

## عنوان مقاله:

تاثیر یک دوره تمرینات ترکیبی و مصرف مکمل اسیدفولیک بر میزان هموسیستین، پروتئین واکنشی C و فیبرینوژن زنان چاق

## محل انتشار:

دومین همایش ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اهواز (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

## نویسنده:

خدیجه ایران دوست - دانشیار دانشگاه بین المللی امام خمینی(ره)، قزوین، ایران

## خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: شیوع بیماری های قلبی عروقی در دنیا یکی از مواردی است که همواره سیاست گذاران حوزه سلامت را معطوف خودساخته است. از این رو هدف از این تحقیق تاثیر یک دوره تمرینات ترکیبی و مصرف مکمل اسیدفولیک بر هموسیستین، پروتئین واکنشی C و فیبرینوژن زنان چاق بود. روش تحقیق: پژوهش از نوع نیمه تجربی پیش آزمون - پس آزمون بود. که در آن 40 آزمودنی به صورت داوطلبانه در تحقیق مشارکت داشتند که از این میان نیمی از آن ها دارای شرایط ورود به تحقیق بودند. دامنه سنی آزمودنی ها 35-40 سال بوده و درصد چربی بدن آن ها بالای 30 درصد بود. از آمار استنباطی t همبسته برای مقایسه درون گروهی و t مستقل برای بررسی بین گروهی نتایج استفاده شد. نتایج: نتایج تحقیق نشان داد شاخص های التهابی قلبی عروقی هموسیستین، پروتئین واکنشی C و فیبرینوژن زنان چاق متعاقب مداخلات تمرینی و مکمل اسیدفولیک به طور معنی داری بهبود داشت ( $p \geq 0.05$ ) این در حالی بود که توامان با این بهبود، وضعیت چاقی آزمودنی ها هم بهبود معنی داری داشت ( $p \geq 0.05$ ). نتیجه گیری: نتیجه کلی این بود که مکمل یاری اسیدفولیک به همراه اجرای تمرینات هوازی مقاومتی می تواند زمینه ساز کاهش ریسک فاکتورهای قلبی عروقی همچون هموسیستین، فیبرینوژن و پروتئین واکنش C شود.

## کلمات کلیدی:

اسیدفولیک- پروتئین واکنشی C- فیبرینوژن

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/813423>

