

عنوان مقاله:

تاثیر یک دوره تمرین تداومی بر سطوح بتاتروفین و پروفایل لیپیدی در مردان چاق

محل انتشار:

مجله طب نظامی، دوره 22، شماره 4 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 8

نویسندگان:

امید قربانی

محسن ثالثی - بخش علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شیراز، شیراز، ایران

مریم کوشکی

فرهاد دریانوش

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: بسیاری از مطالعات اپیدمیولوژیک تغییر غلظت بتاتروفین در بیماری‌های متابولیکی مانند دیابت، چاقی و سندرم متابولیک را نشان داده‌اند. هدف از این پژوهش بررسی اثر ۸ هفته تمرین تداومی بر سطوح بتاتروفین و لیپیدهای سرم مردان چاق است. روش‌ها: در این مطالعه ۲۰ مرد چاق به طور تصادفی در دو گروه کنترل (۱۰ نفر) و تمرین (۱۰ نفر) قرار گرفتند. تمرینات به مدت ۸ هفته و ۳ جلسه در هفته انجام شد. آزمودنی‌های گروه تمرین در هفته اول و دوم، به مدت ۲۵ دقیقه با شدت ۵۵ تا ۶۵ درصد ضربان قلب بیشینه فعالیت ورزشی تداومی را شروع کردند. در هفته ۳ تا ۵ به مدت ۳۵ دقیقه با شدت ۶۵ تا ۷۵ درصد و در هفته ۶ تا ۸ به مدت ۴۰ دقیقه با ۷۵ تا ۸۵ درصد تمرین کردند. در ابتدا و انتهای تمرین ۱۰ دقیقه گرم کردن و سرد کردن انجام گرفت. پیش از شروع و در پایان دوره تمرین سطوح سرمی بتاتروفین، HDL، LDL، TG و اندازه گیری شد. یافته ها: ۸ هفته تمرین باعث کاهش معنی‌دار بتاتروفین ($P=0.036$)، TG ($P=0.02$)، LDL ($P=0.001$) و افزایش HDL ($P=0.052$) در پس‌آزمون نسبت به پیش‌آزمون در گروه تمرین شد. بررسی میانگین‌های بین گروهی این شاخص‌ها نیز نشان داد که این تفاوت بین گروه تمرین و کنترل نیز معنی‌دار است. هم‌چنین وزن و شاخص توده بدنی به طور معنی‌داری کاهش یافت. بنا بر نتایج آزمون پیرسون سطوح بتاتروفین با سطوح BMI، LDL، TG، ارتباط مثبت و با HDL ارتباط منفی داشت. نتیجه‌گیری: ۸ هفته تمرین می‌تواند سطوح بتاتروفین را در افراد چاق کاهش دهد. کاهش بتاتروفین با تغییر در وزن و شاخص توده بدنی و متابولیسم لیپیدها همراه است. به نظر می‌رسد که احتمالاً بتاتروفین می‌تواند به عنوان یک هدف درمانی در اختلالات مرتبط با چاقی مانند دیس لیپیدمی مطرح باشد.

کلمات کلیدی:

بتاتروفین، ANGPTL8، تری گلیسیرید، تمرین تداومی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1735131>

