

Физическая активность человека низкая

Низкая ФА - это такая нагрузка, которая сопровождается сжиганием энергии от 1,1 до 2,9 МЕТ/мин

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">

Источник: <https://alexeyborisov.ru/enc/5916/>