

پروتکل کارآزمایی بالینی مرکز ثبت کارآزمایی بالینی ایران

۱۴۰۵/۰۴/۳۰

تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی، 24 هفته بی تمرینی و 12 هفته بازتمرینی بر سطوح سر می FGF6 و Myod مردان و زنان میانسال

چکیده پروتکل

هدف از مطالعه

بررسی تاثیر تمرین مقاومتی، بی تمرینی و بازتمرینی بر سطوح سر می FGF6 و Myod مردان و زنان میانسال

طراحی

40 زن و مرد میانسال واجد شرایط به صورت تصادفی انتخاب و بر اساس شاخص-های آنتروپومترکی و تمرینی در دو گروه مداخله (30 نفر) و کنترل (10 نفر) قرار خواهند گرفت، مطالعه حاضر یکسویه کور می باشد

نحوه و محل انجام مطالعه

این مطالعه در مجموعه ورزشی تختی واقع در شهرستان اراک انجام خواهد شد. گروه تمرینی 12 هفته تمرینات مقاومتی، 24 هفته ای بی تمرینی و مجدداً 12 هفته تمرین مقاومتی را بصورت 3 جلسه در هفته و با شدت 65 تا 80 درصد قدرت بیشینه اجرا می نمایند. 48 ساعت قبل و بعد از مداخله از تمامی آزمودنی ها خون گیری و سطوح پلاسمایی FGF-6 و Myod بررسی خواهد شد. این مطالعه با توجه به عدم آگاهی ارزیابان و آنالیزورهای دیتا از گروههای مورد بررسی از نوع یک سویه کور میباشد

شرکت کنندگان/شرایط ورود و عدم ورود

ورود: داشتن سلامتی کامل جسمی، تمایل به شرکت در پژوهش و عدم فعالیت ورزشی در 12 ماه قبل از مطالعه حاضر عدم ورود: داشتن هر نوع بیماری مزمن، داشتن آسیب های اسکلتی عضلانی و مفصلی، نداشتن شرایط سنی

گروه های مداخله

گروه تمرینی بطور متوالی یک دوره تمرین (12 هفته)، بی تمرینی (24 هفته) و یک دوره بازتمرینی (12 هفته) را با 65 تا 80 درصد قدرت بیشینه خودشان تکمیل خواهند کرد. گروه کنترل در طول هر سه دوره صرفاً فعالیت بدنی عادی و رزمره خود را انجام خواهند داد.

متغیرهای پیامد اصلی

ایجاد تغییرات در غلظت سر می FGF6 و Myod بدنیاال یک دوره تمرین مقاومتی، بی تمرینی و بازتمرینی

اطلاعات عمومی

علت بروز رسانی

نام اختصاری

اطلاعات ثبت در مرکز

شماره ثبت کارآزمایی در مرکز: IRCT20231208060297N1

تاریخ تایید ثبت در مرکز: ۱۴۰۲/۱۱/۰۸, 28-01-2024

زمان بندی ثبت: registered_while_recruiting

آخرین بروز رسانی: 28-01-2024, ۱۴۰۲/۱۱/۰۸

تعداد بروز رسانی ها: 0

تاریخ تایید ثبت در مرکز

۱۴۰۲/۱۱/۰۸, 2024-01-28

اطلاعات تماس ثبت کننده

نام

محسن یعقوبی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه لرستان

کشور

جمهوری اسلامی ایران

تلفن

0257 3276 86 98+

آدرس ایمیل

yaghoobi.m@fh.lu.ac.ir

وضعیت بیمار گیری

بیمار گیری تمام شده

منبع مالی

تاریخ شروع بیمار گیری مورد انتظار

2023-11-21, ۱۴۰۲/۰۸/۳۰

تاریخ پایان بیمار گیری مورد انتظار

2024-03-18, ۱۴۰۲/۱۲/۲۸

تاریخ شروع بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ پایان بیمارگیری تحقق یافته

خالی

تاریخ خاتمه کارآزمایی

خالی

عنوان علمی کارآزمایی

تاثیر 12 هفته تمرین مقاومتی، 24 هفته بی تمرینی و 12 هفته بازتمرینی بر سطوح سر می FGF6 و Myod مردان و زنان میانسال

عنوان عمومی کارآزمایی

تاثیر تمرین مقاومتی، بی تمرینی و بازتمرینی بر سطوح سر می FGF6 و Myod مردان و زنان میانسال

