

LÍPIDOS

¿QUE SON?

Los lípidos son compuestos orgánicos insolubles en agua que tienen diversas funciones biológicas en el cuerpo

CLASIFICACIÓN

Dentro de ellos se encuentran las grasas, que se dividen en saturadas, insaturadas y grasas Trans. Su estructura química varía

Grasas trans.

SON GRASAS (MAYORMENTE VEGETALES) QUE SE FORMAN DE MANERA INDUSTRIAL AL CONVERTIR ACEITE LÍQUIDO EN GRASA SÓLIDA

Grasas Saturadas.

SE ENCUENTRAN EN PRODUCTOS LÁCTEOS Y DE ORIGEN ANIMAL. ÉSTAS PROVOCAN UN INCREMENTO DEL COLESTEROL EN LA SANGRE

Grasas Insaturadas.

LAS GRASAS VEGETALES SON INSATURADAS Y PROPORCIONAN MAYOR CANTIDAD DE ENERGÍA. ESTÁN PRESENTES EN LOS ACEITES VEGETALES

¿Qué es el colesterol?

ES UNA MOLÉCULA ES ESCENCIAL QUE FORMA PARTE DEL GRUPO DE LOS LIPIDOS O GRASAS , DE LAS MEMBRANAS DE NUESTRAS CÉLULAS Y NECESARIO PARA LA FORMACIÓN DE HORMONAS

Trigliceridos

el cuerpo convierte todas las calorías que no necesites usar de inmediato en triglicéridos. Los triglicéridos se almacenan en las células grasas.

Necesidades diarias de lípidos

SE RECOMIENDA CONSUMIR ENTRE 20 Y 30% DE LA ENERGÍA TOTAL DE LA DIETA,

Rutas metabólicas

LIPÓLISIS
LIPOGÉNESIS
BETAOXIDACIÓN
CETOGÉNESIS

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Mapa lipidos
TRABAJO

Quimica de los alimentos
MATERIA

Espinosa Méndes Luis Antonio.
ALUMNO

Arreola Jiménez Eduardo Enrique
DOCENTE

2do Cuatrimestre de nutrición.
CURSO

Tapachula, Chiapas; sábado 17 de Febrero de 2023