



Société Belge de Médecine Hyperbare et Subaquatique asbl
Belgische Vereniging voor Overdruk- en OnderwaterGeneeskunde vzw



16 Juin 2018

La Plongée en Apnée

Nemo33

Rue de Stalle 333 – 1180 Uccle

OUVERT A TOUS:
Médecins de plongée et plongeurs

Journée scientifique

La plongée en apnée ("free-diving") est probablement une des formes les plus intenses de la récréation subaquatique, en dans beaucoup de cas également la plus simple, ne nécessitant aucun matériel spécifique et praticable partout. Néanmoins, une bonne préparation physique et mentale sont indispensables afin de pouvoir pratiquer ce sport sans risque majeur. La connaissance et compréhension de la physiologie et pathologie de la plongée apnée sont encore largement sous-développées.

La matinée sera consacrée à des présentations sur les aspects techniques et médicales de la plongée en apnée. Trois orateurs parleront pendant une demi-heure, suivi de 15 minutes pour des questions/discussion.

Après le lunch, pris dans le restaurant thaï de Nemo33, il y aura un atelier pratique dans la piscine de Nemo33, encadré par des instructeurs d'apnée, sur les techniques et l'entraînement de la plongée en apnée. Avant ou après cet atelier, nous pourrions faire une plongée Nemo33 "normale".

Programme

09u30 - 10u00	Accueil et inscriptions
10u00 - 10u45	Diving Mammals – an exercise in respiratory physiology (M. Buwalda)
10u45 - 11u30	Introduction to physiological aspects of apnea diving (G. Liistro)
11u30 - 12u30	Biochemical effects of oxygen in apnea diving (S. Theunissen)
12u30 - 13u00	Questions - discussion
13u00 - 14u00	Lunch
14u00 - 15u00	Atelier "Free diving techniques and training" (piscine de Nemo33)

Les slides seront en anglais. Les présentations seront données dans la langue de l'orateur.
Une accréditation pour les médecins est demandée.

Inscription obligatoire !

L'inscription à la journée scientifique est obligatoire, et doit être faite en remplissant le formulaire d'inscription sur le site www.sbmhs.be. Les conférences sont gratuites pour les membres de la SBMHS. Une participation de 20€ sera demandée aux non-membres. Pour le lunch (24€) il y aura le choix entre 4 plats thaïs et dessert (les boissons devront être payées individuellement, à table). A participation à l'atelier sera de 20€ et comprend l'accès à la piscine et l'utilisation de matériel de plongée.

Le montant de l'inscription, le lunch et l'atelier doivent être payées en avance par virement bancaire (voir le formulaire d'inscription).

Orateurs

Mattijn Buwalda



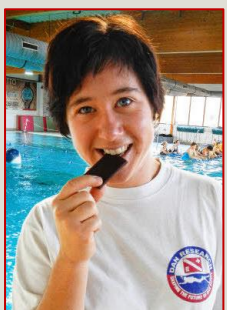
Anesthésiste-intensiviste et médecin de plongée; membre du bureau de la Société Néerlandaise de Médecine de plongée et du Conseil des experts des Médecins de Plongée (Pays-Bas). Mattijn est un orateur expérimenté dans le domaine de la physiologie des extrêmes, et plus spécifiquement dans la physiologie et médecine de plongée. Un sujet passionnant pour stimuler les intérêts pour la physiologie, la base de notre existence !

Giuseppe Liistro



Giuseppe Liistro est Professeur en Pneumologie aux Cliniques Universitaires Saint-Luc (Bruxelles). Spécialiste en physiologie respiratoire et troubles respiratoires liés au sommeil, il s'intéresse à la plongée et particulièrement à l'apnée, aussi bien au niveau scientifique qu'à titre personnel.

Sigrid Theunissen



Sigrid est Professeur en Physiologie Sportive à la Haute Ecole Bruxelles-Brabant depuis 2007. Elle a obtenu son Doctorat en 2013 sur le sujet des « effets du chocolat noir sur la fonction endothéliale chez les plongeurs et apnéistes ». Son domaine de recherche principal est la physiologie de la plongée, et elle est auteur et co-auteur de nombreuses publications et présentations sur la physiologie oxydative. Secrétaire de la SBMHS et membre depuis longtemps de la EUBS.

Conférences

Mammifères plongeurs – exercice en physiologie respiratoire

Les prestations des plongeurs apnéistes humains sont certes impressionnantes. Comparé à ce que certains mammifères marins peuvent faire, ces prestations humaines deviennent insignifiantes. Comment des animaux qui respirent, comme nous, avec des poumons, peuvent-ils rester immergés pendant 2 heures ou plus ? Quelles adaptations physiologiques et anatomiques ont-ils du développer ?

Introduction aux aspects physiologiques de l'apnée

Nos poumons sont ce qui rend la plongée en apnée possible, et pourtant sont souvent le facteur limitant nos possibilités d'apnée – en plus que d'être cause d'accidents de plongée. La physiologie et l'anatomie nous guident vers la compréhension de la plongée en apnée.

Les effets biochimiques oxydatifs de la plongée en apnée

Pour la plongée "bouteilles" les effets biochimiques (càd imperceptibles) de la respiration de différents mélanges gazeux sont de mieux en mieux étudiés – ceci n'est pas du tout le cas pour en ce qui concerne l'apnée. Seulement depuis quelques années des publications sur les effets oxydatifs et inflammatoires en apnée ont « fait surface ». Une introduction.

Rendez-vous le 16 juin 2018 !

Salle des Conférences de Nemo33 à Uccle - Drogenbos.

Au Sud-Ouest de Bruxelles: prenez la Sortie 18 (Ruisbroek) sur le Ring R0 de Bruxelles. Suivez la route vers Uccle (Centre-Ville) jusqu'au Rond-Point « des Menhirs » (750m). Le complexe Nemo33 se trouve sur votre gauche (entrée depuis le Rond-Point).

