

عنوان مقاله:

تغییرات غلظت ویسفاتین، شاخص مقاومت به انسولین و نیمرخ لیپیدی پس از تمرینات استقامتی شنا در زنان چاق

محل انتشار:

فصلنامه فیزیولوژی ورزشی و فعالیت بدنی، دوره 3، شماره 2 (سال: 1389)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

نجمه رضائیان

نیکو خسروی

رحمن سوری

خلاصه مقاله:

هدف تحقیق: آثار فعالیت بدنی در تعدیل شرایط التهابی ناشی از چاقی و روند پیری مشخص شده است. مطالعه حاضر تاثیر ۱۰ هفته تمرین استقامتی شنا بر سطح ویسفاتین سرم، شاخص مقاومت به انسولین (HOMA-IR) و نیمرخ لیپیدی خون را در زنان چاق مورد بررسی قرار داده است. روش تحقیق: ۱۶ زن چاق یائسه غیرفعال (شاخص توده بدنی $30 \pm 15/1$ کیلو گرم بر متر مربع و میانگین سنی $49 \pm 25/54$ سال) به طور تصادفی در دو گروه تجربی و کنترل ۱۰ هفته برنامه تمرینات استقامتی شنا (۶۰-۵۰٪ ضربان قلب بیشینه) سه جلسه در هفته شرکت کردند. سطح سرمی ویسفاتین، HOMA-IR، نیمرخ لیپیدی و شاخص های آنتروپومتری ک قبل و ۴۸ ساعت بعد از تمرین اندازه گیری شد. تجزیه و تحلیل داده ها با آزمون تی زوجی و مستقل و آزمون همبستگی پیرسون در سطح معنی داری $P < 0.05$ انجام گرفت. نتایج: اجرای ۱۰ هفته تمرین استقامتی ضمن کاهش معنی دار سطح ویسفاتین ($P = 0.045$) و شاخص مقاومت به انسولین ($P = 0.005$)، بهبود نیمرخ لیپیدی و شاخص های آنتروپومتری را به همراه داشت ($P < 0.05$) بنابر نتایج آزمون ضریب همبستگی پیرسون، علیرغم وجود رابطه معنی دار بین سطوح ابتدایی ویسفاتین سرم با سطوح ابتدایی تری گلیسرید ($r = 0.72$)، HDL-C و ($P = 0.044$) و ($r = 0.32$) بین تغییرات غلظت ویسفاتین با تغییرات هیچ یک از متغیرهای مورد بررسی رابطه معنی داری مشاهده نشد ($P = 0.05$).

کلمات کلیدی:

تمرینات استقامتی، ویسفاتین، مقاومت انسولینی، نیمرخ لیپیدی، زنان چاق

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1299904>

