

**Nombre del alumno: Felipe de Jesús López Avendaño.**

**Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas Castro.**

**Nombre del trabajo: Actividad Unidad 3.**

**Materia: Bioquímica.**

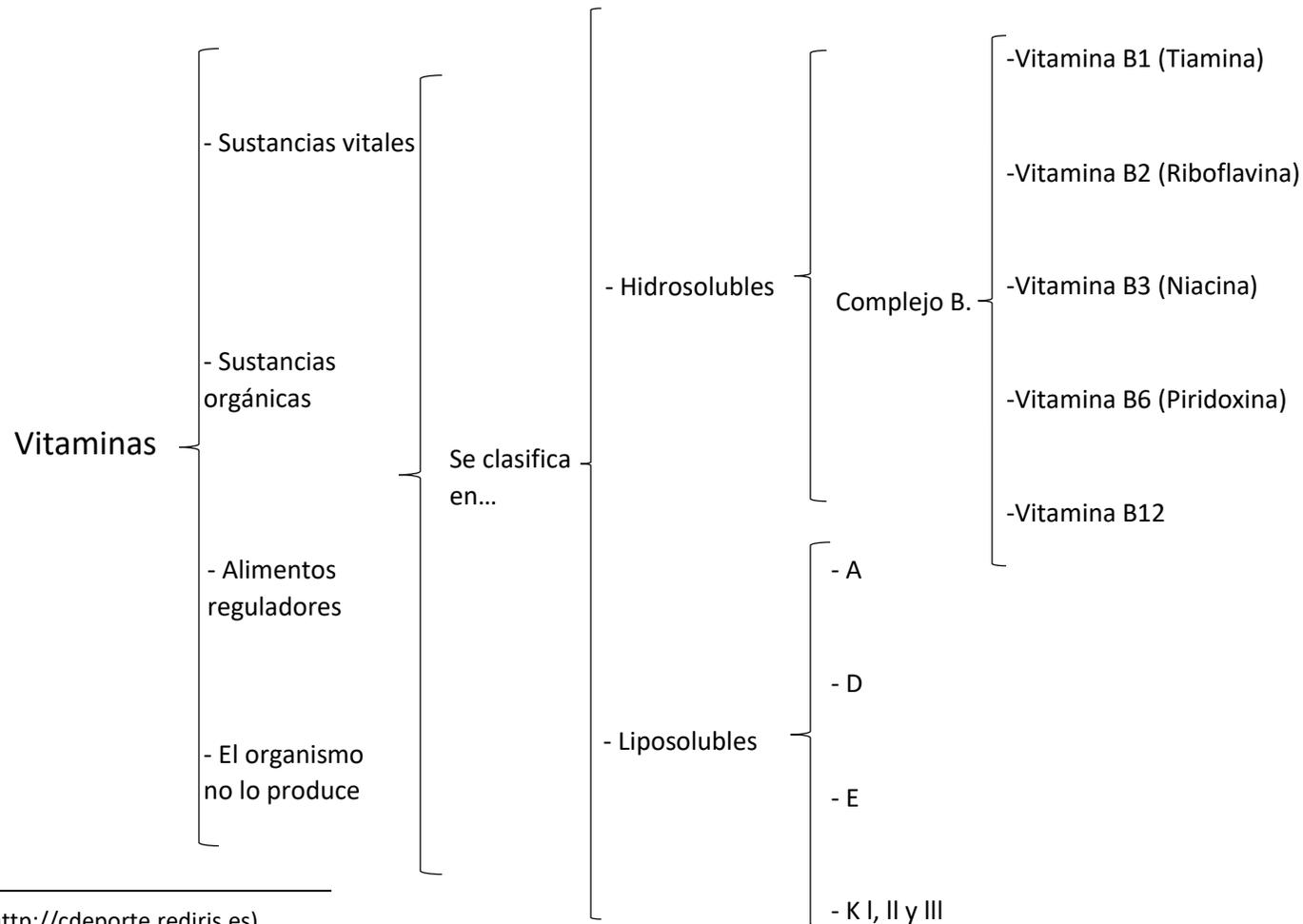
**Grado: Tercer Cuatrimestre.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grupo: Nutrición, (A).**

