

OFFRE DE STAGE MASTER 2 STAPS



Titre du projet : Effets de différents temps d'exposition à la cryostimulation sur les réponses thermiques et sur le système nerveux autonome en fonction des caractéristiques individuelles des participants (âge et IMC)



Lieu de stage : Laboratoire **MOVE** "mobilité, vieillissement et exercice"
Bâtiment C6 : 8 allée Jean Monnet. TSA 31113. 86073 POITIERS Cedex 9, France



Descriptif de l'étude : La cryostimulation corps entier (CCE), dont la popularité ne cesse de croître dans le domaine sportif et médical, est considérée comme une technique moderne de refroidissement corporel. Elle consiste en une exposition courte à l'air très froid à des températures allant de -60 à -195°. Tant dans le domaine sportif que médical, différentes durées allant de 2 min jusqu'au 4 min ont été fréquemment utilisées lors des expositions à la CCE. Les effets bénéfiques du froid semblent être en lien avec l'apparition d'une analgésie systémique. Cette analgésie apparaît lorsque sur une large surface corporelle la température cutanée atteint 13.6 °C. Les réponses physiologiques au froid et les échanges thermiques peuvent néanmoins dépendre de plusieurs facteurs interindividuels tels que l'âge et la composition corporelle qui interagissent sur la vitesse de diminution de la température cutanée lors d'une exposition au froid. La littérature scientifique ne fournit aucune indication concernant la relation dose/réponse selon les caractéristiques interindividuelles (âge et composition corporelle), lors d'une exposition au froid. Notre **objectif** sera donc de déterminer le temps d'exposition optimal à la CCE (le temps requis pour atteindre une température cutanée cible : 13.6 °C) en fonction de l'âge et la composition corporelle.



Rémunération : Le stage donne lieu à une gratification de 3,90€/h pour une durée de 5 à 6 mois équivalent temps plein



Candidature : Les candidats devront envoyer un CV ainsi qu'une lettre de motivation témoignant leur intérêt et leur adéquation pour le stage à l'adresse mail suivante : claire.de.bisschop@univ-poitiers.fr. Les candidatures sont à envoyer avant le 06 janvier 2023.