



Vergelyking van Kardio Stres Indeks tussen universiteit studente en 'n fisies meer aktiewe populasie

Authors:

E. Henning¹
M. Kleynhans¹
N. de Villiers²
P.J. du Toit¹

Affiliations:

¹Department of Physiology,
University of Pretoria,
South Africa

²TuksSport (Pty) Ltd, Tuks
Academy, High Performance
Centre, South Africa

Correspondence to:

E. Henning

Email:

vangi.henning@gmail.com

Postal address:

PO Box 2034, Pretoria 0001,
South Africa

How to cite this abstract:

Henning, E., Kleynhans, M.,
De Villiers, N. & Du Toit,
P.J., 2013, 'Vergelyking van
Kardio Stres Indeks tussen
universiteit studente en
'n fisies meer aktiewe
populasie', *Suid-Afrikaanse
Tydskrif vir Natuurwetenskap
en Tegnologie* 32(1), Art.
#838, 1 page. <http://dx.doi.org/10.4102/satnt.v32i1.838>

Note:

This paper was initially
delivered at the Annual
Congress of the Biological
Sciences Division of the
South African Academy for
Science and Art, ARC-Plant
Protection Research Institute,
Roodeplaat, Pretoria, South
Africa on 01 October 2010.

Copyright:

© 2013. The Authors.
Licensee: AOSIS
OpenJournals. This work
is licensed under the
Creative Commons
Attribution License.

Read online:

Scan this QR
code with your
smart phone or
mobile device
to read online.

Comparing the Cardio Stress Index of a training population with university students.

Results obtained from the study indicate that the Cardio Stress Index (CSI) readings of both male and female university students were significantly higher ($p < 0.05$) than that of the training population. University students were found to have a 50.31% population risk, whilst 31.50% of the recruit population indicated risk.

Gesondheidsrisiko's wat gepaard gaan met die toename in alledaagse stres kan lei tot kardiovaskulêre siektes en hipertensie, wat uiteindelik lei tot 'n verswakte algehele gesondheidstoestand. Huidige studies bevestig die korrelasie tussen 'n persoon se leefstyl en hul stresvlakke en bewys dat 'n minder aktiewe lewenswyse lei tot 'n verhoging in kardiovaskulêre risiko. Verbeterde fisiese fiksheid is een van die leefstyl veranderinge wat die gevolge van stres en gepaardgaande risiko's kan verminder. Die doel van hierdie studie was om die Kardio Stres Indeks tussen universiteit studente ($n = 158$) en 'n fisies meer aktiewe populasie ($n = 128$) te vergelyk. Die algehele hart toestand van die deelnemers was bepaal deur middel van die Viport toestel, wat die kardio stres indeks, hart tempo, hart ritme en QRS tyd meet. Uitslae verkry op grond van die studie dui daarop dat die kardio stres indeks lesings van beide manlike en vroulike studente aansienlik hoër is ($p < 0.05$) as die van die fisies meer aktiewe populasie. Hierdie bevinding kan moontlik toegeskryf word aan die feit dat die fisies aktiewe populasie onderhewig is aan 'n vaste daaglikse fisiese roetine (daar is wel ander veranderlikes om te oorweeg), wat lei tot 'n verbeterde fisiese fiksheidstoestand en sodoende stres en gepaardgaande risiko verminder.