



MIKOI KO' I ESAIKA HAP KO' I

O PODER DAS PLANTAS MEDICINAIS DO Povo SATERÉ-MAWÉ



FOLHA
DE PITANGA



XICORIA



RAIZ DE
URUCUM



FOLHA DE
ABRACATE



CAPIM SANTO



PIÃO ROCHO



CAGGA DE
TEPEREBA



unicef 
para cada criança





Autores

Andreza Guimarães de Almeida

Dirleson Batista Michiles

Pricilene Michiles de Sá

Sirlene Michiles Pereira

Geanderson Michiles Pereira





COLABORADORES:

Irivaldo Batista dos Santos – Articulador do Alto Marau

Jeroni Pereira Michiles – Articulador do Baixo Marau

Jocimar Alencar dos Santos – Articulador do Médio Marau

Laércio José Cristino da Silva – Articulador do Rio Urupadi/Manjuru

Maisangela da Silva de Oliveira – Departamento de Comunicação

Mário da Silva Batista – Supervisor

Rodrigo Lopes Nascimento – Professor de Produção Didático





AKAg HATY POTIAT.....	5
ALHO E LIMÃO.....	6
WA'ANUg HA.....	7
SĀTRĀN (ABACATE) YHOP KAWIAT CHÁ	8
ALHO KAWIAT CHÁ.....	9
OK PYHY (CAIU YPE).....	10
OKPYHY SŪ POHAG.....	11
CAIU YP HAWYI TUCURIBA YP	12
MY'A PUK.....	13
JE'EN POHAg	14
SEHA POSATY.....	15
CAPIM – SANTO.....	16
AHUN MY´A HATY POTIAT	17
COVID-19	18
SĀTRĀN (ABACATE) YHOP.....	19
AKAI YPE	20



hora da Apresentação



IMOHEREP HAP

NIMO PYWIAT MOHAG KO'I ETIAT enoi hap ti meiko popera, puruweiria minug sa'awy'iwuat wemú'e momput'ok hap turán, Motpáp Ehog miwan miat AndiráManaus-Maués Wo'oposat-posat hap nug turanuut sehay ywop ko'i hawyi ja'agkap ko'i. Meikowat popera aimú'e aimewat hawyi aikotá waku watunug meimewat mohag ko'i: alho, limão, abacate yhop, jambu yhop, corama, melancia ja'aig, pião roxo, capim santo, pitanga hawyi hortelãzinho.

Meikowat popera ti tuwempowát wemahara hap eko piat ewy, iwepotpáp hap ti Tapy'ya Wemú'e Muetap wiat powyra hamo. Meikowat popera pe ti toig wemú'e hat minug wuat motpáp ko'i Satere Mawe eko piat, po'og toi kuap-toi kuap iwan muopyi hawyi sehay wempowát hap wuopyi hamo. Meikowat popera pe ti toig puruwei powyra hamuat wemú'e hap puempo puopyi wemú'e haria powyra hamo.

Meikowat popera oktán me ti, uruimoherep kotá ere'o ehap wemú'e haria tunug sehay wempowát ywop nimo pywiat mohag ko'i etiat ta'atuho'owan muetap wiat tukupte'en turan hamo. Ihíre te rakaria wemú'e haria pe, uruimoherep muehay já'agkap ko'i Satere Mawe pusu puo ta'atukuap ký'e ra'yn hamo aimewat mokyha hawyi sejuha wywo mikoi ko'i hawyi mohag ko'i hawyi iwan pén ko'i, já'agkap ko'i set wan kuap hamo.

Itag hít rakaria mú'e hamo ti waku morania'i-morania'i hap ete: karania já'aig sio yhop morania oktán wo watunug kuap mohag. Yi Popy ete: aimempuo waho'opuentimeimuewat mikoi ko'i, kat-kat ywa ko'i, kat-kat ja'aig ko'i mohag wuat waku rakaria ahetawa pe; Sehay pót'i ete: sa'awy'ite aikotameig i'ahu rakat mipohag nug tawa pe? korá turán apo i'ahú rakat mipohag nug ne nimo pywiat mohag ko'i wywo te? Waku wati'atumú'e musu (Português) hawyi Satere Mawe pusu ete: waku

wati'atumú'e aimisu'át sehay ta'atuwan hap ete, apo-apo ehap ete, sehay ywop wan hap ete. Nug'i-nug'i ehap: já'agkap so'onug hap ete, iwan pén hap ete, pi'igpi'ig ehap wiat wan'i-wan'i ehap ete, aimewat mohag ko'i ete ihay rakaria ete.

Puruwei, meimewat kotá ere'o ehap ko'i ti eti'akytka kuap ne'i erepotpáp turán emi'atumú'eria wywo muetap wiat turán. l'ewyte wy waku etunug ewépotpáp hamo popera pe etiwán typy eko iwytí wemú'e hap puempo to'opype. Meikowat popera puopyi ti ewepotpáp hap mesúwat Maués Tapyi'yiaría e'yi piat muetap wiat muesaika po'og hamo toigne'en.



APRESENTAÇÃO Medicina


O livro MEDICINA TRADICIONAL, foi baseado nos textos e desenhos elaborados por professores indígenas na I Etapa da formação do Projeto Território Conectados Andirá-Manaus-Maués. Ensina, para que serve e como fazer as receitas com: alho, limão, folha de abacate, folha de jambo, corama, semente da melancia, pião roxo, capim santo, pitanga, hortelãzinho

Trata-se de um material com abordagem dinâmica, alinhado a ações voltadas para a Educação Escola Indígena. O material, traz sugestões de atividades para os alunos, estimulando o conhecimento da Cultura Sateré Mawé na escrita e oralidade, oferece suporte pedagógico para o professor no processo de ensino e aprendizagem dos estudantes.

Ao longo do material, citamos alguns exemplos para trabalhar o texto “Medicina Tradicional” na sala de aula. Para crianças menores, apresentamos o alfabeto lúdico na língua Sateré para as crianças conhecerem a letra inicial do nome das plantas, dos remédios, cores e desenhos.

Já com as crianças maiores, podemos trabalhar a matemática: a quantidade de agia, folha, e sementes para fazer o remédio. Geografia: local onde encontramos as plantas, frutas, sementes na nossa comunidade, utilizadas para fazer os remédios; História: antes da medicina atual como eram tratadas as doenças na comunidade? ainda se utiliza a medicina tradicional? Língua Portuguesa e Sateré: trabalhar com ditados, questões, pequenos textos; Artes: desenhos, cores, grafismos que representam as plantas.

Enfim caro professor, são sugestões que podem ser modificadas conforme a necessidade da sua sala de aula. Também sugerimos, um plano interdisciplinar estabelecendo relações entre duas ou mais disciplinas. Esperamos que este material de apoio, auxilie nas atividades cotidianas da sala de aula das Escolas Municipais Indígenas de Maués.



Hora do conteúdo
deste livro





AKAg HATY POTIAT DOR DE CABEÇA

Akag haty potiat ri mewaria waku mohag wo: piom hyryp hūn'i, alho, anador, sasug yhop hawyi japana.

*Meimuewat mohag nug hap ti kotā:
Watāt wentup sejam me y'y hawyi etiwō
typy ja´ag hap oktān. Mi'i hawyi
eti'apoka torania meimuewat to´opype.
Epowo etitek-tek hīt mi´ite porokpun ere
ywyhig note. Wantym kosāp ywyhig me
rokine, ihot´ok wywo era'akag sei hepāp
mo. Mi'i hawyi etiat po´og waku ira´yn
hap aru tuwekuap.*

Para fazer o patawi, é necessário conseguir os seguintes materiais: cipó titica e talas de inajá. Para armar o patawi, precisamos de doze talas de inajá, que servem para dar suporte. Já para tecer, utiliza-se cipó titica comprido e fino.

O patawi é utilizado durante o processo de ralar o guaraná, para que a cuia fique segura e firme. Por isso, o patawi é muito respeitado, pois é considerado um elemento sagrado para o povo Sateré-Mawé. As doze talas de inajá representam as doze divindades que compõem a terra-mãe.

Além de dar suporte à cuia com o guaraná ralado, o patawi representa o sustento da vida do povo Sateré-Mawé.

ALHO E LIMÃO

Alho hawyi limão ni mohag ko'i aipuarua uku'a ewaka hamo. Uku'a ti āhū sese ho'okup urutok pe rakat hawyi tomi-kyry'i ase'iria ete hawyi hirokaria ete. Aikotā watu'e watunug mohag hap

Etāt wentup alho jaig, eti'apak typy ewy hawyi etāt sasug hawyi eti'apak to'opy'asēt hawyi etiporokpun hejam me cha nug hamo etiporokpun kot-kot 'e hamo my'ym emōt kape hawyi etiporokpun ūma (copo) pe mi'ite atuiat porāp'i ira'ak hamo. Mi'i rokine waku ra'yn mi'u hamo. Etāt wentup e'yhap hīt (colher) hawyi etu'u mye'ym mo wentup e'āt pe: hune'ite, ātposake hawyi ika'āt'i turan.

Alho e limão são remédios caseiros que servem para combater a gripe. A gripe é uma doença contagiosa muito comum em nossa região e tem afetado muitas pessoas, principalmente idosos e crianças.

Modo de preparo:

Pegue um dente de alho e corte-o em duas partes. Pegue também um limão e divida-o ao meio. Em seguida, coloque tudo em um recipiente com água para fazer o chá e deixe ferver por três minutos. Depois, coloque em um copo e deixe esfriar por alguns minutos.

Após esfriar, o chá estará pronto para ser ingerido. Tome uma colher de sopa três vezes ao dia: uma pela manhã, uma ao meio-dia e uma à tarde.





WA'ANUG SUADOR


'Wa'anug hap ti akag haty potiat minug marupy piat wywuat wo'omue āt hapup hap.

Mi'i nug hamo ti sa'awy'i mikoho kahato warupy hawyi wantym muo turan ni okipyke etāt mysop hawyi are'apyk yni pe mi'ite we'apysop toran epīt hawyi ehekakup wentup ok mīt piat warupy mosakup hap. Hakup aiporamuo hawyi mi'ī mīt tiporokpun ai'akag note hawyi ehekakup ira'ak hap. Mye'ym mo etunug, inug hap ewy. Ma'ato mi'ī rokinē yt eretem kuap'ī getap wyi oken kape hawyi hune'i te poity'ī ti yt erentem kuap'ī wy.

