

عنوان مقاله:

بررسی و مقایسه عوامل آمادگی جسمانی وابسته به سلامت بین افراد سیگاری و غیر سیگاری

محل انتشار:

هفتمین همایش ملی پژوهش های نوین در حوزه علوم انسانی و مطالعات اجتماعی ایران (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

رقیه افرونده - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه محقق اردبیلی ایران

آیلار بیرار - دانشجوی کارشناسی ارشد گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی دانشگاه محقق اردبیلی ایران

خلاصه مقاله:

آگاهی از وضعیت سلامت جسمانی اقشار مختلف جامعه و اطلاع رسانی به خود آنها جهت بهبود وضعیت جسمانی شان از اهمیت زیادی برخوردار است. بنابراین هدف تحقیق حاضر بررسی و مقایسه وضعیت آمادگی جسمانی وابسته به سلامت افراد سیگاری و غیر سیگاری بود. جامعه آماری تحقیق حاضر تمام دانشجویان پسر سیگاری و غیر سیگاری در دانشگاه محقق اردبیلی بودند که ۱۵ نفر از افراد سیگاری و ۱۵ نفر از افراد غیر سیگاری بصورت نمونه گیری داوطلبانه در تحقیق حاضر شرکت کردند. بعد از توضیح کامل مراحل تحقیق به آزمودنی ها و گرفتن رضایت نامه از آنها حداکثر اکسیژن مصرفی با تست کوپر، ضربان قلب استراحت با نبض رادیال و درصد چربی مدل جکسون پولاک سه نقطه ای با کالیپر اندازه گیری شدند. نتایج نشان داد که ضربان قلب استراحت افراد سیگاری $4/7 \pm 85$ ضربه در دقیقه بطور معنی داری بالاتر از گروه غیر سیگاری $4/56 \pm 77$ ضربه در دقیقه می باشد. $P=0/001$ همچنین حداکثر اکسیژن مصرفی گروه سیگاری $4/61 \pm 29$ میلی لیتر به ازای هر کیلوگرم وزن بدن در دقیقه بطور معنی داری کمتر از گروه غیر سیگاری $5/19 \pm 38$ میلی لیتر به ازای هر کیلوگرم وزن بدن در دقیقه بود. $P=0/005$ اما تفاوت معنی داری بین درصد چربی دو گروه مشاهده نشد. $P=0/512$ این نتایج نشان می دهد که افراد سیگاری از لحاظ آمادگی قلبی تنفسی در معرض خطر هستند و باید با انجام فعالیت های ورزشی تا حدودی خطر مصرف سیگار را کاهش دهند.

کلمات کلیدی:

سیگار، ضربان قلب استراحت، حداکثر اکسیژن مصرفی، ترکیب بدن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1380554>

