

مقاله کوتاه

تأثیر تمرینات تناوبی شدید و تداومی کم شدت بر برخی عناصر انتقال معکوس کلسترول در موش‌های نر و بیستار بعد از رژیم غذایی پر چرب

محسن جعفری

گروه علوم ورزشی، واحد شیروان، دانشگاه آزاد اسلامی، شیروان، ایران

پذیرش: ۲ آذر ۱۳۹۹

دریافت: ۱۸ مهر ۱۳۹۹

چکیده

هدف این مطالعه تأثیر دو نوع تمرین تناوبی شدید (HIT) و تداومی کم شدت (LIT) بر بیان ژن‌های پروتئین انتقال فسفولیپید (PLTP)، پروتئین انتقال استر کلستریل (CETP) و پروتئین آلفای متصل به افزاینده CCAAT (C/EBP α) پس از سیزده هفته تغذیه موش‌ها با رژیم غذایی پرچرب (HFD) بود. موش‌های صحرایی نر و بیستار پس از ۱۳ هفته دریافت HFD به سه گروه کنترل، تمرین HIT و تمرین LIT تقسیم شدند. تمرینات به مدت دوازده هفته (پنج روز در هفته) انجام شدند. پس از تمرینات میزان بیان ژن‌های PLTP و C/EBP α در گروه HIT بیشتر از گروه‌های LIT و کنترل بود ($p \leq 0.05$) ولی بین گروه‌های کنترل و LIT تفاوتی مشاهده نشد ($p > 0.05$). همچنین میزان بیان ژن CETP در گروه HIT بیشتر از گروه‌های LIT و کنترل و در گروه LIT بیشتر از گروه کنترل بود ($p \leq 0.05$). بنابراین در موش‌ها، تمرینات HIT در افزایش بیان ژن‌های PLTP، CETP و C/EBP α مؤثرتر از تمرینات LIT هستند.

واژه‌های کلیدی: انفارکتوس میوکارد، تمرین استقامتی، تمرین تناوبی شدید، کلسترول

مقدمه

کیسه صفرا منتقل می‌شود. همچنین پروتئین انتقال استرکلستریل (CETP)^۵ انتقال استرکلستریل از لیپوپروتئین خیلی کم چگال (VLDL) به HDL و از HDL به LDL را تسهیل می‌کند و بعد از آن کلسترول به کبد و صفرا منتقل می‌شود. بنابراین فعالیت PLTP، CETP و C/EBP α می‌تواند در پیشگیری از سکتته قلبی از طریق تقویت RCT مؤثر باشد [۳].

تاکنون تحقیقات محدودی درباره تأثیر ورزش بر همه اجزای RCT انجام شده است. همچنین در اکثر تحقیقات انجام شده درباره تأثیر ورزش بر RCT تمرینات تناوبی شدید (HIT)^۷ کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند [۴]. جعفری و رواسی در سال ۲۰۲۰ اظهار نمودند که ۱۲ هفته تمرینات تناوبی و تداومی پس از ۱۳ هفته رژیم غذایی پرچرب (HFD) موجب افزایش بیان

انتقال معکوس کلسترول (RCT)^۱ یکی از فرایندهای مطلوب است که در طی آن کلسترول اضافی از دیواره عروق به لیپوپروتئین پرچگال (HDL)^۲ منتقل و از آنجا به کبد برده می‌شود [۱]. یکی از عوامل رونویسی که در متابولیسم نقش محوری دارند، پروتئین‌های متصل به افزاینده CCAAT (C/EBP α)^۳ می‌باشند که از بین ایزوفرم‌های آن C/EBP α تأثیر بیشتری بر متابولیسم لیپید، امینواسید و گلوکز دارد و در پاتوژنز آتروسکلروز نیز درگیر است [۲]. در کبد پروتئین انتقال فسفولیپید (PLTP)^۴ در انتقال کلسترول و فسفولیپید از لیپوپروتئین‌های غنی از کلسترول به HDL و از HDL3 به HDL2 نقش دارد که پس از آن کلسترول به کبد و سپس

