
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN NUTRICION

ALUMNO: SHARON CALI PÉREZ ROSALES

PROFESOR: Q.F.B. YENI KAREN CANALES HERNANDEZ

MATERIA: BIOQUIMICA

INFOGRAMA

VIERNES 23 de mayo de 2020



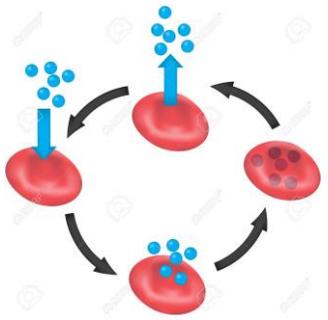


Es el componente más abundante en los seres vivos.

Los seres vivos contienen un promedio un 70% de agua.

El 75% del cerebro está compuesto también por agua

Transporte oxígeno, y el nivel de energía aumenta cuando estás bien hidratado.



Al beber agua los nutrientes de la comida que ingerimos se absorben mejor.

El agua diluye sales y minerales mediante la orina. Si dejas de beberla se podrían formar piedras en tus riñones.

Es un aliado para la piel ya que ayuda a mantener la elasticidad de la misma y su tonicidad.

