

Soutiendra publiquement ses travaux de thèse intitulés

*Activité physique et Obésité : effets d'un programme sur la condition physique et la qualité de vie chez des femmes opérées d'une chirurgie bariatrique*

dirigés par Madame Katia COLLOMP

Ecole doctorale : Santé, Sciences Biologiques et Chimie du Vivant - SSBCV

Unité de recherche : CIAMS - Complexité, Innovation, Activités Motrices et Sportives

Soutenance prévue le **mercredi 15 décembre 2021** à 14h00

Lieu : UFR Sciences et Techniques Pôle STAPS Université d'Orléans 2, allée du Château 45062 Orléans cedex 2

Salle : Amphithéâtre III

### Composition du jury proposé

Mme Katia COLLOMP	Université d'Orléans	Directrice de thèse
Mme Claudine FABRE	Université de Lille	Rapporteuse
M. Said AHMAIDI	Université de Picardie Jules Verne	Rapporteur
Mme Nancy VIBAREL-REBOT	Université d'Orléans	Co-encadrante de thèse
M. Alain VARRAY	Université de Montpellier	Examineur
M. Jean-Frédéric BRUN	Centre Hospitalier Universitaire de Montpellier	Examineur
Mme Aurélie BAILLOT	Université du Québec en Outaouais	Examinatrice
M. Virgile AMIOT	Centre Hospitalier Régional d'Orléans	Invité

**Mots-clés :** activité physique, obésité, chirurgie bariatrique, condition physique, qualité de vie, cortisol

### Résumé :

L'obésité massive, dont la prévalence est en augmentation constante, justifie aujourd'hui l'engouement pour les traitements chirurgicaux. La chirurgie bariatrique entraîne en effet une perte de poids importante, réduit le risque de mortalité et les comorbidités associées à l'obésité, et améliore la capacité physique fonctionnelle. Par ailleurs, bien que l'activité physique (AP) soit un élément essentiel de la prise en charge des personnes en situation d'obésité, peu d'études se sont intéressées aux effets de l'AP régulière dans des situations spécifiques telles que la chirurgie bariatrique ou l'obésité massive. L'objectif principal de cette thèse a été, dans une première étude, d'évaluer les effets d'un programme supervisé et contrôlé, d'AP adaptée et régulière, sur la condition physique, le niveau d'AP et la qualité de vie de femmes opérées d'une chirurgie bariatrique. Parallèlement dans une seconde étude, portant sur une population de femmes avec une obésité massive non opérées d'une chirurgie bariatrique, l'objectif consistait à étudier l'effet du niveau d'AP sur la réponse du cortisol au réveil (CAR). Les résultats de notre 1ère étude ont montré l'efficacité du programme, combinant un entraînement aérobie et de renforcement musculaire, d'une durée de 12 semaines et débuté 6 (+ 2 semaines) après la chirurgie, sur la capacité cardio-respiratoire et la capacité fonctionnelle des patientes. En revanche, après une chirurgie bariatrique, l'entraînement ne semble pas avoir d'effet supplémentaire sur la composition corporelle, la force musculaire, le niveau d'AP habituelle, ni sur la qualité de vie. Par ailleurs, dans notre 2ème étude, aucune différence n'a été observée en termes de stress, de dépression et de qualité de vie en fonction du niveau d'AP, alors que le CAR était significativement plus élevé dans le groupe le plus actif. En conclusion, réalisé à court terme (< 6 mois) après une chirurgie bariatrique, un programme d'AP supervisé de 12 semaines améliore la capacité cardio-respiratoire et fonctionnelle, mais ne parvient pas à augmenter la force musculaire et le niveau global d'AP des patientes, ni à optimiser les effets de la chirurgie bariatrique sur la composition corporelle et la qualité de vie. Enfin, chez une population de femmes en situation d'obésité massive, l'AP régulière influence le CAR, mais n'a pas d'effet sur la qualité de vie, le stress perçu et la dépression. Ainsi, nos travaux confirment l'effet bénéfique de l'AP régulière et soulignent son intérêt majeur dans la prise en charge de femmes en situation d'obésité massive et/ou opérées d'une chirurgie bariatrique.