



World
PT Day
2026



PREVENCIÓN DEL ICTUS



Solo **30 minutos** de **ejercicio** **cinco veces** a la semana pueden **reducir** el riesgo de sufrir un ictus en **un 25 %**

Los fisioterapeutas desempeñan un papel importante en la reducción del riesgo de accidente cerebrovascular al ayudarte a:



controlar las **enfermedades** crónicas

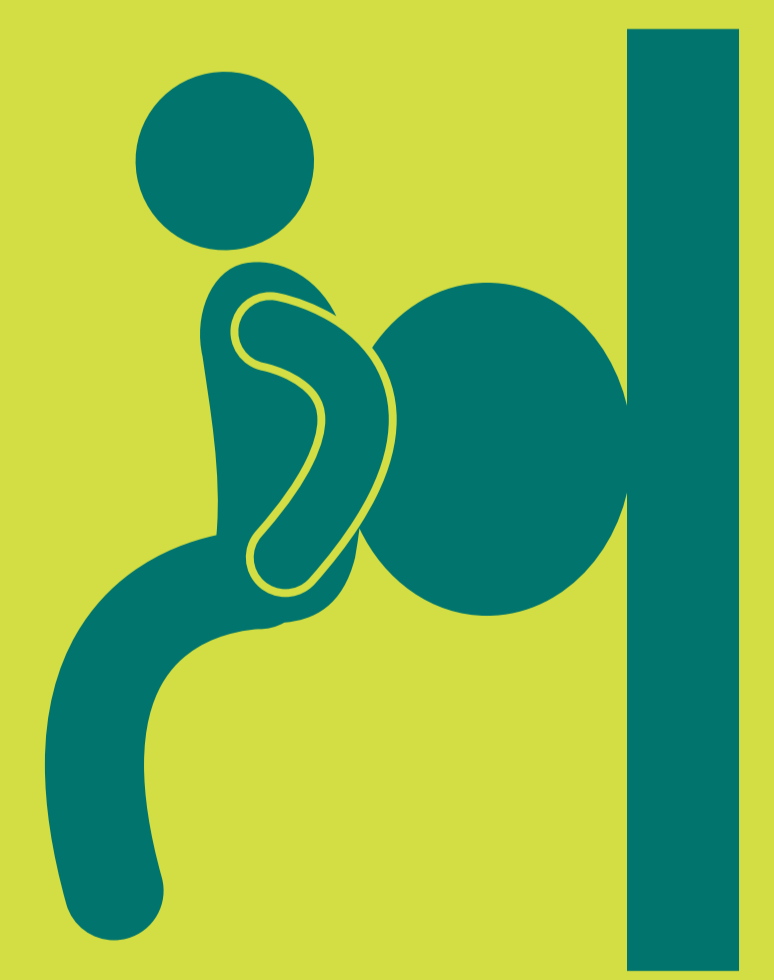


ser más **activo** físicamente



introducir cambios en el **estilo de vida** diario

Habla hoy mismo con tu fisioterapeuta sobre cómo aumentar tus niveles de actividad de forma segura



World
Physiotherapy

#WorldPTDay

www.world.physio/wptday