

Activité 1 – Le stress aigu, un mécanisme d'adaptabilité

Il nous arrive fréquemment de dire « cela me fait stresser » ou « je suis stressé ». Pour les biologistes, le stress s'observe dans une très grande diversité de situations. Le mot « stress » décrit une situation contraignante pour un individu (agissant alors comme un stimulus) ainsi que l'ensemble des réactions qu'elle engendre : on parle de stress aigu, qui est une réaction normale de l'organisme.

Problème – Comment définir et caractériser scientifiquement le stress ?

C1 - Pratiquer des démarches scientifiques	Interpréter des résultats et en tirer des conclusions.
C3 - Utiliser des outils et mobiliser des méthodes pour apprendre	Recenser, extraire, organiser et exploiter des informations à partir de documents

[Manuel Scolaire Belin Terminale spécialité SVT : Documents p 478 – 479 et Documents 6, 7, 8 et 9 p 485](#)

1-Indiquez la différence entre stress et agent stresseur

2-Analysez les expériences pour identifier les différents effets d'une exposition à un agent stresseur (stress des astronautes, stress de stroop, calcul mental et température)

3-Expliquez à l'aide de vos connaissances en quoi les variations de la fréquence cardiaque et de la glycémie participent à la réalisation d'un effort musculaire.

4-Mettre en relation les informations issues des réponses précédentes pour montrer que la réponse « combat-fuite » est adaptative.