

الآثار الصحية يمكن أن تكون تأثيرات حياة العمل الخاملة أو نمط الحياة الخامل إما مباشرة أو غير مباشرة. تُعد قلة النشاط البدني أحد الأسباب الرئيسية للوفاة التي يمكن الوقاية منها في جميع أنحاء العالم.