Primeiro, lave bem a bacia. À noite, dentro do quarto, pegue um lençol, sente-se em uma rede e embrulhe todo o seu corpo. Fique esperando enquanto outra pessoa esquentar bem a bacia com água.

Quando a água estiver quente, a pessoa colocará a bacia sobre a sua cabeça e você deverá esperar até que ela esfrie. Repita esse processo três vezes.

Após o procedimento, a pessoa não deve sair de casa, pois isso pode prejudicar sua saúde.



SĀTRĀN (ABACATE) YHOP KAWIAT CHÁ CHÁ DA FOLHA DE ABACATE

Misat wekat sa'arān (abacate) yhop hawyi miporokpun wentup ja´ag hap oktan y´y wentup ejam me sio po´og i'yhop etāt pote ti cha hy po´og ihy hup, ma´ato waku wekat yhop kapiat yn etāt mi´ite porokpun ikot-kot hamo wentup emōt oktek kape karamuo waku hap kape hawyi miekatup ira´ak hap kape i´u hamuat waku hap kape.

*Aikotã minug
Wentup sejama
Y´y wentup ja´ag hap
Wekat rania sa'arān yhop
Wentup oktek emōt kot-kot'e
hap kape*

Pegue 10 folhas de abacate e coloque em um litro de água, dentro de um recipiente, como uma jarra. Caso você use mais folhas, o chá pode mudar de cor para um tom avermelhado. O ideal é usar somente 10 folhas e colocá-las em uma panela no fogo.

Deixe ferver por meia hora, até o chá ficar bem apurado. Depois que estiver pronto, espere esfriar até a temperatura ideal para ser ingerido.

Modo de preparo:

- 1 jarra
- 1 litro de água
- 10 folhas de abacate
- Meia hora no fogo
- 1 minuto até ingerir (tomar) o chá



FOLHA DE
ABACATE



ALHO KAWIAT CHÁ CHÁ DE ALHO

Miporokpun wentup ja´ag hap y´y wentup ejam me wentup ja´ag sat yne hat pe, wentup ja´yig alho mi´ite tek, mi´ite´u tukawa rania e´āt kape sio yt tokosāp´i pote watu´u uku´a saty kosāp hap kape. Yt waturwepokuap´i watunug alho kawiat chá pote sese niatpo, uku´a ewaka hawyi sehaigte hap, wetumo sio typyo yn minug pote.

Aikotã minug:

Wentup hejam

Wentup ja´ag hap y´y

Wentup emõt oktek mi´atuiat aria apy tote.

Wentup emõt hap kape miekatup ira´ak hap etu´u chá (mohag hypera) hamo

Coloque 1 litro de água em um recipiente ou jarra que comporte essa quantidade e adicione um dente de alho cortado. Depois disso, o remédio pode ser tomado durante quatro dias. Caso a dor persista, continue tomando até que a gripe seja completamente curada. Se não soubermos preparar o chá de alho corretamente, será muito difícil combater a gripe.

Modo de preparo:

1 jarra

1 litro de água

1 dente de alho cortado

Deixe ferver por meia hora

Espere 1 minuto até esfriar e depois ingira (tome) o chá de alho



OK PYHY (CAIU YPE) FOLHA DE JAMBO

*Caiu kyt'i ype
Mucura ka'a yhop
Mastruz yhop
Caiu kyt'i ype, mucura ka'a yhop hawyi
mastruz yhop . Mi'i ti watunug kot--ã.*

*Modo de preparo:
Caju ype mye'ym ja'ag hap (3 centimen-
tros) .
Mucura ka'a wentup yhop tek.
Mastruz wentup yhop.
Meimuewat torania wātāt hawyi wato-
pag wa'ã y'y wywuat pe, 200 m¹ oktan,
watikorokot mantukawa emōt (5 minu-
tos) oktan.
Waku hawyi watimora'ak hawyi waku
ra'yn to'u hamo. Hirokat pe wentup
e'yhapehīt (colher) nag me ti wentup
e'yhape (colher) wato, mye'ym mo
wentup e'āt pe. Hune'ite, ātposake,
ikāt'i, mye'ym e'āt oktan.*

A diarreia é uma doença que ocorre normalmente durante a vazante e a enchente do rio, ou quando o organismo não aceita certos alimentos.

Modo de preparo:
Pegue três folhas da guia do jambeiro e mastigue bem.
Em seguida, engula o sumo.
Repita esse processo três vezes ao dia.



