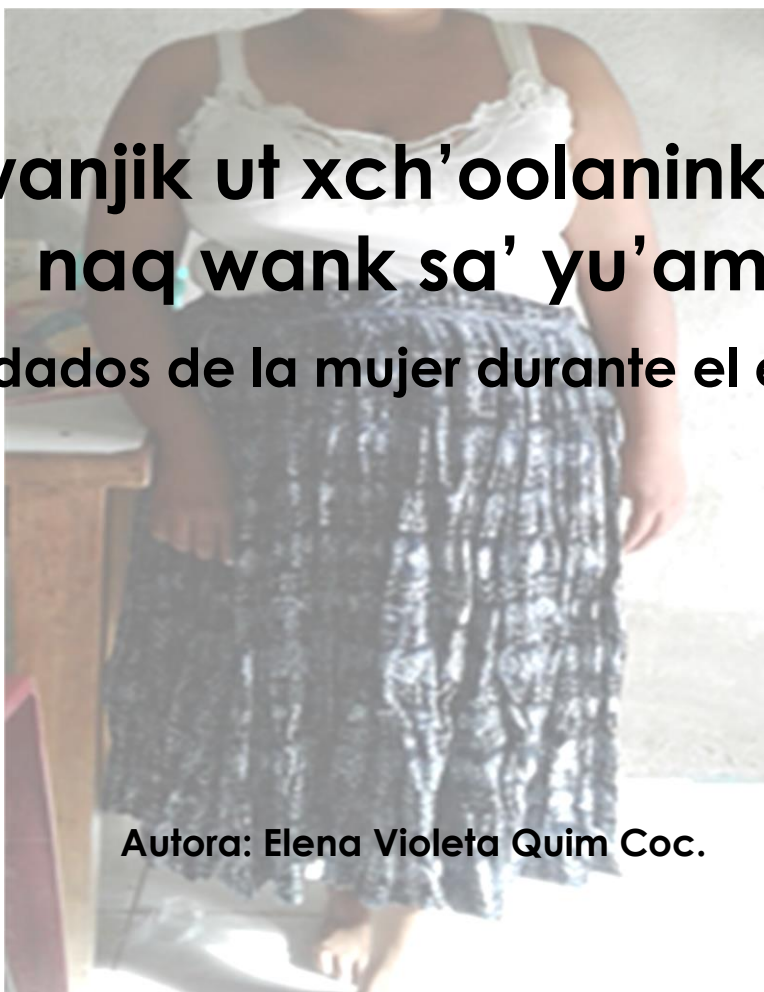


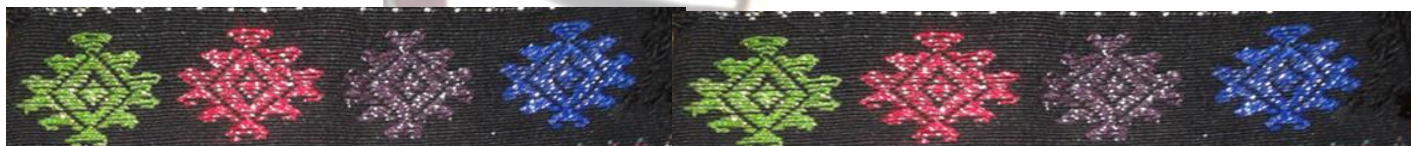


Li Xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am.

Los cuidados de la mujer durante el embarazo.



Autora: Elena Violeta Quim Coc.





**Li Xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq
naq wank sa' yu'am.**

Los cuidados de la mujer durante el embarazo.

Cobán, Alta Verapaz, Guatemala 2017.



Autoridades

Academia de Lenguas Mayas de Guatemala

José Reginaldo Pérez Vail.
Presidente ALMG

Juan Antonio Us Maldonado
Director Lingüístico y Cultural

Academia de Lenguas Mayas de Guatemala -ALMG-
3ra. Calle 00-11, zona 10,
Guatemala, Guatemala
Tel. PBX. 2503 7000
Correo Electrónico: almg@almg.org.gt dilinc@almg.org.gt

Junta Directiva Comunidad Lingüística Q'eqchi'

Jorge Ax Pop
Presidente en funciones

María Elena Tot Toc
Secretaria

Ricardo Caal
Tesorero

Elvia Yolanda Choc Pop
Vocal I

Carlos Prudencio Sánchez Maáz
Vocal II

Vicente Pop Cac
Vocal III

Roberto Coc Caz
Coordinador de Programas

Autora:
Elena Violeta Quim Coc
Técnica Investigador de la Comunidad Lingüística Q'eqchi'

Comunidad Lingüística Q'eqchi'
4ta. Calle. 09-29 zona 3, Cobán, Alta Verapaz
Tels: 7952-1214 7823-6245
Telefax: 7952-1214

Xtusal ru li K'anjel

(Índice)

Contenido

1. ROKSINKIL LI NA'LEB'	1
Xb'een tasal	2
2. Xk'ub'elankil li na'leb'	2
3. xch'olob'ankil ru li k'anjel	5
4. XKUUTAL RIX LI K'ANJEL	6
4.1 Li siyaak sa' xyu'am laj Q'eqchi'	6
Ilb'il.....	8
NUUMAY:	9
Li kaalkab'il	9
Li Qana' po ut li awas.....	10
XHOONALIL RUSAJIK LI IXQ RIK'IN LI XK'UULA'AL	11
5.1 Li rajom.....	12
5.2 Li rajom chi fikto	12
6. RU LI K'ANJEL	13
6.1 XWANJIK LI IXQ SA' YU'AM	13
6.2 Li kolok ib' chi ru li awas:.....	14

6.3 Li qana' po sa' xyu'am li ixq	15
6.4 Li jile'k:.....	15
6.5 Li xq'usb'aleb' li wankeb' sa' yu'am	16
6.6 Xhonalil rusajik li ixq	17
6.7 Li xch'oolaninkil li na'b'ej	18
6.8 Li xsaab'esinkil li ixq	19
6.9 Li oxloq'ink ib' sa' sumalil	20
6.10 Naq nak'utunk li awas	21
6.11 Li xk'eeb'al xyanqeb' li kok'al	22
7. Xb'ehil li k'anjel	23
7.1 Li xb'ehileb' x'oksimank	23
7.2 li xe'tz'aqonk.....	23
7.3 Li x'oksimank re xtz'ilb'al li na'leb'	23
8. Li xk'anjelak	24
8.1 Li k'a'aq reeru	24
9. Xtuslal ru k'anjel li xb'eeresimank	25
10. Xnimqal ru li na'leb' xtz'ilmank	28
11. Najultikamank	29
12 Xtuslal ru aatin	30
13. Rogel li na'leb'	31
13. Anexos	32

1. Roksinkil li na'leb'

Introducción

Li aatinob'aal Q'eqchi' a'an raatinob'aaleb' li xk'ihal laj Q'eqchi' wankeb' sa' xteepal Alta Verapaz, ut naab'al aj wi' nake'aatinank re Peten, Isab'al, K'iche' ut b'ayaq sa' li xteepal B'eliis, A'aneb' a'in li na'ajej b'ar wi' q'axal na'aatinamank li Q'eqchi' xteepal Alta Verapaz: Kob'an, Karcha, Chameelk, chi K'ajb'on, Lankin, Se' Pur(Las Kaas), Chi Ha'al, Chi Sek, Pansos, Se' Nawuq', Se' Tint ut Tukur.

Li k'anjel xb'aanumank a'an chi rix **Li xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am**, xb'aan naq jwal aajel ru sa' li kutank anajwank,xb'aan naq junes sa' b'anleb'aal aj chik yookeb' chi xik li ixq ut aran junes cho'b'il nake'xb'aanu ut a'an jun rahilal nake'xb'oq sa' xb'eeneb' li ixq, x'uxmank li k'anjel a'in rik'ineb' xtenq' li qana'chin aj xokoneleb' k'uula'al, xb'aan naq jwal aajel ru sa' xyanqeb' li Xpoyanamil aj Q'eqchi' re naq ink'a' ttz'eqe'q li xnawom ut xb'aanuhom laj Q'eqchi', xb'aan naq eb' a'an yookeb' chi k'ihank ut wankatqeb' naab'al li ch'uut nake'k'anjelak chi rix roksinkil ut xk'utb'al li aatinob'aal ut eb' laj tzolonel a'in nake'patz'ok, naq aajel ru junaq li tasal hu re xnawb'al chan ru chaq li k'iresink junxil ut chunk ru anaqwank sa' xyu'ameb' laj q'eqchi', xb'aan naq xjalaak chi junwaakaj li wank. Junxil chaq ink'a' nanawmank chaq li xik sa' b'anleb'aal, k'a'aj wi' rik'in xtenq' li cheekel ixq aj xokonel k'uula'al nake'usaak chaq li ixq ut anajwank junes sa' b'anelb'aal chik nake'xik, ut jo'ka'an ut naq xiikil chik li ixq cho'b'ileb' rik'ineb' xk'uula'al ut a'an jun xnimal rahilal nake'xik wi' li ixq, jo' li xe'xyu'ami chaq eb' li

mama'b'ej ixa'anb'ej, moko toj tumin ta naraj, ka'aj b'an wi' naraj xkawil ch'oolej.

Nab'anyoximank re qana' Tecla Sub, qana' Angelica Coc Chub ut qana Maria lcal, a'aneb' li xe'okenk xwotzb'al chaq li xnawomeb' chi rix li xokok k'uula'al,

nake'xye naq moko toj aj b'anonel ta naraj, chi moko toj b'an ta naraj ka'aj b'an wi' kawil ch'oolej ut xpaab'ankil li awas.

