



# World PT Day 2023

## A Fisioterapia pode ajudá-lo a gerenciar a artrite

Os fisioterapeutas fazem parte de uma equipe multidisciplinar que pode ajudá-lo a gerenciar a artrite, mantendo-se ativo e em movimento. Eles podem:



Elaborar um programa de exercícios personalizado.



Auxiliar no fortalecimento, resistência, mobilidade e níveis de atividade.



Apoiá-lo no desenvolvimento de habilidades para lidar com a dor, inchaço e a rigidez.



World  
Physiotherapy

[#WorldPTDay](https://www.instagram.com/WorldPTDay)