

ESTUDIO DEL CLIMA LABORAL

ENSAYO

Beatriz Lopez Lopez

PRESENTA EL ALUMNO:

José Andrés Mondragón Aguilar

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

Ier. Semestre "B" Enfermería semiescolarizado

Pichucalco Chiapas

05 de noviembre de 2020.

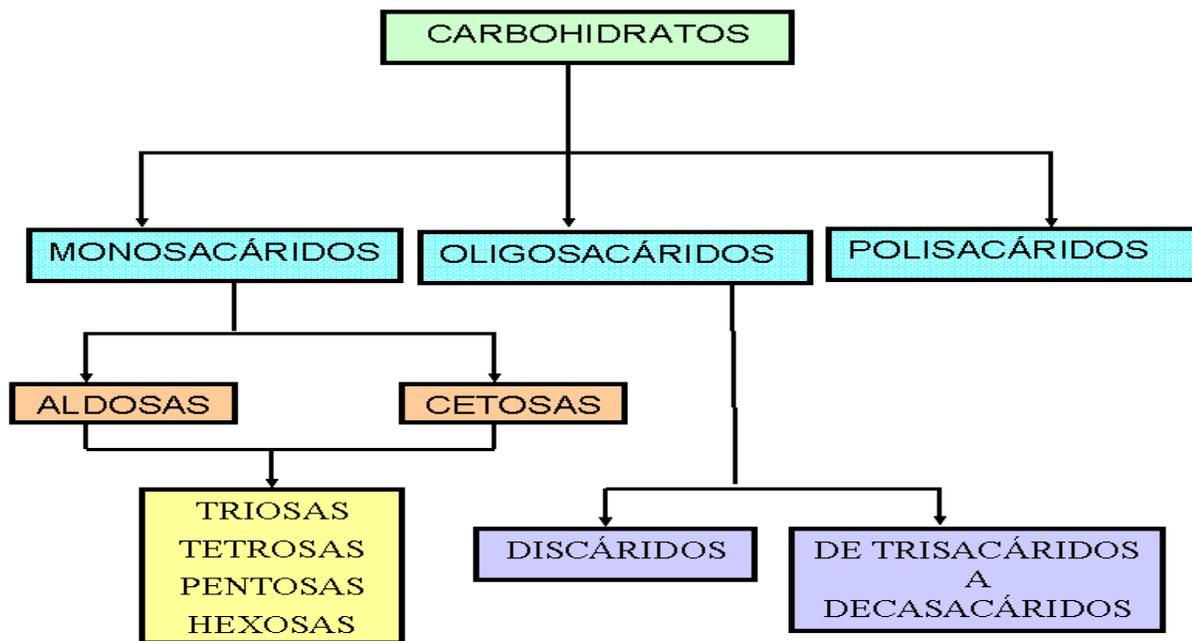
CARBOHIDRATOS

En la naturaleza los carbohidratos actúan como almacén; representan el material que capta energía del sol y permite que utilicen los seres vivos. A partir del dióxido de carbono y agua, las plantas sintetizan los carbohidratos, en un proceso denominado fotosíntesis. Reserva temporal de glucosa. Elemento estructural y de soporte en paredes celulares de organismos, Lubrificante de articulaciones del esqueleto. Los carbohidratos también llamados hidratos de carbono son azúcares, almidones y fibras que se encuentran en una gran variedad de alimentos como frutas, granos, verduras y productos lácteos. Se llaman hidratos de carbono, ya que a nivel químico contienen carbono, hidrógeno y oxígeno y se pueden dividir en tres grupos: monosacáridos, ejemplo, glucosa, fructosa, galactosa; disacáridos, ejemplo, sacarosa (azúcar de mesa), lactosa, maltosa; polisacáridos, ejemplo, almidón, glicógeno (almidón animal), celulosa. Junto con las grasas y las proteínas, los carbohidratos son uno de los tres macronutrientes en nuestra dieta y su función principal es proporcionar energía al cuerpo. Aparecen en muchas formas diferentes, como azúcares y fibra dietética, y en muchos alimentos diferentes, como granos enteros, frutas y verduras

Existen también carbohidratos malos como la azúcar, blanca o moreno, da igual. Uno de los grandes efectos, potencialmente negativos, de los hidratos de carbono es aumentar nuestro nivel de glucemia, refrescos azucarados, caramelos y golosinas, patatas fritas, otros aperitivos, harinas, granos refinados, bollos, dulces de pastelería.

