

**Empiezo a leer y  
escribir en mi lengua.  
Tlapaneco**

**Nagí'duun naguxnúú  
jamí natháán ajngó'.  
Me'phaa**



me'phaa • me'phaa • tlapaneco

!yii' gí'doo mba'a inii  
ajngáa rí ngíjyúu me'phaa  
**Vocabulario**

**Mi nombre es:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**Vivo en:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



DIRECTORIO  
Esteban Moctezuma Barragán  
Secretario de Educación Pública

Marcos Bucio Mújica  
Director General del INEA

---

#### Créditos de la presente edición

Coordinación general  
Celia del Socorro Solís Sánchez

Coordinación académica  
Carmen Díaz González  
Elisa Vivas Zúñiga  
Juan de Dios Martínez Jerónimo

Autoría  
Erick Armando Villa Torres

Adaptación a la lengua indígena  
Fidel Rodríguez Reyes  
Marco Antonio Santos Cruz  
Plutarco Mejía Bello

Asesoría académica  
Erick Armando Villa Torres

Revisión técnica  
Maribel Eloisa Hidalgo Morales

Dirección gráfica y cuidado de la edición  
Greta Sánchez Muñoz  
Adriana Barraza Hernández

Calidad y seguimiento editorial  
Hugo Fernández Alonso

Revisión editorial  
Laura Sainz Olivares  
Hugo Fernández Alonso

Diseño  
Francisco Castro Miranda

Diagramación  
Ricardo Pérez Rovira

Ilustración de portada  
Juan Jesús Sánchez Muñoz

*Empiezo a leer y escribir en mi lengua.* Tlapaneco. MIBES 1. Vocabulario. D. R. 2019 ©Instituto Nacional para la Educación de los Adultos, INEA. Francisco Márquez 160, Col. Condesa, Ciudad de México. C. P. 06140.

Esta obra es propiedad intelectual de su autor, y los derechos de publicación han sido legalmente transferidos al INEA. Prohibida su reproducción parcial o total por cualquier medio, sin autorización escrita de su legítimo titular de derechos.

Algunas veces no fue posible encontrar la propiedad de los derechos de algunos textos y/o imágenes aquí reproducidos. La intención es ayudar a personas sin educación básica, y sin fines de lucro. Si usted conoce la fuente de alguna referencia sin crédito, agradeceremos establecer contacto con nosotros para otorgar el crédito correspondiente.

Impreso en México, 2019.



# Kixnáxi

Ikhaa iyii' ríge' rí jago ajngáa rí ngíjyúu me'phaa mambáyuu ne xabu tsí na'sngáa jamí xabuanuu mune gajmaa rí modulo drígo MIBES 1. Nagí'duun naguxnúú jamí natháán ajngó'. Me'phaa. Iyii' ríge' jago ajngáa rí ngíjyúu mafu'uun xabu jamí rí na'kha ná inuu iyii' rí majmúú buanuu, Iyii' rí magúxnúú jamí Iyii' rí namigoo jago xti'khu jamí ajngáa. Ikhaa iyii' ríge' mambáyá la' rí mafra'aa la' máján la' ajngáa.

Rí iyii' gí'doo mba'a inii ajngáa rí ngíjyúu me'phaa mbá xa'nii ja'nii ne: Náa ñaún' xtiyaa mataxkhamaa ajngáa rí nagí'duun muu jmaa tsina rí skunii; jamí ná ñaún' májaan' mataxkhamaa ajngáa rí **ñajuun ne** jamí **najmaa ne**. Ikhaa iyii' ríge' rí gí'doo mba'a inii ajngáa rí ngíjyúu me'phaa niguma ne jmaa ajngáa me'phaa. Najuma' xo' rí mambáyá la' iyii' ríge' ído rí mutháán la' ajngáa lú' me'phaa jamí rí majmaa la' ne.

