

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۰۳

## بررسی تاثیر تمرین مقاومتی تناوبی با شدت های مختلف بر روی سطوح برخی آدیپوکاین های منتخب در مردان چاق

### چکیده پروتکل

زمان بندی ثبت: prospective

#### هدف از مطالعه

هدف از این مطالعه، بررسی تاثیر شدت های مختلف تمرین مقاومتی بر آدیپوکاین ها و فاکتورهای التهابی در مردان چاق است.

#### طراحی

تحقیق حاضر به روش نیمه تجربی و کاربردی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل می باشد. نمونه ها بر اساس مشخصات فردی به 4 گروه کنترل (11 نفر)، گروه مداخله 1 (11 نفر)، مداخله 2 (11 نفر) و مداخله 3 (11 نفر) تقسیم خواهند شد.

#### نحوه و محل انجام مطالعه

دو روز قبل از شروع دوره مداخله، ارزیابی های اولیه شامل شاخص های آنترومتریکی (قد و وزن و شاخص توده بدنی) هر آزمودنی در باشگاه ورزشی مورد سنجش قرار خواهد گرفت. تمرینات با استفاده از دستگاه های بدنسازی انجام می شود. نمونه گیری خون در دو نوبت، بار اول قبل از اولین جلسه تمرین و نوبت دوم 48 ساعت پس از آخرین جلسه تمرینی (پس از 10 تا 12 ساعت ناشتا در ساعت 6 تا 7 صبح) انجام می شود.

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

معیارهای ورود به مطالعه: شاخص توده بدنی=30، 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

#### گروه های مداخله

گروه مداخله 1: تمرین دایره ای مقاومتی با شدت بالا: 3 ست 10 تکراری با 80 درصد یک تکرار بیشینه. گروه مداخله 2: تمرین دایره ای مقاومتی با شدت متوسط: 3 ست 13 تکراری با 60 درصد یک تکرار بیشینه گروه مداخله 3: تمرین دایره ای مقاومتی با شدت پایین: 3 ست 20 تکراری با 40 درصد یک تکرار بیشینه گروه کنترل: انجام کارهای روتین خود بدون انجام هیچ گونه تمرین مقاومتی. در این پژوهش از هیچ گونه ماده شیمیایی، دارویی و گیاهی استفاده نمیشود.

#### متغیرهای پیامد اصلی

آسپروسین، نورگلین 4، اینترلوکین-6، فاکتور نکروزدهنده الفا، لپتین، آدیپونکتین

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20191203045588N2

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۵/۰۹/۱۴, 05-12-2021

آخرین بروز رسانی: 05-12-2021, ۱۴۰۵/۰۹/۱۴  
تعداد بروز رسانی ها: 0  
تاریخ تایید ثبت در مرکز  
2021-12-05, ۱۴۰۵/۰۹/۱۴

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

انسبه یزدخواستی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه محقق اردبیلی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

+98 44 3251 8396

آدرس ایمیل

yazdkhasti.e@uma.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2021-12-22, ۱۴۰۵/۱۰/۰۱

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2022-03-19, ۱۴۰۵/۱۲/۲۸

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

بررسی تاثیر تمرین مقاومتی تناوبی با شدت های مختلف بر روی سطوح برخی آدیپوکاین های منتخب در مردان چاق

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر تمرین مقاومتی در افراد چاق

هدف اصلی مطالعه

شاخص توده بدنی ( $BMI = 30$ ) 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 نداشتن هرگونه  
آسیب یا مشکل جسمی برای آزمودنی ها

از سن 20 ساله تا سن 30 ساله

مذکر

مصادق ندارد

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 44

اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

دارو نما

ندارد

موازی

## متغیر پیامد اولیه

## 1

آسپروسین

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا  
تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد (EDTA) ، پنبه  
استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الایزا (ساخت آمریکا) و دستگاه  
الایزا ریدر

## 2

نوروگلین-4

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا  
تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد (EDTA) ، پنبه  
استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الایزا (ساخت آمریکا) و دستگاه  
الایزا ریدر

## 3

لیپتین

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا  
تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد (EDTA) ، پنبه  
استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الایزا (ساخت جمهوری چک) و  
دستگاه الایزا ریدر

## 4

آدیپونکتین

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا  
تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد (EDTA) ، پنبه  
استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الایزا (ساخت جمهوری چک) و  
دستگاه الایزا ریدر

## 5

ایپتیلوگین-6

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا  
تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد (EDTA) ، پنبه

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

## تاییدیه کمیته‌های اخلاق

## 1

کمیته اخلاق دانشگاه محقق اردبیلی

اردبیل، انتهای خیابان دانشگاه، دانشگاه محقق اردبیلی

اردبیل

اردبیل

5619913131

۱۴۰۰/۰۸/۱۵, 2021-11-06

IR.UMA.REC.1400.024

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

## 1

چاقی

استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الیزا (ساخت جمهوری چک) و دستگاه الیزا ریدر

گروه کنترل: این گروه شرایط عادی و روتین زندگی خود را دارند و باید به مدت 12 هفته از هر گونه فعالیت بدنی اجتناب کنند.