Xb'een tasal

Capitulo 1

2. Xk'ub'elankil li na'leb'

Antecedentes

Li xmolamil aatinob'aal q'eqchi' junxil na'ok chi k'anjelak chi rix li aatinob'aal Q'eqchi', b'anyox reheb' li kiib' oxib' chi qana' qawa' li xe'k'a'uxlank chaq re naq tentook twanq xloq'al, xk'ulub', xtzolb'al xtziib'ankil ut aatinank sa' li qaatinob'al ut jo'ka'an ut naq xyo'laak chaq li molam a'in ut jwal b'anyox reheb' li komon a'an, xb'aan naq toj anajwank li molam yook chi k'iik rajlal chi rix xpuktasinkil resil naq ink'a' ttz'egeq li aatinob'aal Q'eqchi'. Naab'al ru li xk'anjel ak nak'utunje'k yalaq ta chi b'ar sa' eb' li tzoleb'aal, ut naab'al li k'ila hu ak xpuktasi reheb' li komon, ab'an yaalal yook chi xb'eeresinkil, xb'aan naq tentook naq tustuuq ru naq txik, ut li rajom a'an xtenq'ankileb' eb' li xk'ihaleb' laj q'eqchi', jo'kan ut naq xb'aanumank li ch'ina k'anjel a'in chi rix chunk ru rilb'al li xyu'am li ixq naq nakanaak sa' yu'am, re naq ink'a' tk'ulmanq li kamk yal sa' xk'ab'a' li k'iiresink.

Sa' li tasal hu re li xmolamil aatinob'al aj q'eqchi' Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe... (2016:41) naxye: "Sa' xwara li qana' po nake'siyaak telom ut sa' li xyo'lajik li qana' po nake'siyaak li ixqa'al". Qana' Magdalena Coc, natawlimank sa' k'aleb'aal Las Muñecas, lxkan, naxseeraq'i reheb' li ralal xk'ajol, naq li oxloq'il na'leb' chi rix li yu'am wank aj wi' rik'ineb' li cheekelal toj anaqwank, xb'aan naq eb' a'an xe'xyu'ami chaq, jo li na'leb' toj wank chi rix li awas, wi ink'a' nanawmank rilb'al xwanjik li qana' po, naruuk aj wi' na'isimank li rawasil.

Jun chik li natawlimank sa' li tasal hu re li xmolamil aatinob'al aj q'eqchi' Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe... (2016:41) naxye chi jo'ka'in: "Naq al li qana' po li xnaab'alil ixq nake'yo'laak, jwal kaweb' raatin ut kaweb' xch'ool ut naq tiix li qana' po, li xk'ihaleb' nake'yo'laak a'an kok' winq", xb'aan naq wi' ink'a' nanawmank li k'a' ru naxk'am chaq li qana' po chi rix li awas, naruuk aj wi' na'elk li awas, kama'an naxch'olob' qawa' Santiago Paau , (2017) rik'ineb' li ralal xk'ajol.

Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y post parto q' eqchi, xe' tz'iloc chaq re li na'leb' qana' (Juarez, E ut qawa' Rojas, A. 2012:3 Y 4). li k'a'aq re ru li nak'ulmank naq toj wank sa' yu'am ut naq ak x'usaak chik li ixq rik'in xk'uula'al, naxye: naq "Sa' xyu'ameb' laj q'eqchi', li ixq wank sa' yu'am, tentook naq wanq sa' kaalkab'il, naraj naxye sa' sahil ch'oolej ut tuqtuukilal, ut tyu'ami jun oxloq'il wank, xb'anan naq na'alank, chanchan li awk k'a'aq re ru, wi' ink'a' t-uxq li oxloq'ink ib', eb' li kok'al nake'yo'laak junes nake'yajnak ut malaj nake'sachk". Qana' Manuela Choc,(2017), naxseeraq'i naq wi' junaq ixq xkanaak sa' yu'am, sa' sumalil tentook li oxloq'ink ib' moko ka'aj ta li winq, xb'aan naq na'uxk li siyaak, xb'aan junaq li sumal ut jo'kan naq eek'anb'il chik li wank, re naq kawaq li k'uula'al, xb'aan naq moko junnaqik ta li yu'am sa' sumalil rik'in li saajjal.

Jun chik li wank Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y post parto q' eqchi, xe' tz'iloc chaq rix a'an qana' (Juarez, E. ut qawa' Rojas, A. 2012:5), li k'a'aq re ru li nak'ulmank naq toj wank sa' yu'am ut naq ak x-usaak chik li ixq rik'in xk'uula'al, naxye: "Li awas nak'ulmank rik'in toq'ob'ank, tz'eqtaanak, malaj rik'in xiwak, wank aj wi' rilom rik'in li xwanjik li qana' po". Jo' kama'an naxye qawa' Sebastian Mo, (2017) naq wank li awas ab'an tentook xnawb'al xkolb'al ib' chi ru, li ixq ut li winq tentook naq junelik tb'eeq rik'in junaq chaj, li winq tb'eeq junelik li xch'iich' xk'aqt xsa', li ixq' tk'am junaq ru li anx sa' xkaamal li ruuq, toj re naq tyo'laaq li xk'uula'al.

Jun chik li nata'limank Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y qana' post parto q' eqchi, xe'tz'ilok chaq re li na'leb' qana' (Juarez, E. ut qawa' Rojas, A, 2012:38) naxye: "Naq sa' xhoonalil xrahilal li ixq maab'ar txik ut tentook naq sa' b'ar wi' wank li xaml re chiqok malaj sa' li rochoch' b'ar wi' nach'e'ok, aran t-usaaq ut tentook naq twanq chi xk'atq li xsum aatin, xna', xyuwa' ut malaj xna', xyuwa' li xb'eelom, ut li jwal aajel ru a'an li cheekel ixq aj xokonel k'uula'al". Kama'an kama'an naxseeraq'i qana' Catalina Cuz, (2017) naxye naq li ixq yook sa' xrahilal tentook naq tyiib'amanq junaq xch'aat kub'enaq xteram chi re li xaml, re naq nach'a'q xnumsinkil li ruk'a' ut nak'e'ek aj wi' xkawilal xch'ool xb'aaneb' li komon li wankeb'chi ochb'eenink re sa' li ochochnaal.

Sa' li tasal hu re xmolamil li aatinob'aal Q'eqchi', Loq' laj yu' amej, tz'ilok rix (Cuz, A.2001:54) "Naxye naq Maajun li yal ta yeeb'il, relik b'an chi yaal naq wank li awas, ab'an moko tz'ilb'il ta rix, a'an naq toj saajo chaq, wank sa' li k'anjel li xb'aanumank ab'an moko junnaqik ta" qawa' Sebastian Quim, (2017) naxye: naq junaq li saaj, moko tk'a'uxla ta k'a' ru yook, k'a' aj wi' naq wank chi jo'ka'an, ab'an li wank sa' sumalil jalan chik li wank, aran natiklaak li puktaak rik'in li kok'al, aran tentook chik tnaw li wank, wi' ink'a' tnaw roxloq'inkil rib', na'uxk t'anek sa' li awas.

3. xch'olob'ankil ru li k'anjel

Justificación

Li xmolamil aatinob'aal aj Q'eqchi' xb'aanu jun li tz'ilok chi rix jun ximal li na'leb' a'an li chunk ru rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am.

Xb'aanumank a k'anjel a'in xb'aan naq xiikileb' chi xpatz'b'al chi ru li molam junaq li k'anjelob'al chi rix xna'leb'il li k'iiesink, chunk ru rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am, xb'aan naq anajwank numtajenaqeb' chik li kok' ixq junes cho'b'ileb' naq nake'yo'laak li xk'uula'al. A na'leb' a'in maab'ar ab'inb'il chaq resil, junxil eb' li ixq sa' ochoch nake'usaak rik'in xtenq' junaq qana'chin aj xokonel k'uula'al, narileb' chi chaab'il li qana'chin sa' xhoonalil li rusajik. Chi rix li rahilal a'an, maak'a' sachomq, ka'aj b'an wi' naraj kawil ch'oolej ut kawilal.

Jo'kan ut naq xk'anjelamank li na'leb' a'in re naq tjeb'q li xik sa' li b'anleb'aal ut truhanq wi' chik xwaklesinkil li na'leb' li ke'xyu'ami chaq li na'b'ej yuwa'b'ej sa' xsutam laj q'eqchi'.

Li na'leb' a'in tk'anjelaq cho'q reheb' li toj ak' xk'amb'aleb' rib' ut jo'ka'an aj wi' cho'q reheb' li yooqeb' chi tzolok chi rix ilok yaj ut malaj aj wi' cho'q reheb' li saaj yookeb' chi tzolok chi rix li xokok k'uula'al, re naq yooq chi jeb'k li cho'ok ixq sa'eb' li b'anleb'aal.

Nanawmank naq rik'ineb' li cheekel poyanam xiikil li xsasal li na'leb' chi rix li yu'am, ab'an maak'a' chi huhil, k'a'aj wi' chi yeeb'il wank rik'ineb'.

Chi kama'in xb'aanumank xb'aan naq t-ajmanq naq li t-oksinq re, tnaw roksinkil li na'leb' li wank sa' li k'anjel a'in, tk'anjelaq chi ruheb' laj b'anonel, laj xokol

k'uula'al ut cho'q reheb' li toj yookeb' chi tzolok, re naq t-oxsimanq wi' chik li na'leb' li xe' xb'eeresi chaq li mama'b'ej ut ixa'anb'ej chalen q'e kutank.

