

UDS

Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Ana Paola Lopez Hernández

Nombre del tema: Carbohidratos

Parcial: II

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas Castro

Nombre de la Licenciatura: enfermería

Cuatrimestre: I

Fecha: 15/10/2022

INTRODUCCION

En este cuadro sinóptico podemos entender más acerca de los carbohidratos Junto con las grasas y las proteínas, que son uno de los tres macronutrientes en nuestra dieta y su función principal es proporcionar energía al cuerpo. Aparecen en muchas formas diferentes, como azúcares y fibra y en muchos alimentos diferentes, como granos enteros, frutas y verduras. También podemos conocer más acerca de los grupos que hay en los carbohidratos como lo es los monosacáridos, disacáridos, y polisacáridos y como es que cada uno de estos están compuesto y lo que aportan a nuestro sistema digestivo y al cuerpo humano.

En su forma más básica, los carbohidratos están hechos de bloques de azúcares, y se pueden clasificar de acuerdo con la cantidad de unidades de azúcar que se combinan en su molécula. La glucosa, la fructosa y la galactosa son ejemplos de azúcares de una sola unidad, también conocidos como monosacáridos o carbohidratos complejos. Los azúcares de doble unidad se llaman disacáridos, entre los cuales la sacarosa (azúcar de mesa) y la lactosa (azúcar de la leche) son los carbohidratos más complejos. Se denominan simples y complejos ya que hay tipos de carbohidratos que contienen más fibra que otros y que por lo mismo aportan más energía a nuestro cuerpo Y es aquí en este cuadro sinóptico en donde comprenderemos más a detalle.

CONCLUSION

Es muy importante conocer todo sobre los carbohidratos desde su clasificación hasta la función que tienen cada uno , en como es que nuestro organismo lo absorbe y lo convierte en energía para que nosotros podamos hacer nuestras actividades diarias, en este tema aprendí en cómo es la clasificación de los carbohidratos de que hay desde los mas simples hasta los mas complejos pero que necesitamos de todos estos para llevar una buena digestión y también que los carbohidratos en exceso pueden resultar no tan favorables en el organismo, debemos tener en cuenta que consumirlos a nuestras necesidades para evitar tener complicaciones a un periodo de tiempo

FUENTE DE CONSULTA

(carbohidratos) (uds, 2022) dice que los carbohidratos son compuestos orgánicos que se originan a través del proceso de fotosíntesis y son biomoléculas formadas por carbono, hidrogeno y oxígeno.

(desconocido, s.f.) dice que los carbohidratos son compuestos de carbono, hidrogeno y oxigeno que se queman durante el metabolismo para producir energía y realizar nuestras actividades diarias

carbohidratos. (s.f.).

desconocido. (s.f.). *google chrome*. Obtenido de google chrome:

[https://www.fao.org/3/w0073s/w0073s0d.htm#:~:text=Los%20carbohidratos%20se%20pueden%20dividir,\(almid%C3%B3n%20animal\)%20%20celulosa.](https://www.fao.org/3/w0073s/w0073s0d.htm#:~:text=Los%20carbohidratos%20se%20pueden%20dividir,(almid%C3%B3n%20animal)%20%20celulosa.)

desconocido... (octubre de 2022). *google chrome*. Obtenido de google chrome: <https://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/nutrientes/funcion-de-los-carbohidratos>

uds, A. (2022). *Bioquimica , carbohidratos*. Comitan de Dominguez, Chiapas.