OKPYHY SŪ POHAG

Melancia

Typy limão

Warana hy

Mani'ay

Ukyt

*Mi'i ti meimuewat mohag ni waku okpyhy sū mowaku hamo.
watunug kotā*

Modo de preparo:

*Typy limão wati'atek hypykik watu'e, wekat ja'ag hap (10 ml) warana hy kape,
ukyt kurin, mani'ay kurin hit, mi'ite pag watu'e' wentup ūma (copo) pe
to'okape watipykoig kahato hawyi waku ra'yn to'u hamo, mye'ym wo
wentup e'āt pe.*





CAIU YP HAWYI TUCURIBA YP CAJUERIO E TUCURIBAZEIRO

Meimuewat mohag ni waku okpyhy montek hamo. Mi'i ti waku wati wit-wit i'ype hawyi wati'apokik y'y puo wentup kui'a pe mi'ite hyerokosap watu'e. Mi'i hawyi waku ra'yn to'u hamo mantukawa ja'ag hap (5ml), wentup e'at pe. Yt waku'i te pote e'ihot'ok pe miso'onug ne

Estes remédios naturais são bons para curar a diarreia. Para preparar o remédio, faça o seguinte: raspe a casca e depois amasse com água em uma cuia.

Após esse preparo, o remédio estará pronto para ser consumido. Recomenda-se tomar 5 ml por dia.

Caso a diarreia não seja totalmente curada, recomenda-se repetir o procedimento no dia seguinte.



MY'A PUK GASTRITE

My'a puk pohag wo ti waku piraruku wato pe rān ehap. Mi'i mohag ni waku meimuewat āhū my'apuk, ai'ymye piat āhū ewaka hamo.

Aikotā me minug Mihep mantuty (sete) yhop hawyi mipag wentup wa'ā pe mi'ite atuiat kot-kot'e hamo mantukawa emōt (5 minutos) oktan. Mima'am-pyk aria tote pyi hawyi etoiat ēte ira'ak hamo. Hupī yn etopag hejam me i'apyhig wywuat pe. Mi'i hawyi waku ra'yn mihy'u mantukawa e'āt kape.

Corama (escama de pirarucu)
A corama é uma planta medicinal conhecida como escama de pirarucu. Ela possui propriedades anti-inflamatórias e cicatrizantes, sendo utilizada para tratar inflamações no estômago, cicatrizes e problemas nos olhos.

Modo de preparo:

Pegue sete folhas de corama e coloque em uma panela.

Deixe ferver por no máximo cinco minutos.

Ao retirar do fogo, deixe esfriar um pouco. Em seguida, coloque o chá em um recipiente com tampa.

Depois de esfriar, o chá já pode ser consumido como água, diariamente, durante sete dias.



JE'EN POHAG VÔMITO

Ywa sym'i (melancia) ja'yig ti mohag mi'ekowāt je'en mo waku hamo.

Aikotameig minug:

Watihep ha'yig mi'ite koho watu'e hawyi watimogag. Ihag kahu hawyi watitok, waku ra'yn hawyi watipag wa'āhīt pe mi'ite so'opag y'y ūma (copo) okhak puo mi'ite porokpun aria apy tote. Kot-kot'e hap ti wahekatup mantukawa (5 minutos) emōt hīt turan etima'ampyk mi'ite porokpun ira'ak hamo. Waku hawyi hirokat pe mijum wentum e'yhape hīt (colher) okhak po, mit nag me mijum wentup e'yhape hīt (colher de chá) imowaku hap kape.

A semente de melancia é um medicamento caseiro utilizado para curar o vômito.

Modo de preparo:

Retire as sementes, lave-as e deixe secar. Após a secagem, pilhe as sementes e coloque em uma panela pequena com meio copo de água.

Ferva a mistura por aproximadamente cinco minutos.

Deixe esfriar um pouco antes de ingerir (beber).

Para crianças, recomenda-se meia colher de chá; para adultos, recomenda-se uma colher de chá cheia, até cessar o vômito.



SEHA POSATY PIÃO ROXO

Piom yhop ti waku hirokat poityro hamo seha posaty pote.

Aikotameig minug:

Ipoityro hanuat ti hat mantuty (7) rania piom yhop. Hawyi ti toipoityro ra'yn hirokat mi'i hawyi toipoityro kahu hawyi hirokat ty imak piom yhop ko'i āt wa'apyk hap kape, toimuehay popuo.

O pião-roxo serve para benzer a criança que está com quebranto.

Modo de preparo: O benzedor pega sete folhas da guia do pião-roxo. Em seguida, realiza sua oração e, ao terminar, a mãe joga as folhas em direção ao pôr do sol.



PIÃO ROXO

CAPIM – SANTO

Mopēp kaphigsē (Capim Santo) ti watunug aihuwirip wotiat hewaka hamuat, ahetiati waku hamo watu´u hūnete hawyi watuweropāp hamo, ahun my´a haty potiat wy tokosāp hamo i´ewyte wemogyt (pressão) potiat aiwanentup hap ahēro turan merep poity´i wahekatup kat turan hawyi yt aiket´āt´i potiat wy.

Aikotā watunug:

Watāt mantuwe (6) yhop capim santo mi´ite porokpun wa´ã aria tote. Wahekatup mantukawa (5) sio wekat (10) emōt hap rania hawyi waku ra´yn watu´u hamo.

Mi´i rokinie miekatup ira´ak hap watu´u hamo sio hakup tān ne turan waku watu´u ahunmy´a piat ywytu hep hamo wy.

