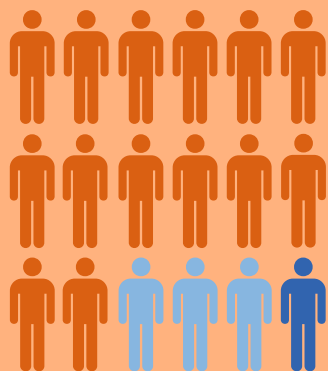


Πρόσθεσε ζωή στα χρόνια σου



Παγκόσμιος πληθυσμός μέχρι το 2050

9,6 δισεκατομμύρια άνθρωποι
2 δισεκατομμύρια άνθρωποι ηλικίας πάνω από 60

400 εκατομμύρια άνθρωποι ηλικίας πάνω από 80

Άνθρωποι με φυσική δραστηριότητα έχουν

50%

μικρότερο κίνδυνο λειτουργικού περιορισμού

40%

χαμηλότερο ποσοστό θανάτων



Εγκεφαλικό επεισόδιο

6
εκατομμύρια

θάνατοι ετησίως

5
εκατομμύρια

μόνιμη αναπηρία



Η φυσικοθεραπεία βοηθά τους ανθρώπους να αξιοποιήσουν τις σωματικές δυνατότητές τους μετά από εγκεφαλικό επεισόδιο, μειώνει το κόστος νοσηλείας και βοηθά στην επανένταξη τους

Άνοια

20%

πιθανότητα εμφάνισης άνοιας να οφείλεται στη σωματική αδράνεια

10
εκατομμύρια

περιπτώσεις άνοιας θα μπορούσαν να είχαν αποφευχθεί εάν οι ηλικιωμένοι ακολουθούσαν τις συστάσεις για άσκηση

Οι Φυσικοθεραπευτές μπορούν να βελτιώσουν την κινητικότητα, την ανεξαρτησία και την ποιότητα ζωής ανθρώπων με άνοια

Πρόληψη πτώσεων

32%

άνω των 70 χρονών έχουν μία πτώση ετησίως

10-25%

αυτών που πέφτουν έχουν ένα σοβαρό τραυματισμό



Η φυσικοθεραπεία με καθοδηγούμενα προγράμματα άσκησης για ανθρώπους μεγαλύτερης ηλικίας μειώνει τις πτώσεις τους κατά 32%

Επικοινωνήστε με ένα Φυσικοθεραπευτή – τον Εξειδικευμένο στην Κίνηση και την Άσκηση



Movement for Health
World Physical Therapy Day



World Confederation for Physical Therapy



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑ
Υπουργείο Υγείας

ΝΠΔΔ
Πανελλήνιος Σύλλογος Φυσικοθεραπευτών