

# پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۰۲

## تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی تناوبی با شدتهای مختلف روی برخی شاخص های التهابی و پیش التهابی در مردان چاق

### چکیده پروتکل

زمان بندی ثبت: prospective

#### هدف از مطالعه

12 هفته تمرین مقاومتی تناوبی با شدت های مختلف بر روی سطوح برخی آدیپوکاین های منتخب در مردان چاق تاثیر گذار 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 آنتریومتریکی (قد و وزن و شاخص توده بدنی) هر آزمودنی در باشگاه ورزشی مورد سنجش قرار خواهد گرفت. پروتکل تمرین مقاومتی در شدت های مختلف در 12 هفته، 3 جلسه در هفته، هر جلسه 70 دقیقه انجام خواهد شد. 48 ساعت قبل از شروع برنامه تمرینی و 48 ساعت بعد از اتمام آخرین جلسه تمرین، از کلیه شرکت کننده ها به صورت 12 ساعت ناشتا جهت اخذ نمونه خونی پیش آزمون در محل آزمایشگاه، از سرخرگ بازویی دست راست به مقدار 10 سی سی جمع آوری خواهد شد.

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

شرایط ورود: 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.

#### متغیرهای پیامد اصلی

دکترین 1، اینترلوکین 10، اینترلوکین یک بتا، گیرنده شبه تول 2، گیرنده شبه تول 4

### اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20211123053155N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: 01-12-2021, 1400/09/10

آخرین بروز رسانی: 01-12-2021, 1400/09/10  
تعداد بروز رسانی ها: 0  
تاریخ تایید ثبت در مرکز  
2021-12-01, 1400/09/10

#### اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

نادر نجفی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه محقق اردبیلی

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

3132 4333 41 98+

آدرس ایمیل

najafi.nader@uma.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2021-12-22, 1400/10/01

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2022-03-19, 1400/12/28

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی تناوبی با شدتهای مختلف روی برخی شاخص های التهابی و پیش التهابی در مردان چاق

عنوان عمومی کارآزمایی

بررسی اثر تمرین مقاومتی در افراد چاق

هدف اصلی 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

از سن 20 ساله تا سن 30 ساله

مذکر

مصدّق ندارد

اطلاعات موجود نیست

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 50

اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

کور سازی (به نظر محقق)

کور نشده است

دارو نما

ندارد

موارد دیگر

گروه اول: تمرین مقاومتی با شدت بالا گروه دوم: تمرین مقاومتی با شدت متوسط گروه سوم: تمرین مقاومتی با شدت پایین گروه چهارم: کنترل

## کد ثبت در سایر مراکز ثبت بین‌المللی

خالی

## تاییدیه کمیته‌های اخلاق

### 1

#### کمیته اخلاق

##### نام کمیته اخلاق

کمیته اخلاق دانشگاه محقق اردبیلی

##### آدرس خیابان

انتهای خیابان دانشگاه - دانشگاه محقق اردبیلی

##### شهر

اردبیل

##### استان

اردبیل

##### کد پستی

5619913131

##### تاریخ تایید

11-06-2021, 15/08/1400

##### کد کمیته اخلاق

IR.UMA.REC.1400.025

Overweight and obesity

## متغیر پیامد اولیه

### 1

#### شرح متغیر پیامد

دکتین-1

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد ، پنبه استریل ، الکل اتانول 75%، کیت الایزا شرکت (آمریکایی) با استفاده از دستگاه الایزا

### 2

#### شرح متغیر پیامد

اینترلوکین 10

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

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

### 3

#### شرح متغیر پیامد

اینترلوکین 1- بتا

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد ، پنبه استریل ، الکل اتانول 75%، کیت الایزا شرکت (آمریکایی) با استفاده از دستگاه الایزا

### 4

#### شرح متغیر پیامد

گیرنده شبه تول 2

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد ، پنبه استریل ، الکل اتانول 75%، کیت الایزا شرکت (آمریکایی) با استفاده از دستگاه الایزا

