

*Terapia de baile para la  
Enfermedad de Parkinson*



# La **terapia de baile** es una forma divertida y efectiva de mantenerse en acción y **mejorar tu calidad de vida**



Mejora el balance y la coordinación



Optimiza el movimiento y la flexibilidad



Estimula el ánimo y reduce la ansiedad



Favorece las actividades diarias

Libre de  
**TRAP**  
Tambor Rigidez Aquinesia Postura Inestable

Una iniciativa de:

  
**SUN**  
PHARMA



&



**SI**

**NO**

en la Enfermedad de Parkinson



- 👍 Descanso suficiente
- 👍 Ejercicio diario
- 👍 Dieta saludable
- 👍 Usar un bastón si es necesario
- 👍 Involucrarse en actividades sociales



- 👎 Ignorar los síntomas
- 👎 No Autoaislarse
- 👎 No Saltar los medicamentos
- 👎 No ser duro consigo mismo o con las circunstancias

Libre de  
**TRAP**

Tambor Rigidez Aquinesia Postura Inestable



Una iniciativa de:

