



Nombre de alumnos: José Manuel Gómez Hernández

Nombre del profesor: Lic. Beatriz López

Nombre del trabajo: Los Carbohidratos Ensayo

Materia: Bioquímica

Grado: 1 Cuatrimestre

Grupo: B

Pichucalco, Chiapas a 05 de diciembre de 2020.

Los Carbohidratos

Los Carbohidratos también llamados glúcidos, carbohidratos, hidratos de carbono o sacáridos, son elementos principalmente en la alimentación, que se encuentran principalmente en azúcares, almidones y fibra.

La función principal de los carbohidratos es el aporte energético. Son unas de las sustancias principales que necesita nuestro organismo, junto a las grasas y proteínas.

Carbohidratos en los alimentos: Se encuentran en una amplia variedad de alimentos en los que se encuentran el pan, alubias, leche, palomitas de maíz, galletas, pastas, refrescos con gas, etc.

Tipos de carbohidratos:
Los carbohidratos o hidratos de carbono se agrupan en 2 categorías principales. Los carbohidratos simples incluyen azúcares, tales como la fructosa, el azúcar del maíz o el azúcar de uva que es la dextrosa o glucosa, y el azúcar de mesa que es la sacarosa. Los carbohidratos complejos incluyen todo lo hecho de 3 o más azúcares.

El componente básico de todos los hidratos de carbono es una molécula de azúcar, una simple unión de carbono, hidrogeno y oxígeno. Almidones y fibras son esencialmente cadenas de moléculas de azúcar. Algunos contienen ciento de azúcares, algunas cadenas son lineales, otras complejas.

El sistema digestivo maneja todos los carbohidratos de la misma forma: los rompe en moléculas de azúcares simples. También convierte la mayoría de los carbohidratos digeribles en glucosa, también conocida como azúcar en la sangre.

La función de los carbohidratos son: Los glúcidos cumplen un papel muy importante en nuestro organismo que incluyen funciones relacionadas con el tema energético, el ahorro de las proteínas, la regulación del metabolismo de las grasas y el tema estructural.