هدف اصلی مطالعه

حمایتی

شرایط عمده ورود و عدم ورود به مطالعه

شرایط عمده ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
داشتن سلامتی کامل جسمی تمایل به شرکت در پژوهش عدم اجرای هر نوع تمرین استقامتی یا قدرتی در 12 ماه قبل از مطالعه
شرایط عمده عدم ورود به مطالعه قبل از تصادفی سازی:
وجود هر نوع بیماری مزمن آسیب اسکلتی عضلانی و مشکلات مفصلی استفاده از هر نوع دارو یا مکمل

سن

از سن 30 ساله تا سن 59 ساله

جنسیت

هر دو

فاز مطالعه

مصادق ندارد

گروه‌های کور شده در مطالعه

- ارزیابی کننده پیامد
- آنالیز کننده داده

حجم نمونه کل

حجم نمونه پیش‌بینی شده: 40

تصادفی سازی (نظر محقق)

اختصاص غیر تصادفی به گروه‌های مداخله و کنترل

توصیف نحوه تصادفی سازی

کور سازی (به نظر محقق)

یک سوبه کور

توصیف نحوه کور سازی

در مطالعه حاضر فقط گروهی که خون گیری را از آزمودنی‌ها گرفته و در داخل آزمایشگاه فاکتورهای مورد نظر را استخراج می نمایند و همچنین گروهی که دیتاهای خارج شده را آنالیز می نمایند نسبت به مطالعه کور میباشند

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 پژوهشگاه تربیت بدنی و علوم ورزشی

آدرس خیابان

سبحانی، بلوار میرزای شیرازی، ک گلشن، ساختمان ویستا، واحد 3

شهر

اراک

استان

مرکزی

کد پستی

3815963747

تاریخ تایید

1402/08/29, 2023-11-20

کد کمیته اخلاق

IR.SSRC.REC.1402.232

بیماری‌های (موضوعات) مورد مطالعه

1

شرح

بررسی تغییرات سطوح سرمی FGF6 و Myod پس از 12 هفته تمرین مقاومتی، 24 هفته بی تمرینی و 12 هفته بازتمرینی در افراد میانسال

کد ICD-10

توصیف کد ICD-10

متغیر پیامد اولیه

1

شرح متغیر پیامد

افزایش غلظت سرمی FGF6 پس از 12 هفته تمرین مقاومتی در زنان و مردان میانسال

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، 12 هفته پس از مداخله اول، 24 هفته پس از مداخله دوم و 12 هفته بعد از مداخله سوم

نحوه اندازه‌گیری متغیر

کیت الایزا

2

شرح متغیر پیامد

افزایش غلظت سرمی Myod پس از 12 هفته تمرین مقاومتی در زنان و مردان میانسال

مقاطع زمانی اندازه‌گیری

در ابتدای مطالعه، 12 هفته پس از مداخله اول، 24 هفته پس از مداخله دوم و 12 هفته بعد از مداخله سوم

نحوه اندازه‌گیری متغیر

کیت الایزا

متغیر پیامد ثانویه

خالی

گروه‌های مداخله

1

شرح مداخله

گروه مداخله: آزمودنی‌های تحت نظارت مربی مجرب در یک برنامه تمرینی قدرتی سه جلسه در هفته به مدت 12 هفته شرکت کردند. هر جلسه تمرین شامل یک مرحله گرم کردن و سرد کردن پویا و برنامه قدرتی که تقریباً به مدت زمان 60 دقیقه بود. این پروتکل شامل تمرینات بالانتنه (پرس شانه، زیربغل هالتر خم، کرانچ، پرس سینه، جلو بازو) و پایین تنه (پرس پا روی میز 45 درجه، پرس ساق پا در میز 45 درجه، جلو پا دستگاه) با ست‌ها و تکرارها با پیشرفت از 2 به 3 و به ترتیب از 15 تا 8 تکرار بود. شدت بار تمرینی به تدریج از 65٪ از 1RM به 80٪ از 1RM افزایش یافت. هر چهار هفته تست 1RM برای حرکات پرس سینه و پرس پا تکرار شد تا حداکثر وزنه‌ای را که می توانستند در یک تکرار و به درستی اجرا کنند برای ارزیابی تغییرات قدرت، تعیین کنند. پس از دوره تمرینی، از آزمودنی‌ها خواسته می شود تا فعالیت های بدنی عادی خود را همچون قبل از شروع مطالعه از سر بگیرند و به مدت 24 هفته در تمرینات قدرتی شرکت نکنند. دوره 24 هفته ای بی تمرینی با یک مرحله بازتمرینی 12 هفته ای، با استفاده از همان برنامه تمرینی مقاومتی با بارهای شروع هر تمرین متناسب با وضعیت فیزیکی آن زمان، دنبال می شود. 48 ساعت قبل و بعد از مداخله از تمامی آزمودنی ها خون گیری و سطوح پلاسمایی FGF-6 و MyoD با استفاده از کیت های مورد نظر و به روش الایزا بررسی خواهد شد

