



« La sédentarité renforce toutes les causes de mortalité, double le risque de maladies cardiovasculaires, de diabète, d'obésité et augmente les risques de cancer du colon, d'hypertension artérielle, d'ostéoporose, de troubles lipidiques, de dépression et d'anxiété. »

- Maladies cardiovasculaires
- Diabète
- Obésité
- Cancer du colon
- Hypertension artérielle
- Ostéoporose
- Troubles lipidiques
- Dépression
- Anxiété