4. Xkuutal rix li k'anjel

Marco teórico

4.1 Li siyaak sa' xyu'am laj Q'eqchi'

Sa' xyu'am laj Q'eqchi' k'a'jo' xloq'al li yo'laak ut nawb'il chunk ru naq na'alank li junsumal. Sa' li tasal hu re Xmolamil Aatinob'aal Q'eqchi', xk'a'b'a' kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe, (2016:41) "Naq sa' xwara li qana' po nake'siyaak teelom ut sa' li xyo'lajik li qana' po nake'siyaak li ixqa'al, li tentook ch'olch'ooq a'an, naq a'yaal naxye li xsiyajik ut maawa' li xyo'lajik li k'uula'al". Arin nach'olaak naq li siyaak a'an xxe'el li yu'am chi ru li poyanam aj Q'eqchi', jo aj wi' naxye wi' chik, kama'an ch'olob'anb'il chi qu, kama'an yeeb'il qe... (2016:41) "...Naq al li qana' po, li xnaab'alil nake'yo'la li ixq, jwal kaweb' raatin ut kaw xch'ooleb'.hy

Sa' xtiixjik li qana' po (cuarto menguante) li xk'ihal nake'yo'laak a'an kok' winq. Sa' xk'iijik li qana' po (cuarto creciente) li nake'yo'la jwal aj'ajeb' nake'ilok. Sa' xcheekal li qana' po (luna llena) nak'a'uxlak jo' kama' junaq cheekal qana' poyanam".

Naq nayo'laak junaq li poyanam, naxk'am chaq jun li xmaatán, a'yaal nayehok li kutank xyo'laak wi', Ak reere xnawal li junjunq ab'an tz'aqal li ak tustuuk ru a'an li xnawalil li kutan nayo'laak wi' li junjunq. Naq nayo'laak junaq li poyanam ak' ch'och'ook k'a' ru li xmuhel malaj li xnawal ut a'an li tb'eeresinq re chi xjunil li xyu'am chalen, xkomon rib' rik'in li xpohol xchahimal. Junmay rajlankil li nawal ut junmay rajlankil li kutank. Sa' li tasal hu re Xmolamil Aatinob'aal Q'eqchi', xk'a'b'a'

kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe, (2016:41). Naxye: "Re xsik'b'al li pohl xchahimal malaj li "xnawal" li poyanam, aajel ru xnawb'al li xkutankil ut moqon natawmank chunk ru rilb'al li xsiyajik, tentook rajlankil b'eleeb' kutank chi rix ut li kutank sa' mayab', a'an li xkutankil li xsiyajik li k'uula'al".

Naq al li qana' po naq nasiyaak junaq poyanam, jwal yajnaq li k'uula'al, ab'an wi' sa' xwara qana' po nasiyaak junaq, kawaq rib' naq twanq sa' xyu'am.

Naab'al li na'leb' ch'olob'anb'il chi rix li siyaak ut li yo'laak sa' xyu'am laj q'eqchi', jo' naxch'olob' sa' li xtasal hu li Xmolamil Aatinob'aal Q'eqchi' Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe... (2016:42) "Xcha'al aj wi' li na'leb' li awas. A'an jun li na'leb' ink'a' chik ab'inb'il sa' qasutaam, na'uxk li tz'eqtaanank ab'anan naq nayo'laak junaq li k'uula'al nachal li yajel ut toj aran nake'xyoxi rib' li poyanam li ink'a' nake'xb'is rib'". A'an li nake'xch'olob' li na'b'ej, yuwa'b'ej chi ruheb' li ralal xk'ajol. malaj li toj ak' xsumlajikeb', ab'an wank xhoonalil li awas, oxib' qana' po aj wi' naq toj yook chi siyaak li k'uula'al, aran naab'al li awas nachalk sa' xb'een li k'uula'al, ut li na'b'ej yuwa'b'ej yo'on wanqeb' rik'in risinkil li awas.

Sa' li tasal hu Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe, (2016:42) "Na'isimank li awas wank naq: yal taayib', malaj xahob', mare xatraho', mare xxiwak laakik'el ut li xwinqul", Arin ut nayeemank naq tentook te'ril rib' li junq suumal chi poyanam chi ruheb' li xyu'am, naq wankeb' sa' yu'am, xb'aan naq li awas najuk'e' chaq sa' li aatin awk, jo' naq nayeemank rawb'al naxjek' chaq rib' li aatin aw, naraj naxye naq wi' nawank li awk tentook na'uxmank li q'olok, ut sa' xk'ab'a' li xulil, mare sa' tawasink mare sa' eetz'unk.

"Chi xjunil li natawmank tentook xk'eeb'al xloq'al, cha'ankeb' li mama'b'ej ut ixa'anb'ej. Ink'a' xch'i'chi'i'inkil malaj xrahob'tesinkil li qana' poyanam ink'a' tz'aqal re ru, xb'aan naq nak'ulmank xq'oq, ink'a' xkutb'al chi aatin li na'b'ej yuwa'b'ej, tentook xb'isb'al li aatin, re naq ink'a' xk'ulb'al xmay xyot' xch'ool".

A'in natiklaak sa' li junkab'lal, xb'aan naq oxloq' xyu'am li ixq junelik, ab'an numtajenaq wi' chik naq wank sa' yu'am. Eek'anb'il chik li wank, maawa' jo' li ch'ajomil, Li awas moko nim ta naq naxokmank, moko ka'aj ta wi' li ixq, jo'ka'an aj wi' li winq, xb'aan naq wankeb' sa' jun sumal. Li k'a' ru xb'aanumank a'an li alalb'ej ttojo'q rix, kama'an rawb'al li loq'laj k'al, wi' xchiq'mank ru li isb' ru, ch'olch'ook naq li iq' tt'an li k'al.

Nak'ulmank a'in, mare sa' eetz'unk, se'enk, malaj ka'yank; reetz'unkil li mem malaj yal xhob'b'al junaq laj kalajenaq, moko nume'k ta re li xtoj a'an, mare li mamb'ej, mare xseeraq'inkil aj wi' chi ru li komon, hoon aj wi' nachal sa' aab'en a'an.

Risinkil li awas moko naruuk ta xkutb'al sa' xyi li b'e, mare wank junaq li ixq wank sa' yu'am, naruuk na'uxmank maako'b'k chi ru a'an. Us xnawb'al k'a' ru xb'aanunkil, moko xkutb'al ta sa' b'e, us xkutb'al sa' pim, sa' k'iche'. Nake'xye eb' li cheekelal naq tentook li kuut, re naq maak'a' t-ilmanq.

Nayeemank aj wi' naq naruuk xkutb'al li awas sa' releb' qawa' saq'e naq yook chi muqunk sa' rokeb' malaq naq ak yook chi sale'k re naq fixkut sa' li palaw a'an li nayeemank chaq ab'an anajwan us rilb'al chi us li na'leb' a'in

Ilb'il

Li ilb'il, a'an jun yajel nanaqk sa' xk'ab'a' naq junaq li ixq malaj li winq tiq ru; naab'al paay ru li tiqwal u, jo' qayehaq naq li ixq wank sa' yu'am rochb'een li xb'eelom nake'ril junaq li k'uula'al, kok' xul malaj awimq, naru nake'xk'ul li ilb'il. Tentook chi us rilb'al sa' xyu'ameb' li kok' k'uula'al, li ixq wank sa' yu'am, li ketomq ut li awimq, re naq ink'a' numtaaql ilb'il sa' xb'eeneb', xb'aan naq naru nakamk li k'uula'al, li kok' xul ut malaj nake'chaqik li awimq. Li ilb'il wank naab'al paay ru naq nachalk. Li tasal hu Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe... (2016:44) Naxye: "Nake'xk'ul aj wi' reheb' li kok'al naq nake'ch'e'eek xb' aan li tuq'ixq wankeb' sa' xpuch'unik, li kok'al nake'ch'i'ch'i' ok re". Nak'ulmank

aj wi' naq junaq li poyanam xyok' rib', ab'an mare li ixq wank sa' yu'am, xril li xyok'lal li poyanam sa' junpaat nasipook ru li ra. Wi' ink'a' nanawmank malaj ink'a' nak'eemank reetal li yajel a'in sa' xyu'am li k'uula'al, naruuk nakamk junaq li ch'ina k'uula'al; ab'an wi' nak'eemank reetal, naruuk xkolb'al li xyu'am li k'uula'al, xb'aan naq chi xjunil wank xtuqub'ankil ru li yajel a'in. Naq li poyanam tiq ru naril junaq li k'uula'al, malaj eb' li kok' ketomq, neke'xyajunin li ilb'il.

Li ketomq naq nake'yo'laak junelik xkolb'aleb', ab'an mare xnume'k junaq li ixq tiq ru, naxk'at li xyu'am li ketomq, ab'an wi' ink'a' nake'kolmank nake'kamk.

Nuumay:

A'an jun li yajel natiklaak xb'aan xtiqwal xb'ook li xa'an tz'i' naq yook ru, naq toja' yook chi alank malaj naq li ixq ak' rusajik. Sa' li tasal hu Kama' an ch' olob' anb' il chi qu, kama' an yeeb' il qe... (2016:43), naxye naq "Na'usa junaq li ixq moko naruhank ta naq li kok' al te'jeqonq chi xk'at li k'uula'al malaj li na'b'ej ut jo'kan aj wi' li na'ajej b'arwi' na' usaak li ixq, xb'aan naq nake'chape'k xb'aan numay jo'ka'an aj wi' ruk'in eb' li xul naq eb' li kok'al tixche' eb' li kok' tz'i' ak' xyo'lajikeb' nake'tawe' li kok'al xb'aan li numay".

