

Universidad del Surste.



Aminoácidos esenciales

Nombre del alumno: Diana Francisca Bionces Ramirez

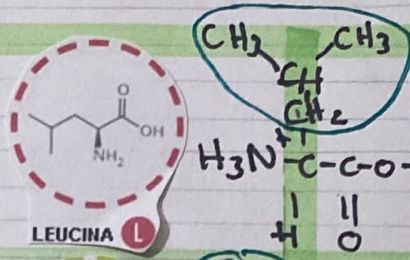
Catedatico: Yeri Karen Canales Hernandez

Tapachula, Chiapas.

Aminoácidos esenciales.

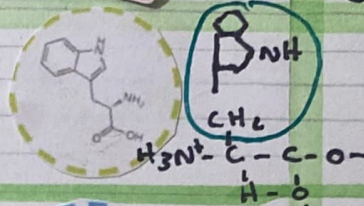
Leucina

Es un tipo de aminoácido que estimula la segregación de insulina y ayuda a regenerar heridas.



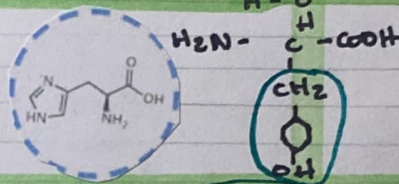
Triptófano

Se usa para sintetizar tanto como melatonina como serotonina. Se encuentran en la avena.



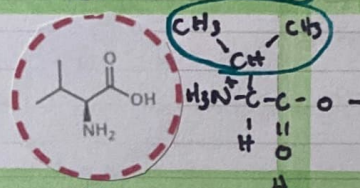
Histidina

Interviene en procesos de digestión que tienen lugar sobre todo en el estómago.



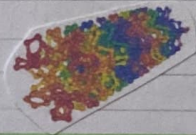
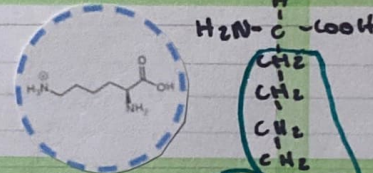
Valina

Regula el uso y la secreción de otros aminoácidos y también es una fuente de energía para músculos.



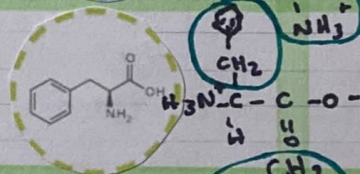
Lisina

Interviene en el mantenimiento de tejidos conectivos de la piel en general. Formación de las redes de colágeno.



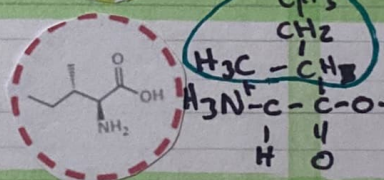
Fenilalanina

Regula procesos fisiológicos como la aparición de apetito con dolor.



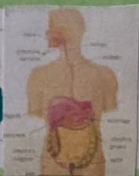
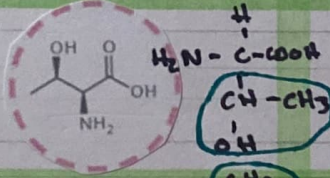
Isoleucina

Basica para poder crear proteínas que sirven para que el cuerpo se forme y se desarrolle. Lo podemos encontrar en la leche.



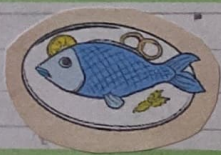
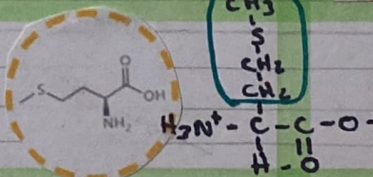
Treonina

Interviene en la formación de colágeno y en el funcionamiento correcto de los procesos digestivos.



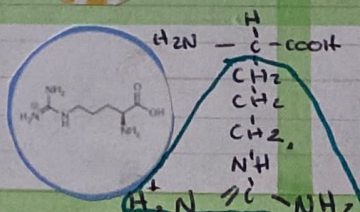
Metionina

Permite quemar grasas acumuladas. Esta presente en el huevo, descaído y cereales.



Argina

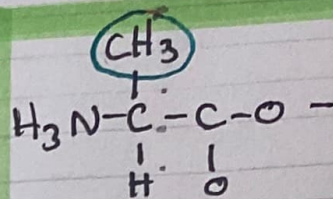
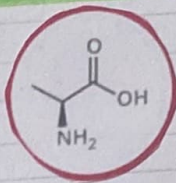
Interviene en la regeneración de tejidos orgánicos. Estimula la segregación de glucagón e insulina.



