

Ut4M 2021

RÉGULATION DE LA GLYCÉMIE ET SANTÉ ARTICULAIRE DU GENOU : L'ÉTUDE UNIQUE AU MONDE DE L'Ut4M EN IMAGES



Pour la première fois de l'Histoire, les équipes du laboratoire Grandeur Nature Ut4M déploient des moyens sans précédents pour étudier la santé articulaire et la régulation de la glycémie lors d'un trail : l'Ut4M, qui se tient en ce moment en Isère.

Pour ce faire, équipes de chercheurs et de médecins du laboratoire HP2 (Inserm / UGA) et l'Unité Sports Pathologies du CHU de Grenoble travaillent de concert avec les organisateurs de l'Ut4M.

LE DÉROULÉ DE L'ÉTUDE SUR SITE

Avant la course

- Jusqu'au 10 juillet, les participants ont réalisé une première IRM au CHU Grenoble Alpes
- Quelques jours avant l'Ut4M, l'équipe de chercheurs a mis en place des capteurs transcutanés sur des traileurs volontaires afin de mesurer en continu leur glycémie dans le sang
- Prises de sang et de tension effectuées le matin à quelques minutes du départ de la course
- Inventaire des valeurs nutritionnelles des repas précédents pour chaque traileur

Après la course

- Nouvelle prise de sang et de tension juste après l'effort
- Dans les 4 heures suivant le franchissement de la ligne d'arrivée, les participants se sont rendus au CHU Grenoble Alpes pour réaliser une IRM

L'équipe de chercheurs qui figure parmi les plus dynamiques en physiologie de l'exercice et médecine du sport, s'appuie sur l'Ut4M pour atteindre un objectif : accroître la connaissance dans le domaine du trail, que ce soit sur les versants physiologiques, biomécaniques, psychologiques, sociétaux ou matériels. Afin de réaliser les mesures nécessaires, les partenaires de l'événement mettent à disposition du Laboratoire Grandeur Nature, un véritable plateau technique d'évaluation : ergomètres, tapis roulant, mesure des échanges gazeux-VO₂, chaîne d'évaluation neuromusculaire, EMG, posturologie, tests de fatigue, évaluation du sommeil, questionnaires...

[TOUTES LES INFORMATIONS SUR LE LABORATOIRE GRANDEUR NATURE UT4M ICI](#)

Concentrée sur un panel de 40 coureurs volontaires, l'étude 2021 porte sur des distances de 160 km et 40 km. Samuel Vergès, chercheur responsable de la Chaire "Montagne, Altitude, Santé", comptant des partenaires industriels nationaux et internationaux dans le monde du sport, développe cette année de nouveaux axes de recherche originaux et innovants qui portent sur deux grands thèmes :

L'IMPACT DE LA PRATIQUE DU TRAIL SUR LA SANTÉ ARTICULAIRE DU GENOU

Pour la première fois au monde, les équipes du laboratoire étudient objectivement par IRM, les contraintes au niveau du cartilage du genou induites par une course de trail de longue ou très longue distance. Des IRM du genou des coureurs volontaires sont ainsi réalisées au CHU de Grenoble avant, immédiatement après et un mois après la course de façon à étudier finement les conséquences d'une épreuve de trail ou ultra-trail sur l'intégrité du genou et de ses composants.

LA RÉGULATION DE LA GLYCÉMIE

C'est-à-dire la concentration de glucose dans le sang, élément déterminant pour permettre aux muscles de produire l'énergie dont ils ont besoin à l'effort pendant une épreuve de longue durée en trail. Il s'agit là encore d'une première mondiale avec l'utilisation de mini-patches permettant une mesure et un enregistrement continu de la glycémie avant, pendant et après la course. Ces systèmes d'enregistrement embarqués de la glycémie vont permettre de caractériser les variations de quantité de glucose dans l'organisme au cours d'une épreuve de trail de longue ou très longue durée et de comprendre leurs liens avec la gestion alimentaire et la performance à l'effort des traileurs.

CLIQUEZ ICI POUR EN SAVOIR PLUS SUR L'ENSEMBLE DES PROJETS DE LA CHAIRE MONTAGNE ALTITUDE SANTÉ DE LA FONDATION UNIVERSITÉ GRENOBLE ALPES

<https://youtu.be/Nak35pSXd8g>

