

L'évènement du mois



INSTITUT
Danone

Et si on mangeait mieux demain



Elsa HEYMAN - Prix de recherche « Modes de vie, alimentation et nutrition » pour les Sciences de l'Alimentation décerné par l'Institut Danone / Fondation pour la Recherche Médicale (FRM) – 50 k€

Prix et distinctions



Alessandro PORROVECCHIO - Titre de "Cavaliere dei Maccheroni alla Chitarra" décerné par l'« Ordre du Macaroni alla Chitarra » pour son travail dans le domaine de la sociologie de l'alimentation. [ICI](#) et là pour [LA](#) pour la recette.

Soutenances de thèses et HDR

Thèse de Alexis BARBRY - 10 janvier 2024 à 14h, Faculté des Sciences du Sport et de l'Éducation Physique de Lille, Amphithéâtre 1

Titre : " Pleine conscience, performance et santé dans le sport"

Jury : **Jérémy COQUART** (Lille), Jean FOURNIER (Paris Nanterre), Jean GROSLAMBERT (Franche-Comté), Fabienne D'ARRIPPE-LONGUEVILLE (Nice Côte d'Azur), Duclos MARTINE (Clermont Auvergne) – Invités : Annie CARTON (Artois), Hervé OVIGNEUR (IRFO)

Résumé : Cette thèse avait pour objectif d'appréhender les relations entre la pratique sportive en club, la performance et la santé, et d'étudier la place de la pleine conscience dans ces relations. Pour une population de jeunes, nos résultats montrent que : a) la pratique sportive fédérale s'associerait à un meilleur niveau de performance et de santé, et b) certaines pratiques sportives (plus que d'autres) présenteraient des avantages plus importants sur des médiateurs physiologiques et psychologiques influençant la performance et la santé. Puis, nous avons évalué (autour d'une revue systématique) les effets de temps brefs de pleine conscience sur un biomarqueur psychophysologique de la santé : la variabilité de la fréquence cardiaque. Nos résultats mettent en avant le manque d'essai contrôlé randomisé pour affirmer que la pleine conscience aurait des effets bénéfiques sur le système nerveux autonome. Pour finir, nous avons testé les effets combinés de temps brefs de pleine conscience associés à un entraînement de course à pied à haute intensité sur la performance et la santé. Notre essai contrôlé randomisé souligne que : a) la pleine conscience engendrerait des différences (comparé à la condition contrôle) sur l'endurance cardiorespiratoire, et b) la pleine conscience améliorerait certaines habiletés psychologiques dans le sport et le bien-être des athlètes. Nos résultats indiquent également que la pleine conscience n'impacterait pas la variabilité de la fréquence cardiaque, la perception de l'effort et les autres composantes de la condition physique.

Zoom : [ICI](#)

QUELLES NOUVELLES
À L'URePSSS ?

Cette newsletter mensuelle permet à l'URePSSS de transmettre à l'ensemble de ses membres des informations telles que :

- prix et distinctions ;
- Soutenances de thèse et habilitations à diriger des recherches ;
- Publications ;
- Contrats de recherche ;
- Colloques, séminaires , journées d'études organisés par l'unité et/ou pouvant concerner ses membres ;
- informations diverses et toute autre information que vous souhaiteriez partager.

Bonne lecture !!!



Pour toute information que vous souhaiteriez transmettre à l'ensemble de l'unité

✉ urepsss-com@univ-lille.fr

Référénts communication

Tweeter
[@urepsss_lab](https://twitter.com/urepsss_lab)
clement.lena@univ-lille.fr

Site internet –
www.urepsss.com
thierry.peze@univ-lilloral.fr

Newsletter
serge.berthoin@univ-lille.fr

Thèse de Gil BOURGOIS - 11 décembre 2023 à 18h30, Aula de l'Université, Volderstraat 9 – 9000 Gand

