Jurer rend plus fort !

Lundi 14 septembre

Le billet sciences avec Epsilon

Mathilde Fontez, rédactrice en chef du magazine "Epsilon", s'est penchée sur des études concernant les efforts sportifs. Et la science confirme que crier des jurons à ce moment-là améliore les performances.

lire plus tard

1 commentaire

Mathilde Fontez
Radio France

Publié le 15/09/2016 20:00
Temps de lecture : 2min.

Dans un exercice de gainage, la performance est améliorée quand on pousse des jurons. (RICHARD VILLALON / MAXPPP)

Expérience à l'appui, des chercheurs ont soumis des volontaires à un exercice de gainage (se soulever sur une chaise sur les mains le plus longtemps possible) et ils ont constaté une mesure inédite : ceux qui crient des jurons résistent 10% plus longtemps.

Je ne vais pas vous répéter ce qu'ils ont dit, mais vous imaginez bien. L'étude est en anglais, donc cela commence souvent par un "F", en français ce serait plutôt un "P". Peu importe, ça pourrait être aussi "ventrebleu" ou "saperlipopette" ou "tonnerre de Brest", pour peu que ce soit un mot ou une expression subversive.

Pas n'importe quels jurons

Dans la plupart de ces expériences, les chercheurs ont fait la comparaison avec un mot neutre, par exemple "merci/edi". Cela ne marche pas. Les jurons tirent leur force de leur caractère transgressif. Il faut braver un tabou avec un langage vulgaire ou un interdit religieux comme "bon Dieu".

Il existe des jurons dans toutes les langues, et dans toutes les langues leur pouvoir est étonnant. Même chez les japonais, réputés pour leur grande politesse, une étude les a spécifiquement étudiés. Et même en langage des signes.

Voilà quelques années que la science documente les pouvoirs des jurons. Ils augmentent la résistance à la douleur, avec une expérience où les cobayes devaient plonger le plus longtemps possible la main dans l'eau glacée. Ils dopent les performances des cyclistes de 4,5%. Ils amplifient la force de préhension de 8% et la durée des pompes de 10%. Ils renforcent même la mémoire.

Un circuit cérébral spécifique

Les chercheurs s'interrogeaient que c'est un mécanisme profond. Les jurons sont étudiés avec les outils des neurosciences, et il semble qu'ils activent un circuit cérébral spécifique. Ils peuvent fuser même quand l'hémisphère gauche du cerveau – celui qui diabore le langage – est kiné. D'ailleurs, on observe que les jurons persistent chez les personnes qui sont atteintes d'aphasie ou qui ne parlent plus à cause de la maladie d'Alzheimer.

Les jurons fessent appel à un ensemble de mécanismes anciens capables de nous désinhiber et de libérer notre force, des mécaniismes semblables à ceux impliqués dans la réponse aux menaces. Et attention, ne pas confondre jurons et insultes, "mille milliards de mille sabords" ne produit pas les mêmes effets que "Moulagafre".

1 commentaire

partager

Vous pouvez désormais **privilégier l'affichage des articles de francetinfo** dans les résultats de recherche Google. Comment ça marche ?

ajouter comme source préférée

Sur le même thème

précédent

Françaises dans le vide, allocation de rentrée et chasse aux singes aux mondiaux de badminton : ce dit quoi ce 18 août ?

Ronaldo en larmes, Messi face à Cristiano : ces paris insolites de la Coupe du monde générent déjà des volumes records

En pleine course, des navigateurs de la Vendée Arctique déploient des bouées pour surveiller le climat

"Le risque, c'est l'écran noir lors des penalties" : les autorités sont utiliser un nouveau dispositif pour bloquer le streaming illégal lors de la Coupe du monde

Apple a diffusé un match de football tourné intégralement à l'iPhone

Le Quotidienne Radio
Chaque jour, on vous rien des meilleurs rendez-vous matinaux de la radio
tous les jours

s'inscrire à la newsletter

les mots-clés associés à cet article

Sciences Sport et loisirs Sports

contenus sponsorisés

Découvrez l'application franceinfo

Toute l'actu en direct et en continu, où et quand vous voulez :

- Sauvegardez vos articles à lire plus tard
- Restez les dernies uniquement sur ce qui vous intéresse

Télécharger l'application

:toute l'actu dès 7h30

Votre adresse e-mail

s'inscrire

France Télévisions utilise votre adresse e-mail pour vous adresser la newsletter "Lettre à 7h30" et elle est susceptible d'être partagée avec certaines de nos sociétés à vos fins marketing, vous consentez également à l'utilisation de pixels de suivi et de liens trackés. En savoir plus

Notre politique de confidentialité