



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Tania Elizabeth Vázquez Vázquez

Nombre del tema: Biomoléculas

Parcial: I

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas Castro

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: I Grupo: A Ejecutivo



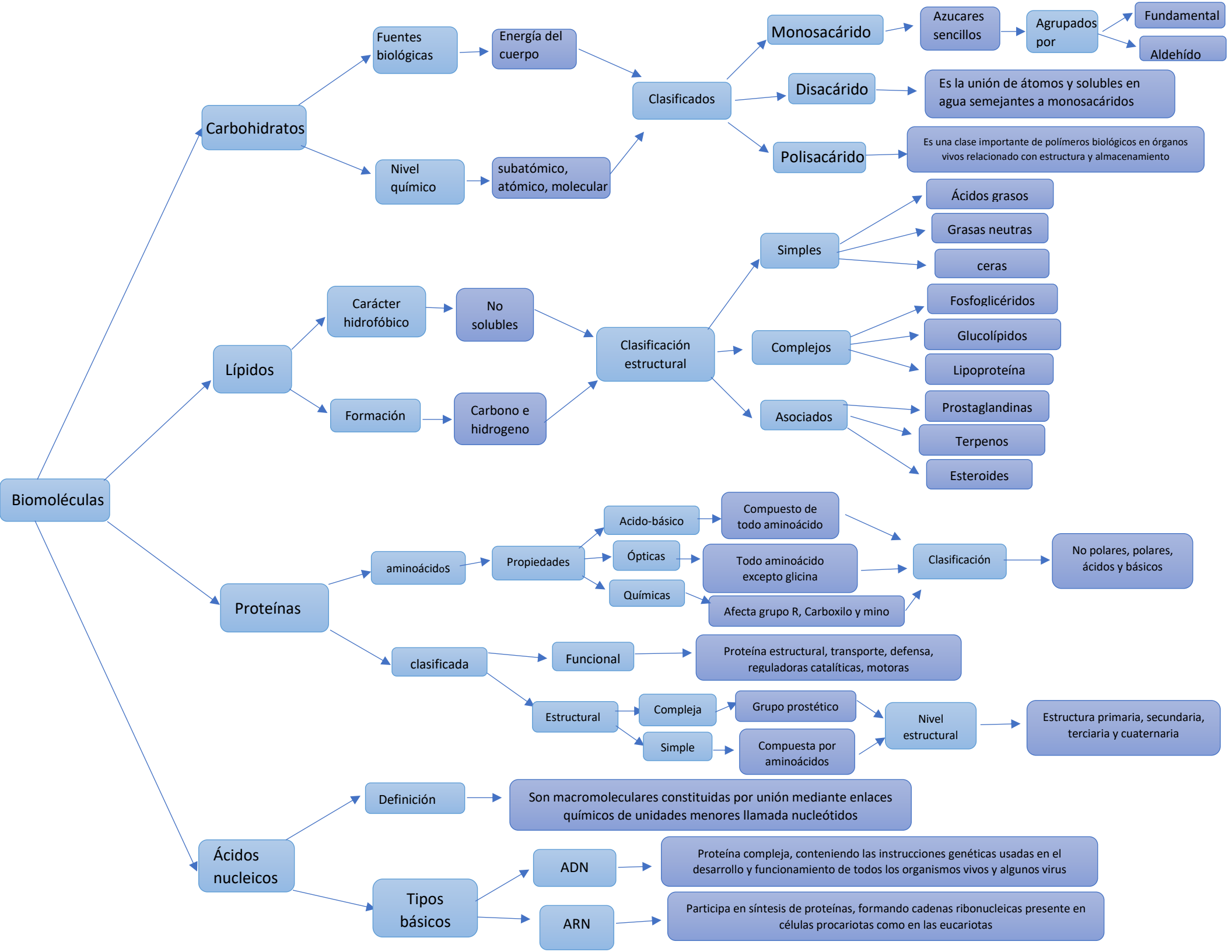
Introducción

Hay que saber que los lípidos, proteínas, carbohidratos y ácidos nucleicos son energías que requiere nuestro cuerpo, son niveles de complejidad. Por lo tanto, son sustancias orgánicas, los carbohidratos son moléculas de azúcar y se llegan a encontrar en galletas, frutas, caramelos, etc. Eso ocasiona que nuestro cuerpo genere energía al consumir alimentos que contenga azúcares pueden ser buenos y malos para nuestra salud, hay que consumirlos de forma correcta, el carbohidrato se llega a descomponer en glucosa, un gramo son 4kcalorias que llega a consumir nuestro cuerpo, se llegan a clasificar por tres grupos importantes, según las unidades de azúcares que una persona contenga.