**طبقه بندی**  
غیره

**6**

**شرح متغیر پیامد**

فاکتور نکرور دهنده آلفا

**مقاطع زمانی اندازه گیری**

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

**نحوه اندازه گیری متغیر**

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد ( EDTA ) ، پنبه استریل ، الکل اتانول 75% ، کیت الیزا (ساخت ووهان چین) و دستگاه الیزا ریدر

## مراکز بیمار گیری

**1**

**مرکز بیمار گیری**

**نام مرکز بیمار گیری**

دانشگاه محقق اردبیلی

**نام کامل فرد مسوول**

انسبیه یزدخواستی

**آدرس خیابان**

اردبیل انتهای خیابان دانشگاه، دانشگاه محقق اردبیلی

**شهر**

اردبیل

**استان**

اردبیل

**کد پستی**

5619913131

**تلفن**

5000 3150 45 98+

**ایمیل**

yazdkhasti.ensi@yahoo.com

## حمایت کنندگان / منابع مالی

**1**

**حمایت کننده مالی**

**نام سازمان / نهاد**

دانشگاه محقق اردبیلی

**نام کامل فرد مسوول**

داود سیف زاده

**آدرس خیابان**

اردبیل انتهای خیابان دانشگاه، دانشگاه محقق اردبیلی

**شهر**

اردبیل

**استان**

اردبیل

**کد پستی**

5619913131

**تلفن**

0800 3351 45 98+

**ایمیل**

seifzadeh@uma.ac.ir

**ردیف بودجه**

**کد بودجه**

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

بلی

**عنوان منبع مالی**

دانشگاه محقق اردبیلی

**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

**طبقه بندی**

پیشگیری

**2**

**شرح مداخله**

گروه مداخله 2: در این گروه، افراد چاق به مدت 12 هفته به تمرین مقاومتی در باشگاه بدنسازی میپردازند. پروتکل تمرینی آنها به این صورت است که: تمرین مقاومتی دایره ای را با شدت متوسط، 3 ست 13 تکراری با 60 درصد یک تکرار بیشینه، 3 روز در هفته، هر جلسه 70 دقیقه انجام میدهند. برای تعیین یک تکرار بیشینه آنها از فرمول های ذکر شده در مقالات و کتب استفاده می شود. در این پژوهش از هیچ گونه مواد شیمیایی، دارو، مکمل های گیاهی و... استفاده نمیشود.

**طبقه بندی**

پیشگیری

**3**

**شرح مداخله**

گروه مداخله 3: در این گروه، افراد چاق به مدت 12 هفته به تمرین مقاومتی در باشگاه بدنسازی میپردازند. پروتکل تمرینی آنها به این صورت است که: تمرین مقاومتی دایره ای را با شدت پایین، 3 ست 20 تکراری با 40 درصد یک تکرار بیشینه، 3 روز در هفته، هر جلسه 70 دقیقه انجام میدهند. برای تعیین یک تکرار بیشینه آنها از فرمول های ذکر شده در مقالات و کتب استفاده می شود. در این پژوهش از هیچ گونه مواد شیمیایی، دارو، مکمل های گیاهی و... استفاده نمیشود.

**طبقه بندی**

پیشگیری

**4**

**شرح مداخله**

کشور مبدا  
طبقه بندی موسسه تامین کننده اعتبار  
دانشگاهی

## فرد مسوول پاسخگویی عمومی کارآزمایی

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول  
انسبیه یزدخواستی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی دکتری  
آخرین مدرک تحصیلی  
فوق لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
فیزیولوژی ورزشی  
آدرس خیابان  
جاده سلماس، کوی شهیدآشناسان، دایره 4  
شهر  
ارومیه  
استان  
آذربایجان غربی  
کد پستی  
5754135373  
تلفن  
8396 3251 44 98+  
فکس  
ایمیل  
yazdkhasti.ensi@yahoo.com

## فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول  
انسبیه یزدخواستی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی دکتری  
آخرین مدرک تحصیلی  
فوق لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
فیزیولوژی ورزشی  
آدرس خیابان  
جاده سلماس، کوی شهیدآشناسان، دایره 4  
شهر  
ارومیه  
استان  
آذربایجان غربی  
کد پستی  
5754135373  
تلفن  
8396 3251 44 98+  
فکس  
ایمیل  
yazdkhasti.ensi@yahoo.com

## فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول  
انسبیه یزدخواستی  
موقعیت شغلی  
دانشجوی دکتری  
آخرین مدرک تحصیلی  
فوق لیسانس  
سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها  
فیزیولوژی ورزشی  
آدرس خیابان  
جاده سلماس، کوی شهیدآشناسان، دایره 4  
شهر  
ارومیه  
استان  
آذربایجان غربی  
کد پستی  
5754135373  
تلفن  
8396 3251 44 98+  
فکس  
ایمیل  
yazdkhasti.ensi@yahoo.com

## برنامه انتشار

فایل داده شرکت کنندگان (IPD)  
خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد  
توجیه/علت عدم تصمیم/عدم انتشار IPD  
اطلاعات بیشتری وجود ندارد  
پروتکل مطالعه

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
نقشه آنالیز آماری  
مصادق ندارد  
فرم رضایتنامه آگاهانه  
بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد  
گزارش مطالعه بالینی  
مصادق ندارد  
کدهای استفاده شده در آنالیز  
مصادق ندارد  
نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)  
مصادق ندارد

عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند  
پروتکل برنامه و رضایت آگاهانه به راحتی در دسترس افراد قرار می‌گیرد  
بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند  
پس از اتمام پژوهش و چاپ مقالات  
کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند  
افراد دانشگاهی و مربیان ورزشی  
به چه منظور و تحت چه شرایطی داده/مستند قابل استفاده  
است

با استناد به مقالات این پژوهش، استفاده از پروتکل تمرینی مجاز است.  
برای دریافت داده/مستند به چه کسی یا کجا مراجعه شود  
یزدخواستی. از طریق ایمیل yazdkhasti.ensi@yahoo.com  
یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند  
لطفاً ایمیل بزنند و توضیح دهند برای چه پژوهشی نیاز دارند. در حداقل  
زمان داده‌ها در اختیارشان قرار می‌گیرد.  
سایر توضیحات