



**Nombre del alumno: Julián Santiago
López**

**Nombre del profesor: Gordillo Aguilar
Gladys Isabel**

**Nombre del trabajo: Cuadro
sinóptico de aminoácidos**

Materia: Bioquímica

Grado: Primer semestre grupo "B"



Aminoácidos
esenciales

Leucina

se utiliza en regeneración muscular y ósea
Controla la glucemia y tiene relación con la hormona del crecimiento

se encuentra en el suero de
leche, queso y yogur

Isoleucina

Relacionada con la reparación de los músculos,
huesos y tejido dérmico y en la formación de hemoglobina

se encuentra mayormente en pescado
huevos y productos lácteos
Alimentos ricos en proteínas

Valina

Colabora en la reparación y mantenimiento muscular
y en la metabolización hepática en algunos nutrientes

Se encuentra en carnes rojas, pollo, pescado
huevos, granos y nueces todos ellos alimentos
sumamente ricos en proteínas

Metionina

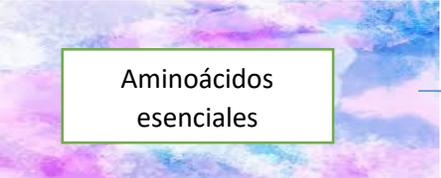
posee acción antioxidante y eso implica que prevenga
De factores de riesgo cardiovascular

se encuentra en las plantas y hojas
en las carnes, productos lácteos y huevos

Lisina

Participa en la formación del colágeno
elemento fundamental en las articulaciones

en alimentos de origen animal principalmente
en el queso, leche y huevos



Aminoácidos
esenciales

