

بررسی اثر یک جلسه فعالیت هوازی فزاینده بر سطح کورتیزول بزاقی مردان بسکتبالیست در دو محیط گرم و سرد

چکیده

پژوهش حاضر اثر یک جلسه فعالیت هوازی فزاینده بر سطح کورتیزول بزاقی مردان بسکتبالیست در دو محیط گرم و سرد را مورد بررسی قرار داد. آزمودنی ها شامل ۱۰ نفر از بسکتبالیست های مرد جوان با سنی بین ۱۸ تا ۲۵ سال و سابقه ۳ سال فعالیت در باشگاه های شهر رشت بودند که به صورت داوطلبانه در این پژوهش شرکت نمودند. آزمودنی ها در نوبت اول یک جلسه فعالیت هوازی فزاینده را که شامل انجام آزمون بروس بود در محیطی با دمای ۱۰ درجه سانتی گراد به عنوان محیط سرد و یک هفته بعد همین فعالیت را در محیطی با دمای ۳۰ درجه سانتی گراد به عنوان محیط گرم اجرا کردند. نمونه های کورتیزول بزاقی از شرکت کنندگان در سه مرحله به دست آمد. اطلاعات مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت برای بررسی طبیعی بودن داده ها از آزمون شاپیروویلک و برای بررسی همگن بودن واریانس ها آزمون لوین همچنین آزمون تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر برای بررسی تغییرات درون گروهی و آزمون تحلیل کواریانس جهت بررسی تفاوت های گروهی در سطح معنی داری $p \leq 0/05$ استفاده شد. در آمار توصیفی از میانگین، انحراف استاندارد، جداول و نمودارهای مختلف استفاده شد. به طور کلی نتایج نشان داد که یک جلسه تمرین فزاینده در هوای گرم موجب تغییر معنادار در سطح غلظت کورتیزول بزاقی بسکتبالیست های مرد می شود ($p < 0/05$). همچنین یک جلسه تمرین فزاینده در هوای سرد موجب تغییر معنادار در سطح غلظت کورتیزول بزاقی بسکتبالیست های مرد می شود ($p < 0/05$) در نهایت بین سطح کورتیزول بزاقی بسکتبالیست های مرد جوان پس از یک جلسه تمرین فزاینده در دو هوای گرم و سرد تفاوت معناداری به دست آمد. با توجه به نتایج به دست آمده می توان عنوان داشت که تمرین در محیط سرد و گرم باعث افزایش کورتیزول بزاقی می شود که این عامل می تواند باعث تغییرات در سیستم ایمنی شود.

واژگان کلیدی: فعالیت هوازی فزاینده، کورتیزول بزاقی، محیط گرم، محیط سرد.