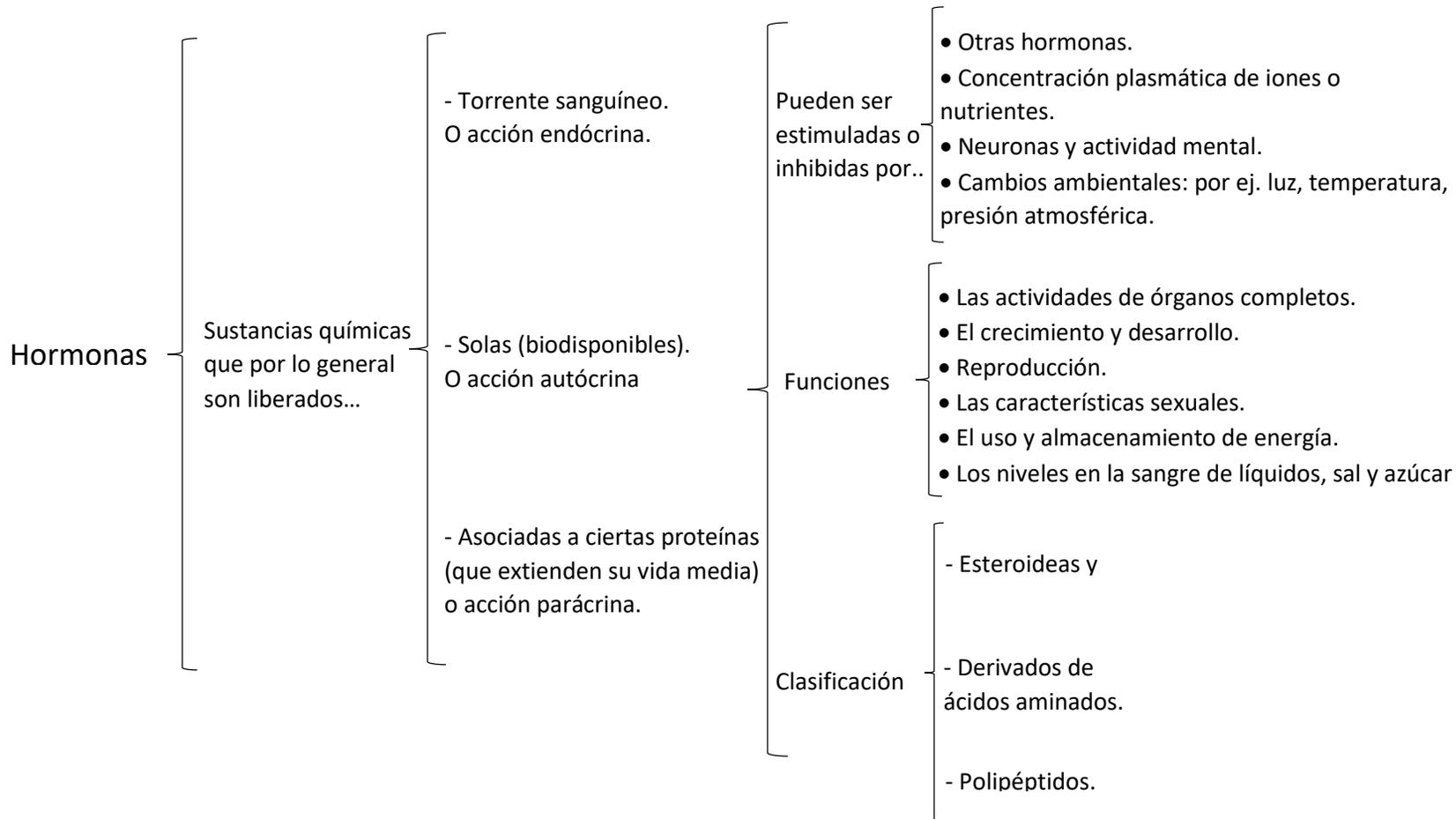
**Comitán de Domínguez, Chiapas a 2021**

En todo el transcurso de la vida del ser humano, se sabe que para poder sobrevivir es necesario alimentarse, es por ello que en la actualidad se sabe que cada organismo lleva acabo funciones complejas para mantener una estabilidad dentro del cuerpo, y mediante la alimentación se puede satisfacer dichas necesidades, sin embargo, existe un micronutriente que lo encontramos en los alimentos que es de mucha importancia el consumo de este en pequeñas proporciones, cuyo micronutriente son las vitaminas, que son necesarias para el funcionamiento celular, el crecimiento y el desarrollo normales, además, <sup>1</sup>actúan como biocatalizadores, combinándose con proteínas para crear enzimas metabólicamente activas, que a su vez intervienen en distintas reacciones químicas por todo el organismo. Por otro lado, de igual forma existen sustancias llamadas hormonas, estas son moléculas producidas por el sistema endocrino que envían mensajes a varias partes del cuerpo, en donde tiene gran relevancia en el organismo del ser humano, es por ello que mediante este trabajo presentaré aspectos importantes de dichas sustancias.



<sup>1</sup> (<http://cdeporte.rediris.es>)

<http://cdeporte.rediris.es>. (s.f.). Obtenido de <http://cdeporte.rediris.es>: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista16/artvitamina.htm>



Como conclusión, podemos decir que mediante los estudios realizados de las hormonas y las vitaminas, es que son sustancias vitales para el ser humano, ya que sin ellas no se podría llevar a cabo distintas reacciones bioquímicas del organismo, por lo que las vitaminas influyen en la formación de las hormonas y estas intervienen en muchas funciones primordiales para el ser humano, como las características sexuales, reproducción, etc. Y que a su vez las vitaminas permiten que a las células les facilite e intervenga en las reacciones bioquímicas del organismo, por lo tanto, es importante conocer la información presentada en los cuadros sinópticos, ya que gracias a ello, podemos conocer más a profundidad de cómo funciona nuestro cuerpo y así poder llevar a cabo un mejor análisis y cuestionarnos si lo que consumimos día con día es lo correcto para satisfacer las necesidades nutrimentales que necesitamos para mantener nuestra vitalidad.

(<https://plataformaeducativauds.com.mx>)

## Bibliografía

*<http://cdeporte.rediris.es>. (s.f.). Obtenido de <http://cdeporte.rediris.es>: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista16/artvitamina.htm>*

*<https://plataformaeducativauds.com.mx>. (s.f.). Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx>:  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/e733207b441b701b85bd495a6ff89435.pdf>*