



Mi Universidad

cuadro sinóptico

Nombre del Alumno Darío Antonio Hernandez Meza

Nombre del tema carbohidratos

Parcial 2

Nombre de la Materia bioquímica

Nombre del profesor

Nombre de la Licenciatura enfermería

Cuatrimestre I

INTRODUCCION

Los carbohidratos son moléculas de azúcar. Junto con las proteínas y las grasas, los carbohidratos son uno de los tres nutrientes principales que se encuentran en alimentos y bebidas.

Su cuerpo descompone los carbohidratos en glucosa. La glucosa, o azúcar en la sangre, es la principal fuente de energía para las células, tejidos y órganos del cuerpo. La glucosa puede usarse inmediatamente o almacenarse en el hígado y los músculos para su uso posterior.



CONCLUSION

En conclusión, la importancia de los carbohidratos está en no dejar de consumirlos, sin embargo, debemos evitar los de baja calidad. Es decir, los cereales refinados y los que tienen azúcares añadidos, ya que proporcionan un valor nutricional limitado. Además, su alta carga glucémica está asociada con altos niveles de glucosa, resistencia a la insulina y niveles altos de triglicéridos. Por lo tanto, más allá del tipo de dieta que lleves, la calidad de los alimentos será lo fundamental para cuidar tu salud

FORMATO APA

Bibliografía

Agrónomo, I., Autor, F., Dora, D., & Pinzón, L. (n.d.). *DIAPORAMA: 1 CARBOHIDRATOS . ESTRUCTURA Y CLASIFICACIÓN UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXICO FACULTAD DE CIENCIAS AGRÍCOLAS.*
<http://ri.uaemex.mx/bitstream/handle/20.500.11799/35238/secme-22142.pdf?sequence=1&isAllowed=y#:~:text=Se%20clasifican%20como%3A>

de, C. (2003, November 29). *glúcido formado por la condensación de dos azúcares monosacáridos (Enlace O-glucosídico)*. Wikipedia.org; Wikimedia Foundation, Inc.
<https://es.wikipedia.org/wiki/Disac%C3%A1rido#:~:text=Maltosa%2C%20isomaltosa%2C%20trehalosa%20y%20celobiosa,poder%20reductor%2C%20salvo%20la%20trehalosa>.

MA DE LOS ANGELES VENEGAS CASTRO 1 ANTOLOGIA. (n.d.). Retrieved from
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LLEN/4482ddcc047c914541f3627d25cb6206-LC-LLEN104%20BIOQUIMICA%20.pdf>