

## عنوان مقاله:

تأثیر فعالیت مقاومتی حاد بر سطوح سرمی برخی شاخص های التهابی و آسیب عضلانی در زنان غیر فعال

## محل انتشار:

دو فصلنامه مطالعات کاربردی علوم زیستی در ورزش، دوره 4، شماره 7 (سال: 1395)

تعداد صفحات اصل مقاله: 13

## نویسندگان:

محبوبه عجم زبید - کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد گناباد، ایران

حسین طاهری چادر نشین - استادیار گروه علوم ورزشی، دانشگاه بجنورد، بجنورد، ایران

سیدحسین ابطحی ایوری - استادیار گروه بیوشیمی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی گناباد، گناباد، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: مطالعات نتایج متناقضی را پیرامون اثر حاد تمرین ورزشی بر شاخص های التهابی، آسیب اکسایشی و آسیب عضلانی مطرح ساخته اند. از این رو، هدف مطالعه حاضر بررسی اثر حاد فعالیت مقاومتی شدید بر سطوح سرمی عامل نکروز دهنده تومور آلفا (TNF- $\alpha$ ) به عنوان شاخص التهابی، مالون دی آلدئید (MDA) به عنوان شاخص فشار اکسایشی، و لاکتات دهیدروژناز (LDH) و کراتین کیناز (CK) به عنوان دو شاخص آسیب عضلانی بود. روش تحقیق: بدین منظور 20 زن سالم غیرفعال (میانگین سن  $21/55 \pm 1/56$  سال و شاخص توده بدنی  $21/68 \pm 3/26$  کیلوگرم بر متر مربع) به طور تصادفی به دو گروه فعالیت مقاومتی شدید و کنترل تقسیم شدند. آزمودنی ها فعالیت مقاومتی حاد را با شدت 85 درصد یک تکرار بیشینه در 8 ایستگاه (پرس سینه، پرس پا، قایقی نشسته، پرس بالای سر، باز کردن زانو، باز کردن بازو، خم کردن بازو و بلند کردن پاشنه) در 3 نوبت انجام دادند. قبل و بلافاصله بعد از فعالیت مقاومتی، نمونه های خونی جمع آوری شدند. با استفاده از کیت های تجاری متغیرهای MDA و TNF- $\alpha$  به روش الایزا اندازه گیری شدند و سطوح LDH و CK به روش فوتومتریک مورد سنجش قرار گرفتند. از آزمون وابسته و مستقل به ترتیب برای مقایسه درون گروهی و بین گروهی متغیرهای وابسته در سطح ( $p < 0/05$ ) استفاده شد. یافته ها: یک جلسه فعالیت مقاومتی شدید موجب افزایش معنی دار ( $p = 0/001$ ) سطوح سرمی TNF- $\alpha$  و MDA شد. همچنین، سطوح سرمی شاخص های آسیب عضلانی (LDH ( $p = 0/03$ ) و CK ( $p = 0/001$ )) متعاقب فعالیت مقاومتی حاد به طور معنی داری افزایش یافت. نتیجه گیری: یک جلسه فعالیت مقاومتی شدید با آسیب اکسایشی و عضلانی در زنان غیرفعال همراه است و اتخاذ تدابیر تمرینی و تغذیه ای هنگام اجرای این نوع تمرینات، ضروری به نظر می رسد.

## کلمات کلیدی:

فعالیت مقاومتی حاد؛ عامل نکروز دهنده تومور آلفا؛ مالون دی آلدئید؛ لاکتات دهیدروژناز؛ کراتین کیناز

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/602880>

