

عنوان مقاله:

اثر ۸ هفته تمرینات تناوبی با شدت بالا همراه با مصرف ویتامین D بر ایمنوگلوبین m، d و G دختران غیر فعال

محل انتشار:

نهمین کنفرانس بین المللی تربیت بدنی و علوم ورزشی (سال: 1402)

تعداد صفحات اصل مقاله: 15

نویسنده:

فاطمه رستمی فرد - دانشگاه آزاد اسلامی واحد تهران مرکز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی

خلاصه مقاله:

مقدمه: هدف تحقیق حاضر اثر ۸ هفته تمرینات تناوبی با شدت بالا همراه با مصرف ویتامین D بر ایمنوگلوبین m، d و G دختران غیر فعال بود. مواد و روش ها: این تحقیق یک پژوهش نیمه تجربی که زنان میانسال غیرفعال شهر تهران نفری ۳۰ نفر انتخاب شدند. پس از مطالعه و امضا رضایت نامه و اندازه گیری شاخص های آنترپومتریک استراحتی آزمودنی ها و BMI به طور تصادفی به ۴ گروه (۱: کنترل، ۲: تمرین، ۳: تمرین + ویتامین D، ۴: ویتامین D به صورت پیش ازمن و پس ازمن تقسیم شدند. آزمودنی های گروه های تمرین فعالیت HIIT را انجام دادند. آزمودنی های گروه مکمل هفته ای یک قرص ویتامین D ۵۰۰۰۰ به همراه ناهار از شرکت داروسازی دانا به صورت سافت ژل مصرف کردند. نمونه گیری های خون ۲۴ ساعت قبل و بعد از شروع و پایان HIIT و مصرف ویتامین D از آزمودنی ها به عمل آمد. تغییرات بین گروهی و درون گروهی متغیرها با استفاده از کواریانس دو راهه و آزمون تعقیبی بونفرونی بررسی گردید. یافته ها و نتایج: نتایج نشان داد که سطوح IgG و IgM تغییر معنادار ($p < 0.05$) داشتند ولی تغییر معنی داری در سطوح IgD دیده نشد ($P > 0.05$). نتیجه گیری: در ادبیات تحقیق تحقیقی که به بررسی اثر ویتامین D و ایمنوگلوبین ها بپردازد دیده نشد. در مطالعه حاضر دیده شد که اثر تعاملی تمرین تناوبی و ویتامین D باعث کاهش معنادار سطوح IgG و IgM شد. احتمالاً تمرین تناوبی تجویز شده در مطالعه حاضر باعث اثر معنادار بر فاکتور های نامبرده شده است و احیاناً با توجه به پیشینه تحقیق ویتامین D اثری بر سطوح ایمنوگلوبین ها ندارد. باز برای اثبات این فرضیه به تحقیقات بیشتری نیاز است.

کلمات کلیدی:

ویتامین دی، IgG، IgM، IgD، HIIT، دختران غیرفعال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/2016557>