### 5

#### شرح متغیر پیامد

گیرنده شبه تول 4

#### مقاطع زمانی اندازه‌گیری

48 ساعت قبل و 48 ساعت بعد از مداخله تمرینی

#### نحوه اندازه‌گیری متغیر

## بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

### 1

شرح

5000 3150 45 98+  
ایمیل  
najafinader22@gmail.com

نمونه خونی. وسایل مورد نیاز: سرنگ یکبار مصرف تاریخ دار، گارو یا تورنیکت استاندارد، لوله آزمایش حاوی ماده ضد انعقاد، پنبه استریل، الککل اتانول 75%، کیت الیزا شرکت (آمریکایی) با استفاده از دستگاه الیزا

## حمایت کنندگان / منابع مالی

### 1

حمایت کننده مالی  
نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول  
داوود سیف زاده  
آدرس خیابان  
انتهای خیابان دانشگاه - دانشگاه محقق اردبیلی  
شهر  
اردبیل  
استان  
اردبیل  
کد پستی  
5619913131  
تلفن  
5000 3150 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

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  
نادر نجفی  
موقعیت شغلی  
دانشجو دکتری  
آخرین مدرک تحصیلی  
Ph.D  
سایر حوزه های کاری/تخصص ها  
فیزیولوژی ورزشی  
آدرس خیابان  
خیابان فرهنگ. کوچه فرهنگ پلاک ۲۰  
شهر  
بستان آباد  
استان  
آذربایجان شرقی

## متغیر پیامد ثانویه

خالی

## گروه های مداخله

### 1

شرح مداخله  
گروه مداخله 1: گروه تمرین دایره ای با شدت بالا: 3 ست 10 تکراری با 80 درصد یک تکرار بیشینه. 12 هفته، 3 روز در هفته، هر جلسه 70 دقیقه  
طبقه بندی  
پیشگیری

### 2

شرح مداخله  
گروه مداخله 2: گروه تمرین دایره ای با شدت متوسط: 3 ست 13 تکراری با 60 درصد یک تکرار بیشینه 12 هفته، 3 روز در هفته، هر جلسه 70 دقیقه  
طبقه بندی  
پیشگیری

### 3

شرح مداخله  
گروه مداخله 3: گروه تمرین دایره ای با شدت پایین: 3 ست 20 تکراری با 40 درصد یک تکرار بیشینه 12 هفته، 3 روز در هفته، هر جلسه 70 دقیقه  
طبقه بندی  
پیشگیری

### 4

شرح مداخله  
گروه کنترل: بدون فعالیت بدنی  
طبقه بندی  
مصادق ندارد

## مراکز بیمار گیری

### 1

مرکز بیمار گیری  
نام مرکز بیمار گیری  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول  
نادر نجفی  
آدرس خیابان  
انتهای خیابان دانشگاه - دانشگاه محقق اردبیلی  
شهر  
اردبیل  
استان  
اردبیل  
کد پستی  
5619913131  
تلفن

فیزیولوژی ورزشی  
آدرس خیابان  
خیابان فرهنگ. کوچه فرهنگ پلاک ۲۰  
شهر  
بستان آباد  
استان  
آذربایجان شرقی  
کد پستی  
5491718541  
تلفن  
3132 4333 41 98+  
فکس  
ایمیل  
najafi.nader@uma.ac.ir

### 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

از طریق ایمیل : najafinader22@gmail.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

کد پستی  
5491718541  
تلفن  
3132 4333 41 98+  
فکس  
ایمیل  
najafi.nader@uma.ac.ir

### فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول

نادر نجفی

#### موقعیت شغلی

دانشجو دکتری

#### آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

فیزیولوژی ورزشی

#### آدرس خیابان

خیابان فرهنگ. کوچه فرهنگ پلاک ۲۰

#### شهر

بستان آباد

#### استان

آذربایجان شرقی

#### کد پستی

5491718541

#### تلفن

3132 4333 41 98+

#### فکس

#### ایمیل

najafi.nader@uma.ac.ir

### فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

#### اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد  
دانشگاه محقق اردبیلی  
نام کامل فرد مسوول

نادر نجفی

#### موقعیت شغلی

دانشجو دکتری

#### آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

#### سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها