



World PT Day 2023

A fisioterapia pode ajudar na gestão da sua artrite

Os fisioterapeutas são parte de uma equipa multidisciplinar que o pode ajudar a gerir a sua artrite, e ajudá-lo a manter-se ativo e em movimento. Os fisioterapeutas podem:



elaborar um programa de exercício personalizado



ajudar a aumentar a sua força, resistência, mobilidade e níveis de atividade



apoiá-lo no desenvolvimento de estratégias para gerir a dor, inchaço e rigidez



World
Physiotherapy

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