**Ndí numaa' la' wéñaa la' rí najuwa la' numbáyíí la'.**

## Xóo i'jmaa iyii' rí gí'doo mba'a inii ajngáa rí ngíjyúu me'phaa rá.

Iyii' rí gí'doo mba'a inii ajngáa rí ngíjyúu me'phaa xóo igí'duun tsina xkua'nii má igí'duun ne mangaa rí m̐taxkham̐ ajngáa rí nda'yáa.

Mbá ndu' ajngáa, m̐taxkham̐ náa ñaún' xtiyaa' jamí ná ñaún' máján' m̐taxkham̐ rí ñajuun ne jamí xkr̐doo ne.

Ajngáa rí mbi'yá'

Rí ñajuun ne

4

**Rí ñajuun ne:**

Ñajuun ne mbá nandii rí na'ne ma'chúu xuñúú x̐b̐u.

**Káns̐er**

**Najmaa ne:**

Rí xúge', xí nawaxkhamaa waphaa rí **káns̐er**, na'nii a̐ku̐in x̐b̐u.

Xóo najmaa ne



### Rí ñajuun ne:

Ñajuun rí ne'ne mbáa xabu nixtáa.

**Ajngáa rí  
na'thán  
numuu  
mbi'yuu  
mbáa xabu**

### Najmaa ne:

**Ajngáa rí na'thán numuu mbi'yuu mbáa xabu** na'tháan ne rí ne'ne Benito Juárez nixtáa wajyúú magoo mataxkhamaa ne ná aúun iyii' rí niwa'tháan numu rí niríga wajyúu.

5

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun rí nuxe' na'ne nuwiin xabu nikhii ná rí nambáyúú rí ma'thán.

**Ajngáa nuxe'**

### Najmaa ne:

**Ajngáa nuxe'** najmaa mudxawíin lá rí na'thán xabu tsí na'sngáa numuu ajngáa jamí mune ndxákuun lá numuu ne.

## Rí ñajuun ne:

### Ásido fólíko

Bitamína B phú gí'doo numuu rí muwaan ne xabu numuu rí nambáyuu ne ná xuñúun xabu. Mangaa xí na'waan ne nána tsí juda édaa, nambáyuu ne rí magumii mújúun' ijjin.

## Najmaa ne:

Dxá'gú na'ñaa **ásido fólíko**.

---



## Rí ñajuun ne:

### Biru

Ñajuun xukú tsí tsíkujmii, imboo natu'uun ná xuñúú xabu jamí núní nandii.

## Najmaa ne:

Tsí **biru** tsíkujmii.

---



## Bitamína

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun xukú tsí tsíkujmii, imboo natu'uun ná xuñúú xabu jamí núní nandii.

### Najmaa ne:

Rí **bitamína** tra'a ne ná aúun ganitsu.



## Eletrolíto

### Rí ñajuun ne:

Najuun mbá iya rí nambáyuu xuyá' lú' ído rí najandawa lú' o ído rí na'ne ní'nga' lú'.

### Najmaa ne:

Phú májaan' **eletrolíto** na'waan xabu rí naxná segúro.



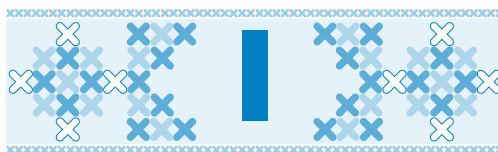
## Fibra dietética

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne mbá ganitsu rí nambáyuu na'no mújúun ganitsu na awán, ríga ne ná aúun xndú thauun jamí ya'ó.

### Najmaa ne:

**Fibra dietética** 0 grámo.



## Ibuprofeno

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne mbá thana rí nambáyuu rí na'kho, najmaa ne rí na'kho idxa' lú', najmaa ne ído rí nagataa i'diúún go'ó, najmaa ne rí na'kho iña' lú' jamí nita lú'.

### Najmaa ne:

Xabu tsí na'ne thana ni'thán rí magan' **ibuprofeno** numuu rí na'kho wéñuu iñu'.

## Rí ñajuun ne:

**ierro**

Ñajuun mbá tsiaké rí tra'a náa aúun ganitsu, ná xuñúú xabú rí iérro nambáyuu rí marigá' i'diún' xabú, ikajngó mǎxáñúú nandii xabú.

## Najmaa ne:

Rí yaja phú gí'doo ne **ierro**.

## Rí ñajuun ne:

**Ináa iyii' rí nda'yoo xabú tsí na'sngáa xóo ika ramānuu xabú nikhii**

Ináa iyii' rí natii rí xóo naka ramāñuu xabú nikhii ná mbámbá kuthun.

## Najmaa ne:

**Ináa iyii' rí nda'yoo xabú tsí na'sngáa xóo ika ramānuu xabú nikhii** naxnáxii ne ído rí nañámbarigoo mbayoo xí nimañu'.

### Rí ñajuun ne:

**lyii' gí'doo  
mba'a inii  
ajngáa rí  
ngíjyúu  
me'phaa**

Ñajuun ne mbá iyii' ná nagimbóo mba'a inii ajngáa núxe' rí me'phaa jamí na'thán rí ñajuun ne.

### Najmaa ne:

**Rí iyii' gí'doo mba'a inii ajngáa rí  
ngíjyúu me'phaa** najmaa ne tsetse mbi'yáa ajngáa rí ngíjyúu.

---

### Rí ñajuun ne:

**lyii'  
mambáyuu  
xabu  
na'sngáa  
tsí na'thán  
ajma ajngáa**

Iyii' najmuu xabu tsí na'sngáa na'thán xoo gi'maa mi'sngáa rí magixnuu jamí mi'tháán.

### Najmaa ne:

Ikhúún gú'doo lo' **iyii' mambáyuu xabu  
na'sngáa tsí na'thán ajma ajngáa.**

---

## Rí ñajuun ne:

**lyii' rí  
namigoo  
jago xti'khu  
jamí ajngáa**

Ñajuun ne mbá ináa iyii' mbaa jago  
mba'a ajngáa rí na'kha ná inuu iñuu'  
buanuu jamí gí'ma rí magixnuu ne.

## Najmaa ne:

Atha'yá *pliego* ná aúun **lyii' rí namigoo  
jago xti'khu jamí ajngáa.**



## Rí ñajuun ne:

**Kaloría**

Ñajuun tsiakhe rí naxnúu xuyaa' lú'  
mbámbá inii ganitsu rí napho lú'.

## Najmaa ne:

**Kaloría** maphú gí'doo ne rí iya thaun.



## Kalsío

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne rí gí'doo itsa' lú' jamí iña' lú'.

### Najmaa ne:

Rí **kalsío** na'kha ne ná aúun ya'dú ído rí nawan lú'.

---

## Kánser

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne mbá nandii rí na'ne ma'chúu xuñúú xabú.

### Najmaa ne:

Rí xúge', xí nawaxkhamaa waphaa rí **kánser**, na'nii akuin xabú.

---

## Karboidráto

### Rí ñajuun ne:

Ikhaa ñajuun rí naguxii rí mika ná aúun xúgí rí nda'ya, xóo rí suka, buphú jamí iwáa' má'.

### Najmaa ne:

Rí raguídiin phú gí'doo ne rí **karboidráto**.

---

## Kisngáá

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun mbá mbí'thoo iyii' rí na'kha ná aúun kuthun drígoó iñuu' buanuu. Ikhín ríga ñajuun rí marigá ikajngó mamañúú muraxnuu jamí mutháán xabuanuu.

### Najmaa ne:

Ná **kisngáá** 3 núne gajmaa xóo ja'nii ajngáa rí nawanúu inuu mbá xabu.

## Kolesterol

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne rí mi'tsín gí'doo ganitsu, mánán xí nanguá ninujngoo wéñuu ne, rí mi'tsín wéñuu na'ne ne nandii.

### Najmaa ne:

Rí iya mujmuu' xndúu xtíla phú gí'doo ne **kolesterol**.

