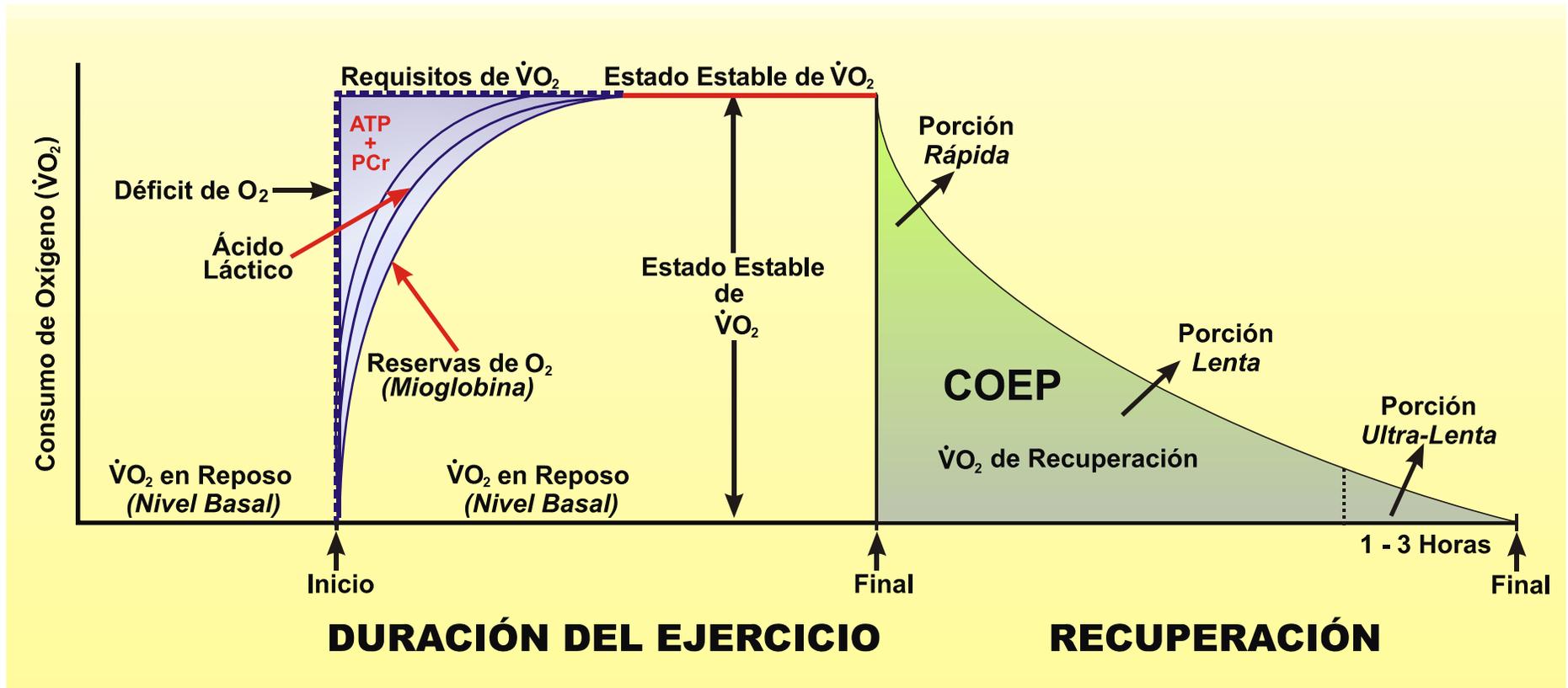
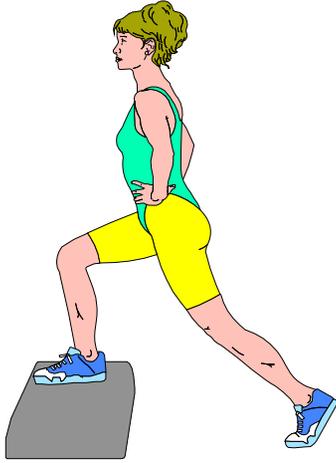

DÉFICIT DE OXÍGENO,
ESTADO ESTABLE Y
CONSUMO DE OXÍGENO EN EXCESO
POSTERIOR AL EJERCICIO (COEP)
[OXÍGENO DE RECUPERACIÓN]

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

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

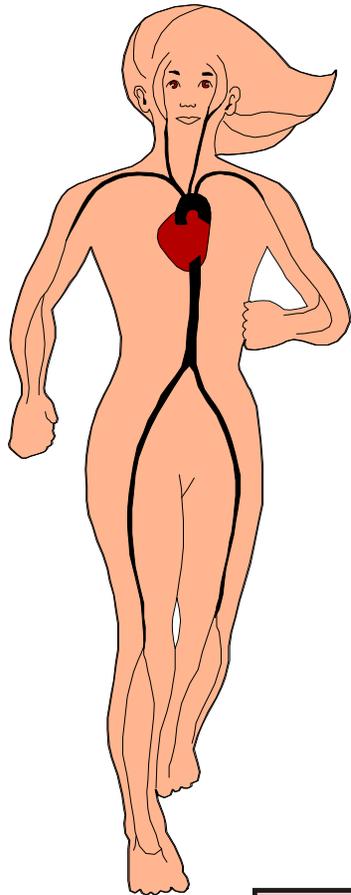


Todo el:

ATP

(Mediante Reacciones Acopladas)





EJERCICIO AGUDO

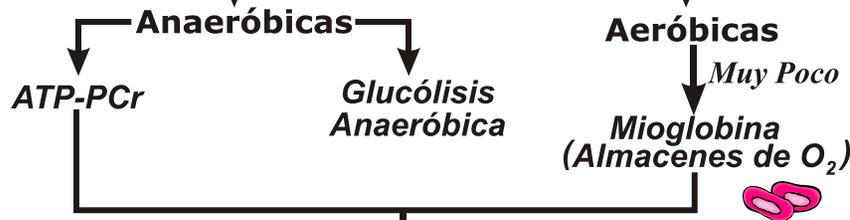
Primeros 2 a 3 Minutos

Ajustes/Deficiencias:



Provisión de Energía (ATP)

Vías Metabólicas



Rezago en el Transporte/Aporte/Disponibilidad de O₂:

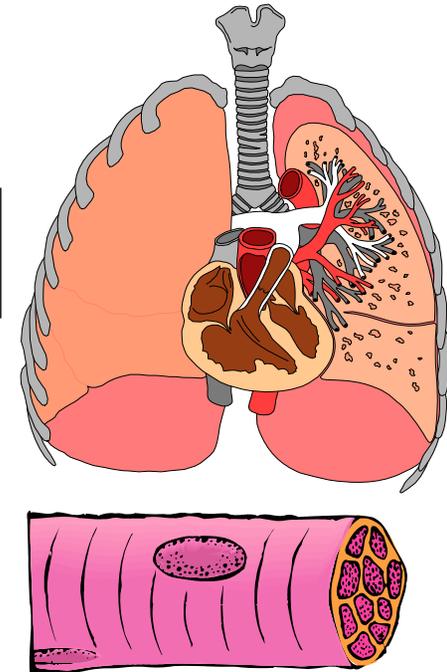
↓ Consumo de Oxígeno (↓ $\dot{V}O_2$)

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)

