



DECEMBRE 2005 - Lettre d'information réservée aux abonnés - n° 36

Edito *par le Docteur Patrick Bacquaert*

Plus de 180 participants se sont déplacés, samedi 26 novembre à la Faculté de médecine de Lille pour la **10e Journée Régionale de Médecine et kinésithérapie du Sport**, organisée par l'IRBMS, l'ARFORMES et la Société du Nord de Médecine du Sport, sous la présidence, cette année, du Docteur Eric JOUSSELLIN, Chef du Département Médical de l'Institut National du Sport et de l'Education physique.

Les objectifs ont été atteints dans la mesure où nous avons pu, dans un cadre universitaire aborder des sujets de pratiques quotidiennes, rencontrés aussi bien dans les cabinets médicaux que sur les tables de massage des kinésithérapeutes, que ce soit en région Nord/Pas-de-Calais ou au bout du monde avec le décalage horaire.

Nous remercions chaleureusement tous nos partenaires, sans qui ce rendez-vous annuel n'aurait pu avoir lieu, et en particulier le CROS Nord/Pas-de-Calais, la Direction Régionale et Départementale de la Jeunesse et des Sports et le Conseil Régional Nord/Pas-de-Calais.

Notre compte-rendu sera publié sur notre site Internet dès le mois de janvier 2006. D'ici là, tous les membres de l'association s'associent pour vous adresser de très bonnes fêtes de fin d'année.

Actualités

Sport Santé : [Bougez... sa mémoire](#)

Depuis la naissance, tout au long de notre vie, nous avons entretenu nos capacités de mémorisation afin de garder notre mémoire indispensable à une bonne qualité de vie...

Diététique : [Les Boissons au soja](#)

Le jus de soja est un produit de mode, très prisé de certains milieux sportifs, pour des vertus qui sont souvent exagérées. Certains athlètes n'hésitent pas à remplacer l'intégralité de leur consommation lactée par du lait de soja sous prétexte qu'il est mieux absorbé...

Médecine du Sport : [Alzheimer et activités physiques](#)

L'augmentation de l'espérance de vie est certes un gain non négligeable pour l'humanité, mais elle nous apporte son cortège de maladies dégénératives, dont la maladie d'Alzheimer et affections connexes, véritable enjeu de santé publique de nos prochaines années...

Dopage : [Prescrire chez le sportif](#)

Les sportifs présentent parfois une pathologie ou un état de santé nécessitant obligatoirement la prise de médicaments interdits d'usage...

Dossier

Diététique :

[L'hydratation du sportif, l'eau, un facteur de performance.](#)

Un sportif doit savoir s'hydrater. Pourquoi, quand et quoi boire ? Dossier préparé par le Docteur F. Maton.

Articles : Comment s'hydrater pendant l'effort ?; L'Hydratation, un besoin vital de performance.

Fiche pratique : Teneurs en calcium, magnésium et sel de différentes eaux du commerce.

Diaporamas : - L'Hydratation chez le sportif (9 vues) ; L'Hydratation chez le sportif : facteur de performance (28 vues)

Brochure : La diététique du sportif.

Agenda

Vendredi 2 décembre 05

Prévue à l'origine le 28/11, la publication des résultats de notre jeu concours pour lequel les participations se sont achevées le 26/11/05 à minuit, est différée au 2 décembre 2005.

Du 8 au 10 décembre 05

Saint-Etienne : 25e congrès de la Société Française de la Médecine du Sport. Programme, contact et renseignements : www.slms42.com

Web Sport et Médecine

Le cerveau à tous les niveaux

La commande de tous nos mouvements volontaires provient de notre cerveau. Une des régions les plus impliquées dans le contrôle de ces mouvements volontaires est le cortex moteur

www.lecerveau.mcgill.ca

Académie de Poitiers

Une feuille de calcul Excel permettant une initiation à la nutrition.

www.ac-poitiers.fr

Nos partenaires



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](#) - Mot de passe : irbms