COMPOSICIÓN Y CLASIFICACIÓN

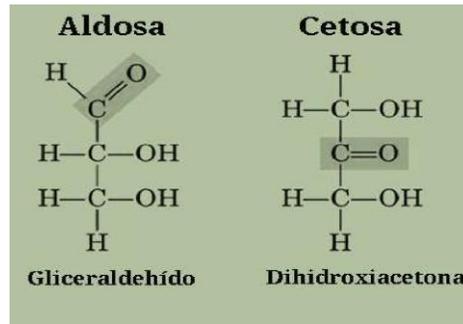
clasificación existe un gran número de compuestos conocidos como carbohidratos, por lo que para facilitar su estudio se agrupan usando características que tienen en común entre ellos, es lo que a continuación estudiarás. se clasifican como: triosas, tetrosas, pentosas, hexosas, o heptosas, dependiendo del número de átomos de c. el ser aldosas o cetosas depende de: si tienen un grupo cetona o aldehído



MONOSACÁRIDOS

Están formados por una sola molécula. La fórmula química general de un monosacárido no modificado es $(CH_2O)_n$, donde n es cualquier número igual o mayor a tres, su límite es de 7 carbonos, se clasifican en base a dos criterios: Grupo funcional y Número de átomos de carbono

Grupo funcional Aldosas: Contienen en su estructura un grupo formilo (grupo de aldehídos, Cetosis: Contienen en su estructura un grupo oxo (grupo de cetonas).



Disacáridos Los disacáridos están formados por dos moléculas de monosacáridos y que pueden ser igual o diferente



SACAROSA C₁₁H₂₂O₁₁.

Este disacárido está formado por una unidad de glucosa y otra de fructuosa, y se conoce comúnmente como azúcar de mesa. La sacarosa se encuentra libre en la naturaleza; se obtiene principalmente de la caña de azúcar que contiene de 15-20% de sacarosa y de la remolacha dulce que contiene del 10-17%.

LACTOSA (C₁₁H₂₂O₁₁).

Es un disacárido formado por glucosa y galactosa. Es el azúcar de la leche.

MALTOSA (C₁₁H₂₂O₁₁)

Es un disacárido formado por dos unidades de glucosa. Su fuente principal es la hidrólisis del almidón, pero también se encuentra en los granos en germinación.

POLISACÁRIDOS

Polímeros (biomoléculas) constituidos por 3 o más monosacáridos

Características:

- Peso molecular elevado.
- No tienen sabor dulce.
- Pueden ser insolubles o formar dispersiones coloidales.
- No poseen poder reductor Sus funciones biológicas son estructurales

a) Homopolisacáridos:

formados por monosacáridos de un solo tipo

- Unidos por enlace α tenemos el almidón y el glucógeno.
- Unidos por enlace β tenemos la celulosa y la quitina.

b) Heteropolisacárido:

el polímero lo forman mas de un tipo de monosacárido

- Unidos por enlace α tenemos la pectina, la goma arábiga y el agar-agar.

Almidón:

Es un polisacárido de reserva en vegetales. Se trata de un polímero de glucosa, formado por dos tipos de moléculas: amilosa (30%), molécula lineal, que se encuentra enrollada en forma de hélice, y amilopectina (70%), molécula ramificada.

Glucógeno

:Es un polisacárido de reserva en animales, que se encuentra en el hígado (10%) y músculos (2%). formado por cadenas ramificadas de glucosa.

Celulosa:

Polisacárido estructural de los vegetales en los que constituye la pared celular. Quitina. Forma el exoesqueleto en artrópodos y pared celular de los hongos.

ALGUNOS ALIMENTOS DE LOS CARBOHIDRATOS

- Grasas y dulces. Manteca, mantequilla, natilla, mermeladas, jaleas, chocolates, miel, tortas, amasados, helados, postres, etc
- Carnes vacunas, de cerdo, cabra, pollo, embutidos, fiambres, pescados, mariscos, calamares, quesos duros, semiduros, blandos, de untar, leche y otros lácteos y huevos. •Verduras, hortalizas, tubérculos, frutas y frutas secas.
- Cereales, granos, harinas y derivados: Arroz panes, galletas, galletitas, pastas, semolas, etc.

