

عنوان مقاله:

تاثیردو نوع تمرین ورزشی بر ارکسین A و نیمرخ لیپیدی درپسران نوجوان چاق

محل انتشار:

همایش بین المللی یافته های نوین پژوهشی در علوم ورزشی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

فضه محمدحسینی - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش دبیراداره آموزش و پرورش ناحیه 4 تبریز مرکز استعدادهای درخشان فرزندگان

علیرضا اسفندیاری نژاد - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزش دبیراداره آموزش و پرورش ناحیه 4 تبریز مرکز استعدادهای درخشان شهیدمدنی

محمد رضا اسد - استادیار گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی دانشگاه پیام نور البرز مرکز کرج

افشار جعفری - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی دانشگاه تبریز

خلاصه مقاله:

باتوجه به ابهامات مرتبط با ارکسین A و چاقی پژوهش حاضر به منظور تعیین تاثیر تمرین های استقامتی و HIIT بر سطوح پلاسمایی ارکسین a و نیمرخ لیپیدی در پسران نوجوان چاق انجام شد به این منظور در قالب طرح نیمه تجربی 35 پسر چاق سالم و غیرفعال میانگین سنی $15/5 \pm 0/69$ صدک BMI مساوی یا بالاتر از 95 درصد نمایه توده بدن $28/72 \pm 2/20$ بطور تصادفی در سه گروه همگن تمرین استقامتی HIIT و کنترل جایگزین شدند گروه تمرین های استقامتی و HIIT به ترتیب در هشت هفته دو استقامتی و دو تناوبی با شدت بالا سه جلسه در هفته شرکت کردند 48 ساعت قبل و بعد از آخرین جلسه تمرین سطوح پلاسمایی ارکسین A نیمرخ لیپیدی شاخص ترین تن سنجی و اکسیژن مصرفی بیشینه اندازه گیری شد داده ها بصورت میانگین \pm انحراف استاندارد و با استفاده از آزمون تحلیل واریانس مکرر در سطح معنی داری $p > 0/05$ بررسی شد بر اساس یافته ها در سطوح پلاسمایی ارکسین A گروه های کنترل و تمرین تفاوت معنی داری مشاهده نگردید $p < 0/05$ از سطوح پلاسمایی نیمرخ لیپیدی تنها در تری گلیسرید گروه های تمرین و کنترل تفاوت معنی داری مشاهده شد

کلمات کلیدی:

ارکسین A ، تمرین استقامتی ، HIIT (تمرین تناوبی با شدت بالا ، نیمرخ لیپیدی ، شاخص تن سنجی ، چاقی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/463120>

