

سومین کنگره ملی دستاوردهای علوم ورزشی و سلامت اولین کنگره ملی مدیریت راهبردی در ورزش

دانشگاه گیلان - منطقه آزاد انزلی - اداره کل ورزش و جوانان گیلان

۳۱ مرداد ۹۸

آدرس سایت: www.confsh.ir



تأثیر ۸ هفته تمرین هوازی به همراه مصرف عصاره پوست انار بر عوامل التهابی

اینترلوکین ۶ در موش‌های صحرائی چاق

ناهید کمالی‌کیا

۱- کارشناس ارشد، گروه فیزیولوژی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه آزاد اسلامی، تبریز، ایران (*نویسنده مسئول)

*Email: nahidkamalikiya30@gmail.com

چکیده

زمینه و هدف: هدف از انجام این تحقیق بررسی تأثیر ۸ هفته تمرین هوازی به همراه مصرف عصاره پوست انار بر عوامل التهابی اینترلوکین ۶ در موش‌های صحرائی چاق می باشد.

روش کار: روش تحقیق حاضر از نوع تجربی است. تعداد ۴۰ سرت نر ویستار ۱۵ ماهه با محدوده وزنی 20 ± 32 گرم به عنوان نمونه تحقیق خریداری شد و پس از ۲ هفته سازگاری با محیط به طور تصادفی به ۴ گروه تمرین هوازی، مصرف عصاره انار، تمرین هوازی همراه با مصرف عصاره انار و گروه کنترل تقسیم شدند. پس از هشت هفته پروتکل تمرینی و ۴۸ ساعت پس از آخرین جلسه مداخله، خونگیری از همه گروه به عمل آمد. جهت تحلیل داده‌های بدست آمده از آزمون‌های آماری KS ، واریانس یک طرفه (ANOVA) و آزمون تعقیبی بونفرونی استفاده شد. لازم به ذکر است که تمامی تحلیل‌های آماری با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شد و سطح معناداری در محاسبات $P \leq 0.05$ در نظر گرفته شده است.

یافته‌ها: نتایج تحلیل واریانس یک طرفه سطوح سرمی IL-6 در جدول ۴-۳ نشان داد بین گروه‌های تحقیق تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج آزمون تعقیبی بونفرونی نشان داد که هر سه مداخله تمرین هوازی (AT)، مصرف عصاره انار (PS) و ترکیب این دو (PS+AT) منجر به کاهش معنی‌دار سطوح سرمی IL-6 نسبت به گروه کنترل می شود.

نتیجه گیری: به‌طور کلی نتایج پژوهش حاضر نشان داد تمرین هوازی و مصرف عصاره انار به تنهایی می توانند اثرات ضد التهابی داشته باشند. با این حال ترکیب این دو می تواند منجر به تشدید اثرات مفید هر کدام به تنهایی شود. لذا پیشنهاد می‌شود مطالعه ای دقیق تر با کنترل بافت چربی به عنوان هدف اصلی طراحی شود تا نقش التهاب بافت چربی و نیز آدیپوکاین‌های مترشح‌شده از این بافت برای درک مکانیسم‌های احتمالی اثرات تمرین و مکمل انار صورت گیرد.

کلید واژه‌ها: تمرین هوازی، عصاره پوست انار، اینترلوکین ۶، موش‌های چاق