Los lípidos pueden ser solubles e insolubles, permiten ahorrar proteínas en los alimentos conteniendo energías y digestibilidad para todos, pero si se llegan a consumir demasiados se acumulan en paredes de las arterias que forma una placa que tapa el paso de la sangre.

Las proteínas ayudan a obtener masa corporal o masa muscular, son biomoléculas y se llegan a estructurar por simples (hemoproteínas) y complejas (heteroproteínas), si no llegamos a consumir proteínas causa alteraciones en nuestro cuerpo como: debilitamiento, pérdida de masa corporal y existen problemas en nuestro cuerpo, todas las proteínas son ayuda para nuestro crecimiento y mantenernos sanos.





Conclusión

Debemos de tener en cuenta que todos tenemos que comer porciones adecuadas, y así tener una alimentación balanceada y poder mantenernos saludables, es importante consumir carbohidratos, proteínas y lípidos.

Obtener una alimentación balanceada involucra consumir alimentos que nos den energía, que nos protejan y permitan un buen crecimiento estar de forma sana y equilibrada, por lo tanto, los carbohidratos se utilizan para energía (glucosa). Las grasas se utilizan para obtener energía después de descomponerse en ácidos grasos son indispensables para el mantenimiento e integridad de las membranas celulares. Las proteínas también pueden consumirse para generar energía, pero su principal función es ayudar a producir hormonas y músculo.

Debemos de saber que todas las biomoléculas son indispensables para el nacimiento, desarrollo y funcionamiento de todas las células que forman a los órganos vivos, crecimiento de nuevas células, se obtiene un almacenamiento de tejidos corporales y almacenamiento de energía para utilizarla más adelante durante nuestras actividades diarias.

Carbohidratos obtiene en nuestro cuerpo 4 calorías, en proteínas obtenemos 4 calorías y en los lípidos podemos obtener 9 calorías por esa razón es importante para todos como para poder mantenernos bien ante cada actividad diaria que estamos acostumbrados a hacer así podemos tener buen mantenimiento en nosotros mismos cada uno debe de cuidarse de uno mismo depende estar y querer estar bien en todo momento.



TODOS DEBEMOS CONSUMIR CADA PORCIÓN PARA ESTAR EN BUEN ESTADO.

Fuentes de Consulta:

- Alberts, Bruce. Johnson, A. Lewis, J. Raff, M. Keith, Roberts. Walter, P. (2008). *Biología Molecular de la Célula*. México Editorial Omega.
- Curtis, H. Barnes, N.S. (2009) *Biología*. Editorial Médica Panamericana.
- Díaz, J. (2006). *Bioquímica: un enfoque básico aplicado a las ciencias de la vida*. México. UNAM.
- Fell, David. (1999). *Bases del Control del Metabolismo*. España. Editorial Omega.
-
- Lehninger. (2009). *Bioquímica*. México. Editorial Omega.
- Lodish. H. Berk, A. Matsudaria, P. Kaiser, C. Scott, M. Zipursky, L. Darnell, J. (2007). *Biología celular y molecular*. 5ª edición. México. Editorial Médica Panamericana.
- Lozano, J. A. (2005). *Bioquímica y biología molecular en Ciencias de la salud*. México. McGraw Hill.



Videos de apoyo:

- Tuvi digital. (2015). Carbohidratos (Monosacáridos) - Introducción a la bioquímica #3. [Video]. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=VNwYO1VVAvY>
- Metabolismo de la glucosa [Video] Disponible de: <https://www.youtube.com/watch?v=15zcABaR-Aw>
- Universidad de los Andes. (2013) Metabolismo de los lípidos. [Video]. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v= biNvOOOnEq8>
- Aminoácidos, péptidos y proteínas. Disponible en:
https://rodas5.us.es/file/d14f1e70-da49-3549-5b754cf83e742a87/1/aminoacidos_peptidos_proteinas_SC ORM.zip/media/aminoacidos_peptidos_proteinas.swf

FORMATO APA

Auto: Ángel Martín Municio

<https://rac.es/ficheros/doc/00495.pdf>

Fecha: 06 febrero 2018

Autor: Minerva de la Barrera Frayre

<https://www.doccity.com/es/antologia-de-bioquimica-1/4120463/>

Autor: UDS Antología Bioquímica

Año:2022

[file:///C:/Users/Tania/Downloads/Bioquimica%20\(7\).pdf](file:///C:/Users/Tania/Downloads/Bioquimica%20(7).pdf)