

عنوان مقاله:

اثر هشت هفته تمرین تداومی با شدت بالا بر سطوح مالون دی آلدیید MDA و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام TAC پلاسمای زنان مبتلا به دیابت نوع 2

محل انتشار:

دومین کنفرانس بین المللی پژوهشهای کاربردی در تربیت بدنی، علوم ورزشی و قهرمانی (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

علی یعقوبی - گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

محسن سروری - کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

یاسمن اسماعیلی - دانشجوی کارشناسی ارشد فیزیولوژی ورزش، گروه تربیت بدنی و علوم ورزشی، واحد بجنورد، دانشگاه آزاد اسلامی، بجنورد، ایران

خلاصه مقاله:

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر هشت هفته تمرین تداومی با شدت های مختلف بر سطوح مالون دی آلدیید MDA و ظرفیت آنتی اکسیدانی تام TAC پلاسمای زنان مبتلا به دیابت نوع 2 می باشد. جامعه آماری این تحقیق زنان 50 تا 60 سال مبتلا به دیابت نوع 2 بودند که 35 نفر از آن ها که حداقل سابقه 2 سال بیماری را داشتند به روش در دسترس و نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به طور تصادفی در 2 گروه شامل 1: گروه کنترل و 2: گروه تمرین تداومی با شدت بالا، قرار داده شدند. گروه های تمرینی به مدت 8 هفته به تمرین پرداختند. پروتکل تداومی با شدت بالا شامل 30 دقیقه دویدن با شدت 80% ضربان قلب ذخیره بود. خون گیری در دو مرحله، 24 ساعت قبل از اولین جلسه تمرین و 48 ساعت بعد از آخرین جلسه تمرین، انجام گرفت. اندازه گیری سطح MDA به روش TBARA صورت گرفت و سطح TAC پلاسمای به روش رنگ سنج، صورت پذیرفت. به منظور تجزیه و تحلیل آماری داده ها از آزمون آماری t وابسته، آنالیز واریانس یک طرفه و آزمون تعقیبی توکی، در سطح معناداری $P > 0/05$ استفاده شد. نتایج تحقیق حاضر نشان داد هشت هفته تمرین تداومی با شدت بالا بر سطح MDA پلاسمای زنان مبتلا به دیابت نوع دو تاثیر معناداری دارد. $P < 0.05$ همچنین تمرین تداومی با شدت بالا بر سطح TAC اثر معناداری ندارد $P > 0.05$ با این وجود می توان نتیجه گرفت که تمرین ورزشی تداومی صورت گرفته از طریق پیش گیری از وخیم تر شدن تعادل بین عوامل اکسیدانی و آنتی اکسیدانی می تواند از پیشرفت بیماری افراد دیابتی نوع 2 نیز جلوگیری کند

کلمات کلیدی:

تمرین تداومی با شدت بالا، مالون دی آلدیید، ظرفیت آنتی اکسیدانی تام، دیابت نوع 2

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/743944>