Xb'een xb'anul: naruuk roksinkil junaq li xmolb' li patz, xnumsinkil chi rix li k'uula'al xkoq'b'al sa' ha', naq ak xnumsimank chi rix li k'uulka'al.

Xkab' xb'anul: naruhank li kaqi tz'ima'aj ruk'in xxaq k'ante're risinkil li numay. Xchiqb'al ut ratisinkil chi sa'. Naab'al xb'anul li numay ja' yaal naxye k'a' ru truhanq xtawb'al sa' li sutam.

Li kaalkab'il

Aajel ru li oxloq'in ib' sa sumalil, moko ka'aj ta li winq chi moko li ixq, xb'aan naq na'uxk li siyaak sa' xk'ab'a' junaq li sumal. Jo'ka'an naq eek'anb'il chik li wank sa' sumalil re naq kawaq li k'uula'al. Naq li sumal yook chi oyb'enink junelik wanqeb' sa' sahilal, re naq li yook chaq chi siyaak malaj k'iik rik'in li na'b'ej, sahaq

xch'ool, re naq maak'a' li yajel ut xk'ulb'al aj wi' sa' sahil ch'oolejil naq tyo'laaq. Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y post parto q'eqchi', xe'tz'ilok chaq re li na'leb' qana' (Juarez, E. ut qawa' Rojas, A. 2012:38) naxye: "Sa' xyu'ameb' laj q'eqchi' eb' li ixq wankeb' sa' yu'am, tentook naq wanqeb' sa' kaalkab'il, naraj naxye sa' sahil ch'oolej ut tuqtuukilal, naq li ixq wank sa' yu'am naxyu'ami jun oxloq'il wank, xb'aan naq naxk'utb'esi li puktaak, li alaak, chanchan li awk k'a'aq re ru, ut wi' ink'a' t-uxq li oxloq'ink ib' aran naq eb' li kok'al nake'yajnak ut malaj wankeb' xmajelal sa' xjunxaqalileb'".

Li Qana' po ut li awas

Tentook xnawb'al xb'eeresinkil xyu'am li poyanam rik'in xb'eenik li xyu'am qana' po, nim xwankil ut rusilal li qana' po sa' xb'een xyu'am li poyanam, ab'an wi' ink'a' nanawmank xk'eeb'al reetal xyu'am qana' po rik'in xyu'am li poyanam, a'in naruuk nextaw li xmajelal jo' rik'in li awas. Li awas a'an jun yajel nak'ulmank naq li na'b'ej ut yuwa'b'ej ink'a' nake'xnaw xyu'aminkil li xb'eenik li xyu'am li qana' po; jo' naq li winq ut malaq li ixq wankeb' sa' yu'am, nake'xka'ya li qana' po, li k'uula'al nake'yo'laak rik'in jun xmajelaleb' sa' xnaq' ru, saqpor malaj jatz' nake'ilok. Li Winq junelik tb'eeres li xch'iich' xk'atq xsa', wi' na'elk sa' xsaqenkil li qana' po; ut li ixq tentook twanq li anx sa' xk'aamal li ruuq wi' nake'elk sa' xsaqenkil li qana' po. Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y qana' post parto q'eqchl, xe'tz'ilok chaq re li na'leb' qana' (Juarez, E. ut qawa' Rojas, A. 2012:5) naxye naq: "li awas nak'ulmank aj wi' rik'in Ka'yaank, li xwankilal li qana' po sa' xb'een xyu'am li poyanam numtajenaq chi us, jo' rik'in li siyaak, yo'laak ut chi rix aj wi' li awas, moko us ta xka'yankil li qana' po naq li ixq wank sa' yu'am, xb'aan naq li k'uula'al naru t-elq naq saqpor ut malaj jatz' sa' li ru. Jo'ka'an aj wi' naq yook chi b'atz'unk li qana' po, jo'ka'an nake'xyere naq nake'xch'e rib' li qana' po rik'in li qawa' saq'e, xb'aan naq aran eb' li kok'al xal xtz'uumal re naq tyolaaq ut

aran naq jwal toqob' ruheb' li kok'al nake'elk, yal sa' xk'ab'a' eb' li na'b'ej yuwa'b'ej naq ink'a' xe'xnaw roxloq'inkil rib'eb''.

Xhoonalil Rusajik li ixq rik'in li xk'uula'al

Sa' xyu'am laj q'eqchi', jalan chi us li k'iiresink, xb'aan naq rub'eetal rusajik li iixq li b'eelomej na'ok xkawresinkil li xna'aj li xsum aatin, re naq moko toj sa' xhoonalil ta chik t-ok xkawresinkil rib'; sa' hoonalil rusajik li ixq, li xna'aj tentook naq sutsuuq mare chi t'ikr malaj k'a'aaq chik re ru, li xch'aat kub'enaq xteram, re naq ink'a' tk'e xmetz'ew ut ttoch' li xrahilal naq yooq chi ilank.

Li ixq aj q'eqchi' li yook xrahilal, naraj naq se' wiq'wo trala li xk'uula'al, xb'aan naq ink'a' jwal ra chi jo'ka'an ut naruk' ke'b'il kaxlan q'een rik'in raxq'em, re naq ttiqwo'q li xkik'el, re naq junpaat t-usaaq li ixq. Tentook naq twanq junaq li xxaml chi xk'atq, re xtz'oyb'al li na'b'ej ut li k'uula'al. Sa' xhuheb' laj tzolonel re li Universidad San Carlos re Guatemala, Implicaciones culturales en el embarazo parto y post parto q' eqchi, xe'tz'ilok chaq re li na'leb' qana' Ereyda Juarez ut qawa' Anibal Rojas, (2012:38), naxye: "sa' honalil li xrahilal li ixq maab'ar txik ut tentook naq sa' b'ar wi' wank li xxaml re chiqok malaj sa' li rochoch b'ar wi' nach'eok (cocina) aran t-usaaq ut tentook naq wanq chi xk'atq li xsum aatin, xna' xyuwa' ut malaj xna' xyuwa' li xb'eelom ut li jwal aajel ru a'an li cheekel ixq a xokonel k'uula'al, re xtenq'ankil li qana'chin rik'in junaq k'aam b'ak'b'il chi ru li tz'amb'a re tchap wi' rib' naq nachal li xrahilal ut yib'anb'il jun ch'aat kub'enaq xteram ak re aj wi' li ixq wank sa' rahilal''.

5. Li rajom Objetivos

5.1 Li rajom Objetivos generales

Li rajom li xmolamil aatinob'aal q'eqchi', a'an xtz'ilb'al rix li xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am, xb'aan naq junxil chaq eb' li na'b'ej yuwa'b'ej ut li mama'b'ej ixa'anb'ej jalan li k'iiresink li xe'xyu'ami chaq. Jo'kan b'i' naq xk'anjelamank ut xk'uub'amank li k'anjel a'in, re naq eb' li saaj aran yooqeb' xtawb'al xna'leb' re naq truuq wi' chik xwaklisinkil ut roksinkil chi xjunil li xe'xb'aanu chaq li mama'b'ej ixa'anb'ej sa' chaq li k'iiresink.

Xkuutunkil ut xwaklesinkil wi' chik rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am, jo' li xe'xyu'ami chaq li qaxe' qatoon, xb'aan naq a'an jun li rahilal jwal xiwxix ut wi' ink'a' na'ilman'k chi chaab'il naru nakamk li ixq.

5.2 Li rajom chi tikto Objetivos específicos

- ✓ Xnawb'al rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am, xb'aan naq li xyu'am li ixq oxloq' ut wi' ink'a' ilb'il naruuk nasachk xyu'am junaq li junkab'al.
- ✓ Xpuktasinkil resil li rilom li xb'eenik li qana' po naq wank sa' yu'am li ixq, re naq li nab'ej ut li k'uula'al wanqeb' li xkawilal ut xkolb'aleb' chi ru li majelal.
- ✓ Xwotzb'al xsasal li na'leb' li xe'xyu'ami chaq li mama'b'ej ixa'anb'ej rik'ineb' li komon sa'atqeb' li jalanjalanq chi tzoleb'aal ut yalaq ta chi b'ar, re naq ink'a' tsachq li xloq'al ut xb'aanunkil.

6. RU LI K'ANJEL

Resultados de la investigación

6.1 XWANJIK LI IXQ SA' YU'AM

Sa' xyu'ameb' li mama'b'ej ut
ixa'anb'ej tustuuk ru xwanjik li
xyu'ameb', wank xloq'al li junjunq, jo'li
ixq naq nakanaak sa' yu'am.

Naxk'e reetal naq ink'a' chik
nakub'eek chaq li xpuch'unik, li
naxk'ul rajlal po, chi rix a'an naxtikib'
reek'ankil jun xmajelal sa' xjunxaaqalil,
jo' tib'l jolom, naxtikib' xa'wak ut junes
wark naraj, nachalk xmay xtib'el, aran
naq na'ok xyajel, ink'a' chik naraj
wa'ak, naraj naxye naq tentook naq



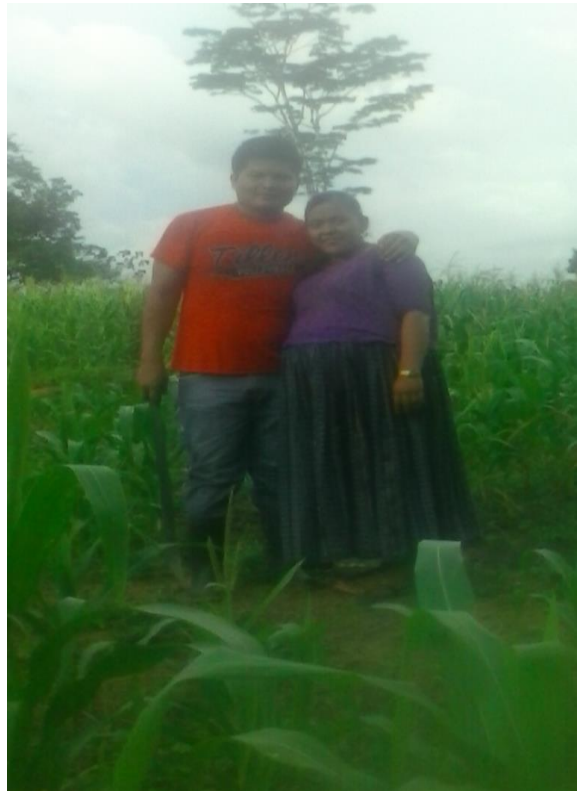
tch'oolani rib'; tsik' xtzakahemq li tk'ul sa' xsa' mare tul, mox, k'aj ixim ut malaj
k'a'aq chik re ru li naraj xtzekankil. Tnaw chik rilb'al rib', xb'aan naq wank sa' jun
li xwanjik jwal xiwxiw, moko yal tkutb'e ta chik rib', xb'aan naq moko junnaqik ta
li saajilal rik'in li wank se' sumalil.

Aran na'ok chi yo'oonik, moko yal tkutb'e ta chik rib', re naq kawaq rib' li rilom,
wank chik sa' xiwxiw li xyu'am, ink'a' chik truuq yalaq k'a' ru tb'aanu, twanq chik
li xnawom. Li Winq ut jo' aj wi' li ixq ttzqaka li jo'k'ihal li tzakahemq ut malaj li xtib'el
li wa nake'rataw. Li xe'okenk chaq xk'eeb'al li esil a'in, a'an qana' Angelina Coc,
(2017), María lcal, (2017) ut qana' Tecla Sub, (2017). Xe'xyu'ami chaq li wank sa'
li na'leb' a'in, xb'aan naq numtajenaq li rusilal li xnawomwb' chi rix li xyu'am li ixq
naq wank sa' yu'am, us aj wi' xnawb'al chi rix li ttzaka, ut chi rix aj wi' xkolb'al rib'
chi ru li awas, tentook aj wi' xnawb'al naq li qana' po wank rilom sa' xb'een li

yu'amej, chi xjunil li xsasal li na'leb' li wank sa' li tz'ilb'il na'leb' a'in, a'an raatineb' li cheekel ixq aj xokonel k'uula'al li ak xe'yeemakje'k xk'ab'a'.

6.2 Li kolok ib' chi ru li awas:

a'an naq tento tk'eemanq reetal li xb'eenik li qana' po re naq ink'a' t-elq sa' q'ojyink, chi b'EEK, wi' t-elk tentook naq wanq xxaml ut wanq rochb'een re naq ink'a' txiwaq mare wank k'a' ru narab'i ut yal xxiw aj wi' trisi wi' li awas, junelik wanq junaq li ru anx sa' xk'aamal li ruuq li ixq wank sa' yu'am, malaj junaq kaqi ka'xik chi ru li xxik, re tkol wi' rib' chi ru li awas, malaj junaq ru'uj si' tk'am, wi' li winq x'ok chaq q'ojyink sa' li b'e, tentook naq tb'eeq xch'iich' xk'atq xsa'. Naq yook chaq chi elk li qana' po, ink'a' aj wi' nauuk naq tka'ya li qana' po ut chi moko tb'ehek



rub'el li xsaqenkil li qana' po, wi' ink'a' xnaw rilb'al rib', a'an li k'uula'al tk'uluq re li rahilal, tentook eek' chik twanq re naq maak'a' tk'ul li xk'uula'al.

Jo'ka'an aj wi' li winq aajel ru naq tra li rixaqil re naq li k'uula'al saasahaq xch'ool naq tk'ulunq sa' xb'een a ruuchich'och', wi' junes ch'e'ok ib' li xwanjikeb' li sumal, li k'uula'al aj yaab'aaq ut jwal ch'i'ch'i'aaq rix naq twanq. raatin Qana'Angelina Coc (2017).

6.3 Li qana' po sa' xyu'am li ixq

Wank rilom li qana' po sa' xb'een xyu'am li ixq wank sa' yu'am, wi' ink'a' tnawmanq xkolb'al ib', naruuk naxk'ut rib' li awas. Moko us ta naq li ixq ut malaj li winq nake'xka'ya li qana' po, aran na'elk li k'uula'al naq ink'a' saqenk na'ilok malaj ink'a' tiik sa' ru. wi' xka'ya li qana' po naq yook chi xorok, aran nake'elk li kok'al naq jun li ru mutz'; nak'ulmank aj wi' naq li qana' po naxch'e' rib' rik'in li qawa' saq'e, aran nake'elk li kok'al xaleb' xtz'uumaleb' re ut malaj junes yaab'ak nake'xb'aanu, nakete'k xb'aan xpuub' hix, ut li k'uula'al nake'kamk. toj a'an aj wi' li qana' po wank rilom sa' risinkil li awas, re naq tk'iraaq ut malaj t'elq li awas, raatin Qana'Angelina Coc, (2017).



6.4 Li jile'k:

Li Jilok natiklaak chi ru li kahib' ut malaj oob' po, jun sut li jilok chi ru li junq po, wi' kaw li ixq. Wi' nayajnak li ixq a'an oxib' ut malaj ka'hib' sut li jilok chi ru li junq po. Li xyaalalil li jilok a'an re xtuqub'ankil li rilom ut re aj wi' naq maak'a'aq xmay rix naq yooq chi k'iik li xk'uula'al rik'in li na'b'ej, re aj wi' naq maak'a' tk'ul sa' xhonalil li rusajik. María lcal, (2017).



6.5 Li xq'usb'aleb' li wankeb' sa' yu'am

Li k'a'aq re ru li ink'a' us ttzeka li ixq wank sa' yu'am, moko truuq ta tketo'q kaxlan wa ut malaj kab' sa' q'ojyink xb'aan naq li kok'al junpaat naxulumo'k ruuch reheb'; ink'a' aj wi' us pumub'ank ha', xb'an naq li ixq jwal nim nahulak junes ha' wank sa' xtib'el ut li k'uula'al jwal ka'ch'in, ink'a' aj wi' us xtz'apb'al re li k'a'aq re ru, xb'aan naq sa' xhoonalil li rusajik ink'a' ra tk'ul, kama'an aj wi' naq li ixq natiklaak xrahilal tentook naq thir xsa' li ruuq' re naq jumpaat t-usaaq.



Jo'ka'an aj wi' cho'q reheb' li winq, ink'a' us tkanab' chi jit'jook xsa' li xsi' malaj re li xkoxtal saak,uk xb'aan naq aran jit'jook chaq li k'uula'al ut aran ink'a' naruuk chi yo'laak. Ink'a' us naq k'a' ru tmulemanq malaj ttz'apmanq, jo' li xjul li b'aqxul ut wank chik xkomon, xb'aan naq li ixq ra naxk'ul sa' li rusaajik: jo' kama'an naq wank winq nake'xtz'ap re li xjul aj uch ut ink'a' nake'xk'a'uxla b'ayaq naq li ixq ra



tk'ul sa' xhoonalil li rusaajik, wi jo'ka'an, li winq txik xteeb'al re li jul, re naq twanq li k'uula'al ut wi' ink'a' naxb'aanu, aran naq nak'ulmank li kamk. Raatin Qana' María Ical, (2017).

6.6 Xhonalil rusajik li ixq

Li xb'aanunkil sa' xhoonalil rusajik li ixq, li xb'een usaak re li qana'chin a'an naq wi ak xkub'e chaq li ha' sa' xtib'el naraj naxye naq a'an li xrahilal xtiklaak. chi rix a'an nachal xmay li rix, toj najt xyanq naq nachal li xrahilal, wank naq jun hoonal ut malaj chi ru kab'kab' hoonal, ab'an naq wulak re xhoonalil rusajik na'ok chi numtaak li xrahilal chi kok'atq xsa' ut najolk'ok chaq li xya'al li xk'uula'al;



a'an kik' chik ut aran naq nachal li k'uula'al, naq junaq ink'a' naruuk chi usaak, li nab'aanumank a'an rawasinkil rik'in junaq li ch'och'k'il, ttiqwa ut twos toj reetal naq tjore'q rub'el li qana'chin. Naruuk aj wi' naq tch'aj rix li k'il ut rik'in b'ayaq kaxlan q'een truk' ut tk'am chaq jun li pim tam xk'ab'a', xmesb'al chi ru li xsa' ut sa' junpaat nawank li k'uula'al.

Nak'ulmank a'an xb'aan naq naxk'at chaq ru li xk'il ut li ruk'al naq wank chaq sa' yu'am ut li rawasil a'an xch'ajb'al rix li xk'il ut li ruk'al, xk'eeb'al chi ruk' re naq sa' junpaat t-usaaq.

Wank chik jun li na'leb', naq nasetmank chaq li ab'aaq sa' ru'uj li ochoch ut nab'aqmank chi ruk' li ixq, aran sa' jumpaat na'usaak. Wi' ink'a' natawmank li ab'aaq na ru aj wi' rik'in li xxaq aq'l ut xk'eeb'al chi ruk' ut sa' junpaat aj wi' nachalk li xk'uula'al.

Naq ak xwank chik li k'uula'al, li na'b'ej nachalk xmay sa' xsa' ut laj xokonel k'uula'al tentook naq ttz'oy, tjil ut tb'iq sa' li xsa' li na'b'ej aran naq nakub'eek chaq xkomon li riiq li k'uula'al. Toj wanq aj wi' li k'uula'al chi ru naq tsetmanq, wi'

nasetmank chi jumpaat naruuk naq naxik rik'in raam li na'b'ej, tentook aj wi' xsetb'al ut xkanab'anbkil kaayib' miin rik'in li k'uula'al; re naq junpaat tchaqik. Raatin Qana' Tecla Sub, (2017).



Tentook naq tmuqmank li riiq li k'uula'al sa' junaq chaab'il na'jej, tb'ekmanq li ch'och' ut xb'atb'al se' junaq t'ikr, tpak'ab'amanq li riiq li k'uula'al re naq kawaq, xb'aan naq ink'a' us naq ttz'eqmanq b'araq chi moko naq xkutb'al sa' ru'uj ut malaj sa' xtoon che', chi moko xk'eeb'al ta sa' rilob'aal saq'e xb'aan naq wi' ink'a' x nawmank rilb'al li k'uula'al nayajnak ut nak'ehe' xtiq xb'aan a'an.

Ab'an sa' jalan chik na'jej, sa'xyanqeb' laj q'eqchi' sa' kehil ch'och li nake'xb'aanu a'an naq li xch'up li teelom nake'xt'uyub' sa' ru'uj che' ut re li ixqa'al sa' ch'och' namuqmank.

6.7 Li xch'oolaninkil li na'b'ej

Xch'oolaninkil li na'b'ej naq ak wank chik li k'uula'al, nak'uub'amank xtzakahemq chiqb'il kaxlan sa' xya'al, k'eeb'il rikil ut ranxil, li ruk'a'il a'an puq'b'il raxq'em rik'in ke'b'il kaxlan q'een; re naq tkub'eeq chaq xya'al xtu', ak re aj wi' li ixq toj ak' rusajik. Nak'eemank aj wi' ke'b'il xanxiir chi ruk' re naq tnajtoq' xyanqeb' li xkok'al. Chi ru oxib' kutank nab'ak'mank li rix ut natz'oymank, re naq ink'a' tkanaaq ke ut malaj tz'aj sa' li xsa'. Nak'eemank ru'uj xaml rub'el li xch'aat re naq q'ixaq li xna'ajeb' rochb'een li k'uula'al ut ink'a' ajwi' naruuk tsak'e'q xb'aan iq'. Chi ru li q'ojyink tentook tk'aak'ale'eeq xb'aan li xsum aatin re naq



ink'a' ttzapq re, ut malaj ink'a' tb'atz'unleeq xb'aan li tz'aj aj musiq'ej sa' xwara malaj sa' xmatk', xb'aan naq ink'a' chik kaw rib' li xkik'el.

Toj chi ru waqib' xamaan naru twakliik li qana'chin re naq chaab'il naq tk'iraaq, wi' naxxok rib' chi junpaat naru naq sutq'iik wi' chik sa' xna'aj li ralob'aal ut a'an ch'a'aj chik xb'an b'al. Raatin Qana' Tecla Sub, (2017).

6.8 Li xsaab'esinkil li ixq

Li xsaab'esinkil li ixq naq ak xwank chik li rilom, moko yalaq ani ta naruuk chi puch'uk re, xb'aan naq li yajel a'an tiq, li qana'chin aj xokonel k'uula'al a'an li napuch'uk re ut wi ink'a' naruuk xb'aanunkil, naru naq li xsum aatin ut malaj junaq chik cheekel ixq nab'aanunk re, moko yalaq b'ar ta aj wi' naruuk xpuch'b'al, moko naru ta naq sa' xyanqil komon, li naraj a'an xpuch'b'al xjunes li xt'ikr ut toj chi roq li ha', wi maak'a' li roqiha' b'ar wankeb', li xb'aanunkil a'an risinkil li ha' ut xpuch'b'al chaq sa' b'alb'o, xb'aan naq moko us ta xpuch'b'al sa' b'ar wi' nake'puch'uk li komon.



Li xb'een ratinik li qana'chin a'an se' ochoch ut chi rix chik a'an, naru aj wi' na'atink se' junaq b'alb'o ut q'ela, xb'aan naq moko us ta wa'leb' chi moko ewu ut jo'ka'an aj wi' li k'uula'al.

Li xwanjik li qana'chin naq ak x'uusaak, a'an naq xtiklaak li xrahilal nayib'amank junaq li xch'ina ch'aat kach'in xteram ut xjunes nawar ka'aj wi' li xch'ina k'uula'al rochb'een, sutb'il li xna'aj ut k'eeb'il xxaml chi xk'atq ut wi' ak wankeb' li xkok'al moko naru ta te'warq li xkok'al ut li xqawa'chin chi xk'atq.

A'an b'an li xqawa'chin li xch'oolaning re ttz'ab' li xxaml ut k'aak'ale toj re naq tket li waqib' xamaan li k'uula'al, xb'aan naq wi tkanab' xjunes li qana'chin naru nawark ut na ru na'ok chi matk'ek ut natz'ap re ut na'ok chi kamk, nak'ulmank a'an xb'aan naq q'un li xmuhel ut aran naru nake'xtaw xyajeleb' ut naru nake'kaano'k ruheb'.

Li Qana'chin naru t-ok xtikib'ankil wakliik chi ru jun qana' po, mare ok xch'ina k'ulb'al li xha' ut malaj xch'e'b'al li xwa.

Li xtzakahemj li qana'chin naq ak x'usaak: a'an naq nak'uub'amank xtib'el xwa k'eeb'il ranxil. wi telom li k'uula'al nak'uub'amank jun xa'an kaxlan ut wi ixqa'al nak'uub'amank jun aj tzo', ab'an li ruk'a'il a'an rax puq'b'il q'em rik'in ke'b'il kaxlan q'een. Raatin Qana' Angelina Coc, (2017).

6.9 Li oxloq'ink ib' sa' sumalil

Li Oxloq'ink ib' sa' sumalil, naq ak xwank li k'uula'al: Tentook naq li qawa'chin troxloq'i oxib' po li xqana'chin, naq xket li oxib' po naruuk chik twank rik'in. Re naq maak'a' rahilal tb'oq sa' xb'een, ut tentook aj wi' li xb'eelom ttenq'a xpuch'b'al li rixaqil ut jo' aj wi' xb'eelankil li xha' ut malaj xk'uub'ankil xtib'el xwa. Raatin Qana' Angelina Coc (2017).



6.10 Naq nak'utunk li awas

Li awas ak tiktook aj wi' nak'utunk, mare chi ru oxib' ut malaj oob' kutank ut wi kaw rib' li k'uula'al nak'utunk chi ru o'laju kutan ut malaj chi ru lajeeb' kutank; aran nak'utunk naq xk'am chaq jun rawasil, a'an nak'ulmank naq ink'a' xloq'oni rib' naq toj wank chaq sa' yu'am li xna'.



Toj sa' rox ut malaj sa' xka xwara li qana' po naruuk xtikib'ankil rawasinkil li k'uula'al.

A'aneb' li na'b'ej ut li yuwa'b'ej naruuk nake'b'anok re li k'uula'al, wi' ink'a' moko tk'iraaq ta.

Li Rilb'al li k'uula'al naq toj mitz: moko us ta naq li k'uula'al t-ile'q xb'aan junaq aj kalajel xb'aan naq laj kalajel tiq ru xkik'el sa' li kalaak ut li k'uula'al tkete'q xb'aan xtiqwal Ru li winq, li k'uula'al na'ok chi yaab'ak, li naraj a'an xwosb'al rik'in ru'uj mesb'eel ut malaj rik'in xmolb' patux re naq tkeho'q ru.



Wi junaq qana'chin wank sa' yu'am, tril li k'uula'al tentook naq tq'alu ut mes b'ayaaq li xchuub' chi ru li xpeekem re naq li k'uula'al maak'a' tk'ul, wi li qana'chin ka'aj wi' xril, li k'uula'al na'ok chi yaab'ak ut na'ok aj wi' chi kete'k xb'aan li raxk'ot.

Li xb'anol li tiqwal u, a'an naq nawosmanq rik'in xxaq kaxlan pom ut xnumsinkil xmolb' patux chi rix, wi maak'a' li molb', naruuk aj wi' li kok'patux xnumsinkil chi rix ut aran nakeho'k ru li k'uula'al. Raatin Qana' Angelina Coc, (2017).

6.11 Li xk'eeb'al xyanqeb' li kok'al

Li na'leb' chi rix xk'eeb'al xyankeb' li kok'al a'an naq tentook xb'aanunkil sa' sumalil, wi' jun aj wi' na'ajok moko nach'olaak ta xb'aanunkil li na'leb', "Li nab'aanumank a'an naq li winq moko twanq ta rik'in li rixaqil naq tojo traqe'q sa' xpuch'unik, toj chi ru wiib' xamaan xnumik li xpuch'unik aran truuq chi wank rik'in li rixaqil, re naq ink'a' junpaat tkanaq sa' yu'am''. Raatin Qana' Tecla sub, (2017).



7. Xb'ehil li k'anjel

Metodología

Naxch'olob' chi xjunil li k'a'aq re ru li x'oksimanje'k naq xb'aanumank li k'anjel sa'atqeb' li k'aleb'aal, chi rix chan ru rilb'al li qana'chin naq wank sa' yu'am.

