

## عنوان مقاله:

تأثیر تمرین برونگرا در خشکی و آب بر HSP70 و آنزیم های کبدی در دختران ورزشکار

## محل انتشار:

ششمین همایش ملی دانشجویان تربیت بدنی و علوم ورزشی ایران (سال: 1390)

تعداد صفحات اصل مقاله: 11

## نویسندگان:

مرصیه کیانی - کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

فرهاد دریانوش - استادیار بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

مریم کوشکی جهرمی - استادیار بخش تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی

نورالله محمدی - دانشیار بخش روانشناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانش

## خلاصه مقاله:

با توجه به اینکه تا کنون تحقیقی با هدف، بررسی تأثیر یک جلسه تمرین در خشکی و آب بر پروتئین شوک گرمایی (HSP70) و برخی از آنزیم های کبدی شامل آسپاراتات آمینوترانسفراز (AST)، آلانین آمینوترانسفراز (ALT) و الکالین فسفاتاز (ALP) در دختران ورزشکار صورت نگرفته است، محققان این پژوهش را انجام دادند. بدین منظور 15 داوطلب از بین زنان کوهنورد که حداقل 16 هفته و هر هفته حداقل 2500 متر صعود داشتند، انتخاب شدند. خون گیری از آزمودنی ها قبل و بلافاصله پس از آزمون ورزشی برونگرا انجام شد. آزمون ورزشی برونگرا به شکل 20 دقیقه پله زدن با شدت 15 گام در دقیقه و با فواصل 5 دقیقه ای انجام می شد و بین هر دوره 5 دقیقه ای، یک دقیقه استراحت در نظر گرفته شد. آزمودنی ها آزمون را با فاصله زمانی یک هفته در خشکی و آب اجرا کردند. یافته های پژوهش با استفاده از آزمون تحلیل واریانس اندازه گیری مکرر مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. نتایج تحقیق حاکی از آن بود که بدنبال اجرای آزمون ورزشی برونگرا در خشکی و آب، تفاوت معناداری در میزان HSP70، ALT، AST و ALP مشاهده شد ( $P \leq 0/05$ ). در نهایت این پژوهش نشان داد انجام تمرین در آب نسبت به خشکی تفاوت داشته و تا حدودی التهاب را در بدن کاهش می دهد.

## کلمات کلیدی:

آنزیم های کبدی، HSP70، آزمون برونگرا، محیط خشکی و محیط آب

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/194330>