¹ Reverse Cholesterol Transport² High Density Lipoprotein³ CCAAT Enhancer Binding Proteins⁴ Phospholipid Transfer Protein⁵ Cholesteryl Ester Transfer Protein⁶ Very Low Density Lipoprotein⁷ High Intensity Interval Training

۸۵٪ حداکثر سرعت آزمودنی‌ها تعیین گردید. پروتکل HIT در هفته اول شامل ۷ وهله ۱ دقیقه‌ای دویدن با سرعت ۳۱ متر بر دقیقه و ۱ دقیقه استراحت فعال بود و کم‌کم به ۱۰ تلاش ۱ دقیقه‌ای با سرعت ۵۵ متر بر دقیقه و یک دقیقه استراحت فعال در هفته دوازدهم رسید. به طور متوسط هفته‌ای ۲ متر بر دقیقه به سرعت دویدن افزوده شد. تمرینات LIT با سرعت ۲۰ متر بر دقیقه و مدت ۱۵ دقیقه در هفته اول شروع شدند و به سرعت ۲۵ متر بر دقیقه و مدت ۳۱ دقیقه در هفته دوازدهم رسیدند. اطلاعات قد و وزن آزمودنی‌ها قبل از شروع HFD، پایان ۱۳ هفته HFD و شروع تمرینات، پایان ۶ هفته تمرین و پایان ۱۲ هفته تمرین در جدول ۱ ارائه شده است. در هیچکدام از مراحل تحقیق، تفاوت معنی‌داری از نظر قد و وزن بین گروه‌های تحقیق وجود نداشت که البته علت آن ادامه داشتن رژیم پرچرب در دوران تمرین در گروه‌های تمرینی بود.

آزمودنی‌ها پس از ۴۸ ساعت از آخرین جلسه تمرینی با تزریق محلول زایلانین (۳ تا ۵۵ میلی‌گرم بر کیلوگرم) و کتامین (۷۰ میلی‌گرم بر کیلوگرم) بیهوش شدند و بلافاصله قسمت تحتانی لوب راست بافت کبدی جدا گردید و در نیتروژن مایع قرار داده شد. این بافت در دمای ۸۰- درجه سانتیگراد منجمد شد و به آزمایشگاه فرستاده شد [۸]. برای بررسی بیان ژن‌های *PLTP*، *CETP* و *C/EBPα* از روش^{۱۳} واکنش زنجیره پلیمرز^{۱۴} (RT-PCR) استفاده شد^{۱۵}. ابتدا طراحی پرایمر انجام شد و سپس اسیدریبونوکلیک (RNA)^{۱۶} کل از بافت‌ها استخراج گردید و به اسید دزوکسی ریبونوکلیک مکمل (cDNA)^{۱۷} تبدیل گردید. سپس cDNA به روش PCR تکثیر شده و از نظر بیان ژن‌های ذکر شده مورد بررسی قرار گرفت. پرایمرهای پیشرو و معکوس ژن‌های مورد نظر در جدول ۲ نشان داده شده است.

پس از مشخص شدن عدم طبیعی بودن توزیع داده‌ها با استفاده از آزمون شاپیروویلیک، از آزمون کروسکالوالیس جهت

ژن گیرنده ایکس کبدی آلفا ($LXR\alpha$)^۸ می‌شود [۵]. جعفری در پژوهش دیگری افزایش بیان ژن گیرنده ایکس رتینوئید آلفا ($RXR\alpha$)^۹ را پس از مداخله مذکور گزارش کرد [۶]. جلالی و جعفری گزارش کردند که تمرینات تناوبی نسبت به تمرینات تداومی تأثیر بیشتری بر بیان ژن‌های ناقل های G5 و G8 متصل به آدنوزین تری فسفات ($ABCG8$ و $ABCG5$)^{۱۰} دارند [۷]. با توجه به متعدد بودن اجزای RCT، نیاز به تحقیقات گسترده درباره تأثیر انواع تمرینات ورزشی بر همه اجزای RCT برای کنترل بهتر بیماری آتروسکلروز می‌باشد، بنابراین در این تحقیق تأثیرات تمرینات HIT و تداومی کم شدت (LIT)^{۱۱} بر بیان برخی دیگر از ژن‌های درگیر در RCT شامل *PLTP*، *CETP* و *C/EBPα* بررسی شد.