O capim-santo é utilizado como anti-inflamatório e calmante. Esse remédio também pode ser consumido como café. É muito eficaz para dor de barriga e pressão alta. Além disso, o chá de capim-santo é usado para aliviar o estresse, a ansiedade e a insônia.

Modo de preparo:

- Pegue seis folhas de capim-santo frescas.
- Coloque-as em uma panela com água.
- Deixe ferver por cinco a dez minutos, até que o chá esteja pronto.
- Em seguida, deixe esfriar até atingir a temperatura adequada para ingerir ou tome o chá quente, se for para aliviar o vento da barriga.



CAPIM SANTO



AHUN MY´A HATY POTIAT DOR DE BARRIGA /GASES

Ortelãzinho waku ahunmy´a haty potiat, watenuk rokine wuat, aimi´u apyk waku ahunmy´a piat hamo, ywytu hawyi ahunmy´a piat pykik-pykik’e pote. Ahetiat waku´i pote hawyi aiwemohy hamo waku saty´i hap pe waku wy.

Aikotã minug

Minug kuap i´yhop pakup sio i´yhop gag wo. Meimuewat mohag ni minug yt ikot-kot rakine’i i´ewyte yt wahe´ẽ nug´i mohag wuat turan.

A hortelãzinha serve para aliviar dor de barriga, auxiliando na digestão, e também ajuda a reduzir gases e cólicas. Além disso, funciona como calmante e relaxante, pois possui propriedades analgésicas.

Modo de preparo:

Pode ser preparada com folhas frescas ou secas. É recomendado não ferver a erva e evitar adoçar, para uso terapêutico.



COVID-19

Pitanga, limão e alho ti waku kahato covid 19 ewaka hamo urue-tawa Ilha Michiles tote Aikotã minug?

Sa´awy´i wentup ejam me etiporokpun wentup ja´ag (1 litro) hap y´y kot-kot´e hamo, mantumye (8) pitanga yhop wywo, tpy to´o´ewy alho awerep´a tek. Kot-kot´e hawyi chá waku ra´yn etiporokpun hejam me. Mi´i rokine etitek sasug aria´yp posak ewy mi´ite pag ere chá pe hawyi waku ra´yn i´u hamo. Anumã ewaku wywo meime te ahēn urutu´e.

Pitanga, limão e alho são bons para combater a COVID-19, conforme usado na aldeia Ilha Michiles durante a pandemia.

Modo de preparo:

Primeiro, coloque 1 litro de água para ferver em um recipiente junto com oito folhas de pitanga e duas rodelas de alho. Depois de fervido, coloque o chá em uma jarra. Em seguida, corte o limão em cruz e coloque dentro do chá que está na jarra. Após isso, o chá estará pronto para ser ingerido.

SĀTRĀN (ABACATE) YHOP

*Aipy´a hawyi ai´ymye piat
ai´āhū potiat
Aikotā me minug
Etāt mantuty (7) sātrān abacate yhop
mi´ite koho ere. Ikohoro rakine etopa-
g hejam me y´y mye´ym ja´ag hap
oktan mantukawa emōt (5 minutos)
oktan ikot-kot hamo. Mi´i rakine
ehekatup ira´ak hap hawyi waku
ra´yn i´u hamo. Mihy´u ti āt´i-āt´i y´y
ewy mye´ym e´āt kape to´upī-upī sio
karamuo waku ira´yn hap kape.*

Para inflamação no fígado e no estômago.

Modo de preparo:

Pegue sete folhas de abacate, lave-as e coloque em um recipiente com três litros de água. Deixe ferver por cinco minutos. Em seguida, deixe esfriar.

O chá está pronto para ser ingerido. Recomenda-se tomar diariamente, três vezes ao dia, até que a saúde melhore.





AKAI YPE ELA SERVE PARA

*Akai ape ti waku kahato aipy´a
haty pote sio aipuk pote hawyi
ahunmy´a haty pote*

Aikotã watunug:

*Etāt mye´ym akai ype tek hīt etipo-
rokpun wentup ejam me y´y wywo.*

*Mi´ite ´u ere torania e´āt pe
mye´muo ete waku ira´yn hap kape.*

*Tē´i te haty pote erē´i etunug i´ewyte
karamuo haty kosāp hap kape.*

Ela serve para inflamações no estômago e no fígado. A casca de tapereba também é muito boa para aliviar dores no estômago.

Modo de preparo:

Pegue três pedacinhos de casca de tapereba e coloque em um recipiente com água. Tome diariamente, como água, por três dias consecutivos, até se sentir melhor. Se a dor persistir, repita o processo até que a dor passe.

