

ESTUDIO DEL CLIMA LABORAL

Mapa conceptual
MTRA. Beatriz Lopez Lopez

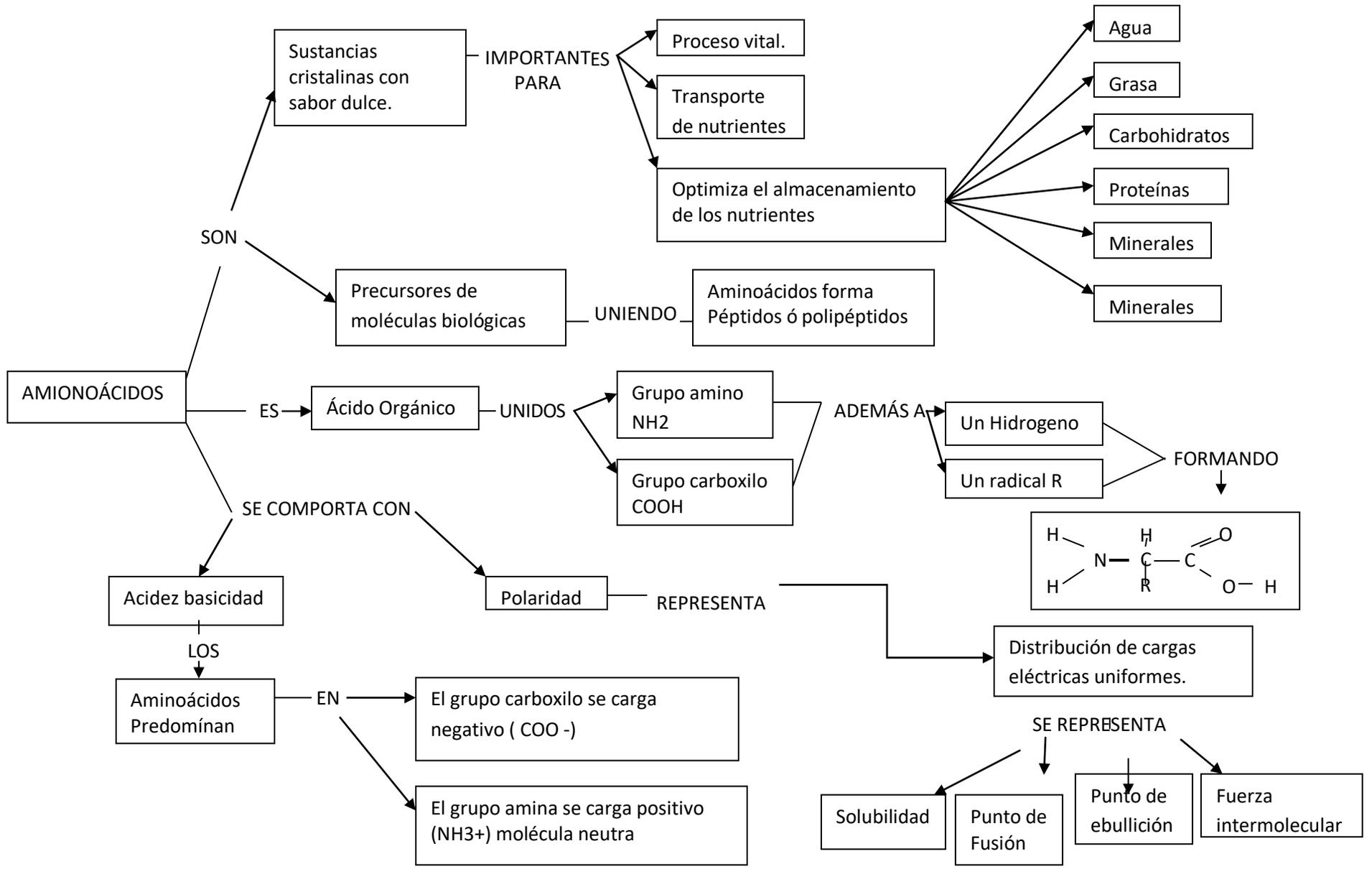
PRESENTA EL ALUMNO:

José Andrés Mondragón Aguilar

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

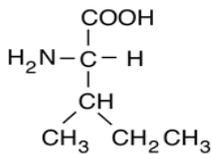
Ier. Semestre "B" Enfermería escolarizado

Pichucalco , Chiapas
05 de noviembre de 2020

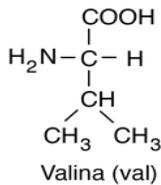


AMINOACIDOS

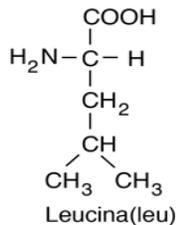
Los aminoácidos son compuestos orgánicos que contienen un grupo amino y un grupo carboxilo. De acuerdo con Tillery, et al., el cuerpo humano puede sintetizar todos los aminoácidos necesarios para construir las proteínas, a excepción de los diez llamados "aminoácidos esenciales", indicado por asteriscos en las ilustraciones de aminoácidos. Una dieta adecuada debe contener estos aminoácidos esenciales. Por lo general, son suministrados por la carne y los productos lácteos, pero sino se consumen estos, deben aplicarse algunos cuidados para asegurar un suministro adecuado. Pueden ser suministrados por una combinación de cereales (trigo, maíz, arroz, etc.) y legumbres (frijoles, maní, etc.). Tillery señala que una serie de alimentos étnicos populares implican dicha combinación, por lo que en un solo plato, se podría esperar conseguir los diez aminoácidos esenciales. El maíz y frijol mexicano, el arroz y la soja japonés, y los frijoles rojos y arroz de Cajun, son ejemplos de tales combinaciones fortuitas.



