



## Détermination de la réponse dose-effet de l' « exersome » humain

**Investigateur :** Prof. Aaron L. Baggish, Institut des Sciences du Sport

### Recherche de participants pour une étude scientifique

Pour une étude scientifique, nous recherchons des hommes et des femmes :

- Agé(e)s entre 65 et 80 ans
- Caucasiens
- En bonne santé (ex., pas hyperthyroïdiens, hypercholestérolémie)
- Indice de masse corporelle < 30 kg/m<sup>2</sup>, calculé comme le poids en kg divisé par la taille en mètres au carré
- Non fumeur
- Ne participant à aucun programme d'entraînement structuré spécifiquement conçu pour améliorer la performance ou à des fins de compétition

**But de l'étude :** nous voulons déterminer l'effet de différentes durées et intensités d'exercice sur l'abondance de molécules circulant dans le sang.

**Déroulement et durée de l'étude :** la participation à l'étude implique onze visites sur une durée de quatorze semaines à l'Institut des Sciences du Sport de l'Université de Lausanne. Lors de la première visite, une échocardiographie, un électrocardiogramme, ainsi qu'un test d'effort maximal seront effectués. Lors des 10 visites suivantes, des exercices physiques de durée allant de 10 à 60 minutes seront réalisés sur tapis roulant ou vélo stationnaire à des intensités variant de 50 à 85% de la capacité d'effort maximale. Des prélèvements sanguins seront réalisés immédiatement avant et après l'effort, ainsi que 60 minutes après.

**Dédommagement** (y compris déplacements) : 50 francs / visite (total maximum = 550 CHF).

Toutes les données seront traitées de manière **confidentielle**. La participation à l'étude ne procure **aucun bénéfice médical**.

Les personnes **intéressées** à participer à l'étude et remplissant les critères susmentionnés sont priées de **contacter** : [info@exersome.org](mailto:info@exersome.org)

Les données des personnes qui renoncent à participer à l'étude seront immédiatement détruites.

Pour des **informations complémentaires**, veuillez contacter le Prof. Aaron L. Baggish [aaronleigh.baggish@unil.ch](mailto:aaronleigh.baggish@unil.ch)

