**Quartiles de Sedentarismo**

Fig1. Distribución de tiempo por quartiles de sedentarismo (h/día), realizado por la US National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES). En el que podemos observar que aquella persona que se mantiene por lo menos 6.30hrs al día sentado o en actividades sedentarias y 7.6 horas de actividad ligera ya es considerada en el cuartil 1 del sedentarismo. ¿Cuántos de los lectores de este artículo están por lo menos en estas circunstancias?(23)