

Projet de recherche: Musculatation et pression artérielle

Projet

Vous aimeriez savoir comment réagit votre pression artérielle après un entraînement de musculatation?

Si vous êtes une **femme ménopausée** âgée entre **50 et 70 ans**, cette étude pourrait être pour vous!

L'objectif de ce projet de recherche est d'évaluer l'effet de différents types d'entraînement en musculatation sur la pression artérielle.

Implication

- 1 visite préliminaire
- 2 séances d'exercice supervisées
- 3 visites expérimentales
- Porter un appareil de pression artérielle ambulatoire pendant 24 heures

Les participantes recevront

- Une compensation financière
- Une évaluation de la composition corporelle
- La supervision d'un kinésiologue pour apprendre l'utilisation des machines de musculatation
- Des résultats sur l'effet de l'exercice sur la santé



(819) 780-2220, poste 45280



renaud.tremblay3@usherbrooke.ca



Université de
Sherbrooke



Centre de recherche
sur le vieillissement
Research Centre
on Aging