مواد و روش‌ها و یافته‌ها

این تحقیق تجربی با کد IR.SSRI.REC.1395.115 در کمیته اخلاق پژوهشگاه علوم ورزشی (وابسته به وزارت علوم، تحقیقات و فناوری) تأیید شده است. آزمودنی‌ها شامل موش‌های نر ویستار (خریداری شده از انستیتو پاستور ایران) بودند. تمامی موش‌ها تا رسیدن به میانگین سن ۶-۵ هفته و وزن ۱۲۸/۳ گرم از رژیم غذایی نرمال استفاده می‌کردند. پس از رسیدن به مرحله بلوغ، در ابتدا به مدت سیزده هفته رژیم غذایی پرچرب (HFD)^{۱۲} (۴۰٪ چربی، ۱۳٪ پروتئین و ۴۷٪ کربوهیدرات، خریداری از شرکت خوراک دام بهپور کرج) دریافت کردند.

سپس موش‌ها به سه گروه کنترل (۵ سر)، تمرین HIT (۵ سر) و تمرین LIT (۵ سر) تقسیم شدند و با رعایت HFD، به مدت دوازده هفته (۵ جلسه در هفته، ۲ روز آخر هفته استراحت) تمرین دویدن روی تردمیل داشتند. حداکثر سرعت آزمودنی‌های گروه‌های تمرینی قبل از شروع تمرینات اصلی اندازه‌گیری شد. معیار دستیابی به حداکثر سرعت نقطه‌ای بود که در آن آزمودنی‌ها حتی با تحریک شوکر نیز توانایی دویدن نداشتند. شدت تمرینات LIT معادل ۶۵٪ و شدت تمرینات HIT معادل

¹³ RNA extraction was performed manually using A solution of Trizol

¹⁴ Cdna Synthesis Kits-Thermo Scientific, Revertaid First Strand Cdna Synthesis Kit

¹⁵ Real-Time Polymerase Chain Reaction

¹⁶ Abi Applied Biosystems, Real-Time PCR Systems, Stepone™, Real-Time PCR Systems

¹⁷ Ribonucleic Acid

¹⁸ Complementary Deoxyribonucleic Acid

⁸ Liver X Receptor Alpha

⁹ Retinoid X Receptor Alpha

¹⁰ Adenosine Triphosphate Binding Cassette Subfamily G Member 8

¹¹ Low Intensity Continuous Training

¹² High Fat Diet

جدول ۱- تغییرات قد و وزن موش ها در طی مراحل مختلف تحقیق

مرحله ۴	مرحله ۳	مرحله ۲	مرحله ۱	متغیر	گروه
۲۲/۸ ± ۱/۶	۲۲/۲ ± ۱/۶	۲۱/۹ ± ۱/۶	۱۶/۷۶ ± ۲/۳	قد (سانتیمتر)	کنترل
۳۹۷/۹ ± ۶۱/۳	۳۵۱/۵ ± ۷۳/۴۴	۳۱۷/۴ ± ۷۰/۸	۱۱۲/۱ ± ۸۶/۴	وزن (گرم)	
۲۳/۶ ± ۰/۹	۲۲/۸ ± ۰/۶	۲۱/۱۳ ± ۰/۸۶	۱۸/۳۵ ± ۱/۷	قد (سانتیمتر)	تمرین تناوبی شدید
۳۹۲/۷ ± ۲۴/۲	۳۵۲/۵۶ ± ۲۵/۱	۳۵۲/۹۶ ± ۲۰/۷	۱۳۳/۶ ± ۵	وزن (گرم)	
۲۳/۱ ± ۰/۹۶	۲۲/۳۵ ± ۰/۹۴	۲۰/۹ ± ۱/۲	۱۸/۲ ± ۲/۱	قد (سانتیمتر)	تمرین تداومی کم شدت
۳۹۱/۱۵ ± ۵۴	۳۴۸/۶ ± ۵۲/۳	۳۲۹/۶ ± ۵۵/۴	۱۲۸/۸ ± ۵۳/۴	وزن (گرم)	

مرحله ۱: قبل از شروع رژیم غذایی پرچرب (HFD)، مرحله ۲: پایان ۱۳ هفته HFD و شروع تمرینات، مرحله ۳: پایان ۶ هفته تمرین، مرحله ۴: پایان ۱۲ هفته تمرین. در هیچکدام از مراحل تحقیق، تفاوت معنی داری از نظر قد و وزن بین گروه های تحقیق وجود نداشت.