7.1 Li xb'ehileb' x'oksimank

Métodos utilizados.

X'oksimak li patz'ink ut chi chapb'il xyaab' kuxej, ut naraqe'k rik'in jun ximal seeraq', chi rix li na'leb' **xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am** wankeb' kiib' oxib' li kok' na'leb' xtenq'ank re xk'anjelankil li tz'ilb'il na'leb', ut b'anyox reheb' li kok' cheekel ixq li wankeb' xnowom, a'aneb' li xe'ula'nimanje'k chaq sa'atqeb' li jalanjalanq chi k'aleb'aal.

7.2 li xe'tz'aqonk

Sujetos

Li xe'tz'aqonk sa' tz'ilok na'leb', a'aneb' li cheekel ixq wankeb' xnowom chi rix chan ru rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am, li wankeb' aran sa' li K'aleb'aal Sonora, Las Flores ut Los Olivos xsutam lxkan.

Ut wankeb' li cheekel poyanam winq ut ixq ut jo' eb' aj wi' li wankeb' xtzolbal li xe'k'ehok xkuutal li k'anjel a'in.

7.3 Li x'oksimank re xtz'ilb'al li na'leb'

Instrumentos

Li K'anjelob'aal x'oksimank chaq re xxokab'al chaq li na'leb' sa' li junjunq chi k'aleb'aal, a'an:

- ✓ Xtuslal ru li patz'om reheb' li cheek chi rix chan ru rilb'al li ixq naq wank sa' yu'am.
- ✓ Xtuslalil ru li patz'om reheb' li cheek, chi rix chan ru xkolb'al ib' chi ru li awas.
- ✓ Xtuslalil ru li patz'om reheb' li cheek chan ru rilb'al li ixq sa' Xhoonalil li rusajik.
- ✓ Xtuslal ru patz'om reheb' li cheek chi rix chan ru naq nak'utunk ut chan ru risinkil li awas.

8. Li xk'anjelak

Recursos

8.1 Li k'a'aq reeru

Materiales:

- ✓ Kaxlan Chapleb' aatin
- ✓ Tasal hu
- ✓ Tz'iib'leb'
- ✓ K'uuleb'aal k'anjel
- ✓ B'eeleb'al ch'iich'
- ✓ Xtuslal li k'anjel rik'in li hoonalil
- ✓ Isib'aal jalam u
- ✓ Xkuulaal esil
- ✓ Ulul ch'iich'
- ✓ B'oqleb'

8.2 Eb' li qana' poyanam

Humanos:

- ✓ Aj Tziloneel na'leb'
- ✓ Cheekel ixq
- ✓ Xokoneel k'uula'al
- ✓ Aj k'anjeleb' k'iila k'anjel.

9. Xtuslal ru k'anjel li xb'eeresimank
Cronogramas de actividades.

No	Actividad	Fecha	Mes	Resqana' ponsables
1	Reunión y presentación de propuestas de temas para investigar ante la junta directiva de la comunidad q'eqchi'.	15 al 28	Febrero	Técnico Investigador, Coordinador de programas y Junta Directiva
2	Análisis de asignación de tema por el presidente de la comunidad lingüística q'qechi'. Y quedo asignado el tema: los cuidados de la mujer durante el período de embarazo.	1 al 16	Marzo	Coordinador, Junta Directiva y Técnico Investigador
3	Elaboración de preguntas para la entrevista sobre el tema a investigar.	17 al 20	Marzo	Técnico Investigador y Coordinador de Programas
4	Se buscaron y se programaron las aldeas a visitar durante el mes y se logró a jecutar la entrevista con la abuela comadrona Angelina Coc Chub', de la aldea Sonora Ixcan, Quiche.	21 22 23	Marzo	Técnico investigadora Y comadrona.
5	Se buscaron las abuelas con muchas experiencias y conocimientos sobre los cuidados de la mujer durante el período del	19 20 21	Abril	Técnico investigadora Y comadrona.

	embarazo y se logró realizar una entrevista en la aldea Las Flores Ixcan, Quiche, con la abuela comadrona María Ical.			
6	Se logro realizar una entrevista con la abuela comadrona Tecla Sub, de muchos conocimientos y experiencias sobre los cuidados de la mujer durante el periodo de embarazo, en la aldea Los Olivos Ixcan, Quiche.	3 4 5	Mayo	Técnico Investigadora Y Comadrona.
7	Se trabajo la Recopilación de audio y análisis de audio de las entrevistas que fueron investigados en diferentes aldeas del municipio de Ixcan, Quiché.	1 al 31	Junio	Técnico investigador
8	Análisis de resultado de la investigación de campo, que fueron investigados con diferentes abuelas comadronas de diferentes aldeas del Municipio de Ixcan. Elaboración de las partes de la investigación de campo. Proceso de revisión de la primera parte de la investigación.	1 al 30	Julio	Técnico investigador y Coordinador de subprogramas

No	Actividad	Fecha	Mes	Responsables
9	Investigación de teorías relacionadas con el tema el cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo. Elaboración de las partes de la investigación de campo. Revisión de la segunda parte de la investigación.	1 al 31	Agosto	Coordinador de programas
10	Finalización de la redacción de investigación para revisión en la DILINC.	1 al 30	Septiembre	Técnico investigador, coordinador C.L.Q'. y DILINC.
11	Entrega de producto final de la investigación al departamento de DILINC.	1 al 31	Octubre	Coordinador C.L.Q'. y DILINC.

10. Xnimqal ru li na'leb' xtz'ilmank

Conclusiones

Naab'al xnimqal ru na'leb' li xtawmank sa' li tz'ilok ix xb'aanumank, kama'an xye qana' Tecla Sub, naq junaq li ixq ink'a' na'usaak ut ak xnume'k xhoonalil xyo'lajik li k'uula'al, li nab'aanumank a'an xtiqwasinkil jun li ch'och uk'al, chi rix a'an nawosmank rub'el li ixq yook sa' xrahilal re naq xjore'q ut malaj tz'ire'q ut sa' junpaatil na'usaak li ixq rik'in li xk'uula'al, moko toj b'an ta naraj li usaak, ka'ajb'an wi' naraj kawil ch'oolej.

Jun chik xye qana' Angelina Coc, naq tentook xnawb'al xkolb'al ib' chi ru li awas re naq maak'a' tk'ul li k'uula'al naq tk'ulunq sa' xb'een a ruuchich'och', xb'aan naq li awas nak'ulmanq rik'in li ka'yank, se'enk, eetz'un, toq'ob'ank ut malaj xb'aan li xiwak.

Li na'leb' li xe'xyu'ami chaq junxil, jalan chi ru li wank anajwan, jo' kama'an xe'xseeraq'i chaq li cheekel ixq, naq li oxloq'ink sa' li sumal jwal aajel ru, xb'aan naq rik'in a'an truhanq xk'eeb'al xyanqeb' li kok'al. Naq li ixq yook sa' xpuch'unik moko naruuk ta twanq rik'in li xsum aatin, toj chi ru wiib' xaman xnumik li xpuch'unik truug chi wank rik'in li xsum aatin ut chi kama'an ink'a' naruuk tkanaaq sa' yu'am, kama'a naxye qana' Tecla Sub, xb'aan naq a'an kixyu'ami chaq rik'in li xsum aatin, jo'ka'an b'i' naq k'ajo' xchaab'ilal li xe'xyu'ami chaq li mama'b'ej ut ixa'anb'ej.

11. Najultikamank

Recomendaciones

Li ch'ina hu' a'in k'uub'anb'il cho'q reheb' laj tzolonel ut laj k'utunel, ab'an tentook xtz'ib'al rix li junjunq chi na'leb', re xtawb'al ru ut roksinkil sa' li junkab'al, sa' li komonil wank ut sa' eb' li b'anleb'aal, chi jo'ka'an xk'eeb'al xloq'al li xyehom xb'aanuhom laj ralch'och' aj Q'eqchi'.

Xwotzb'al li na'leb' a'in rik'ineb' li saaj, li ak' xsumlajikeb', li yookeb' chi tzolok chi rix b'anok, eb' li qana' aj xokol k'uula'al, eb' li saaj na'b'ejeb', eb' laj jolominel komonil, re naq ink'a ttz'eqe'q li chaab'ilal xsasal li na'leb'. Reheb' laj ralch'och, chi rix rilb'aleb' li ixq sa' yu'am.

12 Xtuslal ru aatin Glosario de palabras

Kaalkab'il: a'an jun aatin naraj xyeeb'al, sahil ch'oolej ut tuqtuukilal.

Nuumay: a'an xk'ab'a' jun li yajel natiklaak xb'aan xtiqwal xb'ookeb' li xa'an tz'i' naq yookeb' ru ut malaj tojo' yookeb' chi alank, ut malaj nak'ulmank aj wi' rik'inrb' li ixq toja' x'usajik, wank nake'yehok re chaqi'ixk.

Jatz': kama'an nayeemank re li poyanam moko tiik ta na'iloc, nayeemank aj wi' re b'etz' u.

Ilb'il: a'an jun yajel naxyajuni li k'uula'al naq na'ile'k xb'aan junaq yaj aj ixq, naxk'ut rib' sa' li raxk'ot li k'uula'al, nach'i'ch'i' re ut tiq li xjolom.

