



Nombre de alumno: Gladis Pérez Rodríguez

Nombre del profesor: Gabriela Eunice
García

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual

Materia: nutrición clínica

Grado: 2 Cuatrimestre

Grupo: "A"

Frontera Comalapa ,Chiapas a 23 de mayo del 2021

Conceptos básicos de nutrición

nutrición

El conjunto de fenómenos mediante los cuales se obtiene e ingieren las sustancias nutritivas

conceptos

alimentación

Consiste en la obtención, preparación, e ingestión de alimento

dieta

Es todo aquello que consumimos de alimentación y bebidas en el transcurso de un día

Clasificación los nutrimentos

Macronutrientes

Son nutrimentos que cumplen con funciones energéticas

Hidratos de carbono

Son la fuente de energía a la

Clasificación monosacárido, disacárido, polisacárido

monosacárido

Los monosacáridos más importantes de la dieta humana son la glucosa, la galactosa y la fructosa

monosacárido

Los tres disacáridos más importantes en la nutrición humana son la sacarosa, la maltosa y la lactosa

Son A, D, E y K

Son carbohidratos con más de 10 unidades de monosacáridos. Las plantas sintetizan dos tipos de almidón, amilosa y amilopectina

micronutrientes

Son las vitaminas y los minerales o nutrimentos inorgánicos

vitaminas

Son un grupo de nutrientes esenciales

Clasificación vitaminas

W, liposoluble

V hidrosoluble

- Ácido pantoico
- niacina
- riboflavina
- B2
- ácido
- cobalamina
- B12
- piridoxina
- B6
- biotina
- tiamina B1
- ascorbico o vitamina C