

¿En qué consiste la prevención? ¿Qué hace la Liga?

(Documento modificado por
"Lire et écrire")



La Liga Ginebrina contra el Reumatismo (LGR) y la Prevención

Introducción

La Liga Ginebrina contra el Reumatismo (LGR) se fundó en 1949. Siempre ha trabajado en el campo de la prevención. ¿En qué consiste la prevención?

La prevención, consiste en:

- Todas las acciones que podemos hacer para evitar problemas de salud
- Importante para la salud de cada uno.

Para prevenir, hay que:

- Conocer y comprender cómo funciona nuestro cuerpo. Ello permite comportarnos de manera correcta
- Solicitar la ayuda de profesionales.

La Liga Ginebrina contra el reumatismo (LGR) está para ayudarle. Trabajamos con la Dirección General de la Salud. Nuestro cometido:

- Promover la salud
- Evitar el desarrollo de enfermedades de los huesos y de los músculos
- Disminuir las consecuencias de estas enfermedades.

Prevención

La OMS (Organización Mundial de la Salud) declara que hay 3 niveles de prevención:

1. La prevención primaria
2. La prevención secundaria
3. La prevención terciaria.

1. La prevención primaria

La prevención primaria tiene por objetivo:

- **Impedir** la aparición de ciertas enfermedades
- **Evitar** la aparición de ciertos traumatismos
- **Educar** e informar a la población para **evitar** los problemas.

Para ello, la prevención primaria puede actuar con individuos o con grupos.

Con personas individuales, se puede proponer:

- Prestar atención a la alimentación
- Tener una actividad física
- Tener cuidado con los productos que generan dependencia. Por ejemplo: la droga, el cigarrillo, el alcohol, etc.....
- Hacerse vacunar

Con grupos de personas, se puede proponer talleres sobre:

- La seguridad alimentaria
- La calidad del agua potable
- La calidad del aire
- La higiene de la casa
- La higiene en el marco del trabajo
- Etc....

2. La prevención secundaria

La prevención secundaria tiene por objetivos:

- **Detener** el desarrollo de una enfermedad
- **Disminuir** las consecuencias de una enfermedad
- **Evitar** contaminar un mayor número de personas.

Para ello, la prevención secundaria puede proponer medidas para:

- detectar las enfermedades
- reducir los riesgos
- tomar a cargo lo antes posible ciertas enfermedades, por ejemplo el cáncer, la diabetes, el VIH, las infecciones sexualmente transmisibles.

3. La prevención terciaria

La prevención terciaria interviene cuando las enfermedades o los traumatismos están ya presentes. Tiene por objetivos:

- Evitar las complicaciones
- Evitar las recaídas.

La prevención terciaria, consiste en:

- Todas las acciones médicas puestas en marcha cuando la enfermedad ha sido ya diagnosticada
- Las acciones de readaptación (conjunto **de medidas elaboradas para mejorar** la vida de todos los días y disminuir le **hándicap**)
- Las acciones de aprendizaje para la salud.

¿Puede ayudarme la Liga?

La Liga Ginebrina contra el Reumatismo puede ayudar toda persona que desea actuar para:

- mejorar la salud de su esqueleto y de sus tejidos
- frenar las enfermedades del esqueleto o de los tejidos

Para ello, la Liga toma en cuenta la situación de cada uno. Está atenta a las necesidades y a los pedidos de cada persona. La ayuda puede ser individual o en grupo.

La Liga propone también jornadas de información sobre la prevención:

¿Cuándo?

→ Todo el año

¿Para quién?

- Para toda persona que se sienta concernida
- Para toda persona que desea ayudar un familiar
- Para los profesionales de la salud

Informaciones: 022.718.35.55 ó www.laLiga.ch

Hotline (línea telefónica abierta a todos)

¿Información?

¿Ayuda?

¿Apoyo?

¿Orientación?

→ Llame al **022.718.35.55**

Le aconsejamos gratuitamente.

Le **garantizamos la confidencialidad de su identidad.**

No dude en llamarnos o presentarse personalmente en nuestros locales.



Liga Ginebrina contra el Reumatismo (LGR)

Rue Merle d'Aubigné 22
1207 Ginebra

Teléfono 0041 22 718 35 55
Fax 0041 22 718 35 50

Horario de apertura:

Lunes – martes - jueves: de 14:00 à 17:00 h.

Miércoles – viernes: de 8:30 a 12:00 h. y de 14:00 a 17:00 h.

Correo electrónico: laLiga@laLiga.ch
www.laLiga.ch

Iban CH97 0900 0000 1200 4967 4

Texto modificado por "l'Association Lire et écrire / Section Genève".
Este texto está disponible en versión albanesa y española en www.laligue.ch/?q=page/prévention

Texto original disponible en www.laligue.ch

Con el apoyo de:

