

عنوان مقاله:

بررسی توان هوازی، شاخص های پیکر سنجی (WHR، BMI، BF%، WC) و سوخت و سازی عوامل خطرزای قلبی عروقی مردان غیر ورزشکار شهر سنجند

محل انتشار:

همایش ملی رویکردهای نوین در فیزیولوژی ورزشی (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 16

نویسندگان:

وحید اسعدی - کارشناس ارشد تربیت بدنی و علوم ورزشی

طه رزم آرا - دانشجو دکتری مدیریت ورزشی

خلاصه مقاله:

هدف: تحقیق حاضر به منظور بررسی توان هوازی شاخص های پیکر سنجی (WHR، BMI، WC، BF%) و عوامل خطر زای قلبی عروقی شامل قند خون ناشتا (FBS)، غلظت کلسترول تام (TC)، تری گلیسرید (TG)، لیپوپروتئین پرچگال (HDL)، لیپوپروتئین کم چگال (LDL)، عامل خطر (RF) و همچنین فشار خون سیستولیک، و در نهایت با هدف کلی تعیین وضعیت و روابط متقابل توان هوازی شاخص های پیکر سنجی و عوامل خطرزای قلبی عروقی مردان میانسال غیر ورزشکار شهر سنجند می باشد. روش شناسی: این تحقیق یک مطالعه ی همبستگی است و به شکل میدانی انجام شده است. آزمودنی های تحقیق را 93 نفر مرد داوطلب 31 ال 40 سال تشکیل می دادند. برای تجزیه و تحلیل داده های تحقیق از روش های آماری توصیفی و استنباطی استفاده شد. در بخش آمار توصیفی، با کمک شاخص های گرایش به مرکز، توصیف و با استفاده از نقاط درصدی، هنجارهای مرتبط تهیه شد. در بخش آمار استنباطی، از ضریب همبستگی پیرسون برای بدست آوردن رابطه ی بین داده ها و معنادار بودن آنها استفاده شد. همچنین برای فرض هنجار بودن و این که متغیرها از توزیع هنجار انحراف ندارند از آزمون کلموگروف اسمیرنوف استفاده شد. جهت بررسی بالا یا پایین بودن میانگین حاصله در رابطه با هنجارهای موجود در داخل کشور می توان با استفاده از آزمون t استیودنت اختلافات بالا یا پایین بودن مقادیر حاصله را مورد بررسی و تحلیل قرار داد. کلیه ی عملیات آماری با استفاده از نرم افزار SPSS و EXCEL انجام شد. یافته ها: یافته های تحقیق حاضر نشان می دهد که متغیرها از الگوی طبیعی برخوردار هستند. همچنین رابطه ی منفی معناداری بین اکسیژن مصرفی بیشینه و (WHR (r=-0/523؛ (WC (r=-0/616؛ (BMI (r=-0/454؛ (BF% (r=-0/847 به دست آمد. ولی رابطه ی معنی دار بین اکسیژن مصرفی بیشینه و عوامل خطر زای قلبی عروقی (FBS، TG، TC، HDL، LDL، RF) مشاهده نشد. بین شاخص های پیکر سنجی و عوامل خطرزای قلبی عروقی رابطه ی معنی داری وجود نداشت. ولی رابطه ی معناداری بین فشار خون سیستولیک و (WHR (r=0/229؛ (WC (r=0/329؛ (BMI (r=0/363 و (BF% (r=0/249 در سطح 0/05 به دست آمد. بحث و نتیجه گیری: نتیجه ی تجزیه و تحلیل یافته های تحقیق حاضر نشان داد که WC یک رابطه ی قوی تری نسبت به دیگر شاخص های پیکر سنجی برای احتمال خطر بروز بیماری قلبی عروقی در بین مردان 31 ال 40 سال شهر سنجند باشد. آن چه مسلم است، این می باشد که هنجارهای توان هوازی و شاخص های پیکر سنجی به دست آمده در کشورها و مناطق مختلف با توجه به سن، جنس، قوم و نژاد، آب و هوا، فرهنگ اجتماعی اقتصادی، تغذیه و ... فرق کند. پس بدیهی است که هنجار به دست آمده برای مردان 31 ال 40 ساله ی شهر سنجند با بقیه ی هنجارهای به دست آمده از تحقیقات مختلف تفاوت داشته باشد، اما به نظر می رسد که هنجار بدست آمده در تحقیق حاضر قدری بالاتر از دیگر هنجارها است که این امر می تواند به دلیل تاثیر متغیر سن باشد.

کلمات کلیدی:

توان هوازی، اندازه دور کمر (WC)، نسبت دور کمر به دور لگن (WHR)، شاخص توده ی بدن (BMI)، درصد چربی بدن (BF%)، عامل خطرزای قلبی عروقی (RF)

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/961843>

