

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۲۰

## تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی دایره ای با سه شدت مختلف هم حجم بر سطوح سرمی برخی شاخص های رشد عضله مردان چاق

### چکیده پروتکل

#### هدف از مطالعه

هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر دوازده هفته تمرین مقاومتی دایره ای با حجم یکسان در سه شدت کم (40 درصد)، متوسط (60) و بالا (80 درصد) بر دکورین، فولیستاتین، مایوستاتین و TGF- $\beta$ 1 در مردان چاق خواهد بود بطور کلی محقق در پی پاسخ به سوالات ذیل است: 1- بین سه شدت کم (40 درصد)، متوسط (60) و بالا (80 درصد) کدام شدت تاثیر بهتری بر چاقی، مایوکاین ها و آدیپومایوکاین های منتخب خواهد داشت؟ 2- ارتباط بین مایوکاین ها و آدیپومایوکاین های دکورین، مایوستاتین، فولیستاتین و TGF- $\beta$ 1 در افراد چاق به چه شکلی خواهد بود؟

#### طراحی

پروتکل تمرین مقاومتی دایره ای شامل 8 حرکت بالا تنه و پایین تنه (اسکات، جلو بازو، پرس سینه، باز کردن زانو، خم کردن زانو، سرشانه با هالتر، پرس پا، زیربغل سیم کش از پشت) بوده که به صورت دایره ای و در شدت های مختلف مورد تحقیق انجام خواهد شد

#### نحوه و محل انجام مطالعه

زمینه مورد مطالعه بررسی بهبود چاقی و عوارض ناشی از آن خواهد بود. نوع تحقیق از نوع تجربی خواهد بود که در این روش مداخله تمرینی انجام میگردد و بدون فرآیند کورسازی خواهد بود.

#### شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

افراد شرکت کننده در این مطالعه مردان چاق داوطلب خواهند بود. شرایط ورود به اجرای تحقیق عدم اعتیاد به مواد مخدر و الکل، نداشتن سابقه فعالیت ورزشی منظم حداقل به مدت 6 ماه، نداشتن سابقه بیماری کلیوی، کبدی، قلبی-عروقی، دیابت و داشتن شرایط  $BMI \geq 30$ , Waist-to-height ratio (WHtR)  $> 0.5$  و نداشتن هرگونه آسیب یا مشکل جسمی برای آزمودنی ها خواهد بود و پس از معاینه توسط پزشک متخصص قلبی و تایید سلامت عمومی، در مطالعه وارد خواهند شد.

#### گروه های مداخله

گروه کنترل گروه تمرین 40% گروه تمرین 60% گروه تمرین 80%

#### متغیرهای پیامد اصلی

سطوح سرمی فاکتور های دکورین، مایوستاتین، فولیستاتین، و تی جی اف بتا یک

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20190627044037N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 22-09-2020, 1399/07/01

زمان بندی ثبت: retrospective

آخرین بروز رسانی: 22-09-2020, 1399/07/01

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

22-09-2020, 1399/07/01

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

صابر نیازی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 51 5523 1954

آدرس ایمیل

std\_saber.niazi@khu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2019-10-23, 1398/08/01

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2020-08-22, 1399/06/01

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی دایره ای با سه شدت مختلف هم حجم بر سطوح سرمی برخی شاخص های رشد عضله مردان چاق

عنوان عمومی کارآزمایی

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

#### شرح

چاقی

کد ICD-10

E66

توصیف کد ICD-10

Overweight and obesity

### متغیر پیامد اولیه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

دکورین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

بررسی توسط دستگاه الیزا

### 2

#### شرح متغیر پیامد

فولیس‌تاتین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

الیزا

### 3

#### شرح متغیر پیامد

میوستاتین

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

الیزا

### 4

#### شرح متغیر پیامد

تی جی اف بتای یک

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

پیش آزمون و پس آزمون

نحوه اندازه‌گیری متغیر

الیزا

### متغیر پیامد ثانویه

خالی

### گروه‌های مداخله

### 1

#### شرح مداخله

گروه مداخله: شدت 40 درصد قدرت بیشینه. میزان شدت تمرین فعالیت ورزشی مقاومتی نمونه‌ها به اندازه‌ی 40 درصد بیشترین قدرت هر نمونه محاسبه و برآورد شود. تمرین مقاومتی دایره‌ای به معنی انجام تمرینات با دستگاه‌های ورزشی بصورت ایستگاهی و به

مقایسه سه شدت تمرین مقاومتی دایره‌ای با حجم یکسان بر عوامل مرتبط با رشد عضلانی مردان چاق

### هدف اصلی مطالعه

حمایتی

### شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

#### شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

مردان چاق داوطلب عدم اعتیاد به مواد مخدر و الکل نداشتن سابقه فعالیت ورزشی منظم حداقل به مدت 6 ماه نداشتن سابقه بیماری کلیوی، کبدی، قلبی-عروقی، دیابت  $BMI \geq 30$ ،  $Waist-to-height$  ratio  $> 0.5$  (ratio (WHtR) شرایط سنی 23 تا 32 سال

#### شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:

اعتیاد به مواد مخدر و الکل نداشتن سابقه فعالیت ورزشی منظم نداشتن سابقه بیماری کلیوی، کبدی، قلبی-عروقی، دیابت  $BMI < 30$ ،  $Waist-to-height$  ratio  $< 0.5$  (to-height ratio (WHtR) شرایط سنی 23 تا 32 سال

### سن

از سن 23 ساله تا سن 32 ساله

### جنسیت

مذکر

### فاز مطالعه

3

### گروه‌های کور شده در مطالعه

اطلاعات موجود نیست

### حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 44

### تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص غیر 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

مقایسه و بررسی شدت مطلوب تمرین مقاومتی دایره‌ای به منظور کاهش بافت چربی و کمک به بهبود بافت عضلانی در مردان چاق

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

## تاییدیه کمیته‌های اخلاق

### 1

#### کمیته اخلاق

نام کمیته اخلاق

پژوهشگاه علوم ورزشی

آدرس خیابان

باغ فیض، خیابان 22 بهمن، خیابان جنت.

