



**Nombre de alumnos: Henry Daniel Martínez  
Cano**

**Nombre del profesor: Alfredo Agustín  
Vásquez**

**Nombre del trabajo: Ensayo de tema  
“Ingreso y utilización de los alimentos en el  
sistema digestivo”.**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Materia: Nutrición Clínica**

**Grado: 3er Cuatrimestre**

**Grupo: C”**

|

## **Ingreso y utilización de los alimentos en el sistema digestivo**

El aparato digestivo son órganos conectados entre si para la digestión de alimentos, y para que se logre un buen funcionamiento de nuestro organismo. El aparato digestivo es importante, ya que esta formado por órganos que ayudan hacer una transformación de esos alimentos y así el cuerpo pueda absorberlos.

Nos ayuda a poner los nutrientes necesarios en nuestro organismo , para obtener energía y nutrientes importantes, como las vitaminas y algunos minerales por así decirlo. Y es muy importante , de ahí depende el funcionamiento de lo demás.

Una buena digestión en nuestro cuerpo, nos ayuda a transformar esos alimentos en nutrientes, es muy importante. La función que realiza es la de transporte de (alimento) secreción (jugo digestivo) absorción (nutrientes) y excreción (defecación).

Lo que hace el sistema digestivo es convertir un alimento que nosotros nos llevamos a la boca , en moléculas pequeñas , para que así pase por todo el sistema.

Primeramente tiene que ser el proceso en la boca, por la masticación, haciendo funcionar , ya que son importantes igual, a los dientes, que ayudan a triturar la comida, así como la lengua y las partes que conectan con la laringe. La boca contiene enzimas que ayudan a disolver los alimentos que ya hemos puesto en nuestra boca, y un buen proceso de masticación ayuda a una mejor disolución de los componentes del este alimento que ingerimos, que después serán absorbidos.

El masticado previene que los alimentos que comemos no lastimen, el tubo digestivo. Y ayuda igual a que alimentos como frutas , de lo que tenga de nutriente en el masticado pueda hacer más fácil su absorción.

Después del masticado , el alimento puede tragarse sin ningún problema , teniendo como primer paso el de pasar primero por la boca y después hacia la faringe y de la faringe, al esófago.

Para que el alimento entra en el esófago y se lleva todo el alimento hacia el estómago, y para que el estómago pueda recibir esa cantidad de alimento, debe producir enzimas o moco de las glándulas, formando ácidos como el ácido clorhídrico entre otros.

El estómago suelta jugo gástrico que es importante y que ayuda a triturar mucho más los alimentos. Ya bien mezclado los alimentos que se llevan a cabo por ondas de mezclado que el mismo estómago produce, para generar cantidad de enzimas, para lo que llamamos como degradación de alimentos.

Sustancias aparte de azúcares, sal o alcohol, no necesitan ser procesados como a diferencia de otros alimentos, para otro tipo de alimento que si necesita ser muy bien procesado incluso pasar por el intestino, para ser procesado antes de ser absorbido por el sistema.

Después de que el alimento está listo para salir del estómago, este tiene que mantener una consistencia para pasar ahora si, por el intestino delgado, esto se continúa con la digestión de alimento que nosotros digerimos, y adentro del intestino se lleva a cabo la absorción de nutrientes que después le servirán a nuestro cuerpo.

Ya que el hígado, el páncreas no son parte del llamado tubo digestivo, pero si son muy importantes. El páncreas produce enzimas para las proteínas y también para las grasas ya que el páncreas es una glándula que secreta jugos pancreáticos y algunas hormonas como la insulina.

El páncreas y la vesícula biliar, tienen el mismo conducto para llevar lo que producen para que sirvan en la digestión. Pero puede afectar el que tengan el mismo conducto ya que pueden provocar enfermedades como la pancreatitis.

El jugo que suelta el páncreas ayuda a digerir nutrientes, así también grasas, y son muy importantes también, ya que detienen el ácido que vienen del estómago. Enzimas como la amilasa, la lipasa, la fosfolipasa, la ribonucleasa, la deoxirribonucleasa, la tripsina, y la quimo tripsina, son enzimas pancreáticas.

Igual el hígado es muy importante también para nuestro cuerpo, y sus funciones también lo son las funciones que tiene y por las que participa y es vital para una buena digestión. Así como en el metabolismo de proteínas, produce el material BILIS, que tiene como función eliminar colesterol y otro tipo de sustancia, que se encuentran adentro de las heces. De

esto el colesterol se vuelve soluble por los compuestos de la bilis. Recorre la vesícula biliar, y que está sirve de almacén de alimento.

Como había dicho dentro de él intestino se lleva a cabo la absorción de nutrientes que después le servirán al cuerpo humano, para tener energía y mantenerse saludable. En el intestino delgado, de lo importante que hace es terminar el proceso que conocemos como digestión , y así igual absorción de nutrientes. El intestino digiere las proteínas, con procesos conocidos como desnaturalización, y la digestión. En donde es disolver o descomponer la estructura de estas, para después seguir con la digestión que se da aquí, por enzimas.

Se dice que la función del intestino grueso , es acabar con el agua que queda de estos residuos de alimento, absorbe o jala el agua, así como electrolitos , y después viene lo que es la formación de heces, que este mismo intestino deshidrata y lo mezcla con moco y por último la defecación de heces.

La digestión por parte del sistema digestivo es muy importante para el cuerpo. Y pues ya que el cuerpo necesita de nutrientes y energía que los alimentos tienen, así nos mantenemos llenos de energía y saludables. Es muy importante que descomponen el alimento y lo absorba de nutrientes como, proteínas , grasas y carbohidratos.

### *Referencias*

*“Libro de fisiología” de materia Nutrición*