پروتکل کارآزمایی بالینی
مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۸/۱۶

تأثیر هشت هفته تمرینات استقامتی، مقاومتی و ترکیبی بر تغییرات آیریزین، برخی شاخص های گلایسمیک و نسبت چربی احشایی به توده عضلات بدن زنان چاق غیر فعال

چکیده پروتکل

هدف ازمطالعه

هدف از تحقیق حاضر مقایسه تأثیرهشت هفته تمرینات استقامتی، مقاومتی و ترکیبی بر آیریزین، برخی شاخص های گلایسمیک و نسبت چربی احشایی به توده عضلات بدن زنان چاق غیر فعال است.

طراحی

در این مطالعه 33 زن چاق دارای شرایط ورود به صورت تصادفی (براساس اعداد تصادفی) به سه گروه همگن تمرینات استقامتی، تمرینات مقاومتی و تمرینات ترکیبی تقسیم می شوند.

نحوه و محل انجام مطالعه

افراد به مدت 8 هفته (3 جلسه در هفته) به مدت 40 الی 45 دقیقه با شدت 50 تا 70 درصد VO2max برای گروه استقامتی و60 تا 80 درصد 1RM برای گروه مقاومتی و ترکیب هر دو برای گروه ترکیبی، در سالن ورزشی فعالیت می کنند.

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

تمامی افراد شرکت کننده زنان چاق غیر فعالی هستند که با رضایت آگاهانه شرکت میکنند. این افراد ممنوعیت ورزشی ندارند، بیماری خاص ندارند، از داروی خاص استفاده نمیکنند و برنامه تمرینی ارایه شده را کامل اجرا می کنند.

گروه‌های مداخله

مداخلات شامل تمرینات استقامتی، تمرینات مقاومتی و تمرینات ترکیبی در سه گروه مجزا می باشد.

متغیرهای پیامد اصلی

قبل و بعد از دوره‌ی تمرین، شاخص های آمادگی جسمانی مانند حداکثر اکسیژن مصرفی، ترکیب بدن(BMI)، درصد چربی و نسبت توده چربی احشایی به توده عضلات بدن اندازه گیری شد و نیمرخ‌های خونی مانند آیریزین سرمی، گلوکز ناشتا، انسولین و مقاومت انسولینی مورد ارزیابی قرار می گیرد.

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: **IRCT20171029037076N1**

تاریخ تایید ثبت در مرکز: **2017-12-11, ۱۳۹۶/۰۹/۲۰**

زمان‌بندی ثبت: **retrospective**

آخرین بروز رسانی: **2017-12-11, ۱۳۹۶/۰۹/۲۰**

تعداد بروز رسانی‌ها: **0**

تاریخ تایید ثبت در مرکز

2017-12-11, ۱۳۹۶/۰۹/۲۰

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

زهرا نیکنام

نام سازمان / نهاد

دانشگاه تبریز

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 41 3386 6583

آدرس ایمیل

zniknam@tabrizu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

معاونت پژوهشی دانشگاه تبریز

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2016-07-10, ۱۳۹۵/۰۴/۲۰

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2016-09-08, ۱۳۹۵/۰۶/۱۸

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تأثیر هشت هفته تمرینات استقامتی، مقاومتی و ترکیبی بر تغییرات آیریزین، برخی شاخص های گلایسمیک و نسبت چربی احشایی به توده عضلات بدن زنان چاق غیر فعال

عنوان عمومی کارآزمایی

اثر تمرینات ورزشی در زنان چاق

هدف اصلی مطالعه

علوم پایه

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
زنان چاق غیر فعال بودن رضایت آگاهانه عدم مصرف داروی خاص
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
عدم رعایت برنامه تمرینی ابتلاء به بیماری خاص آسیب بدنی
سن
از سن **30 ساله** تا سن **50 ساله**
جنسیت
مونث

فاز مطالعه
مصداق ندارد
گروه‌های کور شده در مطالعه
اطلاعات موجود نیست
حجم نمونه کل
حجم نمونه پیش‌بینی شده: **33**
تصادفی سازی (نظر محقق)
اختصاص تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل
توصیف نحوه تصادفی سازی
در این مطالعه تصادفی سازی افراد بر اساس اعداد تصادفی ساده صورت گرفته که با استفاده از جدول اعداد تصادفی بود.
کور سازی (به نظر محقق)
کور نشده است
توصیف نحوه کور سازی
دارو نما
ندارد
اختصاص به گروه‌های مطالعه
موازی
سایر مشخصات طراحی مطالعه

کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

تاییدیه کمیته‌های اخلاق

1

کمیته اخلاق
نام کمیته اخلاق
کمیته اخلاق دانشگاه علوم پزشکی تبریز
آدرس خیابان
تبریز، خیابان گلگشت، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، ساختمان مرکزی شماره 2، طبقه سوم
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5169993434
تاریخ تایید
2010-08-20, ۱۳۸۹/۰۵/۲۹
کد کمیته اخلاق
IR.TABZMED.REC.1395.927

