



# World PT Day 2024

## A fisioterapia pode ajudar na sua dor lombar

Os fisioterapeutas são especialistas no cuidado da dor lombar e podem oferecer tratamento personalizado às suas necessidades. Eles podem:



Ajudá-lo a entender como gerenciar sua dor



Oferecer dicas de estilo de vida, incluindo orientações sobre atividade física, estresse e sono



Prescrever um programa de exercícios para melhorar sua força e ajudá-lo a retomar as atividades físicas



World  
Physiotherapy

**#WorldPTDay**

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