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun mbá rí kajuaa. Ná iñu' buanuu, ná kuthun 1 rí jago mba'a kisngáa jamí rí mbí'yáá xí nimañúú.

### Kuthun kíxnuu

### Najmaa ne:

Ná **kuthun kíxnuu** 1 nimaña lú' numuu mbá iyí' wapa mbaa gati ajngáa nathama mbuyáá xabu.

---



### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne mbá inaa iyí' dríguun xabuanuu, ná rí mbuyáa xí nimañúun.

### Mbayoo xí nimañu'

### Najmaa ne:

**Mbayoo xí nimañu'** najmaa ne rí nawatri'ña ajngáa numu rí mbuyáa xabuanuu xí nimañúú rí na'kha ná aúun iyí' majmúú buanu.

---



### Rí ñajuun ne:

**Ná nagixnuu  
mbámbá  
kothon  
drígoo iyi!**

Ñajuun mbá mbi'thoo iyi! rí ni'tháán xóo  
mbá lístá rí gí'doo iyi!.

### Najmaa ne:

Athayá inaa iyi! ná **nagixnuu mbámbá  
kothon drígoo iyi!**

### Rí ñajuun ne:

**Nandii awán**

Ñajuun ne mbá nandii rí na'ko aúun  
xabu, núne xukú tsí lakiin. Mangaa rí  
na'pho xabu ganitsu rí nichúu, ikhaa  
rú'khue na'ne rí na'kho aúun xabu.

### Najmaa ne:

Numu rí nikhuá nikue'tso lu', ikajngó  
ndiya lu' **nandii awán.**

### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ná mba'yoo xabu nikhij ná nda'yóo rí maguxnuu.

**Nda'yóo rí  
magixnuu**

### Najmaa ne:

**Nda'yóo magixnuu** najmaa rí mitiajmaa xti'khu jamí mīraxnuu rí nuthan xabu, mambáyáá' má' xabu tsí na'sngáa.

---

### Rí ñajuun ne:

Ikhaa ñajuun xabu tsí nī'tháán mbá ajngáa.

**Ni'tháán**

### Najmaa ne:

Xabu tsí **nī'tháán** mbá ajngáa gíníí ñajuun Pascual Sánchez Gómez.

---





### Rí ñajuun ne:

Ñajuun ne mbá tsiakhe rí phú nda'yóo ná xuñúú x̣aḅu, numuu rí nambáyuu ne rí xúda nandii x̣aḅu jamí nambáyuu ne rí ma'ne gúkúun x̣aḅu.

### Proteína

### Najmaa ne:

Rí **proteína** drígoo xndú najmaa ne rí maga'nuu mba'uun x̣aḅu.



### Rí ñajuun ne:

Ído rí nawi'thá ra'aa iyii' tsíwatruma' numuu ne.

### Najmaa ne:

Rí mbá xtu'ẉa jago iyii' ṛagi'maa ṃitangujua ne jamí xkua'nii má i'thán tsuduu mbá xúgí iyii'.

### Ṛagi'maa ṃitangujua iyii' ṛige' numu rí kixná ne



## Rí ñajuun ne:

Ñajuun tsina rí na'thán Síndrome de Inmuno Deficiencia Adquirida, rí ñajúun mbá ndu' nandii rí wá'dáá x̣aḅu rí VIH. Rí nandii VIH ñajuun ne mbá nandii rí naṛiduun x̣aḅu jamí íḍo ndañúú ne x̣aḅu phú na'ne wabiin x̣aḅu e'ne ne.

## Sída

## Najmaa ne:

Rí xóo múne x̣aḅu rí m̄axáñúú **sída** gi'maa rí m̄axúnii nikhúa gajmíi go'o jamí x̣aḅekha muñawan mijne ikajngó m̄axá ṛiduun nandii.

