

UDS

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LIC. NUTRICION

GRADO: 1 GRUPO: A

MATERIA: INTRODUCCION A LA NUTRICION

ATIVIDAD: MAPA CONCEPTUAL

TEMA: CARBOHIDRATOS

DOCENTE: NEFI ALEJANDRO

**ALUMNA: LILI MONTSERRAT RECINOS
VAZQUEZ**

CARBOHIDRATOS

MONOSACÁRIDOS

Son los:

Más sencillos son los monosacáridos o azúcares simples.

La

La glucosa, a veces también denominada dextrosa, se encuentra en frutas, batatas, cebollas y otras sustancias vegetales;

La

La galactosa es un monosacárido que se forma, junto con la glucosa, cuando las enzimas digestivas fraccionan la lactosa o azúcar de la leche.

DISACÁRIDOS

Ejemplos

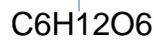
Sacarosa

Lactosa

Maltosa

Son

Son compuestos que contienen carbono, hidrógeno y oxígeno



Durante el metabolismo se queman para producir energía, y liberan dióxido de carbono (CO₂) y agua (H₂O).

Se dividen en:

1. Monosacáridos
2. Disacáridos
3. Polisacáridos

Ejemplo

1. ejemplo, glucosa, fructosa, galactosa;
2. ejemplo, sacarosa (azúcar de mesa), lactosa, maltosa;
3. ejemplo, almidón, glicógeno (almidón animal), celulosa.

POLISACARIDOS

Son

Químicamente los carbohidratos más complejos.

Ejemplos

Almidón

Glicógeno

Celulosa

Es una fuente de energía importante para los seres humanos.

Se produce en el cuerpo humano y a veces se conoce como almidón animal.

Se denominan carbohidratos no disponibles, debido a que los humanos no los pueden digerir.