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

9671945754

#### تاریخ تایید

1399/05/29, 2020-08-19

#### کد کمیته اخلاق

IR.SSRC.REC.1399.064

## حمایت کنندگان / منابع مالی

ترتیب پس یک دیگر است. این حرکات ورزشی به تعداد 8 حرکت. هفته ای سه بار و به مدت 12 هفته خواهد بود.

**طبقه بندی**  
توانبخشی

### 1

#### حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی تهران

نام کامل فرد مسوول

حمید رجبی

آدرس خیابان

باغ فیض، خیابان جنت

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

9671956745

تلفن

2961 2243 21 98+

فکس

2061 2243 21 98+

ایمیل

Saber\_Niazi@yahoo.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

خیر

عنوان منبع مالی

پژوهانه

درصد تأمین مالی مطالعه توسط این منبع

30

بخش عمومی یا خصوصی

عمومی

مبدا اعتبار از داخل یا خارج کشور

داخلی

طبقه بندی منابع اعتبار خارجی

خالی

کشور مبدا

طبقه بندی موسسه تأمین کننده اعتبار

دانشگاهی

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی تهران

نام کامل فرد مسوول

حمید رجبی

موقعیت شغلی

استاد راهنما

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

میرداماد، دانشکده تربیت بدنی و علوم ورزشی خوارزمی

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

9671956475

### 2

#### شرح مداخله

گروه مداخله: شدت 60 درصد قدرت بیشینه. میزان شدت تمرین فعالیت ورزشی مقاومتی نمونه‌ها به اندازه‌ی 60 درصد بیشترین قدرت هر نمونه محاسبه و برآورد شود. تمرین مقاومتی دایره‌ای به معنی انجام تمرینات با دستگاه‌های ورزشی بصورت ایستگاهی و به ترتیب پس یک دیگر است. این حرکات ورزشی به تعداد 8 حرکت. هفته ای سه بار و به مدت 12 هفته خواهد بود.

**طبقه بندی**  
توانبخشی

### 3

#### شرح مداخله

گروه مداخله: 80 درصد قدرت بیشینه. میزان شدت تمرین فعالیت ورزشی مقاومتی نمونه‌ها به اندازه‌ی 80 درصد بیشترین قدرت هر نمونه محاسبه و برآورد شود. تمرین مقاومتی دایره‌ای به معنی انجام تمرینات با دستگاه‌های ورزشی بصورت ایستگاهی و به ترتیب پس یک دیگر است. این حرکات ورزشی به تعداد 8 حرکت. هفته ای سه بار و به مدت 12 هفته خواهد بود.

**طبقه بندی**  
توانبخشی

### 4

#### شرح مداخله

گروه کنترل: بدون تمرین

**طبقه بندی**  
توانبخشی

## مراکز بیمار گیری

### 1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

دانشگاه خوارزمی تهران

نام کامل فرد مسوول

صابر نیازی

آدرس خیابان

باغ فیض، خیابان جنت

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

9671975545

تلفن

2061 2243 21 98+

فکس

2061 2243 21 98+

ایمیل

Saber\_niazi@yahoo.com

آدرس صفحه وب

فیزیولوژی  
آدرس خیابان  
باغ فیض. خیابان جنت  
شهر  
تهران  
استان  
تهران  
کد پستی  
9671947547  
تلفن  
2061 2243 21 98+  
ایمیل  
saber\_niazi@yahoo.com

### برنامه انتشار

#### فایل داده شرکت کنندگان (IPD)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
پروتکل مطالعه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
نقشه آنالیز آماری

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
فرم رضایتنامه آگاهانه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
گزارش مطالعه بالینی

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
کدهای استفاده شده در آنالیز

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

داده‌های حاصل مداخله تمرین و نتایج حاصل از تحقیق جهت تأیید  
بهترین شدت تمرینی و اثرات بهبود فرایند چاقی و عوارض ناشی از آن  
به مراکز پزشکی و جوامع علمی مرتبط ارسال خواهد شد  
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند  
از مهر سال 1399

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

کلیه افراد جامعه و علاقمندان به حیطه سلامت

به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده  
است

به منظور بکارگیری بهترین روش و شدت در تمرینات ورزشی و  
مداخلات ورزشی به منظور تعدیل چاقی و عوارض پاتوفیزیولوژیک  
ناشی از آن

برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود

مستندات تحقیق حاضر در نمایه‌های علمی به چاپ خواهد رسید

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

از طریق ارسال ایمیل به نویسنده و یا دریافت گزارشات از مجلات  
علمی

سایر توضیحات

تلفن  
2061 2243 21 98+  
ایمیل  
Saber\_niazi@yahoo.com  
آدرس صفحه وب  
<https://khu.ac.ir/cv/399/%D8%AD%D9%85%DB%8C%D8%AF%20%D8%B1%D8%AC%D8%A8%DB%8C>

### فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی تهران

نام کامل فرد مسوول

صابر نیازی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی

آدرس خیابان

تهران باغ فیض. 22 بهمن. خیابان کافی ماسوله. خ 8 شرقی. پلاک

4 واحد 7

شهر

تهران

استان

تهران

کد پستی

9671947574

تلفن

2061 2243 21 98+

ایمیل

Saber\_Niazi@yahoo.com

### فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه خوارزمی تهران

نام کامل فرد مسوول

صابر نیازی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها