



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Wendy Cárdenas Guillen

Nombre del tema: Carbohidratos

Parcial: I I

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas Castro

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: I er

Introducción

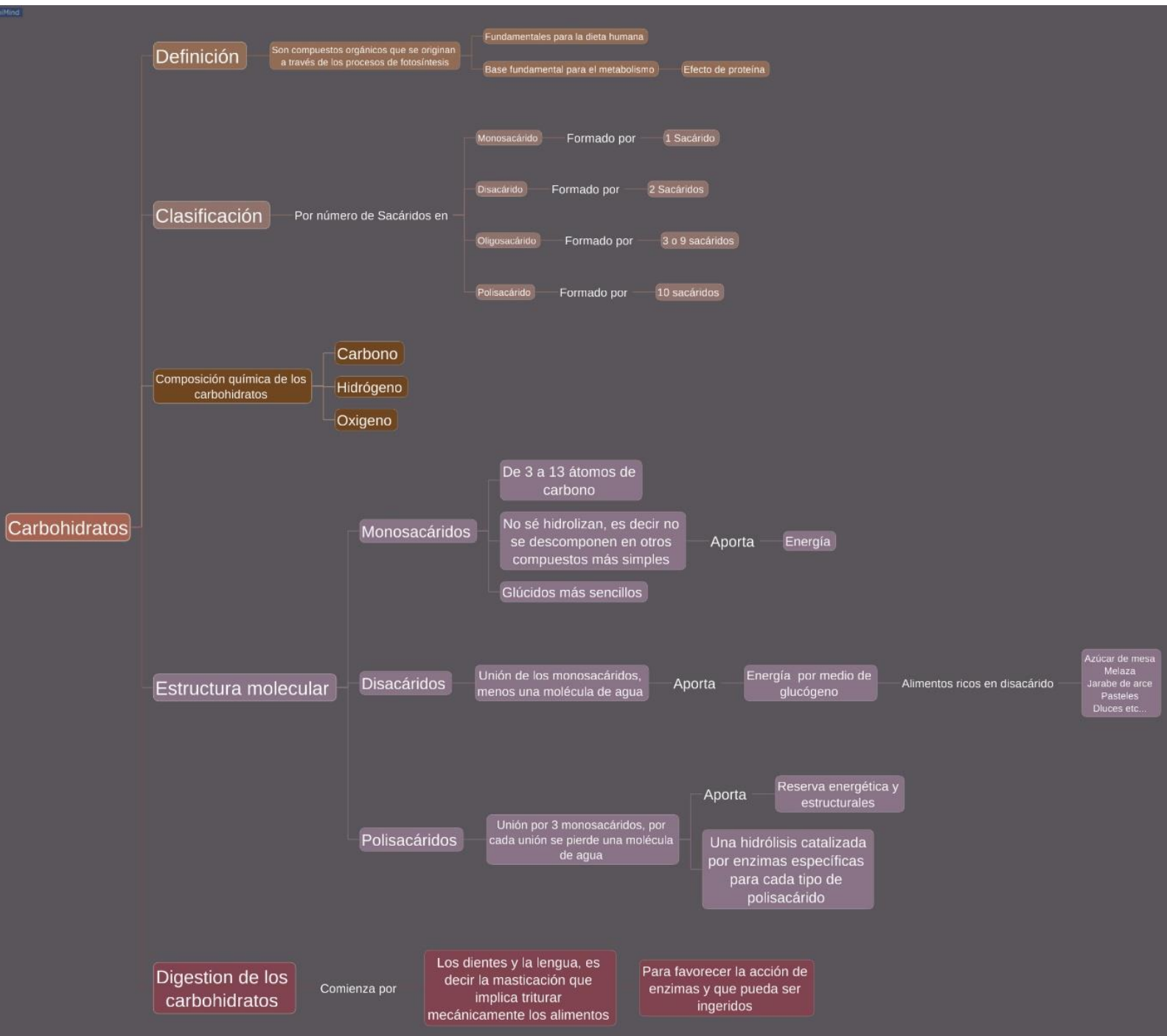
Como podremos darnos cuenta en el siguiente mapa podremos observar la importancia que tiene los carbohidratos en nuestra vida, ya que son altamente energéticas y fundamentales para el desarrollo de la vida.

Es una fuente de energía indispensable y para nuestro metabolismo, así como un el efecto de proteína, evita la formación de cuerpos cetónicos, forma parte de los tejidos del organismo, si bien los carbohidratos se clasifican en 3 grupos, los cuales son: Monosacárido, Disacárido, Polisacárido.

Pero también existen dos tipos de carbohidratos muy diferentes entre si, los cuales son los simples y complejos.

Los carbohidratos simples: Son dulces, se encuentran en la miel, leche, manzana por mencionar algunas mientras que los Carbohidratos complejos: Además de que se descomponen lentamente permite que los niveles de azúcar incrementen gradualmente son los que podemos encontrar en el brócoli, alcachofa y plátano.

Es muy importante que aprendamos a diferenciar los tipos de carbohidratos y La función principal que tiene en nuestro organismo.



Conclusiones

Para terminar quiero agregar que los carbohidratos por completo no son tan malos ya que su principal función es producir una reserva de energía.

Que a su vez hace que nuestro cuerpo funcione mejor y mantener nuestros niveles de energía, pero eso no quiere decir que podemos abusar de ellos, lo ideal es mantener una dieta sana y correcta.

Ya que cada que comemos un alimento que contiene carbohidratos, aumenta el nivel de glucosa en nuestra sangre y a su vez disminuye, así como la insulina que forma parte del sistema digestivo, ya que tiene un proceso en el cual nos ayuda a favorecer la acción de enzimas para actuar respectivamente sobre proteínas y lípidos.

Bibliografía

(S/f). Com.mx. Recuperado el 15 de octubre de 2022, de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/4482ddcc047c914541f3627d25cb6206-LC-LEN104%20BIOQUIMICA%20.pdf>

Diferencia entre monosacáridos, disacáridos y polisacáridos. (2020, Octubre 11).

Diferenciador. <https://diferenciario.com/monosacaridos-y-disacaridos-y-polisacaridos/>

Guerra, J. J. M. (s/f). *Digestión y absorción de carbohidratos.* Uaa.mx.

Recuperado el 15 de octubre de 2022, de

<https://libroelectronico.uaa.mx/capitulo-12-otras-vias/digestion-y-absorcion-de.html>