

Активность человека физическая

Физическая активность определяется как любое движение тела, производимое скелетными мышцами, которое приводит к расходу энергии сверх уровня состояния покоя

Источник: Письмо Минздравсоцразвития России от 05.05.2012 № 14-3/10/1-2818 <Об утверждении Методических рекомендаций "Оказание медицинской помощи взрослому населению по оптимизации физической активности">