PLANTAS MEDICINAIS DO POUO SATERÉ-MAWÉ



Alfabeto sateré Mawe



A



Awar e

A	a
Ꞑ	Ꞑ

A



Awyato

A	a
Ꞑ	Ꞑ

A



Awi' a

A	a
Ꞑ	Ꞑ

A



Ariukere

A	a
Ꞑ	Ꞑ



A



Akuri

A	a
А	а

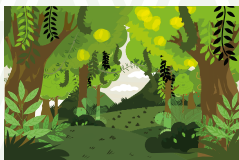
E



Ety

E	e
Э	э

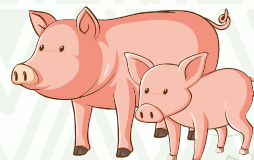
Ġ



Ġo'apy

Ġ	g
Ġ	g

H



Hamaut

H	h
Н	h





M



Morepe'i

M	m
m	m

N



Neta p

N	n
n	n

O



Oken pyy

O	o
O	o

P



Pisan a

P	p
p	p





R



Hapiri

R	r
ᱚ	ᱛ

S



Sahu

S	s
ᱚ	ᱛ

T



Tapy'ya

T	t
ᱚ	ᱛ

U



Uruku t

U	u
ᱚ	ᱛ





U



U'i

W



Warana

U	u
U	u

W	w
W	w

Y



Yara

Y	y
Y	y



Hora das Atividades





ATIVIDADE DE LETRAMENTO EM SATERÉ-MAWÉ PARA ALUNOS DO 1º AO 5º ANO

QUIZ INTERATIVO: PLANTAS MEDICINAIS DO POVO SATERÉ-MAWÉ

Modalidades de jogos: Roleta aleatória, Questionário, Caixa da surpresa, Pares combinados, Anagrama e Associação de palavras.

Wemahara hap ko'i: mipueri, apo-apo ewywuwat, mikuap'ite ejam, wo'satkuap haria, sehay ama'am pakup hap hawyi sehay atunug'i.

Acesse o link para jogar:

<https://wordwall.net/pt/resource/100043275>





QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO: AKAg HATY POTIAT

1. Qual é o principal problema de saúde tratado pela receita do texto?

- a) Dor de estômago
- b) Febre
- c) Dor de cabeça

2- Quais são os ingredientes usados no preparo do remédio?

- a) Pião roxo, alho, folha de limão e japana
- b) Pião roxo, alho, anador, folha de limão e japana
- c) Alho, anador e folha de boldo
- d) Pião roxo, japana e mel

3- Quantos litros de água devem ser usados na receita?

- a) 1 litro
- b) 2 litros
- c) 3 litros
- d) Meio litro

4- O que deve ser feito com os ingredientes antes de deixar no sereno?

- a) Cozinhar por 10 minutos
- b) Triturar bem com as mãos
- c) Misturar com sal
- d) Deixar descansar por uma

5- O que deve ser feito com a mistura na manhã seguinte?

- a) Beber o líquido
- b) Passar na testa
- c) Molhar a cabeça devagar
- d) Lavar os pés



FOLHA
DE PITANGA



XICORIA



RAIZ DE
URUCUM



FOLHA DE
ABACATE



CAPIM SANTO



PIÃO ROCHO



CAGCA DE
TEPEREBA



QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO ALHO HAWYI LIMÃO

1- O texto fala sobre dois remédios caseiros. Quais são eles?

- a) Alho e cebola
- b) Alho e limão
- c) Limão e mel
- d) Gengibre e alho

2- Para que servem o alho e o limão, segundo o texto?

- a) Para aliviar dor de cabeça
- b) Para combater a gripe
- c) Para curar dor de estômago
- d) Para baixar a febre

3- Quem são os mais afetados pela gripe, de acordo com o texto?

- a) Jovens e adultos
- b) Crianças e idosos
- c) Mulheres e homens
- d) Trabalhadores rurais

4- Quantas vezes por dia deve-se tomar o chá de alho e limão?

- a) Uma vez ao dia
- b) Duas vezes ao dia
- c) Três vezes ao dia
- d) Quatro vezes ao dia

5- Qual é o tempo indicado para ferver o chá?

- a) 1 minuto
- b) 3 minutos
- c) 5 minutos
- d) 10 minutos



- 6-** O que deve ser feito antes de beber o chá?
- a) Coar imediatamente
 - b) Deixar esfriar por alguns minutos
 - c) Adicionar açúcar
 - d) Bater no liquidificador

- 7-** Em que momentos do dia o chá deve ser tomado?
- a) De manhã, à tarde e à noite
 - b) De manhã, ao meio-dia e à tarde
 - c) Apenas à noite
 - d) Apenas de manhã





QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO WA'ANUG HAP

1- Para que serve o suador de bacia?

- a) Para dor de garganta
- b) Para gripe
- c) Para dor de cabeça
- d) Para dor de estômago

2- O que deve ser feito primeiro no modo de preparo?

- a) Esquentar a bacia
- b) Lavar bem a bacia
- c) Embrulhar-se no lençol
- d) Colocar a bacia na cabeça

3- Onde deve ser feito o tratamento?

- a) No quintal
- b) Na cozinha
- c) Dentro do quarto
- d) No banheiro

4- Quantas vezes o processo deve ser repetido?

- a) Uma vez
- b) Duas vezes
- c) Três vezes
- d) Quatro vezes

5- O que a pessoa não pode fazer depois do tratamento?

- a) Comer
- b) Dormir
- c) Sair de casa
- d) Tomar banho



QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO SĀTRĀN (ABACATE) YHOP KAWIAT CHÁ

1- Quantas folhas de abacate devem ser usadas para preparar o chá?

