

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۵/۰۲

تأثیر هشت هفته تمرین ترکیبی مختلف (قدرتی و استقامتی) بر سطوح استراحتی گرلین و انرژی مصرفی در زنان دارای اضافه وزن

چکیده پروتکل

چکیده

هدف اصلی از انجام این مطالعه، بررسی تأثیر هشت هفته تمرین ترکیبی مختلف (قدرتی و استقامتی) بر سطوح استراحتی گرلین و انرژی مصرفی در زنان دارای اضافه وزن بود. طراحی و نحوه انجام مطالعه: این پژوهش یک کارآزمایی بالینی مداخله ای و یک سوپه کور است. تعداد 30 آزمودنی زن دارای اضافه وزن (با دامنه سنی 18-32 سال و شاخص توده بدنی ≤ 25 کیلوگرم بر متر مربع) انتخاب و به شکل تصادفی به سه گروه تمرینات استقامتی + مقاومتی (E+S)، تمرینات مقاومتی + استقامتی (S+E) و کنترل تقسیم شدند. برنامه های تمرینی به مدت 8 هفته و هفته ای 3 جلسه انجام شد. تمرینات استقامتی شامل رکاب زدن بر روی دوچرخه کارسنج به مدت 60 دقیقه و تمرینات مقاومتی شامل 8 تمرین قدرتی منتخب بود. معیارهای ورود: زن؛ 18 تا 32 سال؛ داشتن سطح سلامت عمومی جسمانی و روانی معیارهای خروج: سابقه ابتلا به بیماریهای قلبی-عروقی؛ سرطان؛ فشار خون؛ دیابت؛ بیماریهای تیروئیدی؛ اعتیاد به هر گونه دخانیات، الکل و مواد مخدر؛ اختلالات هورمونی؛ بیماریهای کلیوی و کبدی؛ جراحی؛ و هر گونه مداخله درمانی مؤثر بر نتایج آزمایشگاهی. پیامد اولیه شامل: سطح گرلین و میزان انرژی مصرفی روزانه آزمودنیها 24 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از دوره تمرین ارزیابی شد.

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

4401 3232 38 98+

آدرس ایمیل

banitalebi@lit.sku.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

معاونت پژوهشی دانشگاه شهرکرد

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

1395/02/01, 2016-04-20

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

1395/02/25, 2016-05-14

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر هشت هفته تمرین ترکیبی مختلف (قدرتی و استقامتی) بر سطوح استراحتی گرلین و انرژی مصرفی در زنان دارای اضافه وزن

عنوان عمومی کارآزمایی

تأثیر تمرین ترکیبی مختلف در زنان دارای اضافه وزن

هدف اصلی مطالعه

تشخیصی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

معیارهای ورود: زن؛ 18 تا 32 سال؛ داشتن سطح سلامت عمومی جسمانی و روانی معیارهای خروج: سابقه ابتلا به بیماریهای قلبی-عروقی؛ سرطان؛ فشار خون؛ دیابت؛ بیماریهای تیروئیدی؛ اعتیاد به هر گونه دخانیات، الکل و مواد مخدر؛ اختلالات هورمونی؛ بیماریهای کلیوی و کبدی؛ جراحی؛ و هر گونه مداخله درمانی مؤثر بر نتایج آزمایشگاهی

سن

از سن 18 ساله تا سن 32 ساله

جنسیت

مونث

اطلاعات عمومی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT2017080319995N8

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 11-09-2017, 1396/06/20

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی:

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

1396/06/20, 2017-09-11

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

زهرا مردان پور شهرکردی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه شهرکرد

فار مطالعه

2

گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 72

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

توصیف نحوه کور سازی

دارو نما

ندارد

اختصاص به گروه‌های مطالعه

موازی

سایر مشخصات طراحی مطالعه

تمرینات هوازی بر روی دوچرخه کارسنج و تمرینات مقاومتی با دستگاه

های بدنسازی انجام شد.

