

# CWSF 2015 - Fredericton, New Brunswick



## Louis-Antoine Gervais

### Le pouvoir des glucides

**Challenge:** Health

**Category:** Intermediate

**Region:** Mauricie, Centre-du-Québec

**City:** Drummondville, QC

**School:** Collège Saint-Bernard

**Abstract:** En utilisant des levures, je suis parvenu à calculer la vitesse de métabolisation des différents sucres que nous consommons. Connaître ces vitesses nous permet de mieux contrôler notre glycémie et de calculer l'apport glucidique dont nous avons besoin avant, pendant ou après une activité physique. Du même coup, je peux affirmer en quoi consiste le lien de causalité entre l'absorption et la métabolisation des glucides.

### Biography

Je suis Louis-Antoine Gervais, élève au Programme d'Étude Internationale en quatrième secondaire au Collège Saint-Bernard, à Drummondville. La science, pour moi, a toujours été une passion. C'est une source continue de découvertes, de questions sans réponses, d'émerveillement, etc. La science nous fait apprécier la beauté de notre univers, ses perfections, ses imperfections, son fonctionnement. C'est ce qui m'allume. Mon projet touche le domaine de la santé. C'est une branche de la science qui ne rend personne indifférent, tout le monde est concerné par les avancées que nous pouvons y faire. Comme le diabète est de plus en plus fréquent, j'ai voulu trouver une manière de mieux contrôler la glycémie dans le sang directement par l'alimentation, un aspect du traitement et de la prévention du diabète qui est parfois négligé. Dans un futur rapproché, j'aimerais pousser mes expériences plus loin pour déterminer les effets des différents sucres simples sur notre organisme. Je dirais que le plus important dans un projet, c'est de faire preuve de rigueur, qu'elle soit scientifique, éthique, physique, etc. Il faut toujours exiger le meilleur de soi-même, pour en arriver à un travail de qualité. Sans oublier qu'il est impératif d'avoir de l'inétêt!

Youth Science Canada  
PO Box 297  
Pickering ON L1V 2R4  
[www.youthscience.ca](http://www.youthscience.ca) / [info@youthscience.ca](mailto:info@youthscience.ca)  
416-341-0040