

CUESTIONARIO

° ¿Qué es el agua?

R: Es un elemento vital para los seres biológicos

° ¿Cuál es la estructura molecular del agua?

R: 2 átomos de Hidrógeno unidos a uno de oxígeno - H_2O

° ¿Qué son las acuoproteínas?

R: Es una proteína de membrana encargada de transportar el agua a través de las células.

Menciona 2 funciones biológicas del agua

R: Función Catalítica

Eliminación

En los primeros 6 meses de la vida ¿Cuál es la cantidad de agua que se sugiere ingerir?

R: de 300 - 850 ml/día

° ¿Qué porcentaje de agua tenemos en nuestro cuerpo?

R: 60%

Menciona 3 tipos de agua

- Potable

- Dulce

- Salada

° ¿Qué son los lípidos?

R: Son biomoléculas formadas por carbono e hidrógeno y oxígeno, son solubles en grasas

¿Cuál es la clasificación de los lípidos?

R = Grasas saturadas, insaturadas y trans

¿Qué nos proporcionan las grasas insaturadas?

R = Nos proporcionan mayor cantidad de energía

¿Dónde están presentes las grasas insaturadas?

R = en aceites vegetales o en pescados

¿Qué son los omega?

Un tipo de ácidos grasos

¿Qué tipos de Omega existen?

R = Omega 3, 6 y 9

¿Qué son las grasas saturadas?

R = Son las grasas que provocan un incremento del colesterol en la sangre

¿Qué es la placa?

R = Es la acumulación de grasa en las arterias y venas

¿Qué son las grasas trans?

R = Son grasas que se forman de manera industrial al convertir el aceite líquido en grasa sólida

¿Qué es el colesterol?

R = Es una grasa natural presente en las células del cuerpo que es necesario para el funcionamiento del organismo

¿Dónde se produce el colesterol?

Barrilito

¿Qué son las proteínas?

R: Son moléculas grandes y complejas que desempeñan muchas funciones críticas en el cuerpo

¿Menciona 4 de las principales funciones de las proteínas?

R: Protectora, Homeostática, nutricional, transporte, defensiva, estructural

¿Cómo se forman las proteínas?

R: Están formadas por cientos de unidades pequeñas llamadas aminoácidos que se unen entre sí para formar largas cadenas