

# Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

Nombre del Alumno: Vázquez Gómez Zayra Yamilet

Nombre del tema: cuadro sinóptico

Parcial: segundo

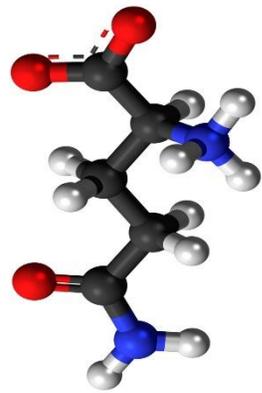
Nombre de la Materia: bioquímica1

Nombre del profesor: Beatriz López López

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Primero

Pichucalco, Chiapas a 15 de octubre



# AMINOACIDOS

Son las unidades químicas, del cuerpo que forman las proteínas, las sustancias proteicas se construyen a partir de 20 aminoácidos y forman los músculos tendones órganos, glándulas uñas y pelo.

Se dividen en

## ESENCIAL

son los que se obtienen de los alimentos, ricos en proteínas porque nuestro organismo no los puede sintetizar.

Valina, leucina, treonina, lisina, triptófano, histidina, fenilamina isoleucina, arginina y metionina.

Alimentos en los que encontramos los aminoácidos esenciales.

Garbanzo, soja, alubias, el trigo sarraceno, quinoa, amaranto, semillas de cáñamo y pistachos, estos contienen todos los aminoácidos esenciales

## NO ESENCIAL

Son aquellos que pueden ser sintetizados por el organismo, a partir de otras sustancias.

Alanina, prolina, glicina, serina, cisteína, asparagina, glutamina, tirosina, ácido aspártico, ácido

Alimentos en los que encontramos los aminoácidos No esenciales.

Lo podemos encontrar en la alfalfa, en los verdes de pimienta, manzanas, uvas, patatas y verduras de hoja verde.