

Mi Universidad

Súper Nota

Nombre del Alumno: SAMANTHA DE JESUS GOMEZ QUEVEDO

Nombre del tema: CLASIFICACIÓN DE LOS CARBOHIDRATOS.

Parcial: 2DO.

Nombre de la Materia: BIOQUIMICA.

Nombre del profesor: BEATRIZ LOPEZ LOPEZ.

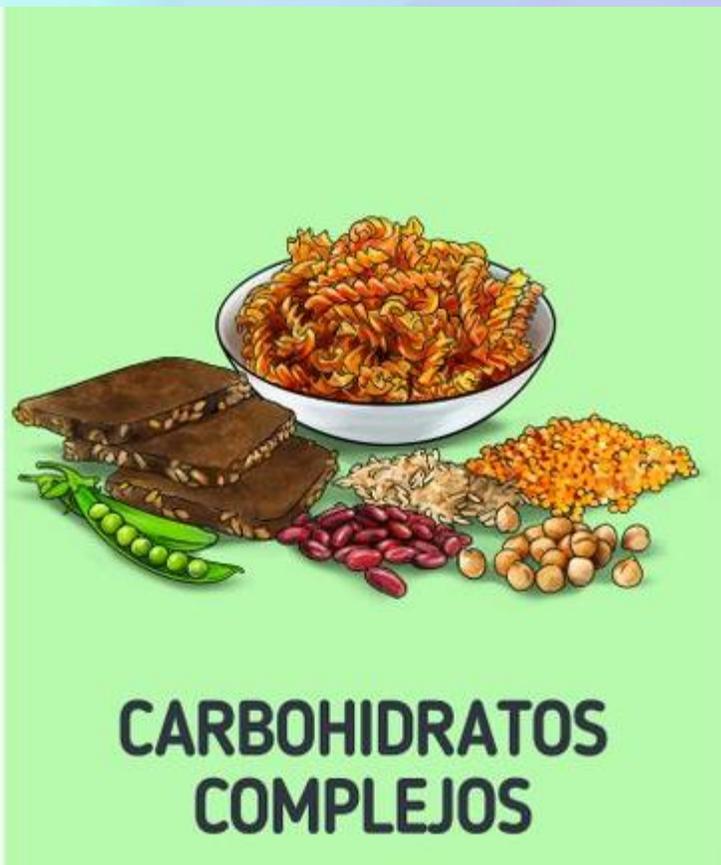
Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA.

Cuatrimestre: 1ER CUATRIESTRE.

Clasificación de los Carbohidratos

Los carbohidratos se pueden dividir en tres grupos: monosacáridos, ejemplo, glucosa, fructosa, galactosa; disacáridos, ejemplo, sacarosa (azúcar de mesa), lactosa, maltosa; polisacáridos, ejemplo, almidón, glicógeno (almidón animal), celulosa.

Los carbohidratos simples son descompuestos rápidamente por el cuerpo para ser usados como energía y se encuentran en forma natural en alimentos como las frutas, la leche y sus derivados, al igual que en azúcares procesados y refinados como los dulces, el azúcar común, los almíbares y las gaseosas.



Los carbohidratos complejos están hechos de moléculas de azúcar que se extienden juntas en complejas cadenas largas. Dichos carbohidratos se encuentran en alimentos tales como guisantes, frijoles, granos enteros y hortalizas.

Funciones de los carbohidratos



Nos aportan energía



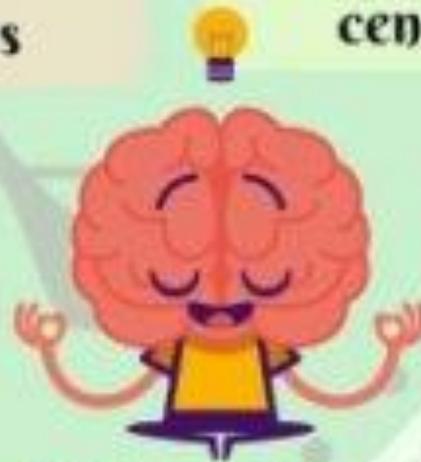
Confiere sabor y textura a los alimentos



Salud del sistema nervioso central



Promueven la salud digestiva



Salud del cerebro y corazón