

عنوان مقاله:

اثر سندروم متقاطع فوقانی بر عملکرد اندام فوقانی و ثبات ناحیه مرکزی بدن در ورزشکاران بالای سر

محل انتشار:

هفتمین همایش ملی مطالعات ورزشی و سلامت در جهان اسلام (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسندگان:

سیده مهسا هاشمی - دانش آموخته ی کارشناسی ارشد آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی

سارا چشمی - دکتری آسیب شناسی ورزشی و حرکات اصلاحی و عضو هیئت علمی موسسه آموزش عالی شمس گنبد

خلاصه مقاله:

عدم تعادل عضلانی در یک چهارم فوقانی بدن باعث بروز سندروم متقاطع فوقانی شده و این ناهنجاری گاه فرد را مستعد آسیب های حاد و مزمن می سازد. بنابراین هدف از تحقیق حاضر بررسی اثر سندروم متقاطع فوقانی بر عملکرد اندام فوقانی و ثبات ناحیه مرکزی بدن در ورزشکاران بالای سر می باشد. روش تحقیق: تحقیق حاضر با توجه به اهداف آن، از نوع تحقیقات علی مقایسه ای می باشد. جامعه آماری شامل زنان و دختران والیبالیست و هندبالیست ۱۸ تا ۳۵ ساله شهرستان بجنورد که حداقل ۶ سال سابقه فعالیت مستمر در این رشته های ورزشی را داشتند، بود. نمونه آماری این تحقیق بصورت هدفمند و با توجه به نرم افزار G-Power تعداد ۴۰ نفر تعیین شد که افراد با توجه به معیارهای ورود و خروج از تحقیق انتخاب شدند و در دو گروه مساوی با و بدون ناهنجاری سندروم متقاطع فوقانی قرار گرفتند. برای ارزیابی ثبات عملکردی اندام فوقانی از آزمون تعادل Y، برای ارزیابی عملکرد انفجاری اندام فوقانی از آزمون پرتاب توپ مدیسین بهال و به منظور سنجش ثبات ناحیه مرکزی بدن از آزمون های مک گیل استفاده شد. به منظور انجام تجزیه و تحلیل داده های بدست آمده در این تحقیق، از آمار توصیفی و آزمون T مستقل برای مقایسه دو گروه با استفاده از نرم افزار آماری SPSS استفاده شد. یافته ها: نتایج نشان داد بین ثبات عملکردی اندام فوقانی $P=0/001$ و بین عملکرد انفجاری اندام فوقانی $P=0/001$ و بین استقامت ناحیه مرکزی بدن $P=0/001$ در ورزشکاران با و بدون ناهنجاری سندروم متقاطع فوقانی اختلاف معنی داری وجود دارد نتیجه گیری: با توجه به یافته های این تحقیق مشخص می شود که سندروم متقاطع فوقانی که در ورزشکاران بالای سر شیوع بالایی دارد، بر عملکرد اندام فوقانی و ثبات ناحیه مرکزی بدن تاثیر گذار است و می تواند به عنوان یک ریسک فاکتور آسیب برای این ورزشکاران در نظر گرفته شود.

کلمات کلیدی:

سندروم متقاطع فوقانی، عملکرد اندام فوقانی، ثبات ناحیه مرکزی بدن، ورزشکاران بالاسر

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1563214>

