuello uterino

**MATERIAL BILINGÜE EN ESPAÑOL
Y EN LENGUA PIUNAVE**



Fundación Universitaria
de Ciencias de la Salud
FUCS
[VIGILADA MINEDUCACIÓN]



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS
APLICADAS Y AMBIENTALES
U.D.C.A



UNIVERSIDAD
EL BOSQUE
vig. del MINEDUCACIÓN



El conocimiento
es de todos

Minciencias





*Prevención del cáncer del cuello uterino: material bilingüe en Español y lengua Piunave / María Inés Sarmiento Medina ... [y otros] ; Primera edición -- Bogotá: Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud - FUCS, 2022.
30 páginas; ilustraciones, tablas, gráficas.*

ISBN: 978-628-95828-1-9

Cáncer de cuello uterino 2. Neoplasias del cuello uterino 3. Citología 4. Relaciones sexuales sin protección 5. Virus del papiloma humano VPH II. Claudia Marcela Velásquez Jiménez, autor III. Sandra Lucía Vargas Cruz, autor IV. Miryam Puerto de Amaya, autor V. Vilma Fandiño Osorio, autor.

NLM WP460



Presentación

Esta cartilla es parte de un proyecto que comenzó en el año 2019 en el Resguardo de Paujil con mujeres de los pueblos Puinave, Curripaco, Sikuni, Cubeo y Piapoco. La idea surgió de nuestras propias lideresas, especialmente de Irene Rojas Acosta, quien logró motivar a investigadores de tres universidades en Bogotá para que se escribiera y se presentara un proyecto de salud para las mujeres indígenas ante el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación. Invitó a 5 lideresas representantes de cada etnia para que hicieran parte activa del proyecto y le dieran continuidad.

El cáncer de cuello uterino es una enfermedad muy grave que se presenta en las mujeres en todos los países del mundo y en todos los grupos étnicos. Por eso hemos acudido a la medicina occidental para que nos den información y nos hagan los exámenes y los tratamientos de manera respetuosa con la cultura indígena.

Como pueblos indígenas tenemos muchos conocimientos ancestrales que son útiles para muchas enfermedades, pero esta enfermedad del cáncer de cuello uterino necesita ser tratada por la medicina occidental. Sabemos que tenemos el derecho a que nos presten servicios de salud, pero queremos que las comunidades tengan una participación muy activa en estos programas para que nos sintamos respetadas, bien tratadas, atendidas en nuestro propio idioma y entendamos de qué se tratan la enfermedad y el tratamiento.

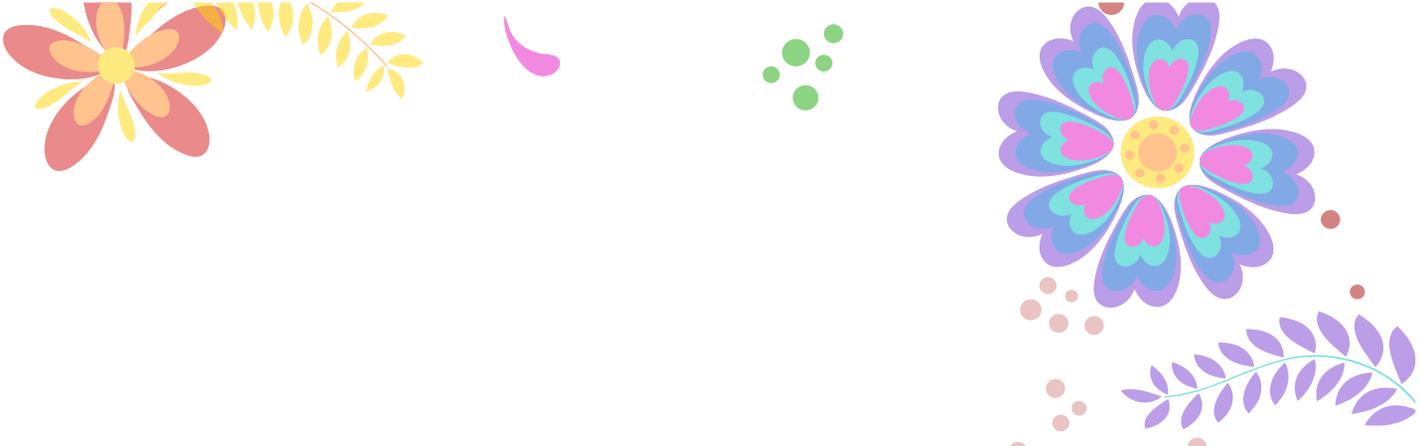


Muchas comunidades indígenas del mundo hacen parte de estos programas de salud y los han adecuados para que sean culturalmente seguros, es decir que no violenten la identidad indígena. Hombres y mujeres de las comunidades indígenas participan en su planeación y desarrollo para que no sean una imposición de la cultura occidental.

Esta cartilla, escrita en lenguas ancestrales y en español, representa un paso adelante en el trabajo por uno de estos derechos, como es el de la salud sexual y reproductiva de las mujeres. Con su lectura conoceremos cómo se entiende la enfermedad del cáncer de cuello uterino en la medicina occidental y cómo se puede evitar que las mujeres mueran por este motivo.

Esperamos que éste sea solo el inicio y que vengan muchos otros trabajos que fortalezcan nuestra identidad, nuestra organización como indígenas y mejoren nuestras condiciones de vida y de salud.



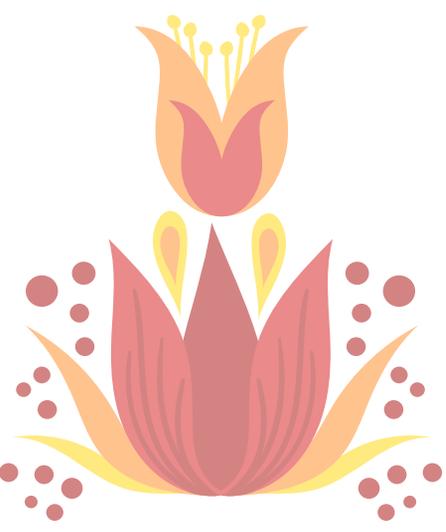


Agradecemos a la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, quien lideró el proyecto, a la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, a la Universidad El Bosque y al Ministerio de Ciencia Tecnología e Innovación por la financiación (500777-757-175)

Participaron en este proyecto las lideresas Irene Rojas Acosta (Pueblo Curripaco), Rosa Cardozo Medina (pueblo Puinave), Zulma Yavinape Curtidor (pueblo Curripaco), Martha Lucía Jiménez Gallardo (pueblo Sikvani), Francis Ramírez López (pueblo Cubeo) y Zuley Perez Gaitán (pueblo Piapoco).