- a) 5 folhas
- b) 8 folhas
- c) 10 folhas
- d) 12 folhas

2- O que acontece se colocar mais de 10 folhas no chá?

- a) O chá fica mais doce
- b) O chá muda de cor para vermelhada
- c) O chá não ferve direito
- d) O chá perde o sabor

3- Qual é a quantidade de água usada no preparo?

- a) Meio litro
- b) Um litro
- c) Dois litros
- d) Um copo

4- Por quanto tempo o chá deve ferver no fogo?

- a) 10 minutos
- b) 15 minutos
- c) Meia hora
- d) Uma hora

5. O que deve ser feito depois que o chá estiver “bem apurado”?

- a) Tomar quente
- b) Esperar esfriar até ficar bom para beber
- c) Adicionar açúcar
- d) Misturar com outras folhas

6- Quais são os itens necessários para o preparo do chá?

- a) Panela, açúcar e folhas de abacate
- b) Copo, água e sal
- c) 1 jarra, 1 litro de água e 10 folhas de abacate
- d) Garrafa térmica e limão



QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO ALHO KAWIAT CHÁ

1- Qual é a quantidade de água utilizada para preparar o chá de alho?

- a) 500 ml
- b) 1 litro
- c) 2 litros
- d) Meio litro

2- Quantos dentes de alho são usados na receita?

- a) Dois
- b) Três
- c) Um
- d) Quatro

3- Por quanto tempo o chá de alho deve ser deixado no fogo?

- a) 10 minutos
- b) 15 minutos
- c) Meia hora
- d) Uma hora

4- Depois de ferver, o que deve ser feito antes de tomar o chá?

- a) Colocar gelo
- b) Esperar esfriar por 1 minuto
- c) Acrescentar açúcar
- d) Tomar ainda quente

5. Por quantos dias a pessoa deve tomar o chá de alho?

- a) 1 dia
- b) 2 dias
- c) 4 dias
- d) 7 dias

6- O chá de alho serve para combater qual problema de saúde?

- a) Dor de cabeça
- b) Gripe
- c) Dor de dente
- d) Febre amarela



7- Segundo o texto, o que acontece se a pessoa não souber preparar o chá corretamente?

- a) O chá perde o sabor
- b) A gripe não será curada
- c) Fica muito forte
- d) Pode causar enjojo





QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO JE'EN POHAg

1- 1. Qual é o principal ingrediente usado para preparar o remédio caseiro contra o vômito?

- a) Folha de abacate
- b) Casca de limão
- c) Semente de melancia
- d) Alho

2- Qual é o primeiro passo do modo de preparo?

- a) Fervê-la em água
- b) Tirá-la para lavar e secar
- c) Pilá-la diretamente
- d) Misturá-la com açúcar

3- Por quanto tempo a semente deve ser fervida?

- a) 2 minutos
- b) 5 minutos
- c) 10 minutos
- d) 15 minutos

4- O que deve ser feito após a fervura?

- a) Beber imediatamente
- b) Deixar esfriar um pouco antes de beber
- c) Colocar na geladeira
- d) Filtrar e jogar fora

5- Qual é a quantidade recomendada para uma criança?

- a) Uma colher de chá cheia
- b) Meia colher de chá
- c) Uma colher de sopa
- d) Um copo pequeno

6- E qual é a quantidade recomendada para um adulto?

- a) Meia colher de chá
- b) Uma colher de sopa
- c) Uma colher de chá cheia
- d) Duas colheres de chá



7- Até quando deve-se tomar o remédio?

- a) Até o vômito parar
- b) Apenas uma vez ao dia
- c) Durante uma semana
- d) Até acabar o chá



QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO SEHA POSATY

1- Qual planta é usada para benzer a criança que está com quebranto?

- a) Folha de abacate
- b) Pião roxo
- c) Japana
- d) Alho

2- Quem realiza a oração para curar o quebranto?

- a) O médico
- b) A mãe da criança
- c) O benzedor
- d) O pai

3- Quantas folhas da guia do pião roxo são usadas no preparo?

- a) 3 folhas
- b) 5 folhas
- c) 7 folhas
- d) 9 folhas

4- O que a mãe deve fazer após o benzedor terminar a oração?

- a) Queimar as folhas
- b) Guardar as folhas em casa
- c) Jogar as folhas no rio
- d) Jogar as folhas para onde o sol se põe

5- O que aconteceu com o veado no final da história?

- a) Conseguiu fugir
- b) Voltou para a mata feliz
- c) Foi morto pelo dono do roçado
- d) Escondeu-se no rio

6- O remédio caseiro com pião roxo serve para:

- a) Curar dor de cabeça
- b) Tirar quebranto em criança
- c) Ajudar na gripe
- d) Melhorar o sono



QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO MOPĒP KAPHIGSĒ

1- O capim-santo é utilizado como:

- a) Vitaminado e energético
- b) Anti-inflamatório e calmante
- c) Antibiótico e digestivo
- d) Tônico e fortificante

chamou

2- Além de remédio, o capim-santo também pode ser consumido como:

- a) Suco
- b) Café
- c) Vitamina
- d) Xarope

3- O capim-santo é bom para tratar:

- a) Dor de cabeça e febre
- b) Tosse e gripe
- c) Dor de barriga e pressão alta
- d) Reumatismo e dor muscular

4- O chá de capim-santo ajuda a aliviar:

- a) O apetite
- b) O estresse, a ansiedade e a insônia
- c) A tosse e a febre
- d) O cansaço físico

5- Quantas folhas de capim-santo devem ser usadas para preparar o chá?

