



Mi Universidad

Mapa conceptual

Nombre del Alumno: Sonia Avila Sánchez

Nombre del tema: Macronutrientes

Parcial :I

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor: Joanna Judith Casanova

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre:3

MACRONUTRIENTES

Componentes que conforman a los alimentos .

Se divide en

Carbohidrato

Lípidos

Proteínas

Función

Función

Función

- Proporcionar energía
- Hormonal
- defensiva

- Reserva de energía
- Protección mecánica
- Transmisión de impulsos nerviosos

- Estructural
- Hormonal
- Digestiva

Clasificación

Clasificación

Clasificación

- Monosacáridos
- Disacáridos y
- Polisacáridos

- **Simple**s (monoglicéridos, diglicéridos)
- **complejos** (fosfoglicéridos, esfingolípidos y ceras)

- Proteínas simples
- Conjugadas
- Derivadas

10 y 35 %

15 y 20 %

Requerimiento

10 y 35

4 kcal

9 kcal

Aportación en 1 Gr

4 kcal

fuentes

- Fruta y jugo de fruta.
- Cereal, pan, pasta y arroz.
- Productos lácteos
- Frijoles, legumbres
- Verduras con almidón



- Carnes
- Lácteos
- Frutos secos
- Aceites vegetales.



- Carnes
- leche
- pescado
- huevos.



Bibliografía

<https://el.portalacademico.cch.unam.mx/alumno/biologiaI/unidadI/biomoleculas/funcionescarbohidratos>