

عنوان مقاله:

بررسی اثر هشت هفته تمرین مقاومتی بر سطوح سرمی پرپتین و عوامل مرتبط با کنترل گلیسمیک در مردان مبتلا به دیابت نوع ۲

محل انتشار:

ششمین کنفرانس بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

ماندانا غلامی - دانشیار، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران

حدیث بیات - دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران

ستاره فایض - کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزشی، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران

حمیدرضا خالونجادی - کارشناسی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد اراک، ایران

حسین عابد نطنزی - استادیار، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده ادبیات، علوم انسانی و اجتماعی، واحد علوم و تحقیقات، دانشگاه آزاد اسلامی، تهران

خلاصه مقاله:

مقدمه: تمرین ورزشی از جمله مداخلات غیر دارویی موثر برای کنترل و بهبود وضعیت گلیسمیک بیماران مبتلا به دیابت نوع ۲ می باشد. تمرین مقاومتی یکی از روشهای تمرینی شناخته شده است که تأثیرات مثبت آن بر دیابت نوع ۲ تا حدود زیادی تأیید شده است. در پژوهش حاضر محقق به بررسی اثر هشت هفته تمرین مقاومتی بر سطوح سرمی پرپتین و عوامل مرتبط با کنترل گلیسمیک در مردان مبتلا به دیابت نوع ۲ پرداخته است. روششناسی: بدین منظور ۲۴ مرد مبتلا به دیابت نوع ۲ با میانگین سن $54 \pm 16 / 9$ سال و میانگین شاخص توده بدن $28 / 37 \pm 1 / 66$ (BMI) به صورت داوطلبانه برای شرکت در پژوهش حاضر انتخاب شدند. آزمودنیها به صورت تصادفی در دو گروه کنترل (۱۲ نفر) و تمرین مقاومتی (۱۲ نفر) تقسیم بندی شدند. هر جلسه برنامه تمرین مقاومتی مشتمل بر هشت حرکت بود که با سه ست هشت تکراری و با شدت ۶۰ تا ۸۰ درصد قدرت یکتکرار بیشینه (۱RM) اجرا میشد. ۴۸ ساعت بعد از جلسه آخر تمرین، نمونه های خونی جمع آوری و سطوح متغیرهای مورد بررسی سنجیده شد. آنالیز یافته ها نیز با آزمون آنالیز کوواریانس و با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۴ انجام گرفت. نتایج: نتایج پژوهش حاضر نشان داد که سطوح سرمی پرپتین، گلوکز و مقاومت به انسولین در آزمودنیهای گروه تمرین کرده در مقایسه با گروه کنترل به صورت معناداری کاهش یافته است ($p < 0.05$). نتیجه گیری: بر اساس یافته های حاضر، به نظر میرسد که کاهش سطوح پرپتین یکی از مسیرهای احتمالی تاثیرگذاری مثبت تمرین مقاومتی در بیماران دیابتی نوع ۲ می باشد.

کلمات کلیدی:

دیابت نوع ۲، تمرین مقاومتی، مقاومت به انسولین، پرپتین

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1548975>



