

Mappeeksamen IDR4000

Hennie Engebretsen

2024-09-10

Table of contents

Introduksjon	3
1 Assignment 1: Reliability and tools for reproducible data science	4
2 Introduksjon	5
3 Metode	6
4 Resultat	7
4.1 Gjennomsnitt og standardavvik	7
4.2 Reliabilitet	7
4.3 Korrelasjon mellom Vo2maks og Wattmaks per kg	8
4.4 Referanser	8
5 Assignment 2: Regression models, predicting from data	9
7 Assignment 4: Study designs	11
7.1 Overview	11
8 Assignment 5: Analyzing repeated measures experiments	12
8.1 Assignment overview	12
8.2 Introduction	12
8.3 Methods	12
8.3.1 Participants and study overview	12
8.3.2 Muscle strength and hypertrophy	12
8.3.3 Data analysis and statistics	12
8.4 Results	12
8.5 Discussion	16
8.6 Conclusion	16
9 Philosophy of science	17
10 Molecular Laboratory report	18
References	19

Introduksjon

Mappeeksamen består av følgende deler:

- Rapport: “Deskriptiv statistikk, reliabilitet og validitet og verktøy for reproduserbar vitenskap”.
- Laborasjonsrapport fra molekylærlabb
- Arbeidskrav i vitenskapsteori
- Rapport: “Statistisk inferens, statistiske modeller og statistisk styrke”
- Rapport: “Studiedesign”
- Rapport: “Analyse av eksperimenter med repeterte målinger”

I templatet organiseres hver del som et kapittel.

Referanser finner du sist i dokumentet (eks. (D. J. Spiegelhalter 2019))

1 Assignment 1: Reliability and tools for reproducible data science

output: html_document editor_options: chunk_output_type: console —

2 Introduksjon

Det ble gjennomført fire testdager 28.08.2024, 29.08.2024, 9.09.2024 og 11.09.2024 for å teste VO2maks. Formålet med disse testene var å øve på å kunne gjennomføre fysiologiske tester med høy reliabilitet. Reliabilitet refererer til graden av konsistens eller pålitelighet i målinger evnen til å kunne reproducere (Hopkins,2001), et eksempel på dette er ved fysiologisk testing som repeteres i forskningsprosjekter, der bedre reliabilitet vil indikere hvor god presisjonen er og måling av endring over tid (Hopkins,2001). Det er mange begreper som er relevante for å kunne si noe om reliabilitet, men standardavviket er et av disse. Standardavviket sier noe om hvor langt unna verdiens gjennomsnittlige avstand er fra gjennomsnittet (D. Spiegelhalter 2020)

Kroppens maksimale oksygenopptak (VO2maks) sier noe om kroppens maksimale evne til å ta opp og omsette oksygen (Bassett and Howley 2000) . VO2maks kan beskrives ved hjelp av Ficks likning: $VO2maks = MVmaks \times a-vO2differansemaks$. VO2maks måles ved at man måler hvor mye oksygen kroppen klarer å omsette pr minutt (Bassett and Howley 2000). Det finnes ulike måter og fremstille VO2maks på de to av disse er absolutt VO2maks beskrevet som (ml/min) eller relative tall relatert til kroppsvekt (ml/kg/min).

Vi har i resultat delen valgt å fremstille effekt maks (Wmaks) som er et mål på snitteffekt det siste minuttet av VO2maks testen basert på kroppsvekt. Wmaks/kg sett opp i sammenheng med den relative VO2maks (ml/kg/min). Forskning viser at at høy VO maks sammen med god mekanisk effektivitet og høy laktatterskel gir bedre utholdenhetsprestasjoner, noe som reflekteres i høyere Wmaks/kg (Joyner and Coyle 2008).

