

MCV I ARTRITIS REUMATOIDE

Les persones amb artritis reumatoide (AR) i altres trastorns inflamatoris de les articulacions tenen un major risc de patir malalties cardiovasculars (MCV).

Les persones amb AR poden experimentar el doble de risc de desenvolupar insuficiència cardíaca.

Mantenir-se físicament actiu/va millora els resultats de la salut i és recomanable per a les persones amb AR.

L'activitat física i l'exercici poden ajudar en:

- la forma física
- la força muscular
- la flexibilitat
- l'equilibri
- el dolor i la fatiga
- la depressió
- la prevenció de la pèrdua de densitat òssia



El teu o la teva fisioterapeuta et pot guiar en l'elaboració d'un programa d'activitats adequat per augmentar lentament la quantitat de temps d'activitat.



**World
PT Day
2023**

8 DE SETEMBRE



**World
Physiotherapy**

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday