



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

Función

- Proporcionar energía
- Hormonal
- defensiva

Clasificación

- Monosacáridos
- Disacáridos y
- Polisacáridos

10 y 35 %

4 kcal

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



Lípidos

Función

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

Clasificación

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

15 y 20 %

9 kcal

- Carnes
- Lácteos
- Frutos secos
- Aceites vegetales.



Proteínas

Función

- Estructural
- Hormonal
- Digestiva

Clasificación

- Proteínas simples
- Conjugadas
