

## Svalstvo kosterní - člověk

- Kosterní svalstvo určuje spolu s kostrou tvar těla.
- Upíná se na různé výběžky a drsnatiny kostí (muži mají většinou mohutnější svalstvo a drsnatiny a výběžky kostí jsou proto výraznější).
- V lidském těle je více než 600 svalů.
- Zajímavosti o svalech - <https://www.fitnessgym.cz/magazin/22-fascinujicich-faktu-o-lidskych-svalech/>
- Stav svalů je závislý na tom, jak svaly využíváme – přiměřený sport a tělesná práce svalstvo posilují a přispívají jednoznačně ke zdraví člověka.
- K činnosti svaly potřebují živiny (glukóza) a kyslík, což zajišťuje oběhová soustava.
- Glukóza se v mitochondriích buněk svalů rozkládá za vzniku energie, vody a zplodiny oxidu uhličitého. Tento děj=buněčné dýchání.