2

شرح متغیر پیامد

انرژی مصرفی روزانه

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

فرمول هریس بندیکت

متغیر پیامد ثانویه

1

شرح متغیر پیامد

وزن

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

وزن سنج سکا

2

شرح متغیر پیامد

قد

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از قد سنج مدل ساروس

3

شرح متغیر پیامد

شاخص توده بدن

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

تقسیم وزن بر مربع قد

4

شرح متغیر پیامد

درصد چربی بدن

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

با استفاده از کالیپر بیس لاین

5

شرح متغیر پیامد

حداکثر قدرت

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

فرمول یک تکرار بیشینه

6

شرح متغیر پیامد

حداکثر اکسیژن مصرفی

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه شهرکرد

آدرس خیابان

شهرکرد، بلوار رهبر

شهر

شهرکرد

کد پستی

تاریخ تایید

1394/12/25, 2016-03-15

کد کمیته اخلاق

140/3256

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

ارتباط ترتیب تمرین ترکیبی بر میزان اشتها و افزایش وزن

کد ICD-10

E66

توصیف کد ICD-10

Obesity

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

سطح گرلین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

قبل و 8 هفته پس از مداخله

نحوه اندازه‌گیری متغیر

روش الایزا و کیت مخصوص

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله 1: گروه تمرینی استقامتی + قدرتی به مدت 8 هفته یک برنامه تمرینی ترکیبی که در ابتدا برنامه تمرین استقامتی را انجام میدهند و پس از 2 دقیقه استراحت برنامه تمرین قدرتی را انجام میدهند.

طبقه بندی
غیره

2

شرح مداخله

گروه مداخله 2: گروه تمرینی قدرتی + استقامتی به مدت 8 هفته یک برنامه تمرینی ترکیبی که در ابتدا برنامه تمرین قدرتی را انجام میدهند و پس از 2 دقیقه استراحت برنامه تمرین استقامتی را انجام میدهند.

طبقه بندی
غیره

3

شرح مداخله

گروه کنترل: درگروه کنترل ادامه زندگی روزانه بدون انجام فعالیت ورزشی منظم خواهد بود.

طبقه بندی
غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری
سالن ورزشی انقلاب
نام کامل فرد مسوول
زهره همتی فارسانی
آدرس خیابان
فارسان، خیابان پاسداران، روبه روی اداره ثبت احوال
شهر
فارسان

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد
معاونت پژوهشی دانشگاه شهرکرد
نام کامل فرد مسوول
دکتر محمد فرامرزی
آدرس خیابان
شهرکرد، بلوار رهبر، معاونت پژوهشی دانشگاه شهرکرد
شهر
شهرکرد

ردیف بودجه
کد بودجه

آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی

عنوان منبع مالی

معاونت پژوهشی دانشگاه شهرکرد
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100

بخش عمومی یا خصوصی
خالی

مبدأ اعتبار از داخل یا خارج کشور
خالی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی

کشور مبدأ

طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
خالی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهرکرد
نام کامل فرد مسوول
دکتر محمد فرامرزی
موقعیت شغلی
دکتری تخصصی، دانشیار فیزیولوژی ورزشی
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
شهرکرد، بلوار رهبر
شهر
شهرکرد
کد پستی
تلفن
4401 3232 38 98+
فکس
ایمیل
md.faramarzi@gmail.com
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد
دانشگاه شهرکرد
نام کامل فرد مسوول
دکتر محمد فرامرزی
موقعیت شغلی
دکتری تخصصی، دانشیار فیزیولوژی ورزشی
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
آدرس خیابان
شهرکرد، بلوار رهبر
شهر
شهرکرد
کد پستی
تلفن
4401 3232 38 98+
فکس
ایمیل
md.faramarzi@gmail.com
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد

برنامه انتشار	دانشگاه شهرکرد
فایل داده شرکت کنندگان (IPD)	نام کامل فرد مسوول
خالی	زهرة شانظری
پروتکل مطالعه	موقعیت شغلی
خالی	دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی
نقشه آنالیز آماری	سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
خالی	آدرس خیابان
فرم رضایتنامه آگاهانه	شهرکرد، بلوار رهبر
خالی	شهر
گزارش مطالعه بالینی	شهرکرد
خالی	کد پستی
کدهای استفاده شده در آنالیز	تلفن
خالی	00
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)	فکس
خالی	ایمیل
	آدرس صفحه وب