



Nombre de alumno: Brenda Margarita Hernández
Díaz

Nombre del profesor: Prof. María de los Ángeles
Venegas

Nombre del trabajo: Vitaminas y hormonas

Materia: Bioquímica

Grado: tercer cuatrimestre

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 7 de julio de 2020.

En el siguiente trabajo hablare sobre las vitaminas ya que estas son parte esencial de nuestro desarrollo, que participan en el metabolismo de muchas sustancias ayudando a liberar energía necesaria para nuestras actividades que el cuerpo necesita llevar acabo y el segundo tema que son las hormas, estas se considera como sustancias secretas a la circulación a partir de glándulas y son reconocidas a distancias por órganos específicos, lo que genera una respuesta determinada que regulan dentro de nuestro crecimiento y desarrollo.

Vitaminas y Hormonas

Vitaminas

Son aquellas sustancias indispensable para la vida que el organismo es incapaz de producir directamente, por lo cual deben ingerirse con los alimentos

Vitaminas liposolubles

- Vitamina A: Visión y crecimiento, reproducción y la protección ante procesos infeccioso
- Vitamina D: Ceguera nocturna y xeroftalmia (vitamina A)
Raquitismo en niños y en corta edad y osteomalacia en adultos (vitamina D)
- Vitamina E: Protección de la rancidez de las grasas dietéticas, Antioxidante
- Vitamina K: Coagulación de la sangre

- Trastornos neurológicos y anemia hemolítica del recién nacido (vitamina E)
- Enfermedad hemorrágica del recién nacido (vitamina K)

Vitaminas hidrosolubles

- Tiamina
- Riboflavina
- Niacina
- Vitamina B12
- Ácido fólico
- Vitamina C

Deficiencias principales

Enfermedades

- Beriberi
- Queilosis, glositis, seborrea
- pelagra
- Anemia megaloblastica, aciduria metilmalonica
- vAnemia megaloblástica
- Escorbuto

Hormonas

Sustancias químicas que por lo general son liberados directamente dentro del torrente sanguíneo, solas a ciertas proteínas

Características

- Intervienen en el metabolismo
- Se liberan al espacio extracelular
- Se difunden a los vasos sanguíneos
- Regulan el funcionamiento del cuerpo

Funciones

- Las actividades de órganos completos.
- El crecimiento y desarrollo
- Reproducción.
- Las características sexuales
- El uso y almacenamiento de energía

Las glándulas endocrinas producen y secretan varios tipos de hormonas

- Esteroides
- no esteroide
- aminas

Las hormonas pueden ser estimuladas o inhibidas por

- Concentración plasmática de iones o nutrientes
- Neuronas y actividad mental.
- Cambios ambientales: por ej. luz, temperatura, presión atmosférica

Las hormonas pertenecen a tres grupos de compuestos

- Esteroides
- Polipéptidos
- Derivados de ácidos aminados.

Como conclusión las vitaminas son importantes para una adecuada alimentación ya que es la fuente perfecta tanto con los minerales y demás elementos necesarios para nuestro buen desarrollo tanto en salud, la actividad física y cotidiana con el fin de un mejor valor nutritivo y en conclusión las hormonas juegan un papel muy importante para el correcto funcionamiento de nuestro cuerpo, sirviendo como mensajeros entre órganos y tejidos cabe mencionar que las hormonas femeninas y masculinas marcan las etapas de nuestra vida, niñez, pubertad y vejez tanto como en el desarrollo psicológico

Bibliografías:

UDS.2021.libro de bioquímica. Unidad 3.. Recuperado el 5 de junio 2021.
bq.facmed.unam.mx/revista-deeducacionbioquimica.html

Slideshare. (s.f.). Recuperado el 6 de junio de 2021, de Slideshare:
<https://es.slideshare.net/ourzuas/vitaminas-y-nutricion>