Titre : " Détermination de la limite d'intensité de l'exercice lourd-sévère dans des environnements tempérés et chauds, et récupération aiguë après un exercice d'intensité sévère"

Jury : **Jan BOONE** (co-Directeur, Gent, Belgique), Franck BROCHERI (INSEP, Paris), Patrick CALDERS (Gent, Belgique), Stefan DESMET (Leuven, Belgique), Eric HERMAND (ULCO), Elilieve LIEVENS (Gent, Belgique), **Patrick MUCCI** (co-directeur, Lille), Fabrice PRIEUR (Orléans)

Résumé : The critical power (CP) concept is employed as the gold standard to determine this heavy-severe intensity boundary or maximal metabolic steady state (MMSS), represented by CP itself and the work that can be performed above CP (W'). However, various other test methodologies are employed to estimate the MMSS as well. The combination of climate change and mass participation events or competitions under extreme climatic conditions, makes that there is a need for specific guidance of individuals exercising in hot environments. As the determination of the heavy-severe intensity boundary is often the first step in the preparation phase to set goals, prescribe training and monitor (long term) performance, it is useful to gather this information in the climatic conditions the individual has to perform. Main findings : **Study 1** : CP decreased whereas W' increased with acute heat ; exposure (related to the mathematical modelling) ; No sex-difference was found in performance by the effect of heat exposure. **Study 2** : Acute short-term heat exposure does impact exercise thresholds, determined from ramp or step incremental exercise test ; Providing valuable insight on the acute heat response of an athlete. **Study 3** : W' recovery is best described by a two-phase rather than a one-phase exponential time course ; W' recovery is highly influenced by aerobic fitness ; **Study 4** : W' recovery was higher in women than in men for the same relative exercise intensity ; a decrease in W' recovery is observed during repeated maximal constant load exercise.

Thèse de Simona Di MARE - 5 décembre 2023

Titre : " L'activité physique adaptée en France, Belgique et Italie. Repenser la Prise en Charge des Personnes Âgées Dépendantes : L'Impact de l'Activité Physique Adaptée sur la Dignité et la Qualité de Vie"

Jury : **Maurizio ESPOSITO** (co-Directeur, Di Cassino, Italie), Rémy HURDIEL (ULCO), Clément LLENA (Lille), **Philippe MASSON** (co-Directeur, Lille), Antonio MATURO (Bologne, Italie), **Alessandro PORROVECCHIO** (co-Directeur, ULCO)

Thèse de Joseph GANDRIEAU - 20 décembre 2023

Titre : " Comprendre et saisir le concept de Littérature Physique : un défi majeur pour promouvoir l'activité physique durable ? "

Jury : Murielle GARCIN (Lille), Boris JIDOVITSEFF (Liège, Belgique), André LACHANCE (Laval, Canada), Vanessa LENTILLON (Hautes Ecoles Pédagogiques de Vaud, Suisse), **François POTDEVIN** (co-Directeur, Lille), **Christophe SCHNITZLER** (Strasbourg), Sylvain TURCOTTE (Sherbrooke, Canada)

Thèse de Cassandra PARENT - 19 décembre 2023 à 14h, Euraspport en salle de formation 1

Titre : "Excursions (hypo- et hyperglycémiques) et variabilité glycémique en réponse à différents types d'exercices aigus chez des personnes qui n'ont pas de diabète ou vivant avec le diabète de type 1 "

Jury : Anne-Sophie BRAZEAU (McGill, Canada), Sylvia FRANC (Centre hospitalier Sud-Francilien), **Elsa HEYMAN** (co-Directrice, Lille), Valérie MARCIL (Montréal, Canada), **Rémi RABASA-LHORET** (co-Directeur, Montréal, Canada), David THIVEL (Clermont Auvergne), Guillaume WALTHER (Avignon)

