

# **Impact de la dette de sommeil et de la prise de caféine sur la réponse locale au froid**

Type de contenu : Texte

Type de médiation : sans médiation

Type de support : Volume

Titre(s) : Impact de la dette de sommeil et de la prise de caféine sur la réponse locale au froid / Baptiste de Lorgeril ; sous la direction de Fabien Sauvet et Cyprien Bourrilhon

Est une reproduction de : Impact de la dette de sommeil et de la prise de caféine sur la réponse locale au froid Baptiste de Lorgeril 2022

Auteur(s) : Lorgeril, Baptiste de (1995-....)

Autre(s) auteur(s) : Sauvet, Fabien (1976-....)

Bourrilhon, Cyprien (1971-....)

Aix-Marseille Université 2012-....

Aix-Marseille Université Faculté des sciences médicales et paramédicales 2018-....

Production : 2022

Description matérielle : 1 vol. ([29]-54 f.) : ill. ; 30 cm

Note sur les bibliographies et les index : Bibliogr. f. 28-33

Note sur le contenu : Article en anglais f. 35-54

Note de thèses et écrits académiques : Reproduction de Thèse d'exercice Médecine. Médecine générale Aix-Marseille 2022

Reproduction de Mémoire de DES Médecine. Médecine générale Aix-Marseille 2022

Résumé ou extrait : Introduction : la fatigue et le manque de sommeil ont été identifiés empiriquement comme des facteurs de risque individuels pour les blessures dues au froid. L'objectif de cette étude était d'évaluer l'impact de la prise aiguë et chronique de caféine, principale contre-mesure utilisée pour atténuer l'effet du manque de sommeil, sur la tolérance locale au froid. Méthodes : 36 sujets sains (38,2±2,1 ans, 16 hommes) ont suivi un protocole de privation totale de sommeil (38-h d'éveil) en laboratoire (PTS) pendant un protocole en cross over (caféine vs placebo). Nous avons évalué, pendant la PTS, les influences de la prise de caféine (2 x 2,5 mg/kg/jour), sur l'immersion dans l'eau froide des doigts (CWI, 5°C, 20 min) et la récupération passive de 20 min à l'air ambiant. Résultats : nous n'avons pas observé d'effet significatif de la PTS sur la température des doigts (2 et 4) pendant l'immersion, mais nous avons confirmé une température et une perfusion plus basse et une : dispersion cutanée (mesures

Laser Speckle) pendant la récupération. La caféine a augmenté la température minimale des doigts pendant l'immersion ( $9,1 \pm 0,5^{\circ}\text{C}$  vs.  $8,7 \pm 0,5^{\circ}\text{C}$ , p