3 Metode

VO₂maks testen ble gjennomført på en ergometersykkel med bukkestyre (Lode Excalibur Sport; Lode B.V., Groningen, Nederland). Kranken kalibreres på Lode sykkel før hver teststart, og sykkel stilles inn etter utøver sitt ønske ved første test og stilles inn til den samme sittestillingen påfølgende tester. For å måle det maksimale oksygenopptaket ble det brukt Vyntus (Jaeger Vyntus CPX, Hoechberg, Tyskland). Gassanalysator kalibreres til < 2,0% differanse og luftvolum kalibreres til < 0,2% differanse. Zeroing gjøres også alltid før test starter. Syklistene veies med de klærne de skal sykle med, og 0,3kg trekkes fra. For å kunne sikre god reliabilitet ble det tydeliggjort at man skulle replisere det siste måltidet før test, ha det samme koffeininntaket, avstå fra alkohol og tobakk de siste 72 timene før test og prøve å få tilnærmet lik søvn, samt trene det samme dagen før test. Da dette er faktorer som kan spille inn på prestasjon og metabolismen (Tanner & Gore, 2013) og dermed påvirke reliabiliteten. Hvorvidt dette er fulgt er noe usikkert da dette ikke er fulgt opp videre annet enn at det ble informert om før første testdag.

VO₂maks testen gjennomføres etter en 5min standardisert oppvarming på ergometersykkelen. Oppvarmingen starter med en 2 min oppvarming på 11-12 i Borg, deretter 2min på 15 i Borg før 1min på 11-12 BORG. Testen starter på en belastning (Watt) basert på deltagerens nivå i samråd med utøver og testleder. Det viktigste er at påfølgende VO₂maks tester starter på samme watt. Wattbelastningen økte med 20W eller 25W hvert minutt frem til utøveren når maksimal utmattelse er oppnådd. Maksimal utmattelse ble i denne sammenheng ikke evne til å kunne opprettholde RPM 60. Under VO₂maks var RPM valgfritt. Testleder gjør verbal oppmuntring og sekundering underveis i testen. For at verbal oppmuntring og instruksjon ved test skulle være lik etterstrebt vi å ha samme testleder til samme test person (Halperin, Pyne, and Martin 2015). Det blir målt oksygenmålinger hvert 30 sek, og de to høyeste påfølgende målingene blir definert som VO₂maks. Umiddelbart etter test oppgir utøveren opplevd anstrengelse på BORG skala. Maks hjertefrekvens blir lest av fra utøverens egen pulsklokke. Blodprøve ble tatt fra utøverens fingertupp 1 min etter endt test for å måle [BLa-]. [BLa-] blir videre målt videre målt ved hjelp av en Biosen C-line (Biosen C-line Lactate Analyzer, EKF Diagnostic GmbH, Barleben, Germany) .Etter endt test ble det hentet ut data som videre ble plottet inn i Excel og videre ført statistikk på ved hjelp av Rstudio.

4 Resultat

4.1 Gjennomsnitt og standardavvik

Table 4.1: Tabell fra alle grupper med

ID	1	2	3	4	5	
Borg<small>(maks)</small>	19.2 (0.96)	19 (0.82)	18 (1.2)	19 (0)	19.5 (0.71)	19
VO_{2maks} <small>(ml/kg/min)</small>	33.5 (1.5)	43.7 (2.6)	51.6 (4.1)	37.1 (1.1)	58.9 (0.64)	45.5 (0.64)
Wattmaks/kg	2.5 (0.14)	3.58 (0.044)	3.6 (0.46)	3 (0.2)	5.18 (0.082)	3.51 (0.082)
VO_{2maks} <small>(ml/min)</small>	3240 (150)	2700 (160)	4130 (300)	2860 (52)	4390 (48)	3710 (48)
Wattmaks	243 (13)	221 (2.8)	288 (36)	231 (13)	387 (6.1)	286 (6.1)

Table 4.2: Reliability relativ vo2maks T1&T2

MEAN	SD	TE	CV
52.44	1.83	1.30	2.47

4.2 Reliabilitet

Reliabiliteten mellom t1 og t2 er 2.47.

Table 4.3: Reliability relativ vo2maks T3&T4

MEAN	SD	TE	CV
48.64	3.29	2.32	4.78

Reliabiliteten mellom t3 og t4 er 4.78.

4.3 Korrelasjon mellom Vo2maks og Wattmaks per kg

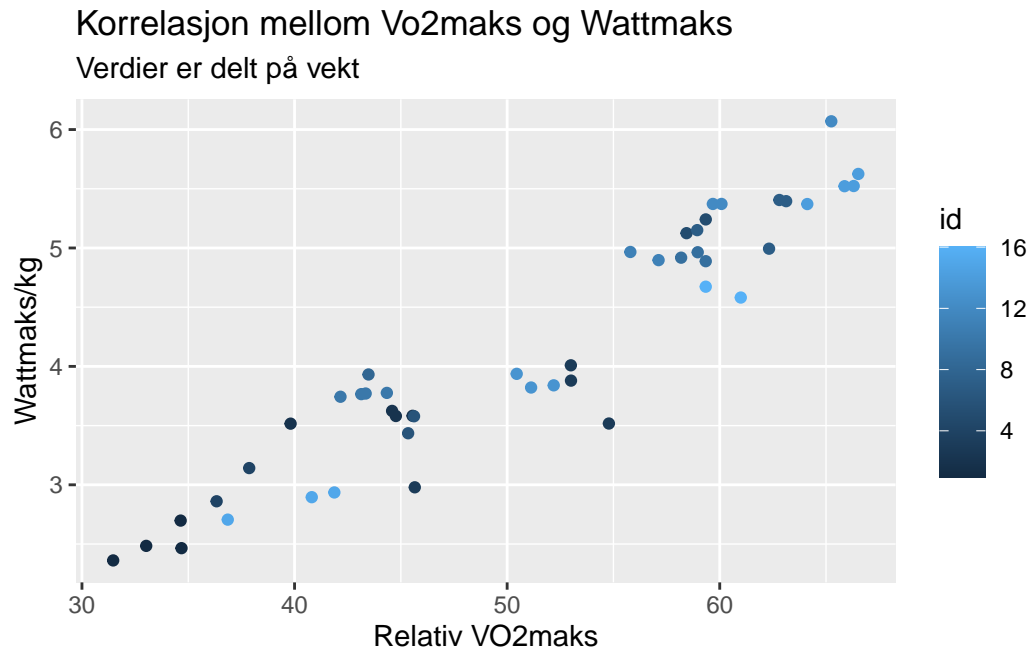


Figure 4.1: Figur 1: Hvert punkt = én observasjon

Jeg fikk dessverre ikke til å gjøre om på hver enkelt farge, for å lettere kunne skille ulike id'er fra hverandre.

4.4 Referanser

5 Assignment 2: Regression models, predicting from data

The assignment has three parts:

- Part 1: Lactate thresholds
- Part 2: Predicting sizes of DNA fragments
- Part 3: Interpreting a regression table

6

I'm going back in a few more times and we can see what happens when we go back home and then go back and get a new one for the next # Assignment 3: Drawing inference from statistical models, and statistical power {#assignment3}

This assignment is set up as a statistical laboratory, we will perform simulations and your assignment is to interpret and explain the results. Create a report based on the code used in the lab and make sure you answer the specified questions (1-8). You can be as creative as you want and explore the results further.

7 Assignment 4: Study designs

7.1 Overview

Choose an area of interest (e.g. protein supplementation for muscle hypertrophy or the effect of block periodization on VO2max). Find at least five *original research studies*¹ in your selected area and describe strength and weakness of these studies. The report should focus on the design of the studies and selection of statistical tests to answer study aims. Conclude your report with a recommendation, how should future studies in your area be designed to best answer similar questions?

¹Avoid using review articles or meta-analyses

8 Assignment 5: Analyzing repeated measures experiments

8.1 Assignment overview

In this assignment you will analyse and report on trial investigating the effect of resistance training volume on lean mass and muscle strength. The data are part of the `exscidata` package and can be accessed as `data("strengthvolume")` and `data("dxadata")`. Read the [instructions carefully!](#)

Below you will find a basic outline of the report and example code that we worked on in class.

8.2 Introduction

8.3 Methods

8.3.1 Participants and study overview

8.3.2 Muscle strength and hypertrophy

8.3.3 Data analysis and statistics

8.4 Results

The average difference in lean mass changes between sets were 122.8, 95% CI: [8.6, 237], $p = 0.036$.

```
## Time points in strength data set

strengthvolume %>%
  distinct(exercise)
```

```
# A tibble: 6 x 1
  exercise
  <chr>
1 legpress
2 legext
3 isok.60
4 isok.120
5 isok.240
6 isom
```

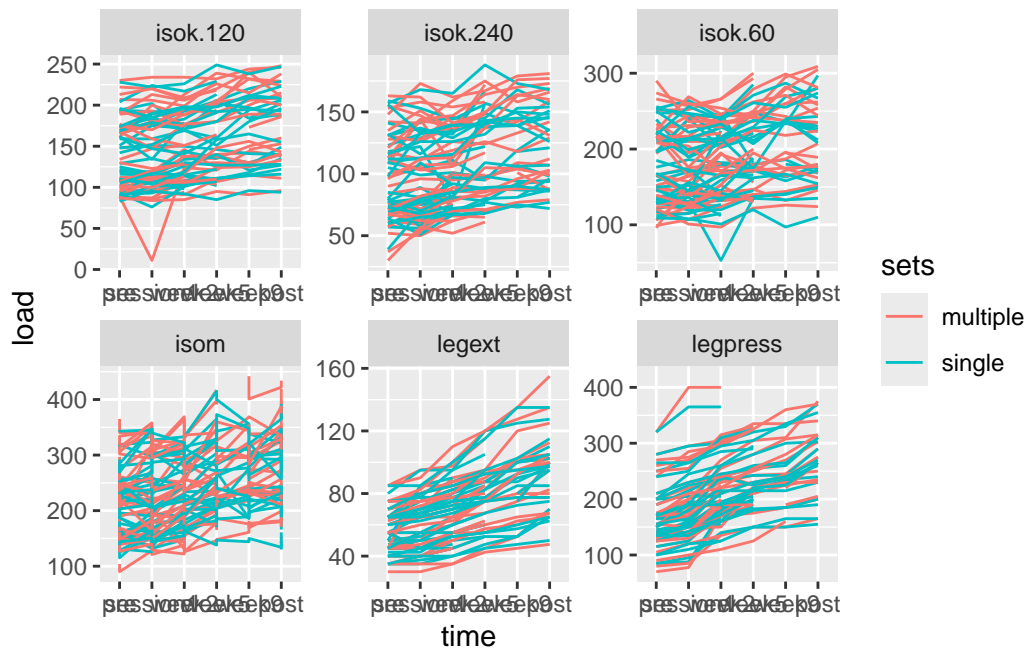
```
## Exploratory plot of strength data
```

```
str <- strengthvolume %>%
  filter(include == "incl") %>%
  mutate(time = factor(time, levels = c("pre", "session1",
                                         "week2", "week5",
                                         "week9", "post"))) %>%
  print()
```

```
# A tibble: 2,856 x 8
  participant sex   include time      sets    leg  exercise  load
  <chr>        <chr> <chr>   <fct>   <chr>   <chr> <chr>   <dbl>
1 FP13      male  incl   pre     single  R     legpress  115
2 FP13      male  incl   pre     multiple L     legpress  115
3 FP13      male  incl   pre     single  R     legext    55
4 FP13      male  incl   pre     multiple L     legext    55
5 FP13      male  incl   session1 single  R     legpress  125
6 FP13      male  incl   session1 multiple L     legpress  125
7 FP13      male  incl   session1 single  R     legext    55
8 FP13      male  incl   session1 multiple L     legext    55
9 FP13      male  incl   week2   single  R     legpress  185
10 FP13     male  incl   week2   multiple L     legpress  175
# i 2,846 more rows
```

```
str %>%
  ggplot(aes(time,
              load,
              group = paste(participant, sets),
              color = sets)) +
  geom_line() +
  facet_wrap(~ exercise, scales = "free")
```

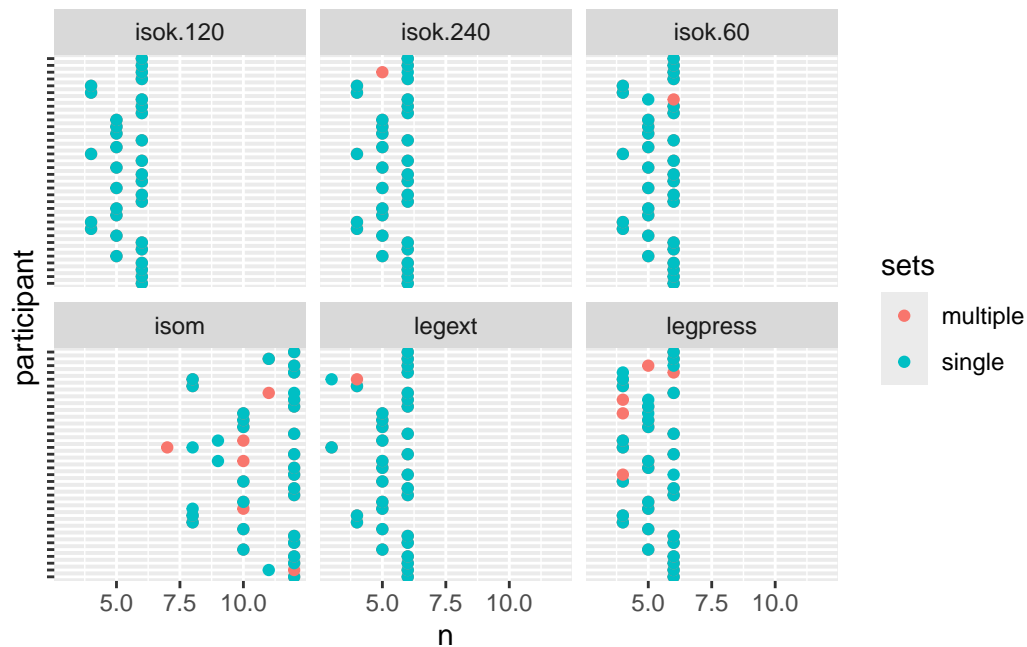
Warning: Removed 5 rows containing missing values or values outside the scale range (``geom_line()``).



How many measurements per participant

```
str %>%
  filter(!is.na(load)) %>%
  group_by(participant, exercise, sets) %>%
  summarise(n = n() ) %>%
  ggplot(aes(n, participant, color = sets)) +
  geom_point() +
  facet_wrap(~ exercise) +
  theme(axis.text.y = element_blank())
```

``summarise()`` has grouped output by 'participant', 'exercise'. You can override using the ``.groups`` argument.



```
## Use pre and post data
# Combine pre data prior to data analysis
# per exercise, leg, participant, and sets

str %>%
  mutate(time = if_else(time %in% c("pre", "session1"), "pre", time)) %>%

  filter(time %in% c("pre", "post")) %>%

  summarise(load = max(load, na.rm = TRUE),
            .by = c(participant,
                    sex,
                    time,
                    sets,
                    exercise,
                    leg)) %>%

  print()
```

Warning: There were 7 warnings in `summarise()`.
 The first warning was:
 i In argument: `load = max(load, na.rm = TRUE)`.

```
i In group 62: `participant = "FP6"`, `sex = "female"`, `time = "post"`, `sets
  = "multiple"`, `exercise = "legpress"`, `leg = "L"`.
Caused by warning in `max()``:
! no non-missing arguments to max; returning -Inf
i Run `dplyr::last_dplyr_warnings()` to see the 6 remaining warnings.
```

```
# A tibble: 816 x 7
  participant sex    time sets    exercise leg    load
  <chr>      <chr> <chr> <chr>    <chr>    <chr> <dbl>
1 FP13      male   pre   single  legpress R      125
2 FP13      male   pre   multiple legpress L      125
3 FP13      male   pre   single  legext   R       55
4 FP13      male   pre   multiple legext   L       55
5 FP13      male   post  single  legpress R     230
6 FP13      male   post  multiple legpress L     235
7 FP13      male   post  single  legext   R     97.5
8 FP13      male   post  multiple legext   L     100
9 FP16      female pre   single  legpress R      95
10 FP16     female pre   multiple legpress L      85
# i 806 more rows
```

8.5 Discussion

8.6 Conclusion

9 Philosophy of science

See instructions on canvas.

10 Molecular Laboratory report

Select one laboratory assignment and write a detailed report.

References

- Bassett, D R, Jr, and E T Howley. 2000. "Limiting Factors for Maximum Oxygen Uptake and Determinants of Endurance Performance." *Med. Sci. Sports Exerc.* 32 (1): 70–84.
- Halperin, Israel, David B Pyne, and David T Martin. 2015. "Threats to Internal Validity in Exercise Science: A Review of Overlooked Confounding Variables." *Int. J. Sports Physiol. Perform.* 10 (7): 823–29.
- Joyner, Michael J, and Edward F Coyle. 2008. "Endurance Exercise Performance: The Physiology of Champions." *J. Physiol.* 586 (1): 35–44.
- Spiegelhalter, D. J. 2019. *The Art of Statistics : How to Learn from Data*. Book. First US edition. New York: Basic Books.
- Spiegelhalter, David. 2020. "Introducing the Art of Statistics: How to Learn from Data." *Numeracy* 13 (1).