

Redacción

**MATERIA:**

1°

**CUATRIMESTRE:**

Gonzales salas Víctor Antonio

**CATEDRATICO:**

Redactar una de cada una Exposición, Narración,  
Argumentación y Descripción.

**TEMA:**

Pineda Tamayo Jimmy Antoni

**INTEGRANTE:**

Lic. Medicina veterinaria y zootecnista

**LICENCIATURA:**

Tapachula, Chiapas a 06 de Diciembre del 2022

## UNIDAD 4: EXPOSICIÓN

### VITAMINAS Y MINERALES.

Las vitaminas son compuestos heterogéneos imprescindibles para la vida, que al ingerirlos de forma equilibrada y en dosis esenciales promueven el correcto funcionamiento fisiológico. La mayoría de las vitaminas esenciales no pueden ser sintetizadas por el organismo, por lo que éste no puede obtenerlas más que a través de la ingesta equilibrada de vitaminas contenidas en los alimentos naturales. Las vitaminas son nutrientes que junto con otros elementos nutricionales actúan como catalizadoras de todos los procesos fisiológicos.

Ya que los minerales juegan un papel importante en la nutrición. Debido a que no pueden ser producidos naturalmente, tienen numerosas funciones en el ser vivo, y se suelen clasificar en macro elementos lo cual se requieren en mayores cantidades en la dieta y también micro elementos se requieren en pequeña cantidad.

Es un componente principal de la estructura de los dientes y los huesos; ayuda a mantener el equilibrio óptimo del equilibrio ácido-base; Mantiene una transmisión nerviosa normal, también facilita la contracción, relajación muscular, regula la presión sanguínea, la coagulación de la sangre, y diferentes hormonas y enzimas.

La mejor manera de obtener las vitaminas y minerales que usted necesita es comiendo una amplia variedad de alimentos saludables. Recomiendan frutas, verduras, granos integrales, leche y productos lácteos, y pescado como parte de un plan alimenticio nutritivo.

Un suplemento no puede compensar los malos hábitos alimentarios, Pero a veces aun a las personas que tienen hábitos alimentarios saludables les resulta difícil comer todas las frutas, verduras y demás alimentos saludables que necesitan. Un suplemento puede ayudar a compensar las deficiencias.

Ningún suplemento ha demostrado curar enfermedades como el cáncer, la diabetes, las enfermedades cardíacas o los problemas digestivos.

Si suena demasiado bueno para ser verdad, probablemente lo sea. Tenga cuidado con los suplementos que prometen resultados rápidos y espectaculares.

## UNIDAD 4: NARRACIÓN

### LA HISTORIA DE LA VACA.

La historia de la vaca trata de un joven discípulo con su maestro que visitan uno los barrios más pobres de la ciudad y encuentra una familia en condiciones precarias y que la única fuente de alimentación era su pobre y desnutrida vaca, misma familia que visitan para platicar con ellos y que cuando se retiran de su casa el maestro corta a la vaca hasta que esta muere desangrada.

Luego de un tiempo el maestro y el discípulo regresaron a ver qué paso con esa familia, pero que sorpresa se llevaron cuando observaron que la calidad de vida de la familia había dado un cambio radical, ya que luego de la muerte de la vaca bovino la familia tuvo la inteligencia y el valor para comenzar subsistir de la siembra de cultivos en el campo que tenían, gracias a esto la familia ya no paso hambre y todavía le sobraba para poder vender sus productos en el mercado y utilizar sus ganancias para poder comprar vestido.

Con lo anterior la familia pudo remodelar su vieja casa gracias al dinero que ganaban con la venta en el mercado, todo gracias al poder de la supervivencia encontraron la manera de vivir y sobretodo de salir adelante ante una desgracias e indirectamente y gracias al maestro poder deshacerse de la vaca, misma que cuando estaba viva era la manera de sobrevivir y que realmente era un obstáculo para poder salir adelante.

La vaca es una metáfora muy cierta que se nos deja una enseñanza muy clara que algunas veces nos conformamos con lo que tenemos y no vemos lo que podríamos tener o donde podríamos llegar sin lo que nos está sosteniendo o manteniendo actualmente.

## UNIDAD 4: ARGUMENTACIÓN.

### MEDIO AMBIENTE

Los seres humanos hemos sido los encargados de dañar y deteriorar el medio ambiente en el que habitamos actualmente. Debido a estos daños que hemos causado, nuestro futuro ya no lo tenemos asegurado, los recursos escasean y la calidad de vida va en decadencia.

En muy poco tiempo, los seres humanos hemos llevado a cabo la tarea de acabar con la flora, la fauna, el agua e inclusive el aire que nos rodea, esto ha provocado que cada día sea más difícil sobrevivir en este planeta.

Si los seres humanos nos hemos encargado de destruir al planeta, ya es tiempo de que también nos encarguemos de detener esto y reconstruir la Tierra.

Mi opinión es que si las grandes empresas se están comprometiendo con el medio ambiente y el desarrollo sostenible, ya es tiempo de que nosotros, los principales causantes del deterioro ambiental, pongamos en marcha planes de apoyo y acción con el fin de ayudar.

Sería bueno que se implementara por parte del gobierno y de la sociedad en general un fin de semana al mes, dedicado al cuidado del medio ambiente con actividades familiares que fomenten el cuidado y prevención de daños.

Por ejemplo plantar árboles en lugares desiertos, o ir a recolectar basura e inclusive hacer talleres o un pequeño curso de cómo reciclar algunas cosas que ya no nos sirven, o con desechos orgánicos e inorgánicos.

Además siendo que el desarrollo sustentable se compone de tres factores, que son la economía, el medio ambiente y la sociedad, me atrevo a decir que estas campañas estarían en equilibrio con los tres factores, debido a que la economía no se vería afectada, porque para que la sociedad actúe, no es necesario destinar una gran cantidad de dinero, simplemente con suficiente motivación es más que necesario.

Por parte de la sociedad, es más que suficiente ver y tener un planeta más verde así que también estaría demás decir, que cumple con las características del equilibrio sustentable.

## UNIDAD 4: DESCRPCIÓN.

### CABALLOS.

Existen una gran variedad de razas de caballos que sería imposible describir todas las más importantes por su valor en competiciones o como raza de interés cinegético.

En el mundo de los caballos siempre hay razas mejoradas que reciben influencia de ésta para producir productos cruzados o crear nuevas razas a partir de una raza inferior mejorada.

Cada raza ha sido creada para unos objetivos concretos, misión igual a la de criar productos cruzados. Algunas razas puras, son salvajes, es decir, el hombre describe una raza sin haber tenido poder de creación sobre ella.

Pero más tarde la astucia y las emboscadas preparadas por el hombre permitieron hacerse de las manadas de caballos que caían bajo los certeros golpes de los cazadores.

Después sobrevino un período de calma, porque el hombre nómada se volvió sedentario, pastor y agricultor, y el caballo, más libre, sufrió una transformación, y por razones inexplicables las manadas disminuyeron, aunque las condiciones de vida debían haber mejorado.

En la historia de la humanidad, el caballo se convirtió en pieza vital de una nueva era. Según todos los indicios, el caballo no tuvo su origen en Europa, sino que fue importado de alguna apartada región oriental para su utilización doméstica.

Fueron ellos quienes participaron en torneos y campañas de caballeros, y se enfrentaron brillantemente a esta tarea tan importante. Además, los bellos y fuertes animales, llamados en aquellos días acompañaban a sus dueños en las caminatas y eran buenos compañeros para ellos en desplazamientos de largas distancias.