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

Nom du (des) Directeur(s) de mémoire *: Agathe Anthierens*

E-mail de la personne à contacter *: agathe.anthierens@univ-lille.fr*

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

Université de rattachement *: Université de Lille (FSSEP)*

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

TITRE du Projet de Recherche :

Impact de l'exercice physique sur la sensibilité centrale chez des individus souffrant de lombalgie chronique et des individus sans lombalgie.

Problématique (en quelques lignes) :

Les douleurs chroniques ressenties par les individus lombalgiques chroniques sont associées à une altération de la sensibilité centrale. Cela se traduit par une diminution du seuil de détection de la douleur et par une diminution de la tolérance à la douleur. Cette sensibilité centrale est associée à des facteurs variables tels que les capacités fonctionnelles, la kinésiophobie, ou la pratique d'exercices physiques. En effet, l'exercice permet d'améliorer la sensibilité centrale (hypoalgésie induite par l'exercice) mais les mécanismes sous-jacents sont mal connus.

L'objectif de ce projet est de:

A) Étudier les effets d'un mois de rééducation fonctionnelle sur la sensibilité centrale et sur l'hypoalgésie induite par l'exercice chez des individus souffrant de lombalgie chronique.
B) Déterminer quels facteurs physiques, physiologiques, psychologiques et/ou comportementaux sont associés à la sensibilité centrale.

Pré-requis (Diplôme, maîtrise technique, etc… si nécessaires) :

Etudiant.es inscrit.es en Master STAPS et titulaire d'une Licence STAPS mention APAS, particulièrement intéréssé.e par les domaines de la physiologie de l'exercice et de la rééducation fonctionnelle.