

تاثیر مکمل HMB-FA بر سطوح فاکتور التهابی پروتئین واکنشی-C (CRP) طی یک میکروسیکل دو مسابقه‌ای در بازیکنان فوتبال

حانیه محمودی^۱، رسول اسلامی^{۲*}، مینو باسامی^۳

۱- کارشناس ارشد فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۲- دانشیار فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

۳- دانشیار فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

* نویسنده مسئول: رسول اسلامی، دانشیار فیزیولوژی ورزشی، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی، دانشگاه علامه طباطبائی، تهران، ایران.

چکیده

امروزه مصرف HMB-FA به عنوان مکمل تغذیه‌ای در میان ورزشکاران رشته‌های مختلف ورزشی رواج دارد. هدف از مطالعه حاضر تاثیر مکمل HMB-FA بر سطوح فاکتور التهابی CRP طی یک میکروسیکل دو مسابقه‌ای در بازیکنان فوتبال است.

روش شناسی

بدین منظور تعداد ۲۴ فوتبالیست به طور تصادفی در دو گروه کنترل (۱۲ نفر) و دارونما (۱۲ نفر) قرار گرفتند. آزمودنی‌های گروه مکمل و گروه دارونما در یک میکروسیکل هفتگی با دو مسابقه در هفته شرکت کردند. گروه مکمل روزانه سه گرم مکمل HMB-FA و گروه کنترل روزی سه گرم دارونما مصرف کردند. سطوح سرمی CRP طی هفت مرحله مورد ارزیابی قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده‌ها از آزمون اندازه‌گیری مکرر و آزمون تی زوجی نرم افزار SPSS استفاده شد. همچنین، سطح معنی‌داری $\alpha=0,05$ در نظر گرفته شد.

نتایج

نتایج پژوهش حاضر نشان داد مصرف مکمل HMB-FA سبب کاهش سطوح CRP بازیکنان فوتبال گروه مکمل نسبت به گروه دارونما در زمان‌های بعد از مسابقه اول و بعد از مسابقه دوم شده است ($P \leq 0,05$).

نتیجه گیری

نتایج نشان می‌دهد مصرف مکمل HMB-FA باعث کاهش سطوح سرمی فاکتور التهابی CRP در طول زمان‌های اندازه‌گیری طی یک میکروسیکل دو مسابقه‌ای شده است.

کلمات کلیدی

مکمل HMB-FA ، بازیکنان فوتبال، میکروسیکل دو مسابقه‌ای، پروتئین واکنشی-C