

# EXERCIȚIILE FIZICE ȘI ARTRITA

Activitatea fizică și exercițiile realizate în mod regulat sunt importante în gestionarea tuturor formelor de artrită inflamatorie (AI), inclusiv a artritei reumatoide (AR) și a spondilartritei axiale (SpA axiale), oferind numeroase beneficii sănătății.



Fizioterapia este o parte importantă a tratamentului dvs.

Fizioterapeutul vă poate ghida către modurile în care să efectuați exercițiile fizice în siguranță, să creșteți nivelul de activitate și să stabiliți obiective.



World  
Physiotherapy

#WorldPTDay

[www.world.physio/wptday](http://www.world.physio/wptday)



World  
PT Day  
2023

8 SEPTEMBRIE