



World PT Day 2024

La fisioteràpia et pot ajudar amb la lumbàlgia

Els professionals de la fisioteràpia són experts en la cura de la lumbàlgia i et poden oferir un tractament adaptat a les teves necessitats. Poden:



Ajudar-te a entendre com gestionar el dolor.



Oferir-te recomanacions d'estil vida, inclosos consells sobre activitat física, estrès i son.



Fer-te un programa d'exercicis per millorar la força i ajudar-te a reprendre les activitats físiques.



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday