

Communiqué de presse

Mardi 21 mai 2024

## Microbiote & sport : une exposition photo met en lumière les fabuleux pouvoirs de ce coach invisible

À l'occasion d'une année placée sous le signe du sport, le Biocodex Microbiota Institute vous donne rendez-vous, du 22 au 26 mai 2024, à la Cité des Sports d'Issy-les-Moulineaux pour l'exposition photographique *Le microbiote, notre coach invisible*. Une plongée fascinante au cœur de nos entrailles pour découvrir la relation microbiote-sport.



Bactéries, virus, champignons (y compris des levures) et même parasites : toute une flore, appelée « microbiote intestinal », peuple notre système digestif. Et ce pour notre plus grand bien ! Le microbiote intestinal favorise la digestion, participe au bon fonctionnement de notre système immunitaire, nous protège des bactéries pathogènes... Une liste de bienfaits loin d'être exhaustive car **le microbiote intestinal a bien d'autres cordes à son arc, et notamment en matière de sport !** D'après plusieurs études scientifiques, ce « **coach invisible** » nous aiderait dans l'effort, serait susceptible d'améliorer nos chronos et même source de motivation pour les entraînements ! Inversement, une activité physique régulière modulerait la composition de notre microbiote, favorisant certaines bactéries capables d'optimiser nos performances.

## Rendre visible l'invisible

Fidèle à sa mission d'éduquer le grand public aux fascinants pouvoirs des microbiotes humains, le Biocodex Microbiota Institute profite d'une année riche en événements sportifs pour mettre la lumière sur la relation bidirectionnelle entre microbiote et sport. « *Nous nous sommes plongés dans les études scientifiques qui démontrent la relation bidirectionnelle entre le microbiote et l'activité physique, indique Murielle Escalmel, directrice scientifique du Biocodex Microbiota Institute. Hydratation, immunité, équilibre, énergie et résilience, sur ces cinq fonctions clés de notre organisme, le microbiote joue un véritable rôle de coach invisible. Les bases scientifiques étant réunies, il nous fallait désormais toucher le plus grand nombre avec un défi de taille : rendre visible l'invisible.* »



*“Le microbiote  
joue un véritable rôle  
de coach invisible.”*

**Murielle Escalmel**

Directrice scientifique du Biocodex Microbiota Institute

Le Biocodex Microbiota Institute a confié au photographe Laurent Hini la délicate mission de lever le voile sur les mécanismes en œuvre. « *Au-delà du défi technique, j'ai été séduit par le message qui consistait à mettre en lumière le lien intrinsèque entre le sport et le microbiote, analyse Laurent Hini. J'ai suggéré d'aborder le sujet sous la forme d'un diptyque avec deux images distinctes : un premier portrait de l'athlète en mouvement auquel répond, en effet miroir, un second volet représentant le microbiote en coach invisible.* »

## 5 sports, 5 couleurs, 6 athlètes... et un coach !

Surf et hydratation, judo et défense, breakdance et équilibre... L'exposition se présente comme un parcours de 5 diptyques grand format pour 5 sports associés à 5 fonctions du microbiote. 6 athlètes se sont prêtés à l'exercice. Le projet a été conçu comme un vis-à-vis entre une photographie en plan large de l'athlète et une image représentant son « coach microbiote ».

Pour le microbiote, une technique mixte associant photo et Intelligence Artificielle visuelle générative a été utilisée pour matérialiser la fonction du microbiote. **L'exposition repose sur cet équilibre entre le perceptible (l'athlète) et l'invisible (son microbiote).** Une dominance chromatique a ensuite été associée à chaque diptyque : rouge pour l'énergie, orange pour l'équilibre, blanc pour la défense... La couleur revêt un caractère important dans l'exposition : elle est le liant entre les deux volets de chaque diptyque, la signalétique qui va orienter, informer le public au sein de l'exposition sur les pouvoirs insoupçonnés des microbiotes humains. Et le convaincre à se (re) mettre au sport !

## Visiter l'exposition

**Du mercredi 22 au dimanche 26 mai 2024**

**À la Cité des Sports**

92 Rue du Gouverneur Général Éboué

92130 Issy-les-Moulineaux

## À propos du Biocodex Microbiota Institute



Le Biocodex Microbiota Institute est un carrefour international de connaissances ayant pour but de promouvoir une meilleure santé en communiquant sur le microbiote humain. Pour ce faire, il s'adresse aux professionnels de santé ainsi qu'au grand public afin de les sensibiliser au rôle central de cet organe peu connu.

→ [www.biocodexmicrobiotainstitute.com](http://www.biocodexmicrobiotainstitute.com)

## Contact presse du Biocodex Microbiota Institute

**Olivier Valcke**

Relations publiques et directeur des publications

+33 6 43 61 32 58

→ [o.valcke@biocodex.com](mailto:o.valcke@biocodex.com)