

Impact physiologique du port d'une charge lourde lors d'un effort soutenu

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Brochure

Titre(s) : Impact physiologique du port d'une charge lourde lors d'un effort soutenu : l'affaire est-elle dans le sac? / Lauriane Wilhelm ; sous la direction de Emmanuel Sagui

Auteur(s) : Wilhelm, Lauriane (1987-....)

Autre(s) auteur(s) : Sagui, Emmanuel (1969-....)

Aix-Marseille Université 2012-....

Aix-Marseille Université Faculté de médecine 2012-2018

Production : 2014

Description matérielle : 1 volume (39 feuillets) : illustrations ; 30 cm

Titre traduit ajouté par le catalogueur : Physiological impact of heavy load's carrying during sustained effort eng

Note sur l'exemplaire : (BCSSA) Version électronique disponible au format pdf

Note sur les bibliographies et les index : Bibliographie : 31 références

Note de thèses et écrits académiques : Thèse d'exercice Médecine. DES de médecine générale Aix-Marseille 2014

Résumé ou extrait : INTRODUCTION : Des exercices calibrés de haute intensité, comme une course de 8 km avec un sac à dos de 11 kg à parcourir en moins d'une heure, sont répétés et servent d'évaluation chez les militaires. Les répercussions biologiques de l'exercice étant dépendantes des contraintes mécaniques et du stress induit par cet exercice, l'objectif de cette étude est d'évaluer l'influence du port d'une charge lourde sur la réponse physiologique de l'organisme lors d'un effort soutenu. MATERIELS et METHODES : Une étude monocentrique prospective a été réalisée au sein du 4ème Régiment Étranger (Castelnaudary, Aude). Les sujets effectuaient leur première marche course de 8km avec ou sans sac de 11kg. Avant le départ et à l'arrivée de l'épreuve, ont été mesurés les taux salivaires de cortisol et l'α-amylase salivaire. La fréquence cardiaque pendant l'effort a été échantillonnée. L'anxiété et l'estime de soi ont été évaluées respectivement par le questionnaire d'anxiété State Trait Anxiety Inventory (STAI) et l'échelle de Rosenberg. RESULTATS : De juin 2012 à mars 2013, 81 sujets ont été inclus sur 4 sessions : 1 session sans sac et 3 sessions avec sac. Le niveau d'entraînement était identique quelle que soit la session. La fréquence cardiaque à l'effort n'était pas significativement différente selon les groupes

($p=0,13$). Le taux d' α -amylase augmentait avec l'effort mais de façon plus marquée dans le groupe avec sac ($p=0,02$) avec absence de retour à la normal 24h après. Le cortisol salivaire augmentait à l'effort mais à des niveaux différents en fonction des sessions. Dans le groupe avec sac à dos, la performance n'était pas associée à la durée de sommeil et à l'anxiété, mais était meilleure pour un taux salivaire de cortisol et d' α -amylase bas. En analyse multivariée, seul un taux d' α -amylase bas avant l'effort était associé à une meilleure performance. DISCUSSION : Les différences observées sur le cortisol salivaire pourraient être liées à des disparités dans le commandement des différents groupes expliquant l'effet session. Les modifications de l' α -amylase pourraient avoir deux origines : à contrainte inégale, ici le port d'une charge lourde, l' α -amylase serait un marqueur de contrainte physiologique ; à contrainte égale un taux d' α -amylase bas pourrait traduire une inhibition du système nerveux sympathique liée à l'entraînement.

Sujet - Collectivité : France Armée. Régiment étranger d'infanterie. 004.

Sujet - Nom commun : Effort physique
Enseignement militaire -- Physiologie
Gènes Amy

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Thèses et écrits académiques