



**Nombre de alumnos: Lourdes jazmín
perez perez.**

**Nombre del profesor: maría de los
ángeles vengas castro.**

**Nombre del trabajo: “cuadro
sinóptico”**

Materia: “Bioquímica”

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: “3^oer cuatrimestre”

Grupo: “A”

Introducción:

Las vitaminas se denominan micronutrientes esenciales porque son necesarias para el organismo, pero solo en pequeñas cantidades. Puesto que el organismo no almacena la mayoría de las vitaminas, las deficiencias de estas vitaminas por lo general se desarrollan en semanas o meses.

así también Las hormonas son los mensajeros químicos del cuerpo. Viajan a través del torrente sanguíneo hacia los tejidos y órganos. Surten su efecto lentamente y, con el tiempo, afectan muchos procesos distintos, incluyendo:

- Crecimiento y desarrollo
- Metabolismo: cómo el cuerpo obtiene la energía de los alimentos que usted consume
- Función sexual

Conclusión:

Las vitaminas son parte esencial de nuestro desarrollo, participan en el metabolismo de muchas sustancias ayudando a liberar energía necesaria para las actividades que el cuerpo necesita llevar a cabo.

así como también Las hormonas son los mensajeros químicos del cuerpo. Viajan a través del torrente sanguíneo hacia los tejidos y órganos. Surten su efecto lentamente y, con el tiempo, afectan muchos procesos distintos, incluyendo: Crecimiento y desarrollo.

Bibliografía:

[antologia bioquimica.pdf](#)

Enzimas
Y
Cinética
enzimática

Vitaminas

Son aquellas sustancias indispensables para la vida que el organismo es incapaz de producir directamente, por lo cual deben ingerirse con los alimentos, Los alimentos que tienen gran cantidad de vitaminas se conocen como alimentos reguladores. La palabra vita, quiere decir vida Existen vitaminas solubles en agua (hidrosolubles) y en aceites (liposolubles).

Vitamina
B1
(tiamina)

La vitamina B1 (tiamina) ayuda a que el corazón y los sistemas nervioso y muscular funcionen bien. Podemos encontrarla en la carne de cerdo, cáscara de guisantes, cereales enteros, huevos, pescado, leche, vegetales, entre otros alimentos

Vitamina
B2(Riboflavina)

La Riboflavina contribuye al buen estado de la piel, las uñas y el pelo. Se encuentra en el hígado, el queso, la leche, el pescado, las verduras y los riñones.

Vitamina
B3 (niacina)

La Niacina ayuda a mantener la piel y el sistema nervioso sanos. Podemos encontrarla en el hígado, la mantequilla, las legumbres, el maní y el pollo.

Vitamina
B6
(piridoxina)

La Piridoxina mantiene sana la piel y el equilibrio hormonal. Aparece en el plátano, el maní, el huevo y el hígado.

Vitamina
B12

La Vitamina B12 contribuye a la formación de glóbulos rojos de la sangre. Sólo está presente en las carnes, sobre todo en el hígado, los riñones y los huevos

Hormonas

Hormonas. Sustancias químicas que por lo general son liberados directamente dentro del torrente sanguíneo, solas (biodisponibles) o asociadas a ciertas proteínas (que extienden su vida media) y hacen su efecto en determinados órganos o tejidos a distancia de donde se sintetizaron, de ahí que las glándulas que las producen sean llamadas endocrinas (Endo dentro)

Las glándulas
endocrinas
producen y
secretan
varios tipos
de hormonas

Esteroideas: solubles en lípidos, se difunden fácilmente hacia dentro de la célula diana.

No esteroide: derivadas de aminoácidos. Se adhieren a un receptor en la membrana, en la parte externa de la célula

Aminas: aminoácidos modificados. Ej: adrenalina, noradrenalina.

Existen
distintas
formas en
que actúan
las hormonas
y estas son:

Acción endocrina: La hormona es sintetizada en un órgano o glándula y es vertida al torrente sanguíneo, para luego unirse a receptores específicos.

- Acción paracrina: La hormona actúa desde células endocrinas a receptores específicos en células vecinas.

- Acción autocrina: La hormona ejerce su acción sobre la misma célula.