

عنوان مقاله:

تاثیر یک برنامه تمرینی منتخب بر سطوح سرمی اینترلوکین ۶، اینترلوکین ۴، و عملکرد حرکتی بازیکنان نخبه واترپلو

محل انتشار:

پنجمین همایش ملی فیزیولوژی و بیوشیمی ورزشی (سال: ۱۴۰۰)

تعداد صفحات اصل مقاله: ۲۱

نویسندگان:

سید مجتبی حسینی - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزش، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نیشابور

آمنه برجسته یزدی - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی، واحد نیشابور

رامبد خواجه ای - استادیار دانشگاه آزاد اسلامی واحد نیشابور

امیررشید لمیر - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه فردوسی مشهد

خلاصه مقاله:

در سال های اخیر مطالعات بسیاری در بحث ایمنولوژی ورزش و اجزای کلیدی عملکردهای ایمنی همچون سلول های ایمنی، ایمنوگلوبین ها، گلوتامین و سایتوکین هاو تاثیر عواملی محیطی، تغذیه ای و تمرینی متمرکز شده اند. تحقیق ما به منظور بررسی تاثیر هشت هفته تمرین منتخب بر سطوح سرمی IL-۴، IL-۶ و عملکرد حرکتی بازیکنان نخبه واترپلو اجرا شد. بدین منظور ۲۰ واترپلو کار مرد (با میانگین سنی 23 ± 2 سال) به صورت تصادفی به دو گروه ۱۰ نفری تجربی (تمرین منتخب واترپلو) و کنترل (تمرین سنتی واترپلو) تقسیم شدند. تمرین منتخب واترپلو به مدت هشت هفته و هر هفته ۶ جلسه انجام شد. جهت کنترل شدت تمرینات از روش کارونن به عنوان درصدی از حداکثر ضربان قلب بیشینه ($MHR_{100-80\%}$) استفاده شد؛ همچنین هر هفته به میزان پنج درصد بر شدت تمرینات افزوده شد. در این پژوهش تست های عملکردی واترپلو شامل رکورد شنای ۵۰ متر، شنای ۱۰۰ متر سربالا، شنای ۲۰۰ متر کرال سینه، شنای 6×50 متر و شنای ۴۰۰ متر بود. جهت بررسی سطوح سرمی IL-۴، IL-۶؛ سی سی خون وریدی در مرحله پیش و پس آزمون گرفته شد و باروش الایزای ساندویچی سنجش گردید. جهت مقایسه میانگین های اندازه گیری شده از آزمون تی (t-test) در سطح معنی داری $P < 0.05$ استفاده شد. نتایج نشان داد هشت هفته تمرین منتخب واترپلو سبب تغییرات معنی دار در سطوح IL-۴ پلاسمایی واترپلوئیست های نخبه شد ($P < 0.05$) ولی با این وجود نتوانست تغییرات معنی داری در سطوح IL-۶ و عملکرد واترپلوئیست ها در رکورد شنا شود. هرچند که بهبود نسبی رکود شنا در واترپلوئیست ها مشاهده شد، با این وجود با توجه به محدودیت اطلاعات در این حوزه نیاز به انجام پژوهش های بیشتر در این خصوص احساس می شود.

کلمات کلیدی:

فاکتورهای ضد التهابی اینترلوکین ۶، اینترلوکین ۴، واترپلو، عملکرد حرکتی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356286>

