

## عنوان مقاله:

مقایسه یک دوره تمرین تناوبی خیلی شدید و تداومی بر پروتئین SIRT3 و دفاع ضد اکسایشی عضله دوقولوی رت های ماده سالمند

## محل انتشار:

فصلنامه فیزیولوژی ورزشی، دوره 14، شماره 55 (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 22

## نویسندگان:

علی عسکریان - گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه تهران، تهران، ایران

عباسعلی گائینی - هیئت علمی دانشگاه تهران

محمدرضا کردی - هیات علمی، دانشگاه تهران

سیروس چوبینه - دانشگاه تهران

## خلاصه مقاله:

هدف: هدف از پژوهش حاضر مقایسه ۱۲ هفته تمرین تناوبی خیلی شدید و تداومی بر مقادیر پروتئین سیرتوئین ۳ (SIRT3) و فعالیت آنزیم سوپراکسیددیسموتاز عضله دوقولوی رتهای ماده سالمند بود. روش ها: ۱۵ سر رت ماده نژاد ویستار (سن ۱۸ ماه، وزن  $281 \pm 17.34$  گرم) انتخاب و در سه گروه تمرین تناوبی خیلی شدید (HIIT)، تمرین تداومی (CT) و کنترل طبقه بندی شدند. پس از ارزیابی حداکثر اکسیژن مصرفی رتها، تمرینهای تناوبی خیلی شدید و تداومی به شکل پیشرونده و به ترتیب با شدت ۸۵-۹۰٪ و ۶۵-۷۰٪  $VO_{2max}$  به گونه ای طراحی شدند که زمان HIIT تقریباً نصف زمان CT بود. ۴۸ ساعت پس از آخرین جلسه تمرین، رت ها قربانی شدند و عضله دوقولوی آنها برای تجزیه و تحلیل های آزمایشگاهی ذخیره شد. یافته ها: پژوهش حاضر تفاوت معناداری را در مقادیر SIRT3 بین گروه های HIIT و کنترل و CT و کنترل (کنترل)

## کلمات کلیدی:

تمرین، سالمندی، سیرتوئین ها، رادیکال های آزاد، دفاع ضد اکسایشی

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1575931>

