



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del alumno:

Monica Isabel Morales Toledo

Nombre del profesor: Gladys Elene

gordillo aguilar

Nombre del trabajo:

FUNCIONES ESENCIALES

Materia: Bioquimica

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 1 A

Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de Enero del 2020

AMINOACIDOS ESENCIALES

ISOLEUCINA

es uno de los aminoácidos naturales más comunes para el ser humano (el organismo no lo puede sintetizar)

Alimentos de origen animal que lo contienen son huevos, proteínas de soja, pavo, pollo, cordero, queso y pescado

LEUCINA

es uno de los veinte aminoácidos que utilizan las células para sintetizar proteínas.

los huevos, la soja, la carne roja, los cacahuets, las semillas de sésamo y los garbanzos

LISINA

Es un aminoácido componente de las proteínas sintetizadas por los seres

tanto las carnes como los productos lácteos, (leche y queso), los pescados y los huevos.

METIONINA

es un aminoácido hidrófobo, Al ser hidrófobo este aminoácido esencial está clasificado como no polar.

las carnes, los pescados, los lácteos y los huevos

FENILALANINA

es un aminoácido (abreviado frecuentemente como Phe o F). Se encuentra en las proteínas como L-fenilalanina (LFA), siendo uno de los 9 aminoácidos esenciales para el ser humano

las carnes rojas, el pescado, huevo y productos lácteos; como de origen vegetal como los espárragos, garbanzos, lentejas, cacahuets, soja y dulces.

TREONINA

Es uno de los veinte aminoácidos que componen las proteínas; su cadena lateral es hidrófila

requesón, las aves, el pescado, la carne, las lentejas y las semillas de sésamo

TRIPTOFANO

Es esencial para promover la liberación del neurotransmisor serotonina, involucrado en la regulación del sueño y el placer

huevo, el amaranto, la leche, los cereales integrales, el chocolate, la avena, los dátiles, las semillas de sésamo, los garbanzos, las pipas de girasol, las pipas de calabaza, los cacahuets, los plátanos, la calabaza, la espirulina, el queso cottage, las carnes rojas, el pescado, el pollo y las almendras, entre otro

VALINA

es uno de los veinte aminoácidos codificados por el ADN en la Tierra, cuya fórmula química es $\text{HO}_2\text{CCH}(\text{NH}_2)\text{CH}(\text{CH}_3)$

plátano, el requesón, los frutos rojos, los chocolates, las semillas de durazno y las especias suaves

HISTIDINA

es un aminoácido esencial en animales (no puede ser fabricado por su propio organismo y debe ser ingerido en la dieta), mientras que bacterias, hongos y plantas pueden sintetizarlo internamente