**Título**: [título]

**Title**: [title]

**Autores**: Primer autor,1 Segundo autor,2 Tercer autor,3 Cuarto autor,4 Quinto autor,5 Sexto autor.6 \*

1 Afiliación, lugar.

2 Afiliación, lugar.

3 Afiliación, lugar.

4 Afiliación, lugar.

5 Afiliación, lugar.

6 Afiliación, lugar.

### \*Autor de correspondencia:

Autor, Afiliación, lugar. e-mail: autor@mail.com. Dirección: XXXX. Teléfono: XXXX.

## Resumen:

**Objetivo**: […]. **Material y métodos**: […]. **Resultados**: […]. **Conclusión**: […].

**Palabras clave**: […].

## Abstract:

**Objective**: […]. **Material and methods**: […]. **Results**: […]. **Conclusion**: […].

**Keywords**: […].

# Introducción:

[…].

[…].

[…].

# Material y métodos.

## Participantes

[…].

## Instrumentos

### Instrumento 1

[…].

### Instrumento 2

[…].

### Instrumento 3

[…].

### Instrumento 4

[…].

## Procedimiento

[…].

[…].

## Análisis estadístico

[…].

[…], using the *R* programming language for statistical computing, (1).

# Resultados

## Sección 1

### Sección 1.1

#### Sección 1.1.1

[…].

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 789.647 | -428.737 | 0.612 | 4.081 | 0.827 | 5.551 | 8.910 |
| 863.871 | -427.332 | 1.032 | 5.708 | 0.638 | 4.762 | 9.330 |
| 904.222 | -428.223 | 1.480 | 4.567 | 1.144 | 4.645 | 9.853 |
| 732.715 | -444.502 | 0.945 | 4.255 | 0.744 | 4.749 | 9.767 |
| 871.456 | -423.860 | 0.744 | 4.280 | 0.996 | 4.185 | 10.725 |
| 875.303 | -449.919 | 0.544 | 4.730 | 0.766 | 4.416 | 9.466 |

[…].

# Set parameters for the HRV model  
alpha <- 100 # original baseline HRV  
beta0 <- -30 # magnitude of HRV drop during exercise  
beta1 <- 0.8 # magnitude of recovery relative to initial decay  
lambda <- 0.2 # rate of decrease during exercise  
phi <- 0.05 # rate of recovery  
t\_0 <- 100 # time when exercise starts  
t\_1 <- 200 # time after exercise when recovery starts  
  
# Simulate time points (e.g., every minute for 100 minutes)  
t <- seq(0, 300, length.out = 100)  
  
# Simulate HRV based on the updated model with plateau  
hrv\_values <-   
 alpha +   
 (beta0 / (1 + exp(-lambda \* (t - t\_0)))) +   
 ((-beta0 \* beta1) / (1 + exp(-phi \* (t - t\_1))))

# Discusión

[…].

[…].

[…].

# Conclusión

[…].

# Agradecimientos

[…].

# Conflictos de interés

[…].

# Referencias

1. R Core Team. R: A language and environment for statistical computing [Internet]. Vienna, Austria: R Foundation for Statistical Computing; 2021. Available from: <https://www.R-project.org/>