



# World PT Day 2024

## Exercício para dor lombar



O exercício é útil para dor lombar



O exercício pode prevenir o retorno da dor lombar



O melhor tipo de exercício é aquele que você gosta



O exercício apresenta muitos outros benefícios

Converse com seu fisioterapeuta sobre os melhores exercícios para você



World  
Physiotherapy

**#WorldPTDay**

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