

www.irbms.com

Le Site de l'Institut Régional de Biologie et de Médecine du Sport de la Région Nord-Pas-de-Calais

AOUT 2007 - Lettre d'information réservée aux abonnés - n° 56

Dossier



Sport Passion / Santé Santé : En vacances, le sport, c'est la Santé !

Articles :

- Dermatologie du sportif
- Soleil et sport
- Décalage horaire
- Hyperthermie maligne d'effort
- Voyage et pratique sportive
- Mélatonine
- Trucs et astuces pour lutter contre la transpiration

Physiologie:

- Adaptation à l'effort longue distance en milieu chaud et humide

Diététique :

- Les aliments de digestion facile
- L'été : le temps des salades

Les dangers de l'été:

- Les mauvaises rencontres de l'été
- Les risques sanitaires des sports d'eau
- Le paludisme et pratique sportive
- Méfiez-vous de l'eau qui dort

Brochure : La condition physique

dopage

Rubriques

Actualités : [L'IRBMS et la médecine du sport récompensés](#)

Médecine du Sport : [La Maladie de Lyme](#)

Dopage : [Etre mieux informé !](#)

Diététique : [Mangez pour bronzer !](#)

Lire : [Les urgences de loisirs](#), A. Ellrodt - Editions Masson - 298 pages.

STT

Toute l'équipe de l'IRBMS vous souhaite bonne visite sur le site
www.irbms.com - www.medecinedusport.fr
 Tél. : 03.20.05.68.32 Fax : 03.20.40.21.43
 Maison du Sport – 367, rue Jules Guesde – 59650 Villeneuve d'Ascq
 Le site de l'Irbms est déclaré à la CNIL sous le numéro : 644591

[Se désabonner](#)

C'est l'été ! Profitez de vos vacances et retrouvez l'agenda fin août, avec de nombreuses formations et rencontres dont notre congrès médico-sportif qui se déroulera les [23 et 24 novembre 2007](#).
 Bonnes vacances et rendez-vous fin août

A visiter

Pour les sportifs qui voyagent et désirent connaître les précautions sanitaires à adopter :
<http://www.cimed.org>

Tout sur la nutrition du sportif
<http://www.nutritiondusport.fr>

Nos partenaires

