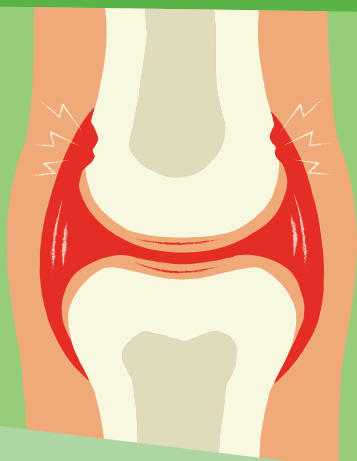
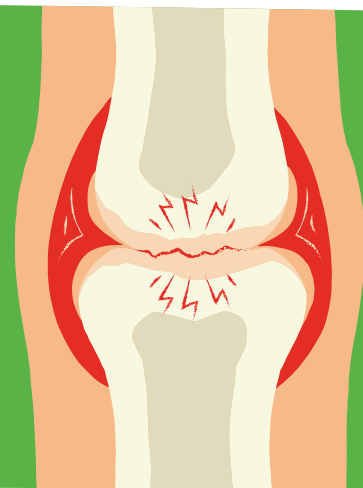


1 ARTROSI

Patologia degenerativa del cartílag articular. Dolor tipus mecànic. Més freqüent en pacients de tercera edat.

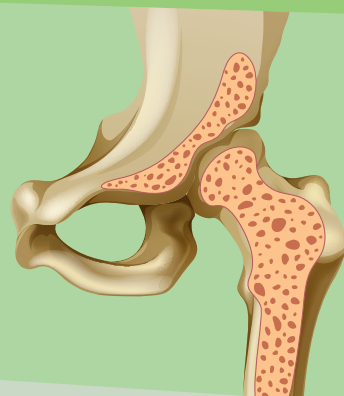


2 ARTRITIS

Patologia inflamatòria de la membrana sinovial de l'articulació. Dolor de caràcter inflamatori. Pot aparèixer a qualsevol edat.

3 OSTEOPOROSI

Produïda per una deterioració de la microarquitectura de l'os degut a un desequilibri entre la formació i la reabsorció de la massa òssia. Més freqüent en la tercera edat i en el sexe femení



4 RECOMANACIONS GENERALS

Evitar el sedentarisme i practicar activitat física, consultar els dubtes amb professionals de la salut i evitar les postures mantingudes.