

KARITA CIXAPU
KWERONOMACHO ME, KASARAY
POKO KEHTOPO POKONO, WAI
WAI KOMO YAKAN

CARTILHA PARA PROMOÇÃO DO
USO RACIONAL DE
MEDICAMENTOS PARA OS WAI
WAI



Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)
Sistema Integrado de Bibliotecas – SIBI/Ufopa

U58 Universidade Federal do Oeste do Pará.

Karita cixapu kweronomacho me, kasaray poko kehtopo pokono, Wai Wai komo yakan = Cartilha para a promoção do uso racional de medicamentos para os Wai Wai [livro eletrônico]./ Arlindo Wai Wai, Elisio Wai Wai, Rui Massato Harayama, Ademir Wai Wai, Ronildo Wai Wai, Flavia Garcez. – Santarém, 2024.

19 p. : il.

Inclui bibliografias.

Disponível em: <https://repositorio.ufopa.edu.br/jspui/>

ISBN: 978-85-65791-62-5(E-book)

Publicado também em formato (Impresso)

Adaptado da Cartilha Para Promoção do Uso Racional de Medicamentos no Ministério da Saúde.

Obra desenvolvida com recursos do PEEEx 2023 - Programa Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão da Universidade Federal do Oeste do Pará.

1. Wai Wai. 2. Uso de medicamentos. 3. Saúde indígena. I. Wai Wai, Arlindo. II. Wai Wai, Elisio. III. Harayama, Rui Massato. IV. Wai Wai, Ademir. V. Wai Wai, Ronildo. V. Garcez, Flávia. VI. Título.

CDD: 23 ed. 615.2983 83

Bibliotecária - Documentalista: Renata Ferreira – CRB/2 1440

Tapota towxapu karita yaka kweronomacho me ehtome,
kasaray poko kehtopo komo, Ministério da Saúde yairono

Texto adaptado da Cartilha Para Promoção do Uso Racional de
Medicamentos no Ministério da Saúde

Wai Wai yarono tapota/ Tradução para o Wai Wai

Arlindo Wai Wai

Elisio Wai Wai

Rui Harayama

Yakirwamatîkañe/ Revisão

Ademir Wai Wai

Ronildo Wai Wai

Mewrexapu yenîne komo/ Revisão Técnica

Rui Massato Harayama

Flavia Garcez

Mewrexapu yakirwamatîkane/ Ilustração

Ademir Wai Wai

Obra desenvolvida com recursos do PEEEx 2023 - Programa
Integrado de Ensino, Pesquisa e Extensão da Universidade Federal
do Oeste do Pará

Yihcirme ka kasaray yermomra rma ka
awexitaw, yîmtapotareko on karita

Antes de utilizar o medicamento leia esta
cartilha

Kasaray mîkro eroxixa ro makî

Medicamento é coisa séria



Ahnoro tîhtînoyaxe Kasaray yeetopo, eroxixa me, ero yanme amna ñiíakñe on karita. Eroxixa komo tapota tîmtopo Kweronomatopo komo, on waray komo yakro kîmtapotacho me so marha kirwanhe, médico (tahta) yakro, kyorî kararakañe/ mohkañe yakro, kasaray pokono yakro, mîyan komo yakro saúde yaw cetapickaxmo komo yakro há. Kirwanhe kasaray citopo (kwakna) kacho poko, kasaray tho komo yarmatopo poko marha, miyan komo rma tapota eroxixa kîhyakan komo.

Todos sabemos que tomar medicamento é coisa séria, por isso, fizemos esta cartilha. Ela traz importantes orientações sobre como conversar com o seu médico, cirurgião-dentista (odontólogo), farmacêutico ou outro profissional da Saúde, sobre os cuidados ao adquirir, utilizar, guardar e jogar fora os medicamentos, além de outras dicas muito importantes para você.

Míhtînoya on waray pokono, ahnoro xa kasaray epeáa komo yehcimara ehtopo? Anarimaw na nay karpera kehtopo warayi tho nhe kyam makî yohnono tho, ero waray komo rma ñehcamnoyasî kasaray yerîhra kexitawu rma. On hara, míhtonoya tapota kasaray komo kacho? Kasaray komo nasî ahce na komo yehci me:

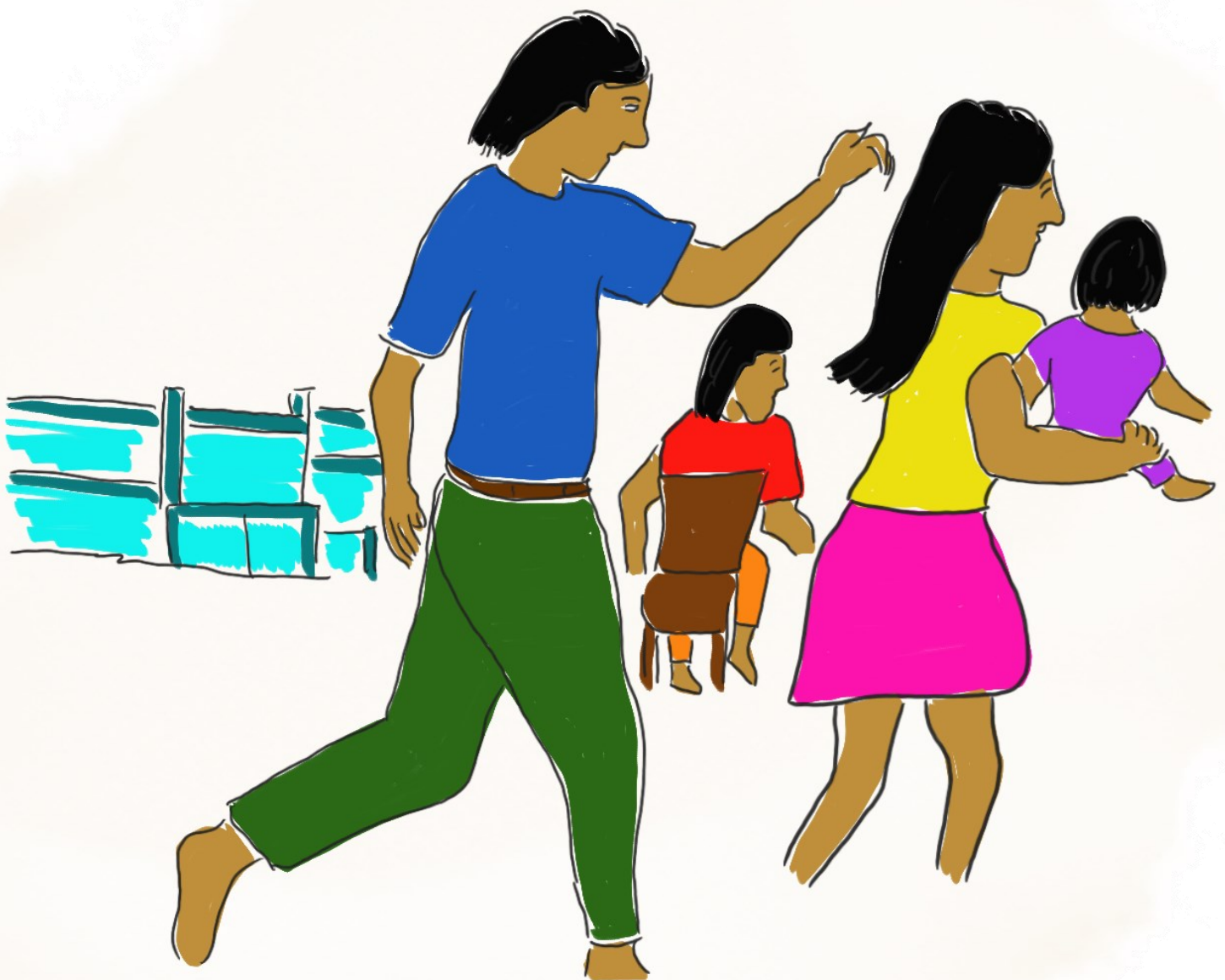
Você sabia que nem todas as doenças exigem o uso de medicamentos? Alguns problemas são de duração muito curta e podem desaparecer mesmo sem o uso de medicamentos. Aliás, você sabe o que são medicamentos? Medicamentos são produtos que servem para:



- Epera komo yai kukurumpetopo (anarimaw, pasina komo).
- Prevenir o aparecimento de doenças (por exemplo, vacinas).
- Kepeñan komo yerewkacho (anarimaw, kasaray erewkacho yehci, ocoronano yehci komo mahra).
- Aliviar sintomas ou sinais (por exemplo, medicamentos contra dor e febre).
- Epera ehcimnî komo yay kukurunpetopo, miyahxixa epeña yay kukurunpetopo komo, (anarimaw, kasaray komo prehsaw kyopono yehci, ciyakmeci yehci komo, asma yehci, miyam komo rma).
- Controlar doenças crônicas e reduzir o risco de complicações (por exemplo, medicamentos para pressão alta, diabetes, asma, entre outros).
- Kupun karihtotopo (anarimaw, ancikmiyociku komo).
- Recuperar a saúde (por exemplo, antibióticos).
- Kakronomañe me nasî kepeñan yenpotopo komo, (anarimaw, Kasaray ceeñasî yihcirme kesenpotopo citome kîwya, racyoloxia yaka anarimaw, miyan komo yaka rma, epeña yentopo komo yaka).
- Auxiliar no diagnóstico de doenças (por exemplo, medicamento para fazer exame de contrastes utilizados em radiologia e outros exames).

Tîhtînopore marha nasî eroxixa me cehsom komo poko, nayi rma anarî kakronomañe epera komo yehci me cehsom. On waray komo, wahra keseresmatopo, Kepokaretopo, piisika kacho, miya rma. Wara rma tîhtînopore men nasî kehcimacho pokono, ehcamhokaxapu makî yawroro ñekatîmyas epera komo yehcimatopo poko.

É importante você saber que há medidas que podem auxiliar na cura de doenças, tais como, dietas, repouso, exercícios, entre outras. Mas lembre-se de que somente um profissional de saúde habilitado pode orientar corretamente a respeito do tratamento das doenças.



Kasaray men erîhra ro makî esko tooto komo ñekatîmtho, anarimaw awacarin yai, amitwono yai rma, apoyeno komo yai marha, on wara na nîke awya, awara ro makî wexakñe nîke na awya.

Não use medicamentos indicados por outras pessoas, como amigos, vizinhos e parentes, mesmo que elas digam que tiveram os mesmos sintomas ou sinais que você.

Twerî men! Epere men nay anarmerpaso, anarimaw nay epeá erore wa ro makî, anarimaw takî kasaray merasî, ero yimaw miyahxixa mehtîkesî aweperan me kwe.

Cuidado! Doenças diferentes podem ter sintomas ou sinais parecidos ou até iguais, e você poderá usar um medicamento que poderá prejudicar ainda mais a sua saúde.

Yîhtînotîkakî men kirwanhe kasaray poko awehtopo, anarimaw meeñasî rma. Kasaray yeeátaw ahceway epeéra yehci hana, pahkîno epeéra yehci, yohnono epeéra yehci anarimaw. Eroke kirwanhe centapore nasî pasiyenci/ karpén yayro ero yipu komo, apoyeno komo yayro, aweniñe komo yayro marha. Yawroro xa eetome cenatîsoro, reseita/ casaray karitan yawroro, anarimaw on wara cihko kachonho yawroro.

Procure conhecer bem os medicamentos que você usa ou vai usar. Usando o medicamento. Qualquer que seja a doença, de longa duração ou passageira, o tratamento deve ser bem entendido pelo paciente, seu familiar ou cuidador, e seguido com rigor até o final, de acordo com a receita e as orientações recebidas.



Twerî men /Ponaro men!

Atenção!

- Takîhso men yimtapotareko receita yaw mewrexapu tapota komo.
- Leia com atenção as recomendações da receita e da bula.

Kasaray yerîxe awexitaw, yihcihme ka menekatîkakî ahce yehci xa tan há kasko.

- Antes de começar a usar o medicamento, saiba para que ele serve.
- Kasaray cerpore nasî yawroro, kaamo kuknom poko, erowicakî kaamo kachonho yawroro.
- Use os medicamentos nas doses, horários e pelo tempo recomendados.
- Aknamara ro makî cexpore nasî yukuknomaxapu ro.
- Nunca altere as doses prescritas.

ESENPOTOPO KAMON

NA HORA DA CONSULTA

Ero yanme on wara wîîkes, eroxixa poko men amtapotakî ehcamhokaxapu komo yakro médico komo yakro, kyorî kararakañe/mohkañe komo yakro marha.

Esse momento é muito importante para você conversar com o profissional médico ou cirurgião-dentista

- Kasaray pokono yekatîmto, (on waray pitoterapikus anarî homeyopátikus), ero yipu poko na may, anarimaw weewe kasaray me cehsom, kasaray karitan keñarî /kasaray karitan keñarî pîn katî.
- Informe sobre os medicamentos (incluindo fitoterápicos e homeopáticos) que você usa, tendo eles sido receitados ou não.
- Ekatîmko kîwîrîmañe me kasaray yehtopo, ahcewa na awirmexpekñe kasaray, (on wara kiirásî: kîhtîpîrî ñerepes, kpetakmacho, kewkuymamtopo, kupun poko cepatakaxmu nîmyas epeña, aato miya rma.).
- Informe os problemas que você já teve por causa de um medicamento (tais como: dor de cabeça, enjoo, tontura, manchas na pele, tosse etc.).

Esekatîmko men xorototpamson yawno me awexitaw, kasaray men awepeáamesî.

- Diga se você é alérgico a algum medicamento.

Míhtînoya rma na kasaray komo yosotî poko camkî awehtoponhîrî, ahce kacho cirîhra mîxakñe.

- Lembre-se dos nomes dos medicamentos que você não conseguiu utilizar e o porquê de não ter conseguido.

- Ekatîmko epeřa yehtopo, apoyino komo ya, awepamrî komo ya marha (ciyakmeci poko, hipertensão pokono marha).

- Fale sobre as doenças que alguns membros de sua família têm (diabetes, hipertensão, etc.).

Esekatîmko men, tarke awehtopo ekatîmko.

- Informe se você está ou pretende ficar grávida.

- Kamahxu yusuntoo poko kasko/, anarimaw kawaxiyem yeetopo poko, onoke yakro emapona roro ero yipu poko may awetapickacho miya rma.

Kupun kirwanhe ciitopo poko marha.

- Diga se fuma e/ou toma bebida alcoólica e com que frequência, e se pratica alguma atividade física.

- On waray komo yekatîmtopo nasî kakronomañe me, kehcemañe komo ñenpexe kirwanhe ehcematopo komo.

Essas informações ajudarão o profissional da Saúde a indicar o melhor tratamento para o seu caso.

Awehcamhokatopo poko men eserepokakî exitaw ro! Kasaray karitan poko ehcamhokatîkakî pohcirî wara yîhtînoto me awya:

Aproveite a oportunidade! Esclareça suas dúvidas sobre os medicamentos que forem receitados:

Camkî awehtopo exitaw, ahciwa xa nîke on tapota kasko.

Tire as suas dúvidas.

Ahciway ceesom, atwîcakî yakenon mukuknome, poko awehtome cewñe so ciitome.

- Qual a dose (quantidade) a ser utilizada em cada tomada.

Atwecakî ro cirpoře nay cewñe kaamo atpotopo.

- Quantas vezes ao dia deverá usar cada dose.

Atwecakî kaamo cirpore nay kasaray

- Por quanto tempo deve usar o medicamento.

Ahto kaamo so kyam tîmpore nay.

- Quais os horários para utilizá-los.

Ahcewa meeña? Erewsî yakro katî anarimaw, pîra katî, yihcirme rma katî, eseremacho mahyaka xa na anarimaw miya rma...

- Como tomar? Com alimentos ou não, antes ou depois de refeições etc.

Towko camkî awehtopo exitaw, ahciwa xa kasko men camkî awehtopo poko:

Tire ainda suas dúvidas sobre:

Anarme kirmexpoñe me nay kasaray rma, kepeřamañe me nasi anarimaw, wara rma tweri mak cirpoře.

- Os efeitos indesejáveis que o medicamento pode causar e se há como diminuí-los ou evitá-los.

Ahcewa kyam mîhtînoya kasaray, ñehcime ehcimara katî

- Se há como saber se o medicamento está ou não fazendo efeito.



Kasaray yerîche owya, kacipara poko taki wasî kmahku marha warasî, sahsamatopo poko marha wasî?

Se eu usar esse medicamento eu posso usar terçado, dirigir barco ou usar motosserra?

Ahcewa way kasaray yeetopo yihcamnopuche owya há?

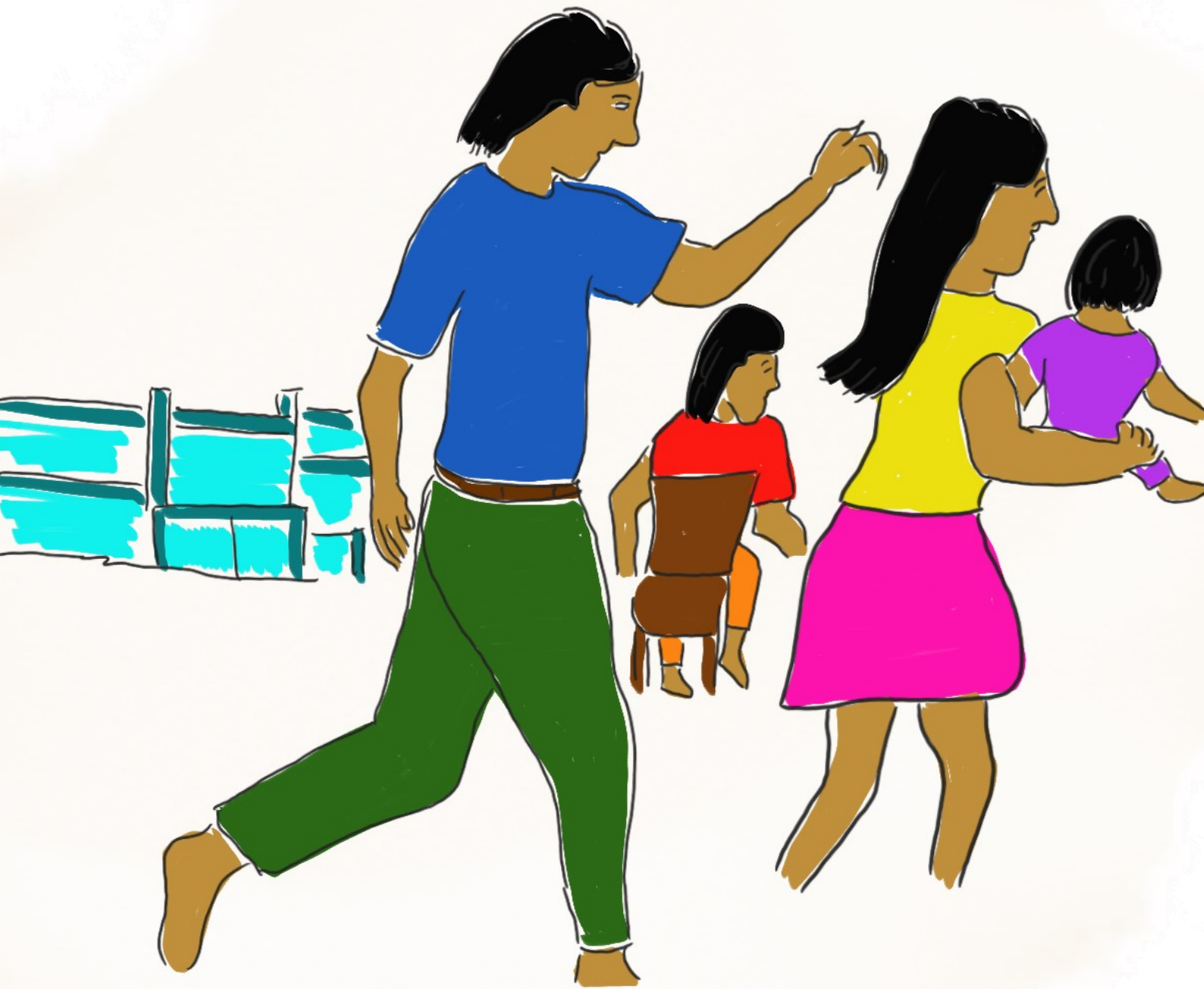
O que fazer se eu esquecer de tomar o medicamento no horário?

Ahcewa taki way hara kasaray yerîche owya iyoporo karita yawrorohra?

O que fazer se eu tomar mais medicamento do que o prescrito/receitado?

Taa, oroto takî mîhtînoyasî amoro kasarai komo Poko, ahcewa ero mahrimatopo anîhtînorî takî apoyeno komo yakro awacarin komo ya marha?

Agora que você já sabe mais sobre os medicamentos, que tal dividir essa sabedoria com seus parentes e amigos?



CARÁ

Coletivo de Cultura e Arte na Amazônia

PAWANA

Grupo de Pesquisa Pawana: Cosmopolíticas, materialidade,
conhecimentos e políticas públicas no Norte do Pará.

www.pawana.com.br