Los profesores de la Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud: María Inés Sarmiento Medina, Miryam Puerto de Amaya, Levinson Niño Leal; los profesores de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales: Claudia Marcela Velásquez Jiménez, Vilma Fandiño Osorio y Esteban Quintana González; la profesora de la Universidad El Bosque: Sandra Lucía Vargas Cruz.

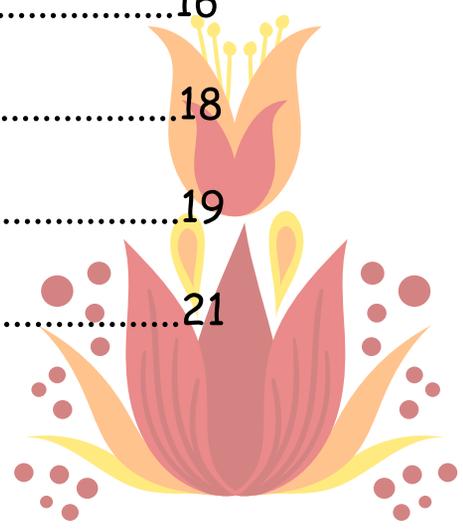
Agradecemos a los capitanes Javier Arcenio Gaitán, Gabriel Acosta, Gonzalo Useche, Ferney Enrique Salazar y al mayor Romaldo Carlos González por la revisión y aprobación del contenido de esta cartilla. A los miembros de las comunidades Plácido Marín, Wilber Monroy, Javier Gaitán, Arnulfo López, Romaldo Carlos González por las traducciones a las lenguas ancestrales.





Contenido

¿Cómo cuidamos nuestra salud?.....	5
¿Qué es el cáncer de cuello uterino?.....	6
¿Qué síntomas produce el cáncer de cuello uterino?.....	8
¿Por qué puede producirse el cáncer de cuello uterino?.....	10
¿Qué cosas pueden influir para que las mujeres tengan cáncer de cuello uterino?.....	11
¿Se puede prevenir el cáncer de cuello uterino?.....	12
¿Cómo se toma la citología?.....	13
¿Cómo prepararse para una citología?.....	15
¿Qué podemos hacer en nuestras comunidades y resguardos para prevenir el cáncer de cuello uterino?.....	16
No debemos olvidar que:.....	18
Algunas de nuestras tradiciones.....	19
Traducción a la lengua ancestral.....	21



¿Cómo cuidamos nuestra salud?

Las mujeres indígenas trabajamos mucho en el hogar: cuidamos de nuestra familia, atendemos a los que están enfermos, cocinamos, hacemos casabe y ajicero, trabajamos en el conuco, lavamos ropa, hacemos el aseo de la casa, traemos leña, educamos a nuestros hijos y algunas trabajamos fuera de la casa.

Con tanto trabajo a veces no le damos importancia a cuidar nuestra propia salud. Nuestro cuerpo es muy especial y también necesita cuidado. Debemos estar atentas para evitar enfermedades que pueden ser graves y mortales, como por ejemplo el cáncer de seno o el cáncer del cuello del útero o matriz, también llamado cáncer de cuello uterino.

Muchas enfermedades pueden evitarse o tratarse antes de que sea muy tarde si nosotras y nuestros compañeros llevamos una vida sana, nos alimentamos bien y vamos a los servicios de salud a que nos revisen. A veces no vamos porque nos sentimos bien y pensamos que no es necesario, pero hay enfermedades que no muestran signos en el cuerpo sino cuando ya están muy avanzadas.

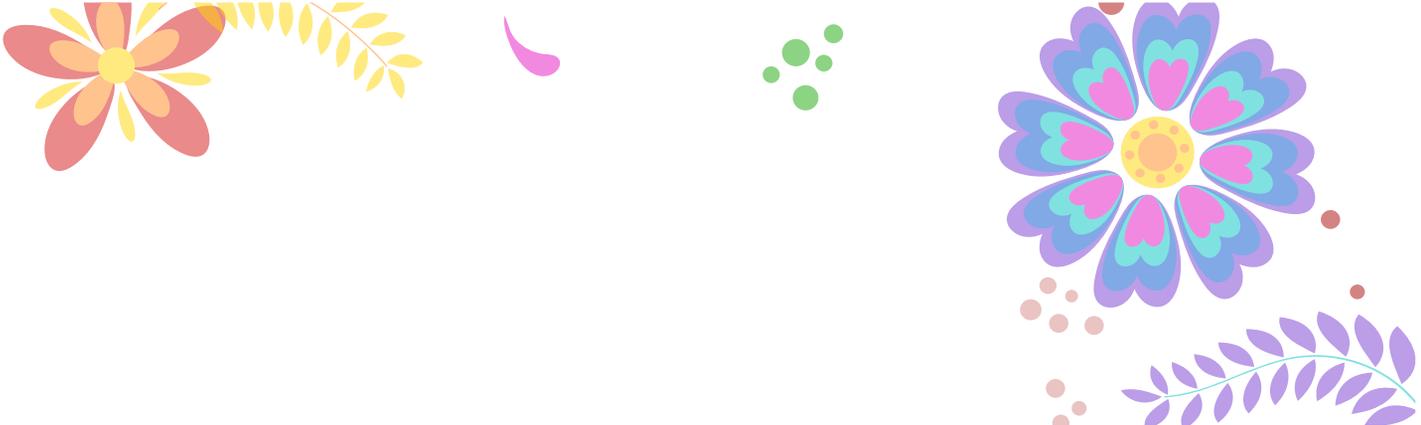
**En esta cartilla vamos a revisar una de estas enfermedades:
El cáncer de cuello del útero.**

Qué es el cáncer de cuello uterino?