Awas: a'an jun xnimil ru aatin, li naxk'ab'a'i naab'al nimqal ru k'a'uxl naxk'am chaq cho'q re laj q'eqchi', naab'al re toj muqmuukil na'leb' naq wank malaj yeeb'il re li ak xk'ulub' naq tixnaw, xb'aan naq moko yal re ta junaq tzolok re b'an xyu'aminkil, wank naq nak'ulmank naq chi rix li k'iiresink, sa' rawb'al li loq'laj ixim ut wank chik xkomon.

Siyaak: a'an li naxye resil xtiklajik li yu'am, li k'a'uxl, li k'anjel. Sa' xk'ub' sa' nasiyaak chaq li xyu'am li k'uula'al sa'xyanq li komon.

Saqpor: jo'ka'an nayeemank re sa' li u maak'a' xqeqal, ut malaj sa' li u puk'ul nasaqporo'.

Nawal: sa' xna'leb' laj mayab' naxch'olob' li nawal, a'an li nab'eeresink re li xyu'am li junjunq chi poyanam. Naq jwal kaw rib' junaq li poyanam, Naru naxsutq'isi rib' jo' li xnawal. Ak reere xnawal li junjunq ab'an tz'aqal li ak tustuukk ru a'an li xnawalil li kutan nayo'laak wi' li junjunq. Naq nayo'laak junaq li poyanam ak' ch'och'ook k'a' ru li xmuhel malaj li xnawal ut a'an li tb'eeresinq re chi xjunil li xyu'am chalen.xkomon rib' rik'in li xpohol xchahimal. Junmay rajlankil li nawal ut junmay rajlankil li kutank.

Tz'oyok: xnumsinkil luulukil t'ikr chi rix li k'uula'al toj mitz, re xtiqwob'resinkil li xtib'el, re xchaqihob'resinkil sa' li laatz' re naq ink'a'tq'aaq, jo' sa' xyanq ra', sa' xyaq rit, sa' xtelb', xtoon xja'aj ut sa' xch'up, re aj wi' naq narajsi' ru li rich'mul li k'uula'al. Naq toj ak' x'usajik li ixq naxtz'oy rib' re xtiqwasinkil sa' li xsa'.

13. Roqel li na'leb'.

Referencias Bibliográficas.

- ✓ Coc, A. (2017), xokonel k'uula'al, naxch'olob' chi rix xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am, natawliman sa' li k'aleb'aal Sonora, Ixkan, K'iche'.
- ✓ Ical, M. (2017) xokonel k'uula'al, naxch'olob' chi rix xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am, natawlimank aran sa' li k'aleb'aal Las flores, Ixkan, K'iche'.
- ✓ Sub, T. (2017) xokonel k'uula'al, naxch'olob' chi rix xwanjik ut xch'oolaninkil li ixq naq wank sa' yu'am, natawlimank aran sa' li k'aleb'aal Los Olivos, Ixkan, K'iche'.
- ✓ <http://interculturalidad.usac.edu.gt/elggdata/r/u/d/y/l/rudyleonel/file/1281501272ac%20pueblos%20indigenas.htm>.
- ✓ digi.usac.edu.gt/bvirtual/informes/informes2012/INF-2012-32.
- ✓ Tasal hu re xmolamil li aatinob'aal q'eqchi', Li loq'laj yu'amej (2001).
- ✓ Tasal re xmolamil aatib'aal q'eqchi', Kama'an ch'olob'anb'il chi qu, kama'an yeeb'il qe... (2016).
- ✓ Tasal hu re xmolamil aatinob'aal aj Q'eqchi', qatzolaq xtz'iib'ankil li qaatinob'aal, (2009).
- ✓ Tasal hu hu re DIGEBI tzolom chi rix li ajl mayab' (2011).

13. Anexos

**K'ULB'IL YOL TWITZ PAXIL
ACADEMIA DE LENGUAS MAYAS DE GUATEMALA
COMUNIDAD LINGÜÍSTICA Q'EQCHI'.
INVESTIGACION TÉCNICA IDIOMA MAYA Q'EQCHI'**



AGENDA PARA ENTEVISTA SOBRE EL TEMA LI XWANJIK UT XCH'OOLANINKIL LI IXQ NAQ WANK SA' YU'HAM

1. Ani laak'ab'a'
2. Jarub' chihab' wank aawe
3. K'a'ru xk'ab'a' laak'aleb'aal ut b'ar chaljenaqat chaq
4. Naq junaq li qana'chin xkana sa' yu'am k'a' ru li na'ok reek'ankil.
5. K'a'ru tentook li tb'aanu ut malaj k'a'ru li nachal chi rix li xyu'am.
6. Chanki ru tch'oolani rib' li qana'chin naq wank sa' yu'am
7. Chan ru xkolb'al qib' chi ru li awas
8. K'a'ru li nab'aanumank re naq ink'a' taak'ul li awas
9. Jo' li nake'xye naq ink'a'us tzeekank kab' ut li kaxlan wa sa' qojyink
10. Awas li pumub'ank ha'
11. Ink'a' us li ilok xul chi kamk
12. Chan ru li roxloq'inkil qib' sa' sumalil naq wank sa' yu'am li ixq.
13. K'a' ru reetalil naq junaq ok re chi yo'laak li xk'uula'al
14. k'a' ru li tentook xb'aanunkil naq xyo'laak li xk'uula'al.
15. Naq junaq ink'a' ut ink'a' na'usaak, k'a' ru li nab'anumank (ma junaq rawasinkil re naq t-usaak xb'aan naq junxil maak'a' chaq li cho'e'k)
16. Naq x-usaak li qana'chin k'a'ru chik nachal chi rix a'an.

17. Ani naru chi puch'uk re li qana'chin
18. Ma xk'atq xb'eelom twar li ixq naq toje' t-usaaq ut malaj xjunes
19. Ut ma na ru aj wi' warq li xkok'aleb' chi xk'atq
20. Chi ru jarub' kutank wakliiq wi' li qana'chin
21. Jarub' kutanK tentook t-oxloq'iik xb'aan li xsum aatin
22. K'a' ru nake' xb'aanu re li k'uula'al
23. Jarub' kutan nak'utunk wi' li awas
24. K'a'ru xb'aanunkil chi rix li awas
25. Chan ru rilb'al li k'uula'al naq toj mitz, ma naru na'ile'k yalaq ani aj b'aan.
26. Ye jun raqalaq laak'a'uxl reheb' li poyanam, malaj reheb' li saaj li toj maji' nake'xnaw li xnimqal na'leb' a'in chi rix li qayu'am, re naq te'ruuqxb'eeresinkil, xb'aanunkil ut ink'a' tetsachb'es li qanawom laa'o aj q'eqchi'.

(Los temas se pueden cambiar para hacer otra entrevista)

f _____
Profra. Elena Violeta Quim Coc
Técnico Investigador
C.L. Q'eqchi'

No.	Datos	Descripción
1	Identificación del recurso	Almgq'qeqchi'seeraq chi rix li xyu'am li ixq.
2	Fecha de grabación	22 de marzo de 2017
3	Hora	8:46.p.m.
4	Lugar	Aldea Sonora Ixcán.
5	Idioma	Q'eqchi'.
6	Genero	Femenino
7	Duración grabación	1 hora con 8 minutos.
8	Hablante	Angelina Coc Chub.
9	Procedencia (Municipio)	El Estor Izabal
10	Etnia	Q'eqchi'.
11	Edad	70 años.
12	Tema	El cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
13	Investigador	Elena Violeta Quim Coc.
14	Descripción	Se hizo una entrevista del tema el cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
15	Para citar el curso	Elena Violeta Quim Coc.
16	País	Guatemala.

No.	Datos	Descripción
1	Identificación del recurso	Almgq'qeqchi'seeraq chi rix li xyu'am li ixq.
2	Fecha de grabación	20 de abril de 2017.
3	Hora	9 horas con 20 minutos.
4	Lugar	Aldea las Flores Ixcán, Quiché.
5	Idioma	Q'eqchi'.
6	Genero	Femenino
7	Duración grabación	1 hora con 15 minutos
8	Hablante	Maria Ical
9	Procedencia (Municipio)	El estor Izabal.
10	Etnia	Q'eqchi'
11	Edad	62 años
12	Tema	El cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
13	Investigador	Elena Violeta Quim Coc.
14	Descripción	Se hizo una entrevista sobre el tema el cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
15	Para citar el curso	Elena violeta Quim Coc.
16	País	Guatemala.

No.	Datos	Descripción
1	Identificación del recurso	Almgq'qeqchi'seeraq chi rix li xyu'am li ixq.
2	Fecha de grabación	05 de mayo de 2017.
3	Hora	9 horas p.m.
4	Lugar	Aldea Los Olivos Ixcan, Quiche.
5	Idioma	Q'eqchi'
6	Genero	Femenino
7	Duración grabación	1 hora con 18 minutos.
8	Hablante	Tecla Sub
9	Procedencia (Municipio)	San Antonio Senahu, A.V.
10	Etnia	Q'eqchi'.
11	Edad	64 años.
12	Tema	El cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
13	Investigador	Elena Violeta Quim Coc.
14	Descripción	Se hizo una entrevista sobre el tema el cuidado de la mujer durante el periodo de embarazo.
15	Para citar el curso	Elena Violeta Quim Coc.
16	País	Guatemala.

Xjalam u qana' María Ical, Aldea Las Flores, Ixcán.



Xjalam u qana' Tecla Sub. Los Olivos Ixcán.



Xalam u qana' Angelina Coc Chub, Sonora Ixcán.



Instrumentos de recolección de datos

Validación nivel 1 tecnicos de la C.L

Validación nivel 2 grupos de ancianos ancianas

Validación nivel 3 profesionales mayas, mayejanel comadronas.

