



Nombre de alumnos: Alejandra Villa Domínguez

Nombre del profesor: María De Los Ángeles Venegas

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual

Materia: Nutrición y Medicina Alternativa

Grado: 5°

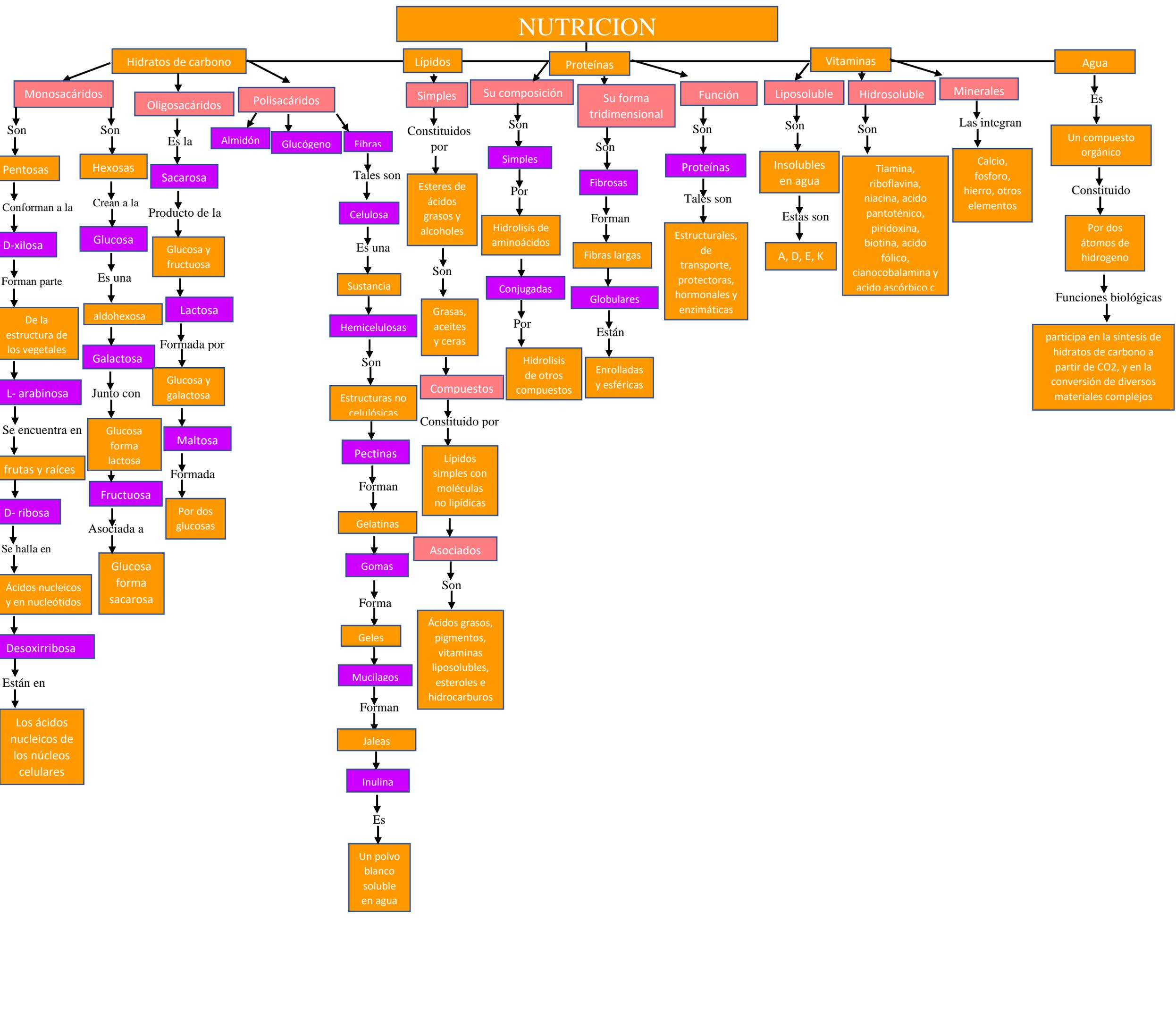
PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: LNU17EMC0119-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 05 de enero de 2021.

Introducción

El mapa conceptual trata sobre la clasificación de los hidratos de carbono, así como también de los lípidos, las proteínas, las vitaminas, los minerales y el agua. Si bien, los hidratos de carbono son compuestos que están formados por carbono hidrogeno y oxígeno, se puede decir que son los compuestos orgánicos mas abundantes en la naturaleza y también mas consumidos por los seres humanos, de igual manera, la estructura química de los carbohidratos determina su funcionalidad y características. Los lípidos al igual que los carbohidratos están constituidos por carbono, hidrogeno y oxigeno que integran cadenas hidrocarbonadas alifáticas y aromáticas, también contiene fosforo y nitrógeno. Las proteínas poseen propiedades nutricionales y de sus componentes se obtienen moléculas nitrogenadas que permiten conservar la estructura y el crecimiento de quien las consume, así mismo, ayudan a establecer la estructura y las propiedades finales del alimento. Las vitaminas son nutrimentos que facilitan el metabolismo de otros nutrimentos y mantienen diversos procesos fisiológicos vitales para todas las células activas. El agua es un compuesto que está formado por dos átomos de hidrógeno que están unidos en forma covalente a uno de oxígeno, es polar, no es lineal y crea estructuras tridimensionales, además de que tiene funciones que están basadas en su capacidad física para transportar sustancias, disolver otras y mantenerlas tanto la solución como también en suspensión coloidal, entre otras.



Conclusiones

La nutrición estudia los procesos bioquímicos y fisiológicos que suceden en el organismo. La buena nutrición consiste en comer una variedad de alimentos, limitar el consumo de ciertos alimentos y bebidas y controlar la cantidad de alimentos y calorías que se ingiere. Una buena nutrición que sea suficiente y equilibrada combinada con el ejercicio físico regular, es un elemento fundamental de la buena salud.

Bibliografía

Universidad del Sureste. (2021). Antología de Nutrición y Medicina Alternativa. Pdf. Recuperado de [d407a96a5b9e522b63c7cf65982490af.pdf](https://plataformaeducativauds.com.mx/d407a96a5b9e522b63c7cf65982490af.pdf) (plataformaeducativauds.com.mx)