

عنوان مقاله:

اثر حاد عصاره سیر کهنه و فعالیت تناوبی شدید بر هزینه سوخت و سازی، اکسایش سوبسترا و کورتیزول بزاقی در زنان غیر فعال

محل انتشار:

مجله دانشگاه علوم پزشکی مازندران، دوره 33، شماره 226 (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

محسن محمدنیا احمدی - Assistant Professor, Department of Exercise Physiology, Faculty of Sport Sciences, Birjand University, Birjand, Iran

زهره همایون - MSc in Sport Sciences, Faculty of Sport Sciences, Birjand University, Birjand, Iran

سعید ایل بیگی - Associate Professor, Department of Sport Biomechanics Faculty of Sport Sciences, Birjand University, Birjand, Iran

فاطمه رضائیان - MSc in Sport Sciences, Faculty of Sport Sciences, Birjand University, Birjand, Iran

خلاصه مقاله:

سابقه و هدف: با توجه به پیشرفت استفاده از طب سنتی در مطالعات اخیر، عصاره سیر کهنه به عنوان عامل اثرگذار بر چربی خون و کاهنده استرس جسمانی و روانی مورد توجه قرار گرفته است. بر این اساس، هدف از مطالعه حاضر بررسی اثر حاد مصرف عصاره سیر کهنه بر هزینه سوخت و سازی، اکسایش سوبسترا و کورتیزول بزاقی هنگام و پس از فعالیت تناوبی شدید می باشد. مواد و روش ها: تعداد ۱۰ نفر از زنان غیرفعال شهر بیرجند (سن: 24 ± 6 سال، میانگین شاخص توده بدنی $22-23$ کیلوگرم بر مترمربع) در ۲ جلسه به فاصله یک هفته در این آزمون شرکت کردند. آزمودنی ها در جلسه اول، مکمل سیر (۶۰۰ میلی گرم سیر کهنه) و در جلسه دوم، دارونما (۶۰۰ میلی گرم نشاسته) را یک ساعت قبل از انجام فعالیت تناوبی شدید مصرف نمودند. برنامه فعالیت تناوبی شدید شامل اجرای ۱۱ تناوب دویدن ۱ دقیقه ای با شدت ۹۰ درصد $\max VVO$ بود که با ۱۱ تناوب استراحتی ۲ دقیقه ای با شدت ۶۰ درصد $\max VVO$ دنبال شد. هزینه سوخت و سازی و اکسایش سوبسترا با استفاده از دستگاه تجزیه و تحلیل گازهای تنفسی و کورتیزول بزاقی به روش نورتابی شیمیایی اندازه گیری شد. تحلیل آماری داده ها با آزمون تحلیل واریانس مکرر انجام شد. یافته ها: نتایج نشان داد در دو گروه سیر و دارونما بین شاخص های میانگین اکسیژن مصرفی ($P=0/28$)، اکسایش چربی ($P=0/09$)، نسبت تبادل تنفسی ($P=0/08$)، هزینه انرژی ($P=0/76$) و کورتیزول بزاقی ($P=0/66$) تفاوت معنی داری وجود نداشت. استنتاج: بر اساس یافته های این مطالعه، مصرف مکمل سیر کهنه همراه با انجام فعالیت تناوبی شدید تاثیری بر هزینه سوخت و سازی، اکسایش سوبسترا و سطح کورتیزول در زنان غیر فعال ندارد.

کلمات کلیدی:

cortisol, aged garlic, high intensity intermittent activity, respiratory exchange ratio, oxygen consumption, energy expenditure, کورتیزول، سیر کهنه، فعالیت تناوبی شدید، نسبت تبادل تنفسی، میزان اکسیژن مصرفی، هزینه انرژی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1815891>



