

## عنوان مقاله:

تاثیر عصاره هیدروالکلی گرده خرما پس از یک وهله فعالیت برون گرای وامانده ساز بر پاسخ LDH در زنان فعال

## محل انتشار:

اولین همایش مجازی ملی یافته های نوین در تربیت بدنی و سلامت دانش آموزی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

## نویسنده:

خبری عبدالهی - کارشناس ارشد تربیت بدنی - فیزیولوژی ورزشی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بوشهر

## خلاصه مقاله:

هدف از این تحقیق تعیین و بررسی تاثیر عصاره هیدروالکلی گرده خرما بر پاسخ LDH پس از یک وهله فعالیت برون گرای وامانده ساز در زنان فعال می باشد. به این منظور از ۲۴ آزمودنی زن فعال (که در هفته سه جلسه تمرین داشتند) به سه گروه شامل گروه گرده خرما (دوز ۱۰۰ میلی)، گروه گرده خرما (دوز ۲۰۰ میلی)، گروه دارونما استفاده شد. که تمرین مقاومتی با استفاده از دستگاه جلو ران استفاده شد و تا مرز خستگی تمرین انجام شد. سپس جهت بررسی تغییرات درون گروهی از مدل آماری تحلیل واریانس یک راهه و آزمون بن فرونی استفاده شد. داده های مربوط به گروه ها با استفاده از آزمون کولموگروف-اسمیرنوف از نظر توزیع طبیعی بررسی شدند. با استفاده از آزمون های آماری تجانس واریانس، داده های پرت و اختلاف داده ها در پیش آزمون بررسی شد. در نهایت از آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری های مکرر برای بررسی فرضیه های آماری استفاده گردید. سطح معناداری نیز برای تمام محاسبات ( $p > 0.05$ ) در نظر گرفته شده است. نتایج نشان داد که مقادیر بر پاسخ LDH و CK پس آزمون گروه ها تفاوت معناداری از لحاظ آماری وجود نداشت. در مجموع پژوهش حاضر نشان داد که مکمل سازی عصاره دانه گرده خرما با دوز ۱۰۰ و ۲۰۰ میلی گرم بر LDH از لحاظ آماری اثر معنی داری نداشته است. از این رو برای نتیجه گیری دقیق تر در ارتباط با اثر ورزش به همراه مصرف مکمل دانه گرده خرما بر افراد نیاز به تحقیقات بیشتری دارد.

## کلمات کلیدی:

عصاره هیدروالکلی، LDH

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1688501>

