Proposition de sujet de Mémoire/Stage en Master Recherche Sciences du Sport et de l'Activité Physique

Nom du (des) Directeur(s) de mémoire *:* Elsa HEYMAN et Cassandra PARENT

E-mail de la personne à contacter *:* elsa.heyman@univ-lille.fr et cassandra.parent@univ-lille.fr

Unité, Equipe ou département de recherche de rattachement *: URePSSS, ULR 7369*

Université de rattachement *: Université de Lille*

Année de master concernée (M1 ou M2 ou M1/M2) *: M1 ou M2 recherche*

TITRE du Projet de Recherche : Effet d'un programme d'activités physiques adaptées supervisé de 2 mois, implémenté avant ou après la chirurgie bariatrique, sur les capacités fonctionnelles (force et endurance) de personnes en situation d'obésité sévère à massive.

Problématique :

La chirurgie bariatrique représente une option thérapeutique pour les personnes souffrant d'obésité massive ou sévère accompagnée de complications médicales majeures. Néanmoins, la perte de masse grasse extrêmement rapide induite par la chirurgie bariatrique s'accompagne d'une fonte drastique de masse maigre, notamment musculaire. Face à cette perte de masse musculaire post-chirurgie bariatrique et son impact délétère sur les capacités physiques, un programme d'activités physiques adaptées combinant renforcement musculaire et activités aérobies pourrait représenter une approche complémentaire particulièrement intéressante. La littérature concernant l'entraînement physique en combinaison de la chirurgie bariatrique reste aujourd'hui peu abondante. La majorité des études ont utilisé un programme d'activités physiques (aérobie ou combinant aérobie et entraînement en force, de 2 à 10 mois) implémenté dans la période post-chirurgie, et seul l'impact à court terme de l'entraînement (i.e. uniquement à l'arrêt de l'entraînement de 2 à 6 mois) était appréhendé. Très peu de preuves scientifiques sont disponibles quant à l'utilité de débuter l'activité physique avant la chirurgie.

L'objectif principal est de comparer les effets, sur l'aptitude aérobie, d'un programme d'activité physique combinant travail d'endurance et de renforcement musculaire, implémenté soit avant, soit après, une chirurgie bariatrique. Les objectifs secondaires sont d'observer si le programme d'activité physique a également un effet bénéfique sur la force et l'endurance musculaire ainsi que sur le niveau d'activité physique spontané et sur les freins à la pratique physique

Lors du programme, les participants bénéficient de 3 séances d'activité physique de 1h30 par semaine pendant 2 mois et d'évaluations régulières (évaluation de l'aptitude aérobie, de la force et de l'endurance musculaire (tests fonctionnels + isocinétisme), des freins et motivation à l'activité physique, de niveau d'activité physique habituel par accélérométrie).

Autres renseignements si nécessaire (prérequis, filière de formation si exigée, allocation si existante, site d'expérimentation, …) :

Prérequis : Être titulaire d'une licence en STAPS, Biologie, ou Santé

Les expérimentations auront lieu sur EURASPORT (413 avenue Eugène Avinée, 59120 Loos).