

Materia: Bioquímica

Nombre de la Docente: María de los Ángeles Venegas Castro

Nombre de la alumna: Kathia Jiménez del Agua y Culebro

Grado: 3° Cuatrimestre

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de Julio del 2020

Vitaminas Liposolubles

Se disuelven en la grasa del organismo

Vitamina A

Presente en mamíferos, aves, peces y vegetales amarillos. Su función es dirigida a la visión, crecimiento, reproducción y protección ante procesos etc. Su deficiencia causa ceguera

Vitamina D

Creada por el cuerpo de manera natural a partir de la exposición a la luz del sol, presente en aceite de hígado de pescado, huevos, mantequilla, etc. vitamina dirigida al control de la homeostasis del calcio su carencia puede producir raquitismo, etc

Vitamina E

Aparece en casi todos los alimentos. Protege de la rancidez de grasas dietéticas cuando forman parte del organismo, protege contra tóxicos químicos. Su deficiencia se manifiesta con debilidad muscular y fragilidad eritrocitaria

Vitamina K

Cofactor lipídico necesario para la coagulación sanguínea. Este mecanismo natural forma un coágulo que taponea la herida e impide desangrar demás, constituye un factor nutricional necesario para la prevención de una condición hemorrágica.

Vitamina K 1
(Fitomenadiona)

derivada de las plantas

Vitamina K 2
(Menaquinona)

Vitamina K 3
(Menadiona)

Vitaminas Hidrosolubles

Son aquellas que se disuelven en agua

Vitamina C

Presente en vegetales y cítricos relacionada con aumentar la contracción muscular, incremento de resistencia a bajas temperaturas etc. Su deficiencia produce grietas y sangramiento en encías, lenta cicatrización de las heridas. Etc

Vitamina B1 (Tiamida)

Presente en cereales enteros, huevos, pescado, leche, vegetales, etc ayuda al corazón y sistema nervioso y muscular. Su deficiencia puede dañar el cerebro, músculos, o manifestarse como la enfermedad de BERI-BERI

Vitamina B2 (Riboflavina)

Presente en el hígado, queso, leche, pescado verduras y riñones contribuye al buen estado de la piel, las uñas y el pelo. Su deficiencia puede causar queilosis, estomatitis, glositis, vascularización corneal, etc.

Vitamina B3 (Niacinina)

Presente en hígado, mantequilla, legumbres, mani, y pollo mantiene la piel y el sistema nervioso sanos, su deficiencia puede causar dermatitis, diarrea, demencia entre otras enfermedades mas

Vitamina B5 (Ácido pantoténico)

Su ausencia no ha identificado ningún síndrome no experimental

Vitamina B6 (Piridoxina)

Presente en el plátano, maní, huevo y hígado, mantiene sana la piel y el equilibrio hormonal. Su deficiencia puede causar neuropatía periférica, queilosis, etc.

Vitamina B8 (Biotina)

Su ausencia no demuestra algún síndrome clínico definido

Vitamina B9 (Ácido fólico)

Presentes en el hígado, carnes, huevo, leguminosas y cereales. Esta vitamina es fundamental para el feto, por eso las embarazadas deben tomarla. Su ausencia puede ser un factor para melformaciones

Vitamina B12 (Cianocobalamina)

Presente en las carnes, sobre todo en el hígado, los riñones y los huevos, contribuye a la formación de glóbulos rojos de la sangre. Su ausencia puede generar una enfermedad sistémica combinada un ejemplo seria una anemia megaloblastica y degeneración de los cordones medulares

HORMONAS

Sustancias químicas que generalmente son liberados directamente dentro del torrente sanguíneo

Tipos de hormonas



**Venegas Castro. (2020). Antología de Bioquímica. E
Enzimas y Cinética enzimática .86-97. Recuperado de:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/alSelRecurso.php>**