

عنوان مقاله:

تاثیر مصرف حاد مکمل آل آرژنین بر حداکثر اکسیژن مصرفی و اسیدلاکتیک خون مردان غیرفعال

محل انتشار:

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 4

نویسندگان:

حسین طاهری چادر نشین - دانشگاه بجنورد

مهدیه شفیعی لطف ابادی - دانشگاه بجنورد

زهرا بهرمان - دانشگاه بجنورد

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: مطالعات اثر کوتاه و بلندمدت مصرف مکمل آل آرژنین را در ورزشکاران مورد بررسی قرار داده اند ولی اثر حاد مصرف مکمل آل آرژنین در آزمودنی های غیرفعال به خوبی مشخص نشده است. بنابراین، هدف مطالعه حاضر بررسی اثر یک وهله مصرف مکمل آل آرژنین بر حداکثر اکسیژن مصرفی (VO_{2max}) و سطوح اسیدلاکتیک خون مردان غیرفعال بود. روش کار: 14 دانشجوی پسر غیرفعال (سن $28.1 \pm 4.2/20$ سال؛ نمایه توده بدن 97.1 ± 91.23 کیلوگرم بر مترمربع) به دو طور تصادفی به دو گروه برابر مکمل و دارونما تقسیم شدند. آزمودنی ها بعد از مصرف حاد مکمل (5 گرم) و دارونما آزمون فزاینده بروس را انجام دادند. غلظت خونی اسیدلاکتیک قبل و بلافاصله بعد از اجرا گرفته شد. داده ها با استفاده از نرم افزار تحلیل آماری در علوم اجتماعی نسخه 16 در سطح $P > 0.05$ ارزیابی شدند. یافته ها: ارزیابی آماری نشان داد که تفاوت معنی داری بین VO_{2max} دو گروه مکمل و دارونما وجود ندارد. همچنین، نتایج نشان داد که تفاوت معنی داری در پاسخ اسیدلاکتیک خون به آزمون بروس بین دو گروه مکمل و دارونما وجود ندارد. نتیجه گیری: به طور کلی، مکمل دهی حاد آل آرژنین تاثیر چشمگیری بر آمادگی هوازی و تغییرات اسیدلاکتیک خون ناشی از یک وهله اجرای وامانده ساز ندارد.

کلمات کلیدی:

آل آرژنین، آزمون بروس، حداکثر اکسیژن مصرفی، اسیدلاکتیک، مردان غیرفعال

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/979650>

