

## Profilaktyka osteoporozy

Czym jest osteoporoza? Jakie są czynniki rozwoju tej choroby? Czy dieta i aktywność fizyczna może pomóc w redukcji czynników rozwoju osteoporozy? Odpowiedzi na te pytania znajdziesz w ulotce.

<https://akademia.nfz.gov.pl/profilaktyka-osteoporozy/>

---