

# PROJET DE RECHERCHE

Participants recherchés entre août et octobre 2017



Université   
de Montréal

## Effets de l'ingestion de produits de l'érable au cours d'efforts intermittents à haute intensité sur les fonctions exécutives du cerveau



### Critères d'inclusion

- Hommes actifs, âgés entre 18 et 45 ans, en bonne santé
- Consommant peu d'alcool (<3 consommations/semaine)
- Pas de maladie connue et ne prenant pas régulièrement de médicament
- Pratiquant régulièrement des activités sportives d'endurance (vélo, course, ski de fond, etc.)

### Visites et tests à réaliser au laboratoire de physiologie de l'exercice (CEPSUM)

1. Rencontre d'explication du projet et test de tolérance au glucose à jeun (~2h, au repos)
2. Familiarisation avec la tâche cognitive et test de consommation maximale d'oxygène sur vélo stationnaire ( $VO_{2max}$ , ~1h)
3. Séance d'effort intermittents (6 x 3 min à 90% de la PAM) pendant laquelle une solution de glucides ou d'eau édulcorée sera administrée. Des tâches cognitives devront être réalisées pendant les efforts intermittents. La séance sera suivie d'une période de 45 min de récupération, prévoir environ 90 minutes au total.

\*Vous aurez accès aux résultats de votre test de  $VO_{2max}$  (sur demande).

Ceci représente un total de 3 visites au laboratoire. Une compensation financière de 50\$ est prévue pour la participation aux 2 premières séances, 50\$ additionnels seront donnés lors de la séance expérimentale.

**Si vous êtes intéressé à participer, veuillez nous contacter aux coordonnées suivantes:**

Courriel : [info@labsport.ca](mailto:info@labsport.ca) - Téléphone : (514) 447-4734