

## **Spécial intestins. Pourquoi tant de ravages chez les sportifs ?**

Titre(s): Spécial intestins. Pourquoi tant de ravages chez les sportifs ? [[périodique] ]

Ensemble : Sport et vie HS63

Editeur, producteur : 01/12/25

Description matérielle : pp.1-74

ISSN : 1152-9563

Note sur la description matérielle : 74

Résumé ou extrait : Lorsqu'on pense aux organes qui se révèlent déterminants dans une carrière sportive, le squelette, le cerveau et surtout les muscles constituent des réponses plus évidentes que les intestins. Pourtant, ceux-ci jouent eux aussi un rôle fondamental. Il leur revient en effet d'assimiler les nutriments essentiels tout en évitant que des substances indésirables ne passent dans le sang. Beaucoup de blessures chroniques trouvent ainsi leur origine dans un problème de mauvais filtrage digestif et, plus étonnant encore, la façon dont on digère affecte directement notre humeur, notre concentration et in fine nos performances. Dans ce hors-série, nous passons en revue les différentes tâches dévolues au système digestif tout en agrémentant le propos de nombreux exemples tirés du sport. Certes, les sportifs se montrent généralement moins diserts à l'heure d'évoquer leurs tourments gastriques qu'ils ne le sont les questions de traumatologie sportive. En furtant un peu, nous avons tout de même trouvé des témoignages éclairants.

Sujet - Nom commun : Sportifs -- Physiologie

Nerf vague

Diarrhée

Diarrhée

Coloscopie

Intestins -- Maladies

Intestins -- Physiologie