



VILLAGE des SCIENCES 2018

10 au 12 octobre 2018

Forges de Pyrène à Montgailhard (09)

Thème de cette année : les **idées reçues**

Affirmation n°31

Il ne faut pas se baigner dans la piscine ou la mer après avoir mangé.

Éléments de réponses

FAUX : Il est possible de se baigner après un repas sans danger.

Pourquoi cette croyance ? De nombreux accidents ont lieu après les repas durant la période estivale.

On pense donc souvent que la digestion augmente la température du corps et qu'un choc thermique se produit dû à la différence de température entre le corps et l'eau. Ce choc thermique provoquerait un évanouissement qui peut donner lieu à la noyade.

Or, lors de la digestion la température du corps ne s'élève pas assez pour pouvoir produire une hydrocution. De plus, pendant que l'on nage, on ne digère pas : le tube digestif est shunté à l'effort.

MAIS : Le moment de la journée où ces accidents arrivent est bien souvent après le repas de midi, mais il s'agit également du moment le plus chaud de la journée. Ainsi, suite à une exposition prolongée au soleil, le danger peut en effet être présent. Il est donc quand même nécessaire de rentrer progressivement dans l'eau.

Exemples : On recommande souvent aux nageurs de manger un peu avant de faire une compétition sans qu'il y ait pour autant un risque d'hydrocution.

Sources :

<https://www.futura-sciences.com/planete/questions-reponses/mer-baigner-apres-manger-faut-il-vraiment-attendre-3-heures-623/>

https://www.maxisciences.com/baignade/que-risque-t-on-vraiment-si-l-on-se-baigne-apres-avoir-mange_art34825.html

https://www.sciencesetavenir.fr/sante/5-conseils-pour-se-baigner-en-toute-securite_29315

https://www.lequotidiendumedecin.fr/actualites/article/2014/08/19/il-ne-faut-pas-se-baigner-en-sortant-de-table-_705621