

## عنوان مقاله:

تاثیر مصرف کوتاه مدت کاکائو بر عوامل هموگلوبین و هماتوکریت خون پس از یک جلسه فعالیت فزاینده ی وامانده ساز

## محل انتشار:

فصلنامه ابن سینا، دوره 17، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

## نویسندگان:

حسین شیروانی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

وحید سبحانی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

مهدی سلیمانی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

علیرضا شمس الدینی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

امیر امینی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

الیاس کوثری - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

ابوالفضل شکیبایی - Exercise Physiology Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran

## خلاصه مقاله:

مقدمه: کاکائو دارای پلی فنول بوده و مطالعات ارتباط معکوسی بین مرگ و میر ناشی از بیماریهای قلبی و مصرف پلی فنول ها را نشان می دهند. لذا این تحقیق با هدف بررسی اثر کاکائو با مقدار مشخص بر عوامل هموگلوبین و هماتوکریت متعاقب فعالیت وامانده ساز انجام گرفت. روش بررسی: ۱۱ کاراته کای نخبه ی مرد سالم پس از خون گیری مرحله ی اول، در دو هفته ی متوالی و به صورت تصادفی بطری های حاوی محلول دارونما یا کاکائو را به مقدار ۵ mg/kg مصرف کرده و دو ساعت بعد از آن، آزمون بروس را انجام دادند. بلافاصله قبل، بلافاصله و یک ساعت پس از انجام آزمون، نمونه گیری خونی مراحل دوم، سوم و چهارم انجام شد. داده های جمع آوری شده با استفاده از آزمون های استنباطی تی مستقل، تحلیل واریانس آنوا در اندازه گیری های مکرر و آزمون بونفرونی در سطح ۰/۰۵ تجزیه و تحلیل شدند. یافته ها: یافته ها نشان داد که تفاوت معنی داری در مقادیر هموگلوبین و هماتوکریت بین مراحل دوم و سوم هر دو گروه وجود داشت. با این وجود به هنگام مصرف کاکائو، تفاوت معنی داری بین مراحل مختلف زمانی در مقادیر هموگلوبین و هماتوکریت دو گروه دیده نشد. بحث و نتیجه گیری: نتایج حاصل از تحقیق حاضر بیان گر عدم تغییر مقادیر هموگلوبین و هماتوکریت به دنبال مصرف کاکائو (قبل از فعالیت ورزشی و بعد از آن، هر دو) بود. با این حال نیاز به تحقیقات بیشتری با توجه به عوامل نوع، جنس و سن آزمودنی ها، میزان آمادگی و تعداد آنها، زمان و نوع قرارداد تمرین و فعالیت درمانده ساز، شدت، مدت و تواتر فعالیت، شرایط محیطی، مقدار کاکائو و قرارداد مصرف آن وجود دارد.

## کلمات کلیدی:

Exercise, Cocoa, Hemoglobin, Hematocrit, ورزش, کاکائو, هموگلوبین, هماتوکریت

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1263242>



