

عنوان مقاله:

اثر حاد و مزمن تمرین تناوبی با شدت بالا در محیط معتدل و گرم بر سطوح سرمی آیریزین در مردان سالم

محل انتشار:

همایش ملی علوم کاربردی ورزش و تندرستی (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 5

نویسندگان:

ابراهیم یزدان پناه - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی فعالیت بدنی و تندرستی دانشگاه آزاد اسلامی میانه

جبار بشیری - گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی واحد تبریز دانشگاه آزاد اسلامی تبریز ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: آیریزین یک پلی پپتید 112 اسید آمینه ایست که در پاسخ به ورزش از عضلات ترشح و وارد گردش خون می شود. این مطالعه به منظور تعیین اثر حاد و مزمن تمرین تناوبی با شدت بالا در محیط معتدل و گرم بر سطوح سرمی آیریزین در مردان سالم انجام شد. روششناسی: 24 نفر از دانشجویان تربیت بدنی مشغول به تحصیل به صورت در دسترس (میانگین سن 55/195/22 سال، وزن 71/612/70 کیلوگرم، قد 69/419/177 سانتیمتر، شاخص توده بدن 46/15/22 کیلوگرم بر متر مربع) انتخاب شدند و آزمودنیها با توجه به برآورد VO_{2max} به 3 گروه تمرین در محیط گرم (دمای 40 درجه، رطوبت 20 تا 40 درصد)، تمرین در محیط طبیعی (دمای 123 درجه، رطوبت 20 تا 40 درصد) و کنترل به صورت همتا تقسیم شدند. آزمودنیهای گروه محیط گرم و طبیعی به مدت 2 هفته متوالی، هر هفته 6 جلسه و در مجموع 12 جلسه تمرین کردند. هر جلسه تمرین شامل 5 وهله 150 ثانیه دویدن روی نوارگردان با شدت 85-90 درصد vVO_{2max} بود که بین هر وهله 150 ثانیه ریکاوری فعال با شدت 50 درصد vVO_{2max} دنبال میشد. نمونههای خون در مرحله پیش (پایه) و پس آزمون (به دنبال 1 جلسه فعالیت و 2 هفته تمرین) برای تعیین غلظت آیریزین سرم به دنبال 12 ساعت ناشتایی شبانه از ورید آنتی کوبیتال جمع آوری شد. مقدار آیریزین سرم با استفاده از کیت آزمایشگاهی و به روش آنزیم لینک ایمنواسی (ELISA) (و بر اساس دستورالعمل کارخانه سازنده کیت (BIOLOGICAL BOSTER، آمریکا) تعیین گردید. برای تجزیه و تحلیل دادهها پس از اطمینان از توزیع طبیعی آنها، از آزمونهای T مستقل، T وابسته و تحلیل واریانس یکسویه در سطح معناداری 05/0

کلمات کلیدی:

تمرین تناوبی با شدت بالا، آیریزین، محیط معتدل، محیط گرم، مردان سالم

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/544070>