- a) 4 folhas
- b) 5 folhas
- c) 6 folhas
- d) 7 folhas

6- Quanto tempo o chá deve ficar no fogo?

- a) 1 a 2 minutos
- b) 5 a 10 minutos
- c) 15 minutos
- d) 30 minutos



7- O chá pode ser ingerido:

- a) Somente frio
- b) Apenas com mel
- c) Frio ou quente
- d) Apenas gelado





QUIZ DE COMPREENSÃO TEXTUAL DO TEXTO AHUN MY´A HATY POTIAT

1- A hortelãzinha é usada principalmente para tratar qual tipo de problema?

- a) Dor de cabeça
- b) Dor de barriga
- c) Gripe
- d) Tosse

2- Além de aliviar a dor de barriga, a hortelãzinha também ajuda em quê?

- a) Fortalecer os ossos
- b) Melhorar a visão
- c) Aliviar gases e cólicas
- d) Aumentar o apetite

3- Que tipo de propriedades a hortelãzinha possui?

- a) Antibióticas
- b) Analgésicas
- c) Antifúngicas
- d) Antialérgicas

4- O chá de hortelãzinha pode ser preparado com:

- a) Apenas folhas frescas
- b) Apenas folhas secas
- c) Folhas frescas ou secas
- d) Apenas o caule

5- O que deve ser evitado ao preparar o chá para uso terapêutico?

- a) Usar muita água
- b) Ferver a erva e adoçar
- c) Usar folhas novas
- d) Coar o chá

É hora de
Planejar





PLANO DE AULA

Professor, agora vamos apresentar uma proposta de planejamento para desenvolver na sua sala de aula. São exemplos, para seguir e trabalhar outras temáticas.

O plano de aula, foi estruturado com foco no conhecimento as histórias e mitos contadas pelos mais velhos em vários contextos da aldeia, como roçado, colheita de frutas, caça, ritual, plantações, pescaria, alinhados aos conteúdos de Artes, Matemática, História, Geografia e Língua Portuguesa e Língua Satere Mawé, permitindo que os alunos pesquisem, reflitam sobre as histórias antigas, desenvolvendo habilidades essenciais de escrita, raciocínio lógico e entendimento dos relatos do ancião.

Tema: Medicina Tradicional

Duração: 05 aulas

Etapas: Ensino Fundamental 1 – 1º ao 5º

Objetivo Geral:

Valorizar as práticas da medicina tradicional, como o uso de plantas medicinais.

Objetivos Específicos:

- Proteger e revitalizar a cultura tradicional, utilizando o conhecimento dos anciãos.
- Preservar espécies de plantas medicinais e fortalecer a farmácia viva.
- Divulgar e disseminar o conhecimento sobre a medicina tradicional para a comunidade





Materiais Necessários:

- Folhas de papel A4
- Lápis de cor e canetas
- Régua
- Tesoura
- Cola
- Fita adesiva
- Caderno

Contextualização:

Fazer a leitura do texto Medicina Tradicional, logo após conversar com os alunos sobre os remédios tradicionais do povo, citar exemplos.

Desenvolvimento:

1- Apresentar imagens de diferentes plantas utilizadas na medicina Satere Mawé como: alho, limão, folha de abacate, folha de jambo, corama, semente da melancia, pião roxo, capim santo, pitanga, hortelãzinho

2- Conversar sobre onde podemos encontrar as plantas medicinais? no quintal de casa ou em que lugar da comunidade.

3- Dividir os alunos em pequenos grupos e propor que eles façam uma pesquisa com seus pais ou avós para ensinar uma receita de remédio utilizando alguma planta da comunidade ou do quintal.

4. Cada grupo irá escrever e ilustrar uma receita .

5. Após a atividade em sala, será realizada apresentação aos pais e avós com intuito de fazer uma reflexão sobre a tradição desses remédios na comunidade.



O PODER DAS PLANTAS MEDICINAIS
DO Povo SATERÉ-MAWÉ



COORDENAÇÃO GERAL

MAKIRA-ETA: Edmilsa Carvalho Barros

FOREEIA: Haglailde Dannel Aparicio

COORDENAÇÃO LOCAL: Amanda Cristhina Rocha de Macedo

ASSESSORA PEDAGOGICA DO PROJETO: Giovana de Oliveira Ribeiro

PEDAGOGA DO PROJETO: Francisca Barbosa da Silva

CONSULTOR E LINGUISTICO EM GRAMÁTICA SATERÉ MAWÉ:

José de Oliveira dos Santos Silva

AUXILIAR DE PESQUISA E ADEQUAÇÃO MATERIAL DIDATICO

SATERÉ- MAWÉ: Rodrigo Lopes do Nascimento

