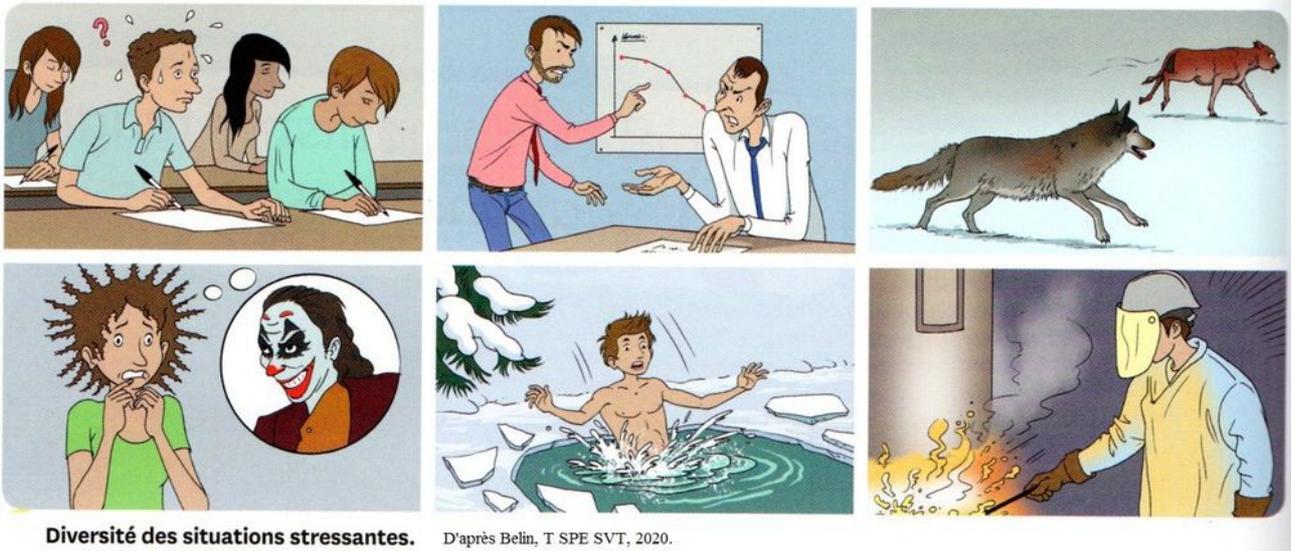
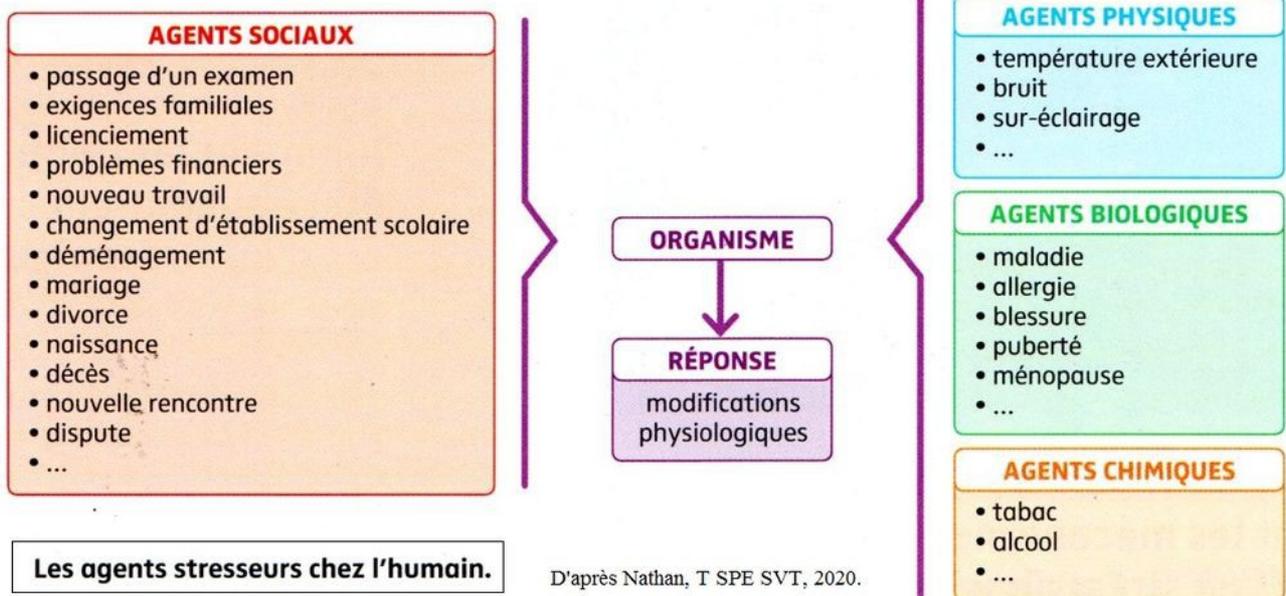


