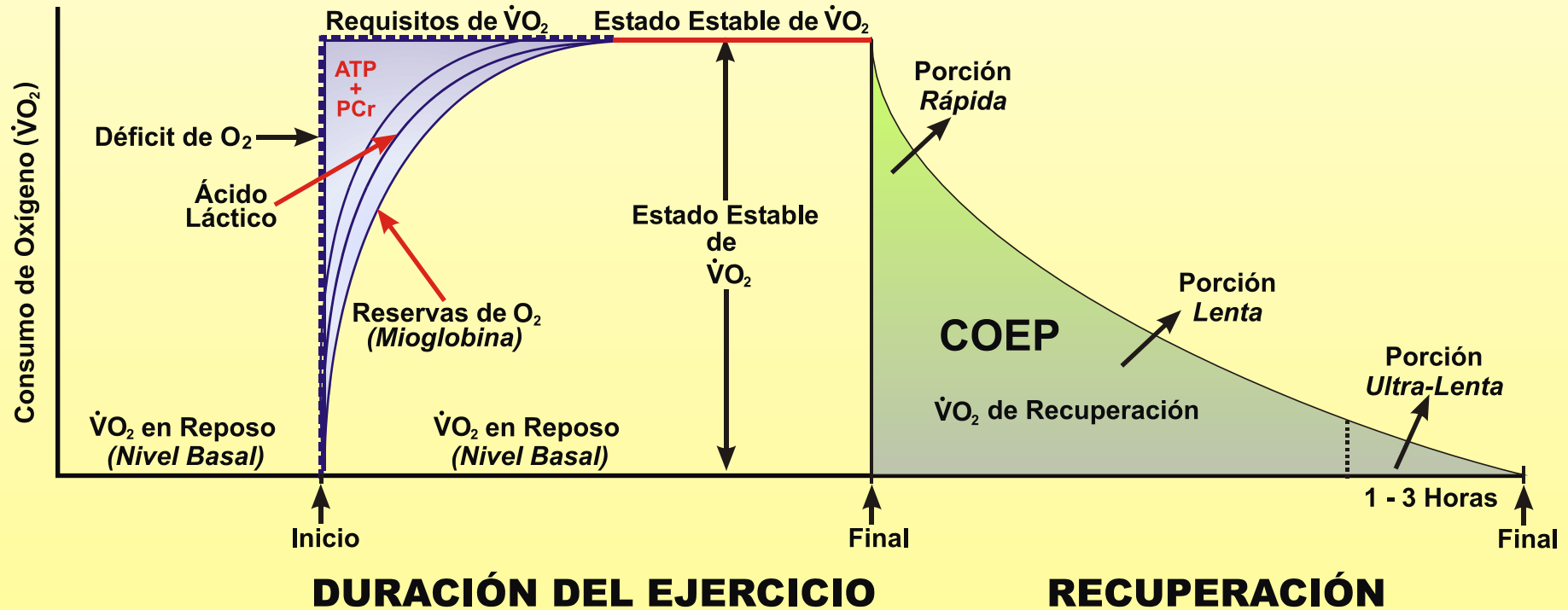

DÉFICIT DE OXÍGENO, ESTADO ESTABLE Y CONSUMO DE OXÍGENO EN EXCESO POSTERIOR AL EJERCICIO (COEP) [OXÍGENO DE RECUPERACIÓN]

***Prof. Edgar Lopategui Corsino
M.A., Fisiología del Ejercicio***



Saludmed 2016, por [Edgar Lopategui Corsino](#), se encuentra bajo una licencia "[Creative Commons](#)", de tipo: [Reconocimiento-NoComercial-Sin Obras Derivadas 3.0. Licencia de Puerto Rico](#). Basado en las páginas publicadas para el sitio Web: www.saludmed.com.

DÉFICIT DE OXÍGENO Y COEP (EPOC)



EJERCICIO AGUDO

Primeros 2 a 3 Minutos

Ajustes/Deficiencias-ALTERACIÓN HOMEOSTASIS:

DÉFICIT DE OXÍGENO

Luego de 4 ó 5 Minutos

(Ejercicio Submáximo Prolongado)

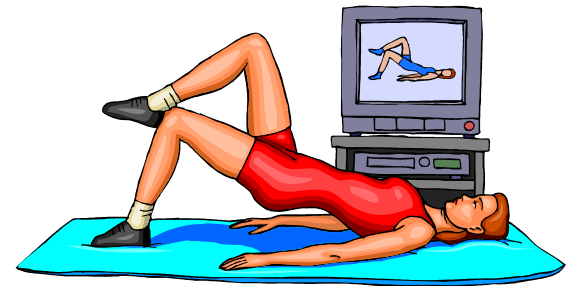
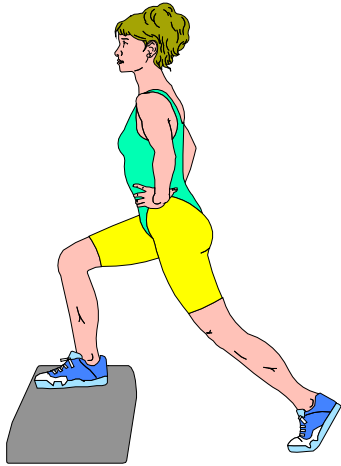
Ajustes Alcanzados-HOMEOSTASIS DINÁMICA:

**ESTADO ESTABLE
DE OXÍGENO**

Terminado el Ejercicio

Oxígeno de Recuperación:

**CONSUMO DE OXÍGENO EN
EXCESO POSTERIOR AL EJERCICIO
(COEP)**



DÉFICIT DE OXÍGENO



EJERCICIO AGUDO

(Primeros 2 a 3 Minutos)



Consumo de:

**SUSTANCIAS NUTRICIAS
(CHO, Grasas, PRO)**



Catabolismo:

**ENERGÍA
EMITIDA**



No es Suficiente para:

Resintetizar

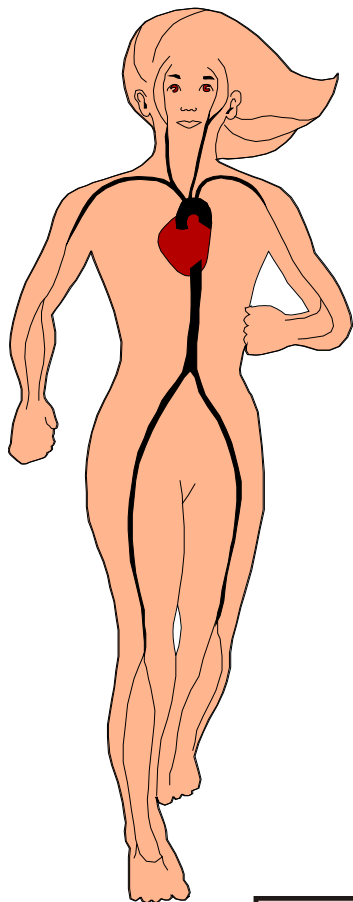


Todo el:

ATP

(Mediante Reacciones Acopladas)

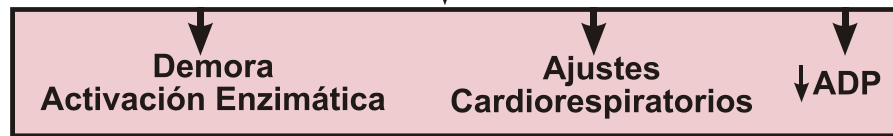




EJERCICIO AGUDO

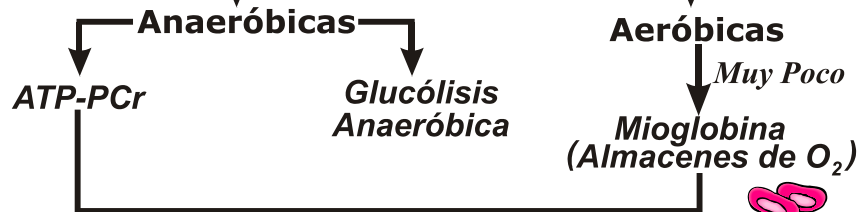
Primeros 2 a 3 Minutos

Ajustes/Deficiencias:



Provisión de Energía (ATP)

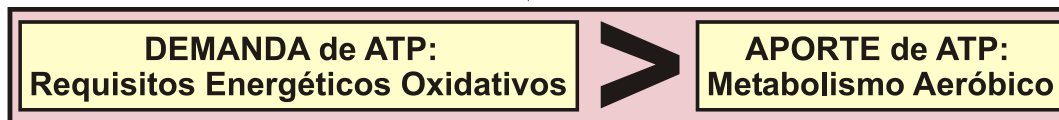
Vías Metabólicas



Rezago en el Transporte/Aporte/Disponibilidad de O₂:

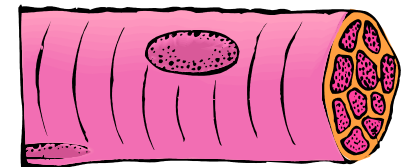
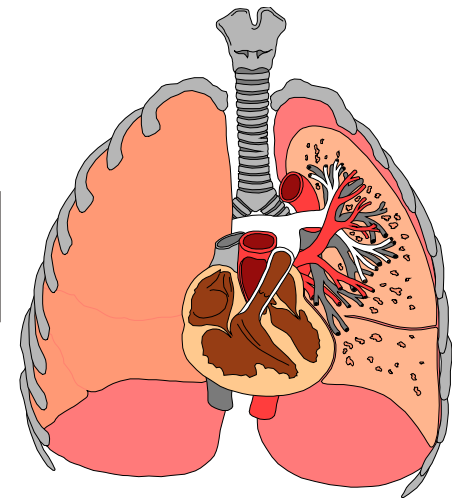
↓ Consumo de Oxígeno
(↓ $\dot{V}O_2$)

Discrepancia/Desequilibrio:



DÉFICIT DE OXÍGENO

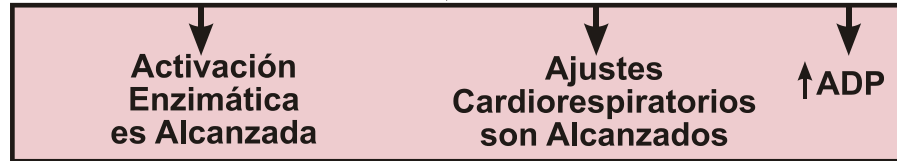
Alteración Homeostática
de
Variables Fisiológicas
(FR, FC, $\dot{V}E$, $\dot{Q}$, Lactato, etc)



EJERCICIO AGUDO

Luego de 4 ó 5 Minutos
(Ejercicio Submáximo Prolongado)

Ajustes Alcanzados:



Provisión de Energía (ATP)

Vías Metabólicas

Predimina:

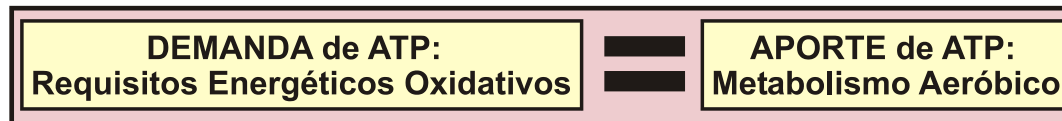
Aeróbicas

↓ Acumulación Lactato

Aumento en el Transporte/Aporte/Disponibilidad de O₂:

↑ Consumo de Oxígeno
(↑ $\dot{V}O_2$)

Equilibrio/Constancia:



$\dot{V}O_2$ Constante:

ESTADO ESTABLE DE OXÍGENO

**Equilibrio Homeostático Dinámico
de
Variables Fisiológicas
(FR, FC, $\dot{V}E$, $\dot{Q}$, Lactato, etc)**

Estimaciones del Esfuerzo Anaeróbico: Consumo de Oxígeno en Exceso Postejercicio

CONSUMO DE OXÍGENO EN EXCESO POSTERIOR AL EJERCICIO (COEP)

(Oxígeno de Recuperación, Deuda de Oxígeno)
(Exceso/Añadidura al O_2 Normalmente Consumido en Reposo)

