

**Nombre de alumno: Ayla Ebed Zacarías
Bartolón**

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

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Nutrición y medicina alternativa

Grado: 5° cuatrimestre

Grupo: "A"

Introducción

A continuación, veremos a cerca de un tema de interés para muchos de nosotros, este tema está relacionado a la función de nuestro cuerpo y la importancia de su buen consumo.

Habla sobre lo que son las biomoléculas, como es que funcionan y las necesidades que el cuerpo tiene de estas. Es fundamental en la vida del ser humano para sentirse bien, estar bien y que el cuerpo pueda realizar sus funciones correctamente.

Así también veremos un poco a cerca de la composición de estas biomoléculas y la importancia de una dieta adecuada en los pacientes.

Importancia del conocimiento de las biomoléculas importancia del conocimiento de las biomoléculas

Las biomoléculas son muy importantes porque son compuestos que se encuentran en la composición de los seres vivos. Las biomoléculas son indispensables para que se lleve a cabo el nacimiento y se pueda desarrollar para el buen funcionamiento de la célula.

Cada una de ellas cumplen con un papel importante como la regulación de procesos y el transporte de sustancias a todas aquellas células que tienen la capacidad de formar tejidos y órganos.

Es por eso que las biomoléculas deben estar presentes en la cantidad correcta y adecuada, de lo contrario si llegara a hacer falta alguna podría causar deficiencias en la célula causando un descontrol, e incluso puede llegar a provocar la muerte.

Las biomoléculas que existen son; lípidos, proteínas, carbohidratos y ácidos nucleicos. Estas biomoléculas son parte de nuestra dieta, sin embargo es muy importante tener el control sobre cada una de ellas, sin exceder de su consumo, pero tampoco que sea una cantidad muy pequeña porque podría haber deficiencia en el cuerpo.

Es por eso que el uso dietético en el paciente debe ser acorde a cada persona, debe ser implementada conforme las necesidades nutricionales dependiendo de talla, peso, edad, sexo etc. La dieta debe ser entorno a esos puntos importantes, para así saber una cantidad más exacta de lo que se necesita para poder realizar diferentes actividades.

Las biomoléculas están compuestas por elementos químicos como carbono, hidrógeno y oxígeno, también están presentes nitrógeno, fósforo y azufre; también se encuentran moléculas con algunos metales de transición como el hierro, cobalto y níquel. Estas son algunas de las propiedades que se encuentran en las biomoléculas.

Conclusión

para concluir es importante recalcar que las biomoléculas son fundamental en nuestra vida, ya que gracias a ello podemos obtener energía, nutrientes y todo lo necesario para que nuestro cuerpo pueda funcionar y para que nosotros podamos hacer todas las actividades en nuestro día.

Las biomoléculas están presentes en nuestra dieta, es decir en todos los alimentos que ingerimos, sin embargo es importante llevar una dieta que cumpla con todos los requisitos, que sea, balanceada, adecuada, completa, equilibrada, variada e inocua, si nuestra dieta cumple con estos puntos importantes se puede decir que es una dieta correcta, sana y menos dañina y así poder evitar enfermedades y gozar de una buena salud.

Referencias bibliográficas

Dianelys Ondarse Álvarez. Argentina. *Concepto.de*. Disponible en:
<https://concepto.de/biomoleculas/>. Última edición: 18 de agosto de 2021. Consultado: 05 de
enero de 2022 - Fuente: <https://concepto.de/biomoleculas/>