طبقه بندی

غیره

مراکز بیمار گیری

1

مرکز بیمار گیری

نام مرکز بیمار گیری

اماکن و سازمانها

نام کامل فرد مسوول

محسن یعقوبی

آدرس خیابان

سیحانی، بلوار میرزای شیرازی، ک گلشن، ساختمان ویستا

شهر

اراک

استان

مرکزی

کد پستی

3815963747

تلفن

0257 3276 86 98+

ایمیل

mohsen.yaqoubi@gmail.com

حمایت کنندگان / منابع مالی

1

حمایت کننده مالی

نام سازمان / نهاد

دانشگاه لرستان

نام کامل فرد مسوول

رجیم میرنصوری

آدرس خیابان

استان لرستان - شهرستان خرم آباد - کیلومتر ۵ جاده تهران -

سازمان مرکزی دانشگاه لرستان

شهر

خرم آباد

استان

لرستان

کد پستی

۶۸۱۵۱۴۴۳۱۶

تلفن

0097 3312 66 98+

ایمیل

mohsen.yaqoubi@gmail.com

ردیف بودجه

کد بودجه

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

بلی

عنوان منبع مالی

دانشگاه لرستان

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 لرستان

نام کامل فرد مسوول

محسن یعقوبی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

سیحانی، بلوار میرزای شیرازی، کوچه گلشن، ساختمان ویستا،

واحد 3

شهر

اراک

استان

مرکزی

کد پستی

3815963747

تلفن

0257 3276 86 98+

ایمیل

mohsen.yaqoubi@gmail.com

فرد مسوول پاسخگویی علمی مطالعه

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه لرستان

نام کامل فرد مسوول

مسعود رحمتی

موقعیت شغلی

استاد تمام

آخرین مدرک تحصیلی

.Ph.D

سایر حوزه های کاری/تخصص ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

استان لرستان - شهرستان خرم آباد - کیلومتر ۵ جاده تهران -

سازمان مرکزی دانشگاه لرستان

شهر

خرم آباد

استان

لرستان

کد پستی

6815144316

تلفن

0097 3312 66 98+

ایمیل

masoud2_rahmati@yahoo.com

فرد مسوول به روز رسانی اطلاعات

اطلاعات تماس

نام سازمان / نهاد

دانشگاه لرستان

نام کامل فرد مسوول

محسن یعقوبی

موقعیت شغلی

دانشجوی دکتری
آخرین مدرک تحصیلی
Ph.D

سایر حوزه‌های کاری/تخصص‌ها

پزشکی ورزشی

آدرس خیابان

سبحانی، بلوار میرزای شیرازی، کوچه گلشن، ساختمان ویستا،
واحد 3

شهر

اراک

استان

مرکزی

کد پستی

3815963747

تلفن

0257 3276 86 98+

ایمیل

mohsen.yaqoubi@gmail.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

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

فرم رضایتنامه آگاهانه

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

گزارش مطالعه بالینی

بله - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود دارد

کدهای استفاده شده در آنالیز

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

نظام دسته‌بندی داده (دیکشنری داده)

خیر - برنامه‌ای برای انتشار آن وجود ندارد

عنوان و جزئیات بیشتر در مورد داده/مستند

پس از انتشار کار علمی کلیه اطلاعات پس از غیر قابل شناسایی کردن

افراد قابل اشتراک گذاری است

بازه زمانی امکان دسترسی به داده/مستند

بدنبال چاپ نتایج

کسانی که اجازه دارند به داده/مستند دسترسی پیدا کنند

افراد شاغل در موسسات دانشگاهی و سایر افراد جامعه دسترسی

خواهند داشت

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

است

داشتن زمینه تحقیقاتی در حوزه مطالعه حاضر و استفاده کاربردی در

حوزه سلامتی برای افراد میانسال و سالمند جامعه

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

برای دریافت داده ها مکاتبه با آدرس پست الکترونیک :

mohsen.yaqoubi@gmail.com

یک درخواست برای داده/مستند چه فرایندی را طی می‌کند

فقط در قالب پست الکترونیک در خواست اطلاعات نموده و در اولین

فرصت اطلاعات ارسال خواهد شد

سایر توضیحات