

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر فعالیت فیزیکی بر بهبود بیماری سارکوپنی در سالمندان: یک مرور نظام مند

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 66، شماره 1 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

مهرالسادات مهدیزاده - استادیار گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، گروه آموزش بهداشت و ارتقاء سلامت، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد.

فاطمه پورحاجی - استادیار گروه آموزش و ارتقاء سلامت، گروه بهداشت، مرکز تحقیقات علوم بهداشتی، دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، ایران.

محمد حسین دلشاد - استادیار گروه آموزش و ارتقای سلامت، گروه بهداشت، مرکز تحقیقات علوم بهداشتی، دانشکده علوم بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی تربت حیدریه، ایران.

نیلوفر داداشی - گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، مرکز عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی، مشهد، ایران.

فهیمة پورحاجی - گروه آموزش بهداشت و ارتقای سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی، مرکز عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، دانشگاه علوم پزشکی، مشهد، ایران.

خلاصه مقاله:

چکیده: زمینه و هدف: سندرم سارکوپنی وضعیتی است که با از دست دادن توده و عملکرد ماهیچه های اسکلتی مشخص می شود. هدف از این مطالعه بررسی تاثیر فعالیت بدنی بر پیشگیری و کنترل پیشرفت بیماری سارکوپنی است. مواد و روش ها: این مطالعه یک مرور سیستماتیک بر اساس بیانیه PRISMA است و یک جستجوی الکترونیکی در پایگاه های پایگاه های ایران مدکس، SID، مگیران، Science Direct، Web of Science، PubMed، Scopus، Google scholar و دو زبان فارسی و انگلیسی از ابتدا تا ۱۴۰۰ سال با کلمات کلیدی "فعالیت بدنی" و "سارکوپنی" به هر دو زبان جستجو شدند. نتایج: نتایج مطالعات انجام شده در برزیل نشان داد که در میزان شیوع سارکوپنی بین مردان و زنان تفاوت معنی داری وجود دارد ($p=0.029$)، به طوری که شیوع سارکوپنی در مردان ۳/۱۵ درصد در مقابل شیوع سارکوپنی در زنان ۹/۵ درصد است. یک مطالعه کره ای نشان داد که شیوع چاقی سارکوپنیک در بین افرادی که فعال بودند به طور قابل توجهی کمتر بود. مردانی که سطح فعالیت بدنی بالاتری داشتند کمتر به سارکوپنی مبتلا شدند ($p<0.001$). سطوح بالاتر فعالیت بدنی با کاهش خطر سارکوپنی مرتبط است. نتایج یک مطالعه در اسپانیا نشان داد که رابطه معنی داری بین سارکوپنی و فعالیت بدنی وجود دارد، به طوری که افراد دارای رفتار کم تحرک (SB) بیشتر در معرض ابتلا به سارکوپنی هستند ($p<0.001$). نتیجه: یافته ها نشان می دهد که فعالیت بدنی به حفظ یا بهبود توده عضلانی در سالمندان کمک می کند.

کلمات کلیدی:

سالمندان، فعالیت بدنی، سندرم سارکوپنی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1679099>