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح
چاقی
کد ICD-10
E66
توصیف کد ICD-10
Obesity

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد
آبریزین
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از شروع مداخله (دوره تمرین)
نحوه اندازه‌گیری متغیر
کیت اختصاصی

2

شرح متغیر پیامد
گلوکز ناشتا
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از شروع مداخله (دوره تمرین)
نحوه اندازه‌گیری متغیر
کیت اختصاصی

3

شرح متغیر پیامد
انسولین
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از شروع مداخله (دوره تمرین)
نحوه اندازه‌گیری متغیر
کیت اختصاصی

4

شرح متغیر پیامد
مقاومت انسولینی
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از شروع مداخله (دوره تمرین)
نحوه اندازه‌گیری متغیر
با استفاده از فرمول

5

شرح متغیر پیامد
نسبت چربی احشایی به توده عضلات
مقاطع زمانی اندازه‌گیری
قبل و بعد از شروع مداخله (دوره تمرین)
نحوه اندازه‌گیری متغیر
با استفاده از دستگاه بایو امپدانس و فرمول های مربوطه

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله
گروه مداخله اول: تمرینات استقامتی به مدت 8 هفته و بصورت 3 جلسه در هفته و به مدت 40 الی 45 دقیقه با شدت 50 الی 70 درصد حداکثر اکسیژن مصرفی
طبقه بندی

مصداق ندارد

2

شرح مداخله
گروه مداخله دوم : تمرینات مقاومتی به مدت 8 هفته و بصورت 3 جلسه در هفته و به مدت 40 الی 45 دقیقه با شدت 60 الی 80 درصد یک تکرار بیشینه
طبقه بندی
مصداق ندارد

3

شرح مداخله
گروه مداخله سوم: تمرینات ترکیبی به مدت 8 هفته و بصورت 3 جلسه در هفته و به مدت 40 الی 45 دقیقه، بخش تمرینات استقامتی با شدت 50 الی 70 درصد حداکثر اکسیژن مصرفی و بخش تمرینات مقاومتی با شدت 60 الی 80 درصد یک تکرار بیشینه.
طبقه بندی
مصداق ندارد

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری
نام مرکز بیمار گیری
دانشگاه تبریز
نام کامل فرد مسوول
وحید ساری صراف
آدرس خیابان
تبریز، خیابان 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5169663434
تلفن
+98 41 3393 3994
ایمیل
gloryofleaves61@yahoo.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تبریز
نام کامل فرد مسوول
دکتر محمد مقدم واحد
آدرس خیابان
تبریز، خیابان 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5169663434
تلفن
+98 41 3393 3994
ایمیل
gloryofleaves61@yahoo.com
ردیف بودجه
کد بودجه
آیا منبع مالی همان سازمان یا نهاد حمایت کننده مالی است؟
بلی
عنوان منبع مالی
دانشگاه تبریز
درصد تامین مالی مطالعه توسط این منبع
100
بخش عمومی یا خصوصی
عمومی
مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور
داخلی
طبقه بندی منابع اعتبار خارجی
خالی
کشور مبدا
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار
دانشگاهی

فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تبریز
نام کامل فرد مسوول
زهرا نیکنام
موقعیت شغلی
دانشجوی دکتری
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
سایر موارد
آدرس خیابان
تبریز، بلوار 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5169663434
تلفن
+98 41 3393 3994
فکس
ایمیل
gloryofleaves61@yahoo.com
آدرس صفحه وب

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تبریز
نام کامل فرد مسوول
دکتر وحید ساری صراف
موقعیت شغلی
دکتری فیزیولوژی ورزش
آخرین مدرک تحصیلی
متخصص

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
ایمونولوژی
آدرس خیابان
تبریز، بلوار 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5196663434
تلفن
+98 41 3339 3394
فکس
ایمیل
sarraf@tabrizu.ac.ir
آدرس صفحه وب

فرد مسوول به‌روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس
نام سازمان / نهاد
دانشگاه تبریز
نام کامل فرد مسوول
زهرا نیکنام
موقعیت شغلی
دانشجوی دکتری فیزیولوژی ورزشی
آخرین مدرک تحصیلی
فوق لیسانس
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها
سایر موارد
آدرس خیابان
تبریز، خیابان 29 بهمن، دانشگاه تبریز، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی
شهر
تبریز
استان
آذربایجان شرقی
کد پستی
5169663434
تلفن
+98 41 3386 6583
فکس
ایمیل
zniknam@tabrizu.ac.ir
آدرس صفحه وب

برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
پروتکل مطالعه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
نقشه آنالیز آماری
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
فرم رضایتنامه آگاهانه
هنوز تصمیم نگرفته‌ام - برنامه انتشار آن هنوز مشخص نیست
گزارش مطالعه بالینی
مصداق ندارد
کدهای استفاده شده در آنالیز
مصداق ندارد
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)
مصداق ندارد