

Fiche de présentation

UMR1019, UCA/INRAE, Unité de Nutrition Humaine (D Rémond)

Directrice de thèse : S Rousset (IR-HDR), co-directeur F Dutheil (PU-PH HDR), co-encadrant G Boudet (MCU)

sylvie.rousset@inrae.fr

Modélisation du stress en fonction des comportements au travail et au repos

Dans une société évoluant à un rythme rapide, beaucoup de personnes souffrent de problèmes liés au stress. En altérant l'activité du système autonome, il déséquilibre de manière plus ou moins prolongée la balance sympatho-vagale, la fréquence cardiaque et la VFC (variabilité de cette dernière). La diminution de la VFC est associée au risque d'évènement cardiaque et est un facteur prédictif de l'hypertension artérielle. Une baisse de la VFC indique un stress. La question est de savoir si la sédentarité imposée par les conditions de travail (télétravail, présentiel) peut renforcer la susceptibilité au stress et au contraire, si les activités physiques de loisir peuvent la diminuer. L'Objectif du projet est d'évaluer les comportements spontanés, le stress dans une population de salariés exerçant une activité professionnelle sédentaire. Dans un second temps, nous analyserons les effets de la sédentarité professionnelle et des activités de loisir sur le stress. Enfin, il s'agira d'élaborer des modèles de prédiction du niveau de stress à partir de caractéristiques individuelles, d'activité physique et de choix alimentaires collectées. Ce projet appuiera les projets « Facteurs psychosociaux et économiques en milieu professionnel à l'heure de la médecine 4P » et « Evaluation de l'épidémie de Coronavirus sur le stress, la sédentarité et l'alimentation » financés par l'ANRT et le MESRI.

Rousset et al. (2017). A novel smartphone accelerometer application for low-intensity activity and energy expenditure estimations in overweight and obese adults. *J Medi Systems* 41, 1-10.

Dutheil et al. (2017). Maximal tachycardia and high cardiac strain during night shifts of emergency physicians. *Int Arch Occ Env Hea* 90, 467-480.