Résumé : Le diabète de type 1 (DT1) peut être à l'origine d'épisodes hypo- et hyperglycémiques lors de l'exercice qui conduisent à des freins à l'activité physique (AP) dans cette population et peuvent limiter les performances sportives d'athlètes DT1. L'objectif était de 1) S'intéresser aux liens entre freins à l'AP et excursions glycémiques (EG) lors de l'AP dans cette population, 2) Comparer 2 types d'exercice et explorer leurs effets sur les EG à l'exercice et à la récupération, 3) Mesurer les EG lors d'une épreuve d'ultra-endurance chez des sportifs sans diabète, afin de comprendre et transposer ces résultats chez des sportifs DT1. Les résultats montrent que 1) Un lien existe entre EG lors de l'AP et freins à l'AP, 2) L'exercice continu modéré semble diminuer l'hyperglycémie retrouvée en récupération précoce de l'exercice intermittent intense, 1) Un risque hyperglycémique existe lors des phases intenses de la course et pendant 48h de récupération.

Zoom : [ICI](#)

Publications

Articles, revues de questions, ouvrage, chapitres d'ouvrages, recensions



AGBANGLA NF, CABY I, ALBINET CT. The interest to expand group-based studies with single-case experimental design studies in the investigation of the effects of physical exercise in frail older adults : an opinion article. *Front Public Health* 2023, 11:1256645. [ICI](#)

Un faisceau d'arguments montre que l'exercice physique est bénéfique pour les personnes âgées fragiles. Toutefois, les études qui supportent les effets bénéfiques de l'exercice physique chez les personnes âgées fragiles sont pour la plupart des études de groupe. Or, dans de nombreux cas, il est impossible de réaliser des études de groupe chez certaines personnes âgées fragiles qui sont exclues des études sur la base de différents critères d'inclusion. Le présent article d'opinion suggère que les études de groupe soient complétées par des devis expérimentaux à cas unique, afin de mieux ajuster et de réguler la prise en charge des personnes âgées fragiles dans les établissements de soins.



BOURLOIS V, BARON P, HERMAND E, ELSWORTH-EDELSTEN'S C, LEMAIRE C, HURDIEL R. Effect of napping on response time, perceived sleepiness during the Ultra Trail du Mont Blanc®, an observational pilot study. *Sci Sports* 2023, 38(4):430-434. [ICI](#)

Cette étude avait pour but d'évaluer l'effet de la sieste sur la somnolence perçue et les performances cognitives lors d'un ultra trail. 23 coureurs, ont participé à notre étude sur l'Ultra Trail du Mont Blanc® 2021. Leur somnolence (KSS) et leurs performances cognitives (RT) ont été évaluées au ravitaillement du 142ème kilomètre. Deux groupes ont été formés : un groupe sieste (GS) et un contrôle (GC). Les mesures ont été effectuées à l'entrée du point de ravitaillement (ENT), à la sortie de la sieste (POST ; pour le GS) et 1km après le ravitaillement (1km). Plus qu'une stratégie à long terme, la perception d'une moindre vigilance semble être un facteur déterminant dans la prise de décision chez les coureurs souhaitant s'arrêter pour dormir.



CARIN Y, BROCARD JF. Preventing Club Bankruptcy: Exploring new financial regulation approaches in French football. *Sport Business and Management*. *Sport Business and Management* 2023. [ICI](#)

L'article propose une analyse des pratiques de régulation financière dans huit ligues sportives professionnelles européennes pour renforcer la prévention de la faillite des clubs. Les questions de recherche sont : Quelles sont les pratiques de communication financière dans les principales ligues professionnelles? Quels outils d'évaluation utilisés pour évaluer le risque financier ? Quelles mesures de soutien financier existent et comment les procédures d'insolvabilité sont-elles initiées? A partir de l'examen des pratiques, trois principales conclusions sont mises en évidence : l'importance des documents financiers requis et des délais varie selon l'organisateur de la compétition; certaines ligues utilisent des ratios et d'autres ont établi des processus d'aide pour les clubs en difficulté. Cette étude propose une réforme du contrôle de gestion et la mise en place d'une politique dédiée au soutien des clubs en difficultés.