جدول ۲- لیست پرایمرهای پیشرو و معکوس برای متغیرهای وابسته

توالی پرایمر	نوع پرایمر	ژن
AAAGTGTCCAATGTCTCCCGCG GCAGCACTGTCCCAGCAT	پیشرو معکوس	PLTP
CAGAAGTCATCAAGAAGCACCT ACCTTACCCAGATGATGT	پیشرو معکوس	CETP
CAGAAGACAGAGTGAAGTGGT TAGAGTGGCAGGGAACAGGT	پیشرو معکوس	C/EBP α

تری گلیسرید، لسیتین کلسترول اسیل ترانسفراز (LCAT)^{۲۰} و CETP نداشتند که تقریباً با نتایج این تحقیق متناقض بود. البته روش تحقیق آن‌ها مقطعی و مقایسه‌ای بود، ولی روش تحقیق ما تجربی بود. همچنین آزمودنی‌های تحقیق الچاوا و همکاران مردان ورزشکار و غیرورزشکار بودند، درحالی‌که آزمودنی‌های این تحقیق موش‌های تغذیه شده با HFD بودند [۹]. بیان ژن CETP تحت تأثیر عملکرد عوامل رونویسی چون گیرنده ایکس فarnesoid (FXR)^{۲۱} و گیرنده ایکس کبدی (LXR)^{۲۲} می‌باشد [۱۰] که تمرینات ورزشی می‌توانند موجب افزایش بیان ژن و فعالیت آن‌ها شوند [۱۱].

نتایج نشان داد که میزان بیان ژن PLTP در گروه HIT از دو گروه دیگر بیشتر بود ولی بین گروه‌های LIT و کنترل تفاوت معنی‌داری وجود نداشت. بیان ژن و فعالیت PLTP تحت تأثیر عوامل بسیاری است. فعالیت پیش‌بر^{۲۳} ژن PLTP تحت تأثیر

مقایسه همه گروه‌ها و از آزمون من‌ویتنی جهت مقایسه‌های جفتی گروه‌ها در نرم افزار SPSS23 استفاده شد.

با توجه به نمودار ۱ میزان بیان ژن های PLTP و C/EBP α به طور معنی‌داری در گروه HIT بیشتر از گروه‌های LIT و کنترل بود ($p \leq 0.05$) ولی بین گروه‌های کنترل و LIT تفاوت معنی‌داری در میزان بیان این ژن‌ها مشاهده نشد ($p > 0.05$). در مورد CETP، میزان بیان ژن این ماده به طور معنی‌داری در گروه HIT بیشتر از گروه‌های LIT و کنترل و در گروه LIT بیشتر از گروه کنترل بود ($p \leq 0.05$).

بحث و نتیجه‌گیری

نتایج این تحقیق نشان داد که میزان بیان ژن CETP بعد از تمرینات ورزشی در گروه‌های HIT و LIT بیشتر از گروه کنترل و در گروه HIT بیشتر از گروه LIT بود. در یک مطالعه مقطعی الچاوا^{۱۹} و همکاران در سال ۲۰۰۴ نشان دادند که ورزشکاران و غیرورزشکاران تفاوت معنی‌داری از نظر سطوح کلسترول، LDL،