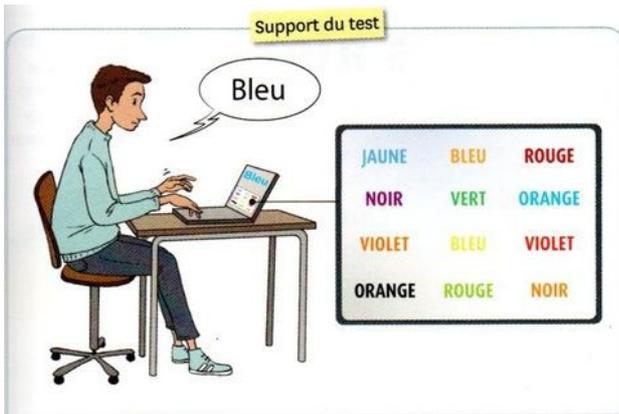
Le stress aigu : un mécanisme adaptatif



Diversité des situations stressantes.

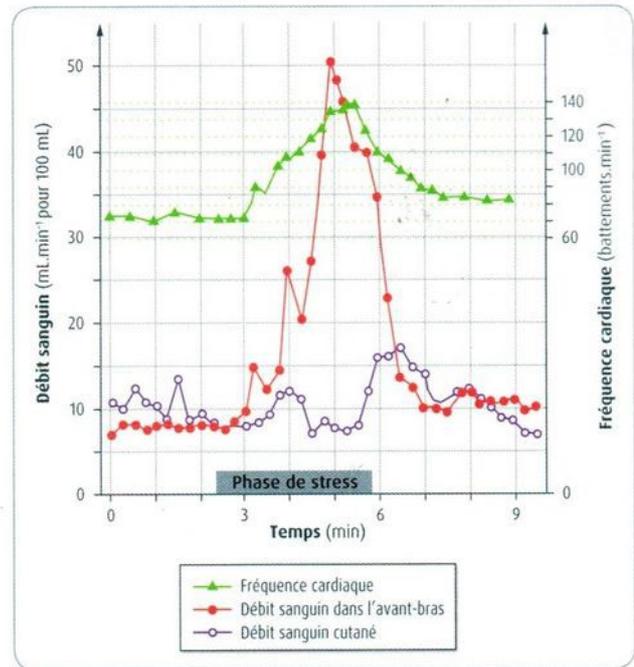
D'après Belin, T SPE SVT, 2020.





Paramètres physiologiques	Témoin	Test
Fréquence cardiaque (battements.min ⁻¹)	62 +/- 2	72 +/- 2
Fréquence ventilatoire (cycles.min ⁻¹)	12 +/- 2	24 +/- 2
Concentration sanguine en adrénaline (ng.L ⁻¹)	34 +/- 5	47 +/- 4
Concentration sanguine en cortisol (nmol.L ⁻¹)	325 +/- 6	380 +/- 3

Le stress lié au test de Stroop. Des sujets en bonne santé sont soumis à un test de Stroop, qui génère un stress mental. Il s'agit de nommer le plus rapidement possible la couleur du texte et non pas de lire le nom de la couleur. Différents paramètres physiologiques sont alors mesurés avant le test (témoin) et pendant le test (test).



Stress et calcul mental. Des sujets sains sont soumis à une phase de stress mental (calculs mentaux à réaliser rapidement) et différents paramètres cardiovasculaires sont mesurés avant, pendant et après l'expérience stressante.

Condition	Témoin	Exposition au chaud	Exposition au froid
Fréquence ventilatoire moyenne (cycles.min ⁻¹)	12	24 +/- 6	41 +/- 26

Stress et température. Des individus sont soumis à un agent stressant (exposition au chaud, choc froid de moins de 2 minutes) et leur fréquence ventilatoire est mesurée.

D'après Belin, T SPE SVT, 20200.