

# Iréné LOPEZ FONTANA

## INFORMATIONS PERSONNELLES

Née le 3 Aout 1985, sans enfant

Adresse : 17 rue Léonard de Vinci, 91300 Massy

Tel : 06.24.82.19.22

E-mail: [irene.lopezfontana@gmail.com](mailto:irene.lopezfontana@gmail.com)

## FORMATION

Octobre 2013-Juin 2017	<b>Doctorat. Titre : « Étude des modérateurs du déclin cognitif tout au long de la vie adulte : Comment les différences hommes/femmes amènent à reconsidérer l'influence du style de vie sur le fonctionnement cognitif ? »</b> - Université Paris Sud-Paris Saclay (France)
Septembre-Novembre 2012	<b>Formations de Sapeur-Pompier Volontaire</b> DIV - PSE1 - PSE2 - Mission Incendie - SDIS 95 (France)
Septembre 2009 (double cursus)	<b>MASTER HANDI (Ingénierie et Cognition, Spécialité Technologie et Handicap)</b> - 2 <sup>e</sup> de promotion - Mention Bien - Université Paris VIII (France)  <b>MASTER VHMA (Vieillesse et Handicap : Mouvement et Adaptation)</b> - Major de promotion - Mention Assez Bien - Université Paris V (France)
Mai 2007	<b>Licence STAPS</b> (Sciences et techniques des Activités Physiques et Sportives) - Université Paris V (France)

## EXPERIENCES PROFESSIONNELLES ET PERSONNELLES

2016-2017	<b>Attachée Temporaire d'enseignement et de Recherche</b> – Université Paris-Sud (France)
2013-2016	<b>Doctorante-Enseignante</b> - Universités Paris-Sud (France)
Depuis 2012	<b>Coach sportif et enseignante de Fitness</b> – Spécialité renforcement musculaire et Zumba – Paris et Pantin (France)
2013	<b>Formatrice de Pompiers</b> - Tuléar (Madagascar)
2005-2010 et 2012-2013	<b>Enseignante d'Activités Physiques et Sportives</b> auprès d'enfants de 3 à 12 ans. Ville de Pantin (France)
2012-2013	<b>Sapeur-Pompier Volontaire</b> – Osny (France)
2011-2012	<b>Mission humanitaire</b> (Cambodge) et voyage (Asie et Océanie)
2011	<b>Adjointe de direction</b> chez Custom Getaways - Florida (USA)
2009-2011	<b>Chargée d'affaires et Chef de Projet</b> chez Bureau Veritas – Osny (France)

Principaux Domaines de Recherche : Facteurs d'influence du vieillissement cognitif. Impact du style de vie global sur le fonctionnement cognitif. Plus précisément, étude de l'influence des sollicitations cognitives, des relations sociales, de l'activité physique mais aussi des autres activités de loisirs (méditer, écouter de la musique, etc.) et des autres comportements de santé (sommeil, alimentation, consommation de tabac et d'alcool), sur la cognition tout au long de la vie adulte. Rôle modérateur du sexe dans la relation entre activité physique/style de vie et vieillissement cognitif.

**Thèse en Sciences du Sport, de la Motricité, du Mouvement Humain réalisée à l'Université Paris-Saclay (France).** Ecole Doctorale 566 « Sciences du sport, de la motricité et du mouvement humain ». Laboratoire d'accueil : « Complexité, Innovation, et Activités Motrices et Sportives ». Equipe « Mouvement Humain, Adaptation, et Performance Sportive ».

Direction : Mme Christine Le-Scanff (Professeure des Universités), Mme Alexandra Perrot (Maître de Conférences) et Mme Carole Castanier (Maître de Conférences).

Les félicitations du jury ont été décernées à l'oral car l'université n'attribue plus de félicitations écrites.

Titre : Impact du style de vie sur le vieillissement cognitif : Étude des modérateurs du déclin cognitif tout au long de la vie adulte. Comment les différences hommes/femmes amènent à reconsidérer l'influence du style de vie sur le fonctionnement cognitif ?

Résumé : La plasticité cérébrale donne l'opportunité à chaque individu de maximiser son fonctionnement cognitif via l'adoption de comportements enrichis (i.e., théorie de l'enrichissement cognitif). Suivant cette perspective, nous avons articulé dans le cadre de ce travail doctoral des hypothèses inhérentes au rôle modérateur du style de vie sur le déclin cognitif tout au long de la vie adulte, et avons observé le rôle du sexe dans cette relation. La contribution scientifique de ce travail se manifeste au travers de la création et la validation d'un outil de mesure du style de vie (étude 2), et de deux études observationnelles portant (i) sur l'activité physique (étude 1) et (ii) sur le style de vie global (étude 3). Les résultats de cette thèse mettent en évidence l'existence de différents patterns influant sur le vieillissement cognitif, ainsi qu'un important rôle modérateur du sexe dans la relation entre style de vie et déclin cognitif lié à l'âge. Plus précisément, les résultats montrent que le style de vie global, ainsi que les dimensions incluant les relations sociales, les activités physiques pratiquées à long terme et les autres activités de loisirs, sont efficaces pour freiner le vieillissement cognitif chez les femmes uniquement. Si les sollicitations cognitives ne permettent pas, quant à elles, de ralentir la courbe du déclin cognitif, elles influencent de manière positive les performances cognitives tant chez les femmes que chez les hommes. Ce travail doctoral atteste que le style de vie peut représenter un moyen efficace pour lutter contre les effets délétères liés à l'avancée en âge, et permettre non seulement d'ajouter des années à la vie, mais aussi de la vie aux années.

#### **Master 2 Technologie et Handicap (2009)**

Recherche et analyse des besoins des enfants atteints d'un handicap lié à la communication. Création d'un logiciel de communication pictographique avec sortie textuelle ou vocale. Présentation du logiciel « PictoKids » au Challenge handicap et technologie– Metz (France) et obtention du **1<sup>er</sup> Prix de communication**. Université : Paris VIII, Direction : J.L. Krahe, Professeur des Universités.

#### **Master 2 Vieillesse et Handicap : Mouvement et Adaptation (2009)**

Mémoire (mention bien) : Une importante évolution des mentalités, une grande diversité de handicaps, une loi. Université : Paris V, Direction : A. PERROT, Maître de Conférences.

#### **Master 1 Vieillesse et Handicap : Mouvement et Adaptation (2008)**

Mémoire (mention bien) : Impact des activités physiques et cognitives sur la qualité de vie des Séniors. Université : Paris V, Direction : M.M. Ramanantsoa, Maître de Conférences.

Article dans des revues à comité de lecture :

- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Le Scanff, C., & Perrot, A. (2017). Protective role of recent and past long-term physical activity on age-related cognitive decline: The moderating effect of sex. *Journal of Aging and Physical Activity*. 1-35. doi: 10.1123/japa.2016-0362
- **\*Lopez-Fontana, I.**, Perrot, A., Krueger, K., Louis Bherer, Le Scanff, C. & Castanier, C., (soumis). General Lifestyle Questionnaire : Psychometric properties of a global lifestyle assessment.  
\*Travail en collaboration scientifique avec Kristin Krueger, médecin et chercheuse à la « Cook County Health and Hospital System » (Chicago, USA) et Louis Bherer, chercheur au département de Médecine de l'Université de Montréal, au centre de recherche « Montréal Heart Institute » et à l'Institut Universitaire de Gériatrie (Montréal, CANADA).
- **Lopez-Fontana, I.**, Perrot, A., Le Scanff, C. & Castanier, C., (soumis). Les bienfaits des activités sociales sur la cognition – Revue générale.
- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Le Scanff, C., & Perrot, A. (en cours de soumission). Caractéristiques, modérateurs et hypothèses explicatives de l'effet de l'activité physique sur le vieillissement cognitif – Revue générale.
- **Lopez-Fontana, I.**, Perrot, A., Le Scanff, C. & Castanier, C., (en cours de soumission). Influence des activités cognitives sur le vieillissement cognitif – Revue générale.
- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Perrot, A. & Le Scanff, C. (en cours de rédaction). How lifestyle can prevent age-related cognitive decline?

Conférences avec actes et comités de lecture :

- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Le Scanff, C. et Perrot, A. (2017). « *Impact de l'activité physique récente et à long terme sur le déclin cognitif lié à l'âge et effet modérateur du sexe* ». Communication orale et écrite. In : « Handicap, Vieillesse, Indépendance, Technologie ». Colloque JCJC Juin 2017, Saint-Denis, pp.33-49. ISBN 978-2-9536899-7-6
- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Perrot, A. et Le Scanff, C. (2015). Una evaluación global sobre el estilo de vida: propiedades psicométricas del cuestionario general de estilo de vida "GLQ". Communication orale et écrite. In ACTAS V Congreso Internacional de Turismo para Todos: VI Congreso Internacional de Diseño, Redes de Investigación y Tecnología para todos DRT4ALL, Septiembre 2015, Madrid, pp. 181-199. ISBN 978-84-7993-277-0
- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Perrot, A. et Le Scanff, C. (2015). « *A global lifestyle assessment: Psychometric properties of the General Lifestyle questionnaire* ». Communication orale et écrite. In : « Handicap, Vieillesse, Indépendance, Technologie ». Colloque JCJC Juin 2015, Saint-Denis, pp.63-72. ISBN 978-2-9536899-5-2
- Zbakh, M., **Lopez-Fontana, I.**, Ahnache, K., Mortera, A., & Krahe, J. L. (2010). « *Pictokids: un logiciel de communication pictographique avec sortie textuelle ou vocale* ». In « La pluridisciplinarité au service d'une réalité sociétale ». *Conférence-HANDICAP 2010* (pp. 155-160). ISBN 978-2-9536899-0-7

Communication Affichée :

- **Lopez-Fontana, I.**, Castanier, C., Perrot, A. et Le Scanff, C. (2016) Lifestyle influences on cognition across the adult lifespan. Communication affichée. In Cognitive Aging Congerence Avril 2016, Atlanta.

Conférencière Invitée :

- **Lopez-Fontana, I.** (2016) Influence du style de vie sur la cognition tout au long de la vie adulte. Présentation de séminaire. Bures-Sur-Yvette, France, Avril 2016.

Autres collaborations en cours :

- Courbalay, A., Pavani, J.B., Congard, A., Tariel, F., **Lopez-Fontana, I.** et Bruno Dauvier. Différences interindividuelles et efficacité des programmes d'activités physiques dans le développement des compétences en régulation émotionnelle. Projet en collaboration avec l'Université Aix-Marseille et le Centre de Recherche en Psychologie de la Connaissance, du Langage et de l'émotion. (En cours).

<b>ACTIVITE D'ENSEIGNEMENT ET D'EVALUATION</b>
--

**Licence 1 :**

- **Psychologie sociale** (108 heures TD) - Paris Sud
- **Psychologie du développement** (54 heures TD) - Paris Sud

**Licence 2 :**

- **Neurophysiologie** (48 heures TD) - Paris Sud
- **Statistiques** (60 heures TD) - Paris Sud
- **Psychologie sociale** (30 heures TD) - Paris Sud
- **Psychologie du développement** (40,5 heures TD) - Paris Sud
- **Projet de Poursuite d'Etude, Méthodologie et Notions d'Ethique** (36 heures) – Paris Sud

**Licence 3 :**

- **Fitness adapté aux personnes âgées ou handicapées** (14 heures) **L3 APA&S** (Activités Physiques Adaptées et Santé) – Paris Sud
- **Déterminants Psychologiques de la performance** (10 heures) **L3 Entraînement Sportif** – Paris Sud
- **Evaluation des mémoires et oraux** des étudiants en **L3 Métiers de la Forme** – Paris Sud
- **Evaluation des mémoires et oraux** des étudiants en **L3 APA&S** – Paris Sud

**MASTER 1 :**

- **La technologie au service de l'adaptation** (7 heures CM) - Paris Sud
- **Neurosciences** (20 heures CM) - Paris VIII
- **Encadrement d'un projet de recherche** portant sur « La Law Impact Aerobic, un outil permettant l'évolution de l'estime de soi chez l'adolescent atteint d'obésité ».
- **Evaluation des mémoires et oraux** des étudiants du **MASTER 1 Ingénierie et ergonomie de l'activité physique** – Paris Sud

**MASTER 2 :**

- **Gestion de projets** (10,5 heures) - Paris Sud
- **Evaluation des mémoires et oraux** des étudiants du **MASTER 2 VHMA** (Vieillesse et Handicap : Mouvement et Adaptation) - Paris Sud

<b>INVESTISSEMENT UNIVERSITAIRE</b>
-------------------------------------

- Représentante des étudiants salariés au Conseil Scientifique de l'Ecole Doctorale.
- Membre du Conseil Scientifique du MASTER VHMA (Vieillesse, Handicap : Mouvement et Adaptation).

<b>CENTRES D'INTERETS</b>
---------------------------

Pratiques sportives : Danses latines (salsa cubaine, bachata, merengue), Zumba (enseignante), Penchak-Silat (art martial indonésien), Plongée sous-marine (niveau avancé).

Langues :

Bilingue **Français – Espagnol**

**Anglais** : Lu, écrit, parlé

**Italien** : Lu, écrit, parlé

**Langue des Signes Française (LSF)**. Notions