COLLADO A, RINALDI K, HERMAND E, HUE O. Cumulative pre-cooling methods do not enhance cycling performance in tropical climate. *PLoS One* 2023, 12;18(10):e0291951. [ICI](#)

L'objectif était d'étudier l'effet de techniques de refroidissement mixtes (internes/externes, avec/sans menthol) pendant l'échauffement d'un contre-la-montre en climat tropical (27.6±0.3°C ; humidité relative : 76. 4±2.2%), sur 3 conditions d'échauffement : (1) avec un gilet réfrigérant imbibé d'eau glacée, (2) avec un gilet réfrigérant imbibé d'eau glacée mentholée, (3) sans gilet. Pas de différence entre les conditions pour les paramètres physiologiques, la distance totale parcourue, pour la perception de l'effort, le confort thermique et la sensation thermique..



JANIK F, FABRE C, SEICHEPINE AL, MASQUELIER B, BARBIER F, TOULOTTE C. Middle-term effects of education programme in chronic low back pain patients to an adherence to physical activity: A randomized controlled trial. *Patient Educ Couns* 2023, 119 : 108081. [ICI](#)

Cette étude visait à mesurer l'impact d'un programme d'éducation thérapeutique chez les patients souffrant de lombalgie chronique sur leur changement de comportement sur la reprise ou le maintien d'une activité physique (AP) à trois et six mois après un stage de réhabilitation. Les résultats ont démontré que le groupe expérimental, à 3 et 6 mois, présentait un niveau d'AP plus élevé que le groupe contrôle. Ainsi, un programme éducatif, ajouté à un plan de soins multidisciplinaire, peut améliorer le continuum de l'AP sur le moyen terme (6 mois).



LTIFI M A, JLID MC, COQUART J, MAFFULLI N, VAN DEN TILLAAR R, AOUADI R. Acute effect of four stretching protocols on change of direction in U-17 male soccer players. *Sports (Basel)* 2023,1;11(9):165. [ICI](#)

Cette étude visait à comparer les effets de différentes méthodes d'étirement sur la capacité de changement de direction (COD) chez les footballeurs. 12 footballeurs masculins ont réalisé des tests de COD après : 1) une condition de contrôle (échauffement

général de 20 minutes sans étirements), 2) des étirements statiques, 3) des étirements dynamiques, 4) des étirements statiques-dynamiques combinés, et 5) des étirements dynamiques-statiques combinés. La COD s'est significativement améliorée après les étirements dynamiques par rapport à toutes les autres conditions. Par conséquent, les entraîneurs devraient envisager d'intégrer des protocoles d'étirements dynamiques adaptés aux besoins spécifiques des athlètes.



MURENO M, **PORROVECCHIO A.** Le medical humanities nei 679 Corsi Medico-sanitari Italiani: Criticità e Progressi. Studi di Sociologia 2023, Special Issue : 29-49. [ICI](#)

L'article met en évidence que 92 % des 679 programmes de formation en santé en Italie proposent au moins 1 ECTS en Medical Humanities, indiquant l'importance croissante de ces disciplines. Cependant, la distribution hétérogène des crédits MH, le manque de Sciences humaines, la faible représentation des Arts et l'absence de sociologie dans les écoles de médecine soulignent la nécessité de stratégies plus uniformes. L'article souligne l'importance d'évaluer l'impact réel des Medical Humanities sur la formation médicale et les professions de santé.



