






Programa de formación a distancia para la vida (PROFORD)

F39 A'telil – Chamel ta sc'axib chuxil

F39 Actividad – Insuficiencia renal

Te bin laj awilix, laj awa'iyix sc'oblal te: F39 Chamel ta sc'axib chuxil. Tsaha jchahpuc a'tel bin ya xhu' awu'un spasel ma'uc teme but'il acolel/awabilal.

Ahora que has revisado la infografía, el video o escuchado el audio sobre: F39 Insuficiencia renal, es hora de poner en práctica lo que aprendiste. Elige una actividad de acuerdo a tu edad o tus posibilidades.

| | A'telil Actividad |
|---|---|
| Bona Dibuja  | --- |
| Johc'obeya Pregunta  | Johc'obeya jtuhl aloloch, achuchu', anana, atata teme ay ya sna'bey sbah ha'mal pox yu'un ha' me chamel ta sc'axib chuxil, bin ut'il ya yich' chahpanel soc uch'el. Tsobeya te sc'op ta Tablet. Pregunta a algún abuelo si conoce algún remedio natural para controlar la insuficiencia renal, cómo lo prepara y consume. Graba su respuesta con tu tablet. |
| A'teltaya Practica  | Ta ahun ts'ihbaya jayeb vaso tojol ha' ya cacuch' ta jun semana soc jayeb vaso refresco ma'uc teme jugo te chahpambilix talel ta yawil ta jun semana. Ocliya ta lec teme yac acanantaybel te sc'axib achux. En tu libreta anota la cantidad de vasos de agua natural que tomas a la semana y la cantidad de vasos de refresco o jugo envasado que tomas a la semana. Analiza si estás cuidando tus riñones. |

Ma me xch'ay ta awo'tan ya'beyel yil awa'tel te jTijaw yu'un acomonal

No olvides mostrarle tu trabajo a la promotora IXIM de tu comunidad