



World  
PT Day  
2026



## PREVENÇÃO DO AVC



Apenas **30 minutos** de **exercício, cinco vezes por semana**, podem reduzir o risco de AVC em **25%**

Fisioterapeutas têm um papel importante na redução do risco de AVC, ajudando você a:



controlar **condições crônicas de saúde**



ser mais **fisicamente ativo**



fazer **mudanças no estilo de vida no dia a dia**

Converse hoje com seu fisioterapeuta sobre como aumentar seus níveis de atividade física com segurança



World  
Physiotherapy

**#WorldPTDay**

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