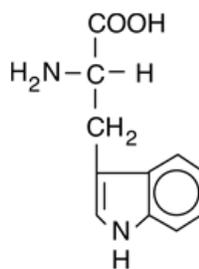
Isoleucina (ile)



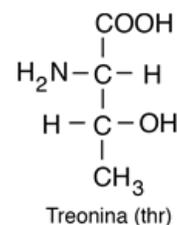
Valina (val)



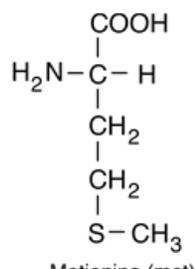
Leucina (leu)



Triptófano (trp)

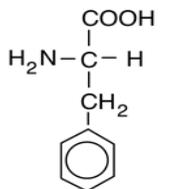


Treonina (thr)



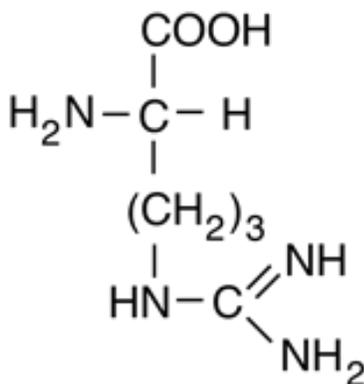
Metionina (met)

Aminoácidos esenciales con grupos R hidrocarbonados

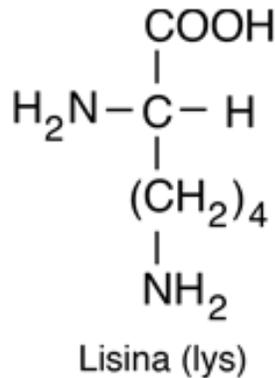


Fenilalanina (phe)

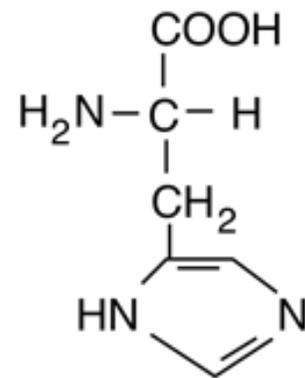
Aminoácidos esenciales con grupos R neutros



Arginina (arg)



Lisina (lys)



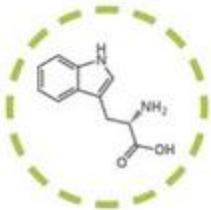
Histidina (his)

Aminoácidos esenciales con grupos R ácidos o básicos.

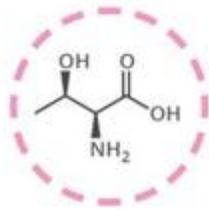
Los 10 aminoácidos que podemos producir son la alanina, asparagina, ácido aspártico, cisteína, ácido glutámico, glutamina, glicina, prolina, serina y tirosina. La tirosina se produce a partir de la fenilalanina, por lo que si la dieta es pobre en fenilalanina, también se necesitará la tirosina. Los aminoácidos esenciales (que no podemos producir internamente) son la arginina (requerida para los jóvenes, pero no para los adultos), histidina, isoleucina, leucina, lisina, metionina, fenilalanina, treonina, triptófano y valina. Estos aminoácidos son necesarios en la dieta. Las plantas, por supuesto, deben ser capaces de producir todos los aminoácidos. Los seres humanos, por el contrario, no tienen todas las enzimas necesarias para la biosíntesis de todos los aminoácidos.

El fracaso en obtener suficientes o incluso 1 de los 10 aminoácidos esenciales tiene graves implicaciones para la salud y puede resultar en una degradación de las proteínas del cuerpo. Las estructuras musculares y otras proteínas pueden ser afectadas para obtener el aminoácido que se necesita. "A diferencia de la grasa y el almidón, el cuerpo humano no almacena el exceso de aminoácidos para un uso posterior, estos deben estar presentes diariamente en los alimentos.

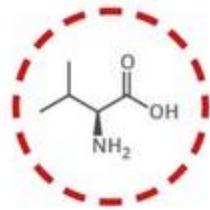
Los 9 Aminoácidos Esenciales



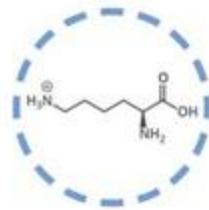
Triptófano



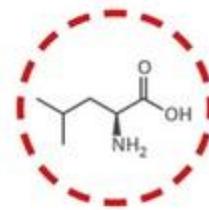
Treonina



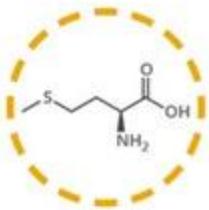
Valina



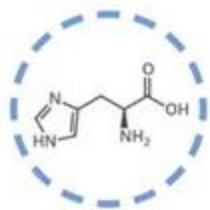
Lisina



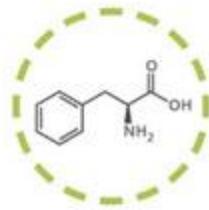
Leucina



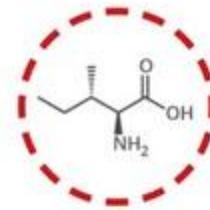
Metionina



Histidina



Fenilalanina



Isoleucina