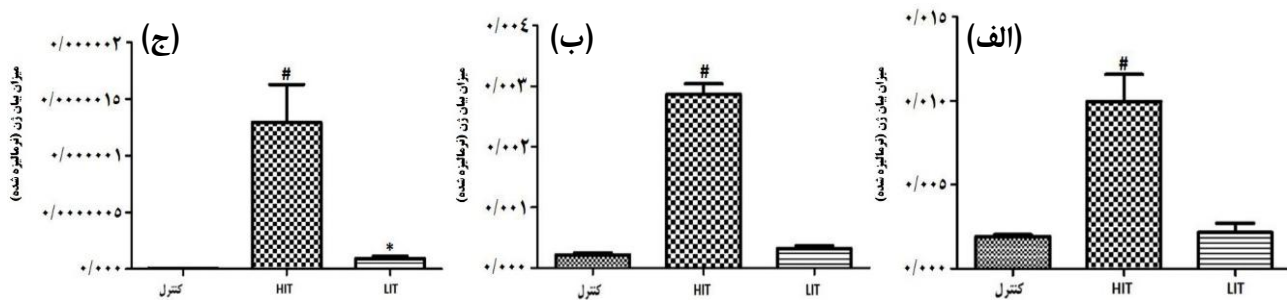
¹⁹ Olchawa

²⁰ Lecithin Cholesterol Acyltransferase

²¹ Farnesoid X Receptor

²² Liver X Receptor

²³ Promoter



نمودار ۱- تاثیر ۱۳ هفته رژیم غذایی پرچرب بر بیان برخی ژن‌های دخیل در زنجیره کلسترول در موش صحرایی. الف: میزان بیان ژن *PLTP*، ب: *C/EBPα* و ج: *CETP*. HIT: تمرین تناوبی شدید، LIT: تمرین تداومی کم شدت. # تفاوت معنی‌دار بین گروه HIT با گروه‌های کنترل و LIT با $p = 0.008$ ، * تفاوت معنی‌دار بین گروه LIT با گروه کنترل با $p = 0.008$.

عناصر تنظیمی غیربافتی و پیش‌برنده مرکزی است که بین بازهای ۲۳۰ و ۲۷۲ نسبت به اولین مکان آغاز رونویسی قرار دارد و مسئول کنترل بیان ژن *PLTP* می‌باشد. همچنین فعالیت پیش بر *PLTP* تحت تاثیر گیرنده فعال‌شونده با تکثیرکننده پراکسیزوم ($PPAR$)^{۲۴} است. *PLTP* در انتقال فسفولیپید، تبدیل HDL به آپولیپوپروتئین A1 ($APOA1$)^{۲۵}، انتقال آلفاتوکوفرول برای حفظ عملکرد اندوتلیوم، انتقال لیپوبلی ساکارید برای تضعیف پاسخ‌های التهابی و *RCT* برای پیشگیری از سکنه قلبی نقش دارد [۳]. بدیهی است که این عملکردهای مطلوب می‌تواند متعاقب تمرینات ورزشی منظم توسعه یابد و برای ایجاد این اثرات مطلوب ناشی از ورزش، افزایش بیان ژن این ماده طبیعی است. عواملی که باعث افزایش بیان ژن و فعالیت *PLTP* می‌شوند شامل پیری، گلوکز، دی‌اسیل‌گلیسرید، چاقی و *HFD* (که درآزمودنی‌های این تحقیق رخ داد)، سیگار، الکل و دیابت هستند. همچنین می‌توان از عوامل کاهشنده بیان ژن و فعالیت این ماده، لیپوپلی ساکارید، توقف مصرف الکل و سیگار و تزریق انسولین را نام برد [۱۲]. افزایش بیان ژن *PLTP* در اثر افزایش گلوکز و دی‌اسیل‌گلیسرول، می‌تواند نشان‌دهنده این موضوع باشد که ره‌ایش این مواد از کبد ناشی از تجزیه تری‌گلیسرید و گلیکوژن در طی ورزش می‌تواند به عنوان سیگنالی جهت افزایش بیان ژن *PLTP* و یا دیگر عوامل *RCT* عمل کند تا روند مقابله با آتروسکلروز در طی ورزش گسترش یابد. تحقیقات نشان داده‌اند که عوامل رونویسی شامل *SP1*، *AP2*، *FXR*، *PPAR*، *LXR*، گیرنده ایکس رتینوئید (RXR)^{۲۶} و پروتئین 1c متصل به عنصر تنظیمی استرول

²⁷ Son

²⁸ Phosphoenolpyruvate Carboxykinase

²⁹ Lipoprotein Lipase

³⁰ Diacylglycerol Acyltransferase

³¹ Hexokinase 2

³² Cluster of Differentiation 36

³³ Atp-Binding Cassette, Sub-Family D, Member 2

³⁴ Acyl Coenzyme A Synthetase Long Chain Family Member 2

³⁵ 11-Hydroxysteroid Dehydrogenase 1

²⁴ Peroxisome Proliferator Activated Receptor

²⁵ Apolipoprotein A1

²⁶ Retinoid X Receptor

سیاسگزارى

بدینوسیله از مرکز تحقیقات سلولی و مولکولی شهید میرغنی (گرگان) به خصوص جناب آقای دکتر سیدجواد میرغنی در اجرای پروتکل و عملیات آزمایشگاهی تقدیر و تشکر به عمل می آید.

ملاحظات مالی

هزینه های انجام این پژوهش طی همکاری محقق با پژوهشگاه شهید میرغنی پرداخت شده است.

تعارض در منافع

نویسندگان این مقاله تعارض در منافع ندارند.

نقش نویسندگان

م ج: محقق، نویسنده، آنالیزور آماری.

فهرست منابع

- [1] Jafari M, Effect of physical activity on prevention and treatment of atherosclerosis: focus on activity of ABCG5 and ABCG8 genes. *J Gorgan Univ Med Sci* 21(2019) 13-23.
- [2] Chen G, Wu K, Zhao T, Ling S, Liu W, Luo Z, miR-144 Mediates high fat-induced changes of cholesterol metabolism via direct regulation of C/EBP α in the liver and isolated hepatocytes of yellow catfish. *J Nutr* 150 (2020) 464-474.
- [3] Jiang XC, Phospholipid transfer protein: its impact on lipoprotein homeostasis and atherosclerosis. *J Lipid Res* 59 (2018) 764-771.
- [4] Jafari M, Ravasi AA, Effect of interval and continuous training exercises after high-fat diet on liver X receptor alpha gene expression. *Tehran Univ Med J* 78 (2020) 28-32.
- [5] Jafari, M, Effect of exercise type after high fat diet (HFD) on gene expression of retinoid X receptor alpha (RXR α) in hepatocytes of male Wistar rats. *J Cell Tissue* 10 (2019) 161-167.
- [6] Jalali S, Jafari M, The effects of high intensity interval (HIT) vs. continuous trainings on ABCG5 and ABCG8 genes expression in male Wistar rats after high fat diet. *Res Med* 43 (2019) 216-221.
- [7] Rahmati-Ahmadabad S, Broom DR, Ghanbari-Niaki A, Shirvani H, Effects of exercise on reverse cholesterol transport: A systemized narrative review of animal studies. *Life Sci* 224 (2019) 139-148.
- [8] Mirghani SJ, Peeri M, Yekani OY, Zamani M, Feizolah F, Nikbin S, Armin Derakhshideh A, Niloufar Mousavi N, Khojasteh Z, Nasrollahi Z, Khorasani E, Ghodousi Johari E, Afshar T, Azarbayjani MA, Role or synergistic

متابولیسم لیپید و گلوکز و نیز کاهش خطر سکنه قلبی باشد [۱۵]. لازم به ذکر است عدم تفاوت معنی دار قد و وزن آزمودنی های ۳ گروه در طی مراحل مختلف تحقیق (قبل از شروع HFD، پایان ۱۳ هفته HFD، پایان ۶ هفته تمرین و پایان ۱۲ هفته تمرین) ناشی از ادامه داشتن HFD در دوران تمرینات بود. بنابراین هرگونه تغییر در بیان ژن های مورد مطالعه در این تحقیق را می توان به تمرینات ورزشی نسبت داد. به طور کلی، دوازده هفته تمرینات HIT و LIT پس از سیزده هفته HFD، می تواند از طریق افزایش بیان ژن های *PLTP*، *CETP* و *C/EBP α* در تقویت روند RCT و پیشگیری از وقوع آتروسکلروز و سکنه قلبی مؤثر باشد. همچنین در این فرایند، تمرینات HIT مؤثرتر از تمرینات LIT هستند.