Aminoácidos **no** esenciales.

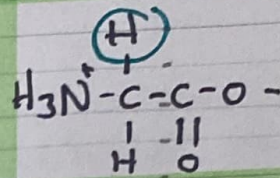
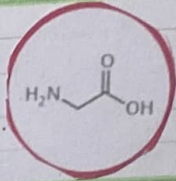
Alanina

Permite la generación de anticuerpos y el crecimiento muscular.



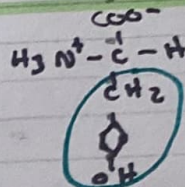
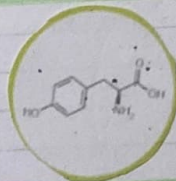
Glicina

Neurotransmisor utilizado para la comunicación entre las neuronas y permite la existencia de la hemoglobina.



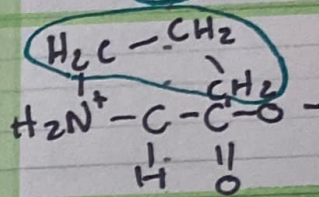
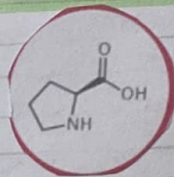
Tirosina

Precursora de la hormona del crecimiento y de la tiroxina.



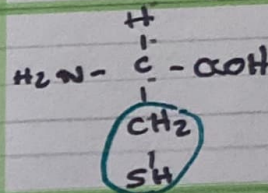
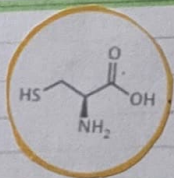
Prolina

Desarrollo de cartilagos, así resalta el funcionamiento básico del movimiento del cuerpo.



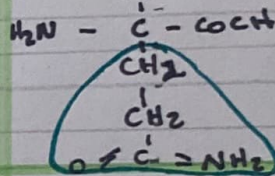
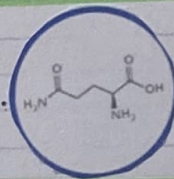
Cisteína

Antioxidante que regula y ejerce varias funciones de las células.



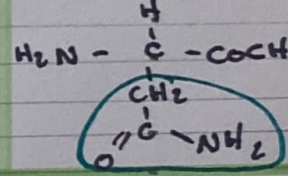
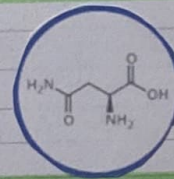
Glutamina.

Es precursor del glutato y del GABA, interviene en los procesos de regulación y digestión.



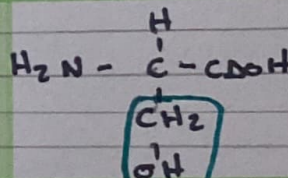
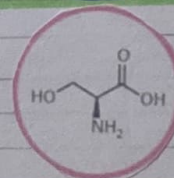
Asparagina.

Participa en procesos ligados al sistema nervioso (Recuerdos).



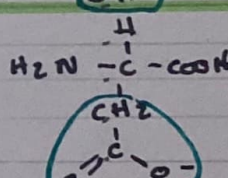
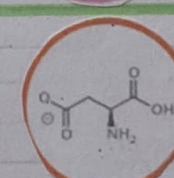
Serina.

Permite que las vainas de mielina se desarrollen bien.



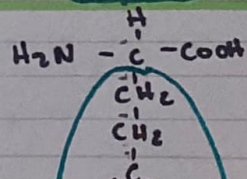
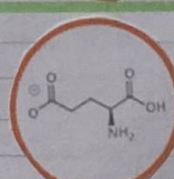
Acido aspartico.

Implicado en el sistema inmunológico y su implicación en los estados de excitación.



Acido glutamico

De los aminoácidos mas versátiles y si bien afecta muchos procesos biológicos es reforzador del sistema inmunológico.



Bibliografía:

Gil, A. (2010), Tratado de nutrición: Bases fisiológicas y Bioquímica de la Nutrición (2da ed) Madrid: Editorial Médica Panamericana

Gómez, M. (2006) Introducción a la metodología de la investigación científica (1ra) Córdoba, Argentina: Brujas.

Koolman J y Rohm K-H (2004) Bioquímica texto atlas (3ra ed) Madrid: Médica Panamericana S.A.