ROBIN N, **HERMAND E,** HATCHI V, HUE O. Heat management strategies and high level sports performance: Psychophysiological insights and applied recommendations. Sci Sports 2023, 38 (7) : 683-694. [ICI](#)

Eclairage sur les différentes stratégies de gestion de la chaleur, usuelles ou innovantes, afin d'analyser celles qui seraient les plus adaptées et les plus efficaces chez des athlètes devant participer à des compétitions dans des environnements humides et/ou chauds. Les Jeux olympiques de Paris en 2024 se dérouleront du 26 juillet au 8 septembre avec un risque élevé pour les athlètes de pratiquer leur sport à des températures élevées, imposant de fait des contraintes physiologiques et psychologiques pouvant ainsi largement impacter négativement leur performance. Pour « performer » en environnement chaud, il faut des stratégies : acclimatation active, gestion de fluides et de refroidissement « physiques », stratégies mentales / entraînements cognitifs en environnement chaud.

Contrats de recherche obtenus



Denis BERNARDEAU-MOREAU – « Perception et évaluation des soft skills des étudiant.e.s (PE3S) » - Fiancement Fondation Université de Lille – 15 k€



Elsa HEYMAN – « Effet d'une supplémentation chronique en flavanols du cacao sur la fonction endothéliale et la condition physique d'adultes avec un diabète de type 1 » – Prix de Recherche Institut Danone / Fondation pour la Recherche Médicale (FRM) pour les Sciences de l'Alimentation - 50 k€

Revue de presse

On y parle ou l'on y parle de nous

- | | | | |
|---|------------|-----------------------|--|
|  | 14/11/2023 | The conversation | Frédérique DAUSSIN- Sport et risque de blessure : la génétique joue aussi un rôle. ICI |
|  | 22/11/2023 | Sport For Life Canada | Léa MEKKAOUI - Embracing "sport for life" in france and europe: diving into aquatic literacy - ICI |

Colloques, séminaires, appels à projets

Restitution du projet Inclusion et formats pédagogiques en EPS

Organisé par Olivier DIEU et Clément LLENA.

-  08/12/2023, de 8h30 à 16h30, INSPÉ Lille HdF, site de formation d'Outreau.
-  Programme et Inscriptions – [ICI](#)

Séminaires : « Nager : une socio histoire » - Thème 2 - Hors les murs : Les baignades en rivière

Organisé par Fabien CAMPORELLI, Benoît HACHE, Julia MOUTIEZ - EHESS, 2 cours des humanités 93300 Aubervilliers, Salle A102, les Mardi de 10h30 à 12h30

- 👉 12/12/2023 : De la ré-approbation des rivières européennes par les citoyens – 20 ans Big Jump – une approche bottom up - Roberto EPPLE
- 👉 19/12/2023 : Se baigner à l'heure des cyanobactéries : mise à l'épreuve du principe de précaution - Elise TEMPLE-BOYER, Fanny LEFEBVRE
- 👉 Lien Zoom – [ICI](#)

Semaine dataSHS 2023 : Produire, nettoyer, analyser ses données en SHS

La « Semaine dataSHS : Produire, nettoyer, analyser ses données en SHS" propose un choix d'ateliers d'initiation aux méthodes de production, de traitement et d'analyse de données en sciences humaines et sociales.

- 👉 11-15 décembre 2023, MESHS, Campus Flers-Château, 365 rue Jules Guesde à Villeneuve d'Ascq
- 👉 Le formulaire d'inscription – [ICI](#)

Prix des Mémoires Etudiants Fédération Française de Badminton

L'objectif du prix est de soutenir la recherche et de garder un lien direct avec la pratique sportive. Le prix récompense les travaux de tous les champs de compétences et de 3 niveaux d'études distincts (Mémoire Master 1, Mémoire Master 2 et Thèse)..

- 👉 Date limite de soumission le 31/05/2024.
- 👉 Modalités de candidature – [ICI](#)

Financements des tutelles

A retrouver sur dossier partagé Nextcloud

ULCO - AAP Bonus qualité internationale (BQI) - Date limite pour les soumissions : 21 décembre 2023

Rappels

- 👉 01/03/2024 Prix Jeunes chercheurs CNAF 2024 - appel à candidatures - [ICI](#)



Vos actualités du mois, c'est à adresser à → urepsss-com@univ-lille.fr