## Rí ñajuun ne:

### Sink

Ñajuun ne mbá tsiakhe rí nda'yóo ná xuñúú xabu, nambayúu mañajun' mújúun rí ngáñúu xabu, iduu xabu, ajuun' xabu, xkígóo xabu jamí yojoo xabu, mangaa nambáyúu ne ídoo rí nuthuun xabu jamí nambáyúu ne narígaa mújúun tsígoo xabu.

## Najmaa ne:

Rí **sink** phú gí'doo numuu rí nambáyúu mañajun' mújúun rí ajuun' xabu.

19



## Rí ñajuun ne:

### Thana rí nato'oo xuñúú xabu vacuna

Ñajuun thana rí nato'oo ná xuñúú xabu rí maxúda nandii.

## Najmaa ne:

**Thana rí nato'oo xuñúú xabu** najmaa ne rí maxáñuu nandii xabu.



### Rí ñajuun ne:

Ñajuun mbáa xabú tsí na'thán ríga ajngáa xóo níriga náa xuajñuun o na'thán ríga ajngáa ma'dxaun mbáa xabú tsí nandoo ma'dxuun rí na'théen.

**Tsí ní'thán  
ríga ajngáa**

### Najmaa ne:

Xabú **tsí ní'thán ríga ajngáa** numuu ajngóo "Juguéte", rí mbá xúgíin má xabú nune nuwiin ne, tsíguma nuwiin tsí ní'tháán ne.

### Rí ñajuun ne:

Mbá ndu' tsina rí najmaa mí'tháán ajngáa me'phaa.

**Tsina  
me'phaa**

### Najmaa ne:

**Tsina me'phaa** najmaa ne mí'tháán mba'a inii xóo nithán ajngáa me'phaa.

## Rí ñajuun ne:

Ñajuun mbá ajngáa rí nawa'thán rí ragáko ñajuun ne.

## Tsindxákuun

## Najmaa ne:

Muraxnuu lú' **tsindxákuun** drígoo "Xowe jamí agu".



## Rí ñajuun ne:

Ñajuun mbá ajngáa o mbá ja'ne rí najmaa nawa'thán xó ja'nii, xóo mathane, naxná jumá náa rí tsifra'aa.

## Xkrída

## Najmaa ne:

Luis nindo'oo xabu tsí na'sngáa rí magi'ma mbá **xkrída** rí mba'yoo xí nimañuu ikajngó mafro'oo mújúun ajnga.



## Rí ñajuun ne:

### Xtángoo

Ajngáa rí na'thán xóo mune xabu numu rí majuwá mújúun'.

## Najmaa ne:

**Xtángoo** xuajen na'thán rí xá gadíí náska ná matha.

---

## 23

## Notas

[illegible]



**N**

á awúun iyii' ríge' mataxkhama ajngáa rí  
mambáyaa' matsesuwiin i'wá rí na'kha maraxnuu jamí  
marathan rí na'kha awúun iyaa'. Jamí mataxkhamaa  
mba'a inii ajngáa rí xóo nawa'thán i'wá' xuajen, rí ikhaa  
má rí mbi'yuu ja'ne.

Ikhajngóo iyii' gí'doo mba'a inii ajngáa rí ngíjyúu  
Me'phaa mambáyaa' ne rí mafa'aa rí maraxnuu.

En este material encontrará palabras que le ayudarán a comprender los usos y significados que estas tienen en los materiales de lectura o de escritura que integran su módulo. También encontrará otras maneras de decir las mismas cosas en los diferentes lugares donde se habla su lengua, tlapaneco.

Por estas razones, el uso del Vocabulario se considera de mucha utilidad para una mejor comprensión de los textos escritos.



GOBIERNO DE  
**MÉXICO**

SEP  
SECRETARÍA  
DE EDUCACIÓN  
PÚBLICA



INSTITUTO  
NACIONAL PARA  
LA EDUCACIÓN  
DE LOS ADULTOS

DISTRIBUCIÓN GRATUITA  
RAGÍ'MAA MITANGUJUA IYII' RÍGE' NUMU RÍ KIXNÁ NE