El cuello del útero o de la matriz es una parte muy importante de nuestro aparato reproductor y comunica la vagina con el útero. Tiene un orificio pequeño por el que sale la menstruación; durante el embarazo permanece cerrado y en el momento del parto se abre para permitir la salida del bebé.

El cáncer de cuello uterino es una enfermedad que se desarrolla precisamente en este lugar, es como una herida que no sana, se va agrandando y lo va dañando lentamente. Es el crecimiento en una parte del cuello de algo que no es normal. Este daño puede pasar a otros órganos y seguir creciendo hasta causar la muerte.





El cáncer de cuello uterino es una enfermedad silenciosa que comienza lentamente y solo produce molestias o síntomas cuando está ya avanzada.

Estas molestias pueden ser sangrados vaginales inesperados o dolor frecuente en la parte baja del estómago.

El cuello del útero o matriz se va dañando poco a poco a causa de una infección por un virus llamado Virus del Papiloma Humano.

En Colombia mueren 5 mujeres cada día por esta enfermedad, lo que no debería suceder ya que se puede evitar o curar si se descubre a tiempo.

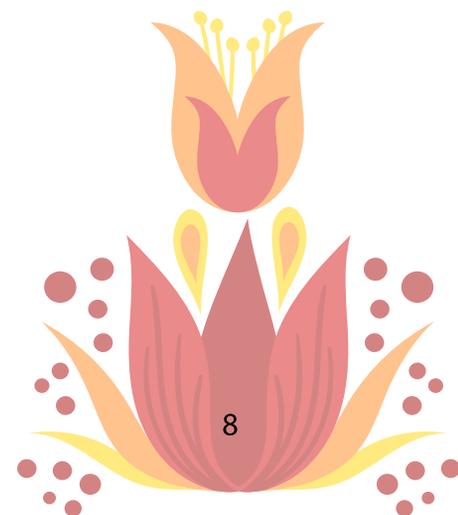
En Guainía han muerto varias mujeres por esta causa.

¿Que síntomas produce el cáncer de cuello uterino?

Hay algunas personas más sensibles para tener el virus del papiloma, como las mujeres muy jóvenes menores de 18 años porque su cuello uterino no está maduro todavía y no puede defenderse del virus.

Por eso se recomienda no empezar las relaciones sexuales ni tener hijos antes de esta edad. También son muy sensibles al virus las mujeres que han tenido muchos hijos.

Tener el virus no significa tener cáncer. El virus puede estar muchos años en la parte de afuera del cuello uterino sin hacer daño, pero hay que estar revisando porque en el momento en que comience a entrar empieza a producir el cáncer.





Al comienzo, esta enfermedad no produce síntomas, es silenciosa.

Los síntomas más frecuentes cuando la enfermedad está avanzada pueden ser:

- Dolor bajito en el estómago bastante fuerte y constante.
- Dolor fuerte en la cintura o en la espalda.
- Dolor durante las relaciones sexuales.
- Sangrado después de las relaciones sexuales.
- Sangrado escaso o abundante entre una menstruación y otra.
- Sangrado después de que se ha ido la menstruación a causa de la edad.
- Material que sale por la vagina (flujo) oscuro o con mal olor..
- Diarrea frecuente.

Si tenemos varios de estos síntomas debemos consultar al médico.

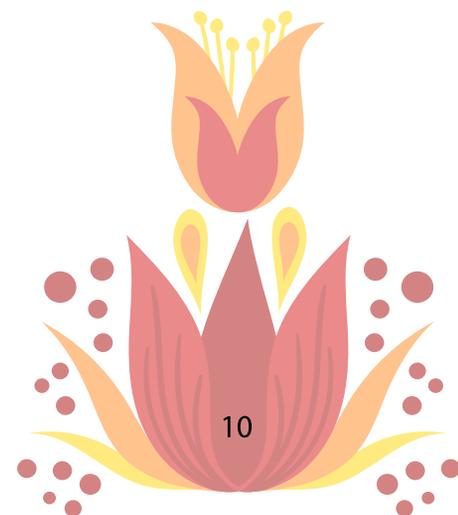
No significa que tengamos que asustarnos, ya que pueden ser ocasionados por otra enfermedad más suave, pero si es el cáncer necesitaremos un tratamiento rápidamente para detenerlo.



¿Por qué puede producirse el cáncer de cuello uterino?

La causa de este cáncer es la infección por el Virus del Papiloma Humano, también llamado VPH y se transmite por las relaciones sexuales. Muchas mujeres tienen este virus y no les produce ninguna enfermedad, pero otras son más sensibles y el virus se queda durante años en su organismo haciéndoles daño en su cuello uterino hasta provocarles el cáncer.

Los hombres pueden tener el virus en sus órganos sexuales pero muy rara vez les produce enfermedades, por eso no se dan cuenta y lo transmiten a las mujeres, sin saber, cuando tienen relaciones íntimas.



¿Que cosas pueden influir?

¿Qué cosas pueden influir para que las mujeres tengan cáncer de cuello uterino?

- Fumar.
- Tener varias parejas sexuales en la vida.
- Tener hijos antes de los 18 años.
- Tener muchos hijos.
- Tener un compañero o esposo que haya tenido, o que tenga varias parejas sexuales.
- Tener una madre o hermana que haya tenido cáncer de cuello uterino.
- No hacerse el examen de citología al menos cada 3 años.



¿Se puede prevenir el cáncer de cuello uterino?

¡Sí se puede prevenir! Hay 4 formas de hacerlo.

1. Hay una vacuna contra el virus del papiloma. Sirve para que este virus, que causa el cáncer, no pueda entrar en el cuerpo de las mujeres. Se recomienda aplicarla a las niñas entre los 9 y los 14 años de edad para que cuando empiecen las relaciones sexuales tengan defensas contra el virus. Son dos dosis.
2. Otra forma de protegerse del virus es utilizar el condón o preservativo durante las relaciones sexuales porque ayuda a proteger a las mujeres de contagiarse ya que el virus no puede pasar a través del preservativo.
3. En los últimos años se ha encontrado un examen que permite saber si las mujeres tienen el virus en su cuello uterino. Se llama prueba de ADN viral. Tener el virus no quiere decir que se tiene cáncer, pero sí quiere decir que hay que estar pendiente de que el virus no comience a entrar en el cuello uterino y a dañarlo. Mientras esté en la parte de afuera no causará problemas.
4. Existe un examen muy importante que se llama citología vaginal que sirve para ver si el cuello uterino está sano o si el virus del papiloma está comenzando a hacer daño. Con este examen se define si es necesario empezar un tratamiento antes de que progrese y se convierta en un cáncer.

“La citología Vaginal es un examen que permite saber si el cuello del útero esta sano o hay que hacer un tratamiento”

¿Cómo se toma la citología?

La citología es un examen interno del cuello uterino y la hace una persona de salud que está capacitada para ello. Se utiliza un pequeño instrumento de plástico, llamado espéculo, que se introduce en la vagina para poder mirar el cuello del útero que está muy adentro del cuerpo de las mujeres, no se puede ver desde afuera.

Esto puede ser un poco molesto, pero solo dura unos pocos minutos y no es un examen peligroso para la salud.



Es muy importante reclamar los resultados

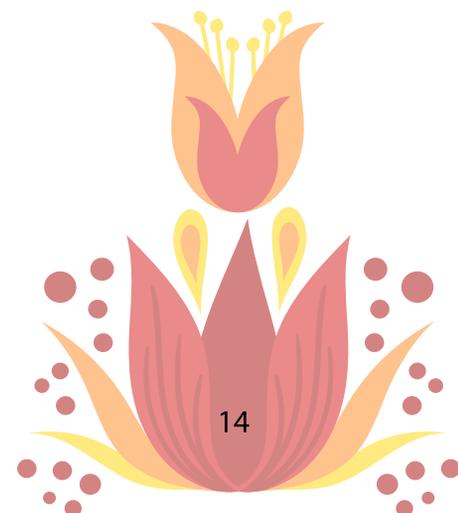
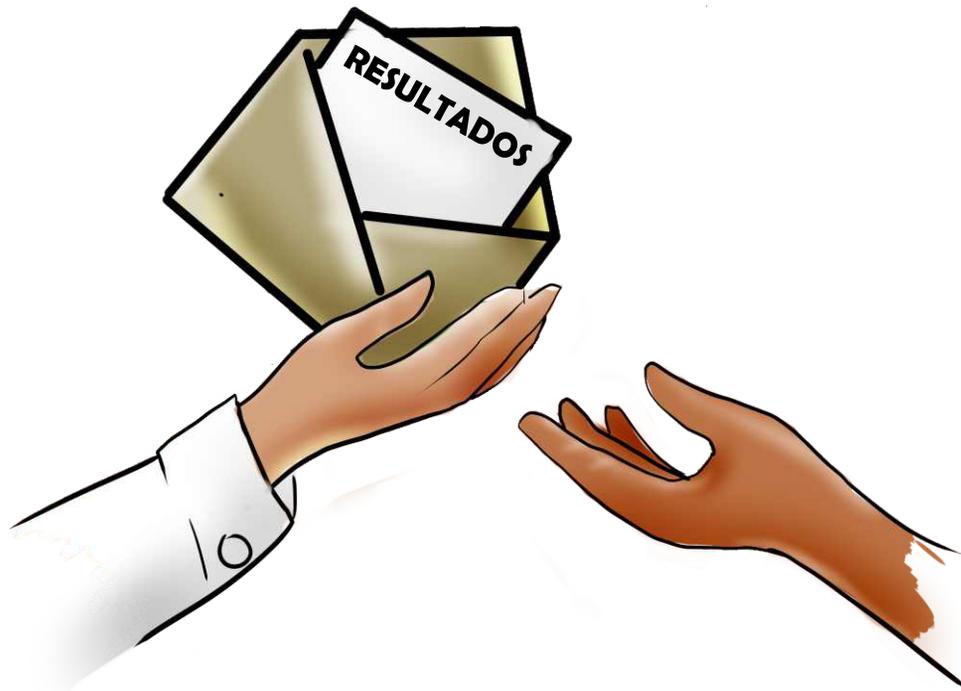
Los resultados de la citología pueden demorarse hasta dos meses.

Es muy importante que los reclamemos para saber cómo salieron y preguntar cuándo será la siguiente citología. Según los resultados de nuestro examen, el médico o enfermera nos dirá cuando tenemos que volver a control o si hay que pedir una cita para un tratamiento.

Los exámenes para prevenir el cáncer de cuello uterino deben hacerse durante toda la vida de las mujeres, hasta los 65 años. La primera vez deben hacerse al completar 3 años desde que comenzamos a tener relaciones sexuales.

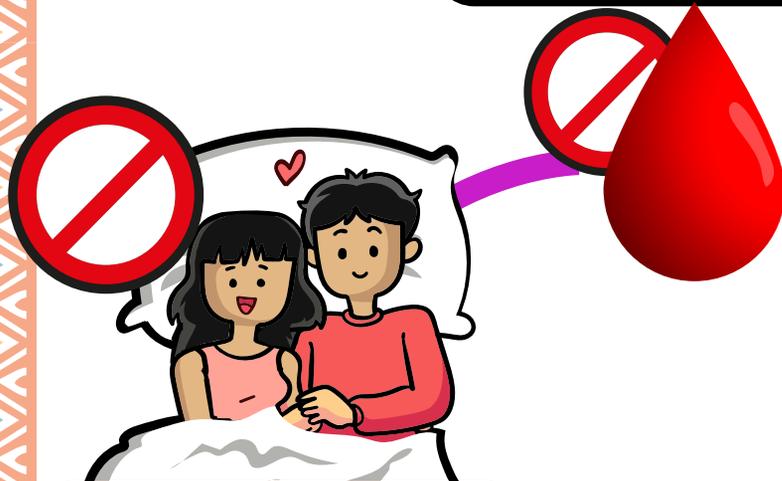
Dependiendo de los resultados, el médico o la médica dirán si el siguiente control debe ser después de 1 año, después de 3 años, o después de 5 años.

Por eso es importante que guardemos los resultados y anotemos las fechas del control para que no se nos olvide.



¿Cómo prepararse para una citología?

No estar con la menstruación



No tener relaciones sexuales 24 horas antes de la citología

Si está embarazada debe tener más de 3 meses para hacerse la citología

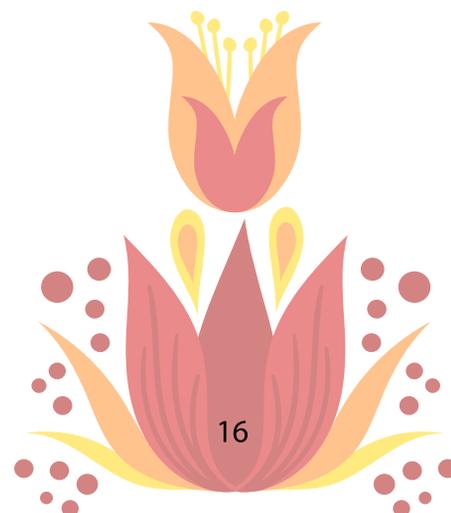


No hacerse baños vaginales internos antes de la citología



No utilizar cremas ni óvulos vaginales 48 horas antes

¿Qué podemos hacer en nuestras comunidades y resguardos para prevenir el cáncer de cuello uterino?



¿Qué podemos hacer en nuestras comunidades y resguardos para prevenir el cáncer de cuello uterino?

Contarles a las otras mujeres que tenemos derecho a que nos hagan el examen de citología. Este examen no tiene ningún costo y está incluido en los programas de salud del gobierno.

Organizarnos como comunidad a través de nuestras lideresas y autoridades indígenas y pedirles a las instituciones de salud que realicen programas permanentes para la detección del cáncer de cuello uterino.

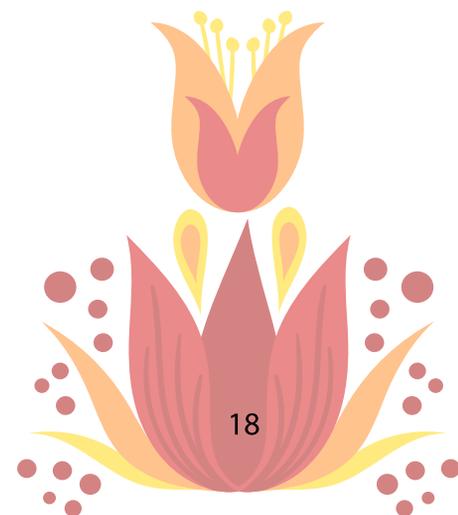
Hacer grupo con nuestros esposos, familiares y lideresas para estar pendientes de que todas tengamos nuestros resultados y entendamos muy bien lo que nos han recomendado los médicos o enfermeras.

Solicitar al Hospital o a la Gobernación que tengan en cuenta algunas condiciones para que los programas respeten nuestra cultura y nuestras necesidades como por ejemplo las siguientes:

- Que la toma de citología se haga en los puestos o centros de salud de nuestras comunidades para que no nos toque caminar largo tiempo o gastar dinero en el transporte.
- Que la citología sea tomada por mujeres.
- Que el personal de salud que nos tome la citología hable nuestra lengua o se acompañe de traductoras.

Finalmente, no debemos olvidar que:

1. El cáncer de cuello uterino es una enfermedad silenciosa que comienza lentamente.
2. Los daños que causa el virus en el cuello del útero se pueden ver mediante el examen de la citología y se pueden tratar si se diagnostican a tiempo.
3. Una sola citología no es suficiente. En cualquier momento el virus puede comenzar a causar daño, por eso es necesario hacerla cada año de nuestra vida adulta hasta los 65 años.
4. SIEMPRE DEBEMOS RECLAMAR LOS RESULTADOS, pedir que nos expliquen y nos digan cuándo debemos volver para control y llevarlos a la siguiente cita.
5. Es importante también vacunar a nuestras niñas para que cuando sean mayores no tengan el cáncer de cuello de útero.
6. Tener el virus del papiloma humano no significa tener cáncer, pero hay que ir a controles para revisar si comienza a hacer daño.

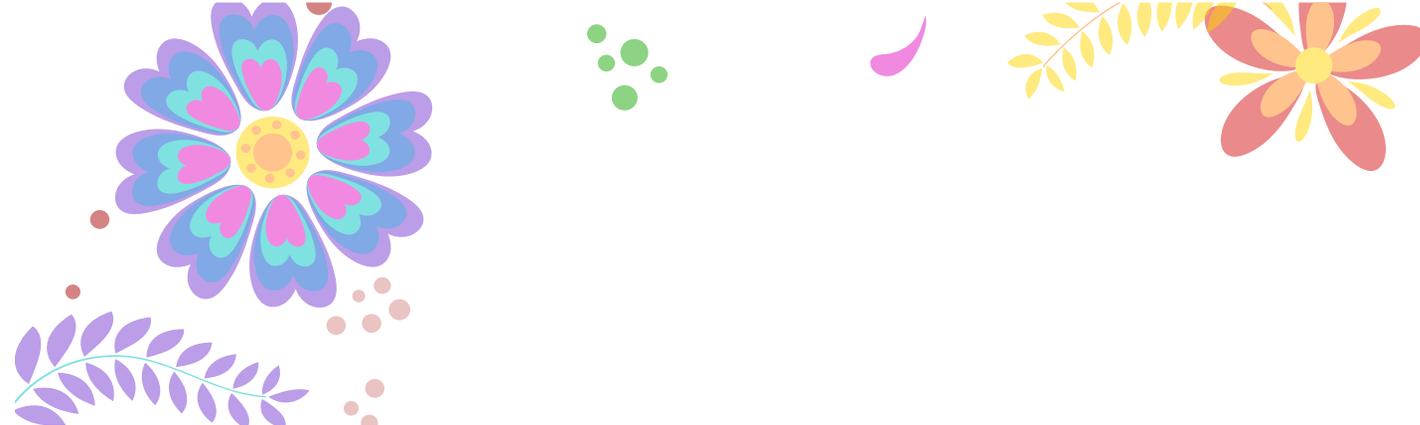


EL RITUAL DE INICIACIÓN PUINAVE

Cuentan nuestros abuelos que cuando las niñas puinave tenían su primera menstruación era un acontecimiento muy importante, toda la comunidad se unía para celebrar la iniciación de esa niña como mujer. Parte de la tradición se ha dejado de practicar porque nuestras creencias y costumbres han ido cambiando, pero otra parte se mantiene. Hoy en día, muchas familias puinave celebramos junto con la comunidad. La señorita no debe salir de la casa durante un tiempo, generalmente dos semanas, no debe comer pescado para que no le baje mucha sangre y le pase rápido la menstruación, tampoco debe comer sal, ni dulce, solamente agua casabe y yukuta. La primera vez, y de ahí en adelante todas las veces que tenga su menstruación se tiene que bañar en la casa, no se puede bañar en el río porque se puede enfermar.

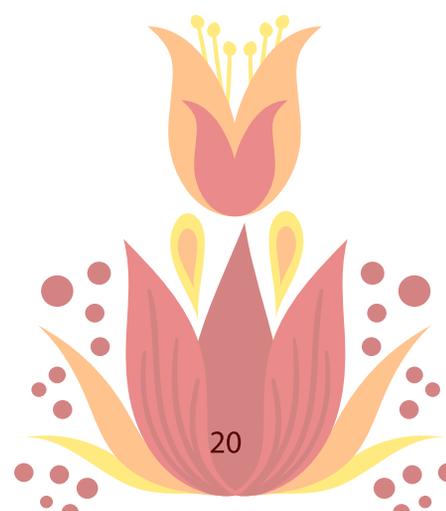
Durante el encierro, la señorita solo puede ver a sus padres, la mamá la prepara para la celebración y le enseña lo necesario para la vida adulta, por ejemplo, hacer catumare, sebucanes, cuidarse con hierbas o plantas medicinales, cocinar, lavar la ropa y cuidar los niños. En nuestra cultura pensamos que no se debe conseguir marido si todavía no sabe hacer casabe ni cocinar.

El último día, la señorita sale bien temprano, apenas aparece el sol, se hace una fiesta en la casa de la familia o en la iglesia, se comparte comida y se toma chicha de yuca. A la niña se le da ají, se le pega, sobre todo en las piernas para que sea fuerte, con unas varitas que son especiales para eso, y los adultos y el pastor le dan consejos de cómo vivir y que deben tener un solo marido.

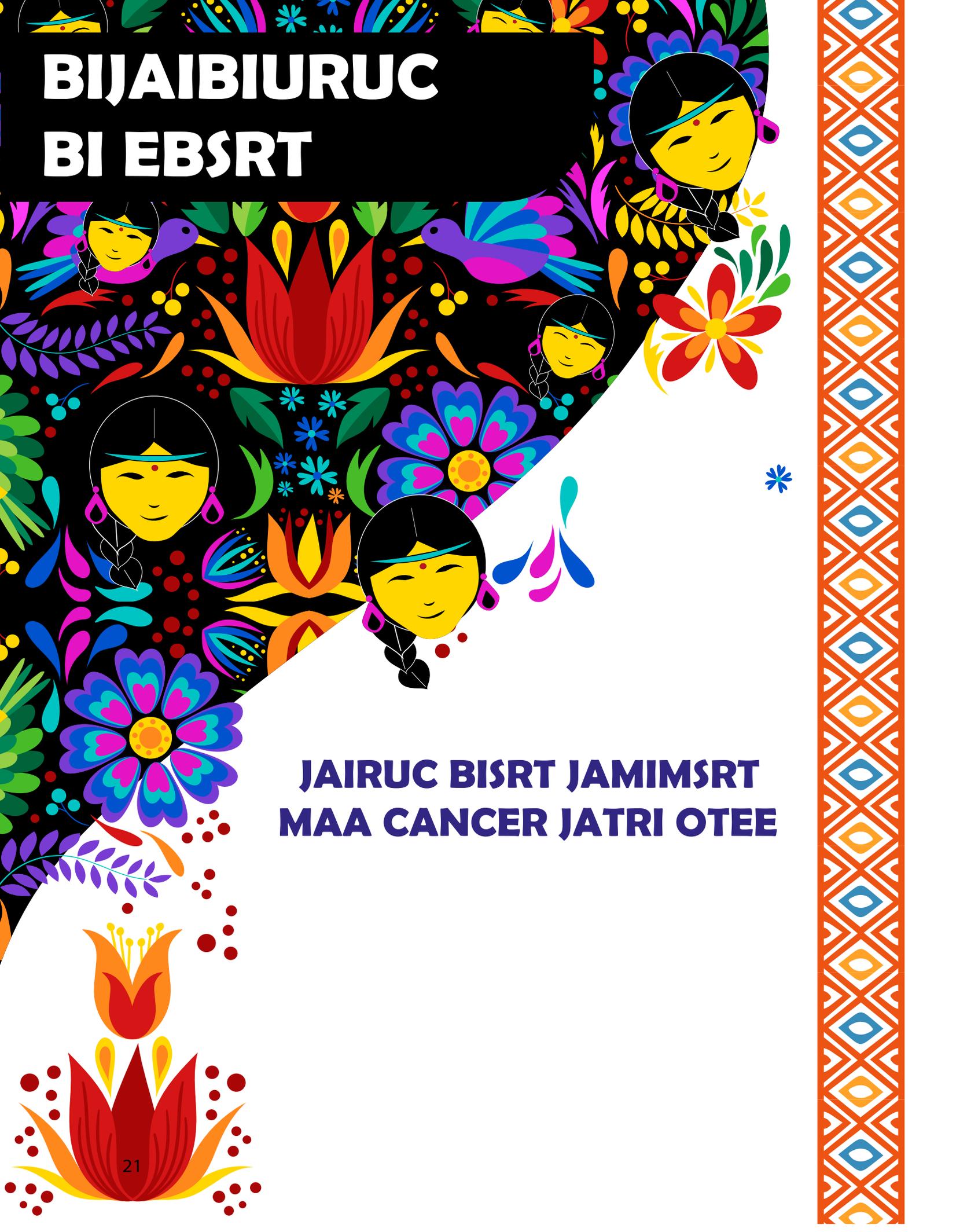


En el pasado, después de esta ceremonia las mujeres podían conseguir su compañero y formar un nuevo hogar, aunque a veces los padres eran quienes les escogían el marido y debían obedecer. Hoy en día sabemos que las niñas no deben comenzar su vida de pareja tan jóvenes porque abandonan sus estudios y porque el embarazo puede ser peligroso o se pueden enfermar más adelante porque su cuerpo no está todavía maduro. Pero nos damos cuenta de que algunas empiezan su hogar muy pronto y sin todas las enseñanzas y no siempre saben lo suficiente para poder educar a sus hijos y llevar bien su matrimonio.

Otras jóvenes que están estudiando y quieren terminar sus estudios o trabajar, esperan hasta los 17, 18 o más años para tener sus hijos. En ese tiempo también aprenden la cultura, los oficios de la mujer puinave y otros conocimientos importantes para ellas, sus familias y sus comunidades, así como para relacionarse con "los blancos" que es como llamamos a las personas mestizas o que no son indígenas.



BIJAIBIURUC BI EBSRT



**JAIRUC BISRT JAMIMSRT
MAA CANCER JATRI OTEE**

ETNIA PUINAVE VOCABULARIO

Traducido por:

Rosa Cardozo medina

Fecha:

27-12 2019

CASTELLANO	LENGUA ANCESTRAL
Cuidar nuestra salud	Jabiujeu bitalee ijeijet
Prevenir	Jajuibiuprg
Enfermedad	Muwrrnoo
Relaciones sexuales	Muroiiyuu
Hijos	Bitriiot
Mujer - mujeres	Denn - Deetpaat
Hombre - hombres	Boon - moot
Útero o matriz	Mutriiot
Vagina	Muteeerug
Menstruación	Jatalee ebat
Embarazo	Japupdig
Joven	Boon tuut
Adulto	ippagprn
Una sola pareja	Jatrmwi juu
Varias parejas	Cabaag jauujut
Sangrado por la vagina	Jamaanog jateruugyee
Mal olor	Jajashijanwag
Dolor en la parte baja del estómago	Jawintaatshigbaat
Adelgazarse mucho	Jajatalrg bryequejet
Cada año	Año sitojani
Vergüenza	Jauyigjanaam
Cuerpo	Bitalee
Cuidar la salud de las mujeres	Jajaibiujeu ijeijet catalee nat detpaat
Rio	Ut
Casa	Muu
Esposo	Jaboon
Tiempo	Brrjaligujaprnshisooq
Muerte	Murriyuu

“JA JAIBIYEUYU NAA BITALE JENU”

Nat detpat Indigenera at Jabagra ibiŋg biot tee
Cajaibi nat bijr ot cahtŋrnoo Ligbat
(bi iJŋit bitŋiiot, bimot poi) ibicag,
an biminig, ibiibeg bitrim uJaa, biyoorot bishig,
ebubicag poi, bi ot tee bi Crig, duu birryug,
catbiJuiŋg bi Triiot. Buibat Jpi bibg sayuJa
Jabisanrg. JaibiSanJeunaa bitalee Jei Jee.
Ashrim naa bitalee Jŋi bai iJeira biyequeJet tep oo.
Juidurug Jet da Jali cainit ta birig Jee.
Oshrt nat bitalee Japin ot biyeque ra poi calii nat
Mot pinit Shrt. Oshrinda bibicashicou bijaibishiJeu
iJeiJet iJetwinJet Jabishi Jeurug naa bitalee
biJaibiJeuJee mowŋrnoo Shirt naa ŋg dibug birat
JaquetŋgWrn mowŋrnoo ming o bijaa bayequeJet tep o biŋri u JaJaa
Oje JaliJani mowŋnao naa Cancer bi Jiimig Ja aoje Poi
mowŋnoo na a cancer bitŋrii ot yee
Opinat biri rig rq naa ebuJainot iJei
Jamog O Jŋi ot ma nat mowŋrnoo ot cat iqueŋgmawi
Cayui ipig lig wŋihin, bingo uma ishing Jet birug bicaiJee
Medico dica bitJayŋg jee Poi
Opinat Jaŋrnog bijeluma naa biJuyuu, biquJet o
Bi bon jet poi Jatŋm uWi bitalee birut icauot



"Cancer bit̄rii ot yee"

Dumat ibishirug tee ya J̄ri bishi Juiya JaJaa
mow̄rnoo naa Cancer bit̄rii ot yee
naa Colombia tee birin cabagra caviirig detpat
itrim año tee oo naa mow̄rnoo Jet
Oshin Jaligra b̄ri mow̄rnoo Jatam J̄ri Virus de papiloma
Nat detparat JaminJee cajaa mow̄rnoo naa
Opinat naa moW̄rnoo ũnuJetda JaJatep min̄r yr̄nifetWi
JajuiW̄r moebdig JaJet J̄ri motalee batshi w̄gcat U JaJet
jat̄m Uwi naa bi bon o bi uu poi Jet birug bitalee Jet
naa biJuyu tee.

Cabag u mot o Cabag u Poi detpat Set birug ot bitaleeJet
Jāng libugra birat Jam u Jabi ũgJee, Jaminḡng jee poi
Bijaa naa moW̄rnoo Jap̄n pat quetyemmat cucat
Op̄nat nat det̄t̄daat JaJai nizei Jambug ra olat
JammJee caja naa moW̄rnoo Osh̄r Jusan Jeitot Ju
Naa Catalee Osh̄riiot dig u poi, Ja s̄n Jeitot Juyat
Ca año 18 Ja irig Jet



¿BêJalig U JaJuibishipêglig Cancer bi Trîiotyee?

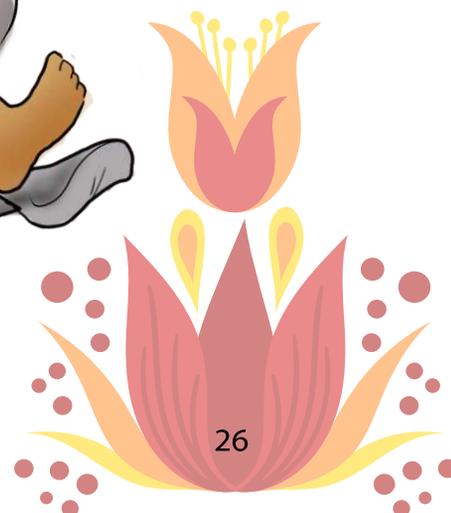
Naa Jet detpat tee Cayêg, Jet catee caluug poi
Bigalig u Jalig cat bitrîi ot yee
Jet Japishi cawaca Poi JaJeuwi o Jawêrnoo
Jui Wrg cat u Jayee
Oshêt Jajet Jajui iWêg cat u Jawêrn JajuShêmbat
Naa mowênoo. Jajupêt u Ju Jajuta noglig naa Cancer



¿b̄Jalig u Jamo ũglig citología?

Naa Citologia J̄ri, Jet detpat tecaȳr Jet Jat duca Mono Ja Yau, Jat ȳfgJee naa bitalee Jet bipug nan yau bit̄rii ot yee Ja it̄m profesional jarm Juyubag ibep pe salvarJet oo ñawañwi Jañawañ Juirul̄g ra Jayuglig, boirig ishrmwi oola It dug ŗg bitega birut detpat biw̄rnoo JalugJee bit̄rii ot yee. MonoJa gau bitalee teja.

Jap̄r cug poi pat u JaȳfgJee cau J̄rb̄t Jacuglig U iw̄gcat jaȳfgJee naa birugbicayu birut detparat Jayaquēra Jayām dig b̄r rou Jalig U Jayaquēg shi galug Yacuirig Opinat Jaȳm̄dig catquetyem W̄riJin naa examen Obatda Jatquēr at yat p̄n̄rglig medico at b̄rou Jalig Shi gauShip̄t ga lug yacuiJee it̄m citología Jacuglig U iyāg gauta JaJuiYaP̄rlip̄n Oshrm b̄m ibag Jet da Jabishi ŗr naa examen Naa biJuyu tee.



¿bijejim ibishiñr?

Jabiruy quetyem Wiijin naa mobig sayu
JaJena lut JajabiJeu naa bitalee Jeyu
Eajet ot nat bimet, biujut bi Jîrot poi ayem.
itim meñante pin etta biring shrm.
JaJeiraWi nan bibiwav itimu.
cat birimje poi catenryugJee birat ot hat
Programa at iJeinog ot oirigwitep.
Jajuibi pig Jee mowîrneo naa cancer bitîi ot yee
Ot poi nat it bijeu ot binantepinot iyaat ot
Biyerug get.
Itb Pshiruget ayem Jîi ot nat esupiriwaJat
ot nat mowînit puretjet.
itîmJani Wicajet ot nat Mowînrît ibiîrnog ot
JajuibipigJee o Jawîn bibigJee poi
mowîmee naa Cancer soog bî JaJuiwig bat Ju

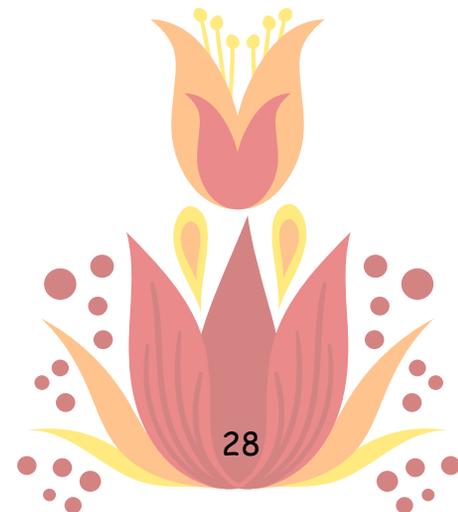


Practicemos lo aprendido



Busca 13 palabras relacionadas con el tema del
Cáncer de Cuello Uterino.

Encuentra las pistas en la página siguiente



- 
- 
1. El examen que debe hacerse la mujer cada año para descubrir a tiempo la inflamación o a veces el cáncer de cuello uterino.
 2. El lugar del útero en donde el virus va dañando las células y produce cáncer.
 3. Una inyección que se aplica dos veces a las mujeres desde los 9 años para que el Virus del Papiloma Humano no las enferme.
 4. Algo que tenemos que reclamar y guardar siempre que nos hagan un examen de citología.
 5. La causa del cáncer de cuello uterino.
 6. Lo que hacemos para que no nos den las enfermedades.
 7. Cuando el virus del VPH entra en las células del cuello uterino.
 8. Cuando el cuello uterino no tiene ninguna infección o inflamación.
 9. La persona que nos apoya siempre y con quien tenemos nuestros hijos.
 10. Enfermedad que va destruyendo poco a poco nuestro cuerpo y puede producir la muerte.
 11. Las costumbres, el idioma, la música y el arte que hemos aprendido de nuestros ancestros.
 12. Lo que hacemos para mantener o recuperar la salud.
 13. La forma en que se transmite el virus del VPH entre los hombres y las mujeres.

1.	Citologías.	7.
2.	Cuello uterino.	6.
3.	Vacuna.	5.
4.	Resultado.	4.
5.	Virus del Papiloma Humano.	3.
6.	Prevencion.	2.
7.		1.
8.	Sano.	13.
9.	Pareja.	12.
10.	Cáncer.	11.
11.	Cultura.	10.
12.	Cuidado.	9.
13.	Relaciones sexuales.	8.
		7.