- interaction of adenosine and vitamin D3 alongside high-intensity interval training and isocaloric moderate intensity training on metabolic parameters: Protocol for an experimental study. *JMIR Res Protoc* 8 (2019) e10753.
- [9] Olchawa B, Kingwell BA, Hoang A, Schneider L, Miyazaki O, Nestel Pand Sviridov D, Physical fitness and reverse cholesterol transport. *Arterioscler Thromb Vasc Biol* 24 (2004) 1087-1091.
- [10] Gautier T, de Haan W, Grober J, Ye D, Bahr MJ, Claudel T, et al., Farnesoid X receptor activation increases cholesteryl ester transfer protein expression in humans and transgenic mice. *J Lipid Res* 54 (2013) 2195-2205.
- [11] Kazeminasab F, Marandi M, Ghaedi K, Esfarjani F, Moshtaghian J, The effect of endurance training on lipid profile and expression level of liver X receptor α gene in male Wistar rats. *Gen 3rd Millen* 10 (2017) 714-721.
- [12] Huuskonen J, Olkkonen VM, Jauhiainen M, Ehnholm C, The impact of phospholipid transfer protein (PLTP) on HDL metabolism. *Atherosclerosis* 155 (2001) 269-281.
- [13] Son BK, Eto M, Oura M, Ishida Y, Taniguchi S, Ito K, et al., Low-intensity exercise suppresses CCAAT/enhancer-binding protein δ /Myostatin pathway through androgen receptor in muscle cells. *Gerontology* 65 (2019) 397-406.
- [14] Nizielski SE, Arizmendi CA, Shteyngarts AR, Farrell CJ, Friedman JE, Involvement of transcription factor C/EBP beta in stimulation of PEPCK gene expression during exercise. *Am J Physiol Reg I* 270 (1996) R1005-1012.
- [15] Olofsson LE, Orho-Melandar M, William-Olsson L, Sjöholm K, Sjöstrom L, Groop L, et al., CCAAT/enhancer binding protein α (C/EBP α) in adipose tissue regulates genes in lipid and glucose metabolism and a genetic variation in C/EBP α is associated with serum levels of triglycerides. *J Clin Endocrinol Metab* 93 (2008) 4880-4886.

Short report

Effects of high intensity interval training and low intensity continuous training on some elements of reverse cholesterol transport in male wistar rats after high fat diet

Mohsen Jafari

Department of Sport Sciences, Shirvan Branch, Islamic Azad University, Shirvan, Iran

Received: 9 October 2020

Accepted: 22 November 2020

Abstract

Effect of high intensity interval training (HIT) and low intensity continuous training was examined on Phospholipid Transfer Protein (*PLTP*), Cholesteryl Ester Transfer Protein (*CETP*) and CCAAT-enhancer-binding proteins (*CEBP/α*) genes expression after 13 weeks high fat diet (HFD) in rats. Male Wistar rats were assigned in three groups including control, HIT and LIT after 13 weeks high fat diet (HFD). Trainings were performed for 12 weeks (5 days per week). *PLTP* and *C/EBPα* genes expression in HIT group was found higher than LIT and control groups ($p \leq 0.05$) but no difference was observed between LIT and control groups ($p > 0.05$). *CETP* gene expression in HIT group was higher than LIT and control groups, and in LIT group was higher than control group ($p \leq 0.05$). Thus, HIT trainings are more effective than LIT trainings in elevation of *PLTP*, *CETP* and *CEBP/α* genes expression in rats.

Keywords: Myocardial Infarction, Endurance Training, High-Intensity Interval Training, Cholesterol**Please cite this article as follows:**

Jafari M, Effects of high intensity interval training and low intensity continuous training on some elements of reverse cholesterol transport in male wistar rats after high fat diet. *Iran J Physiol Pharmacol* 4 (2020) 76-81.

*Corresponding author: sport87mohsen@gmail.com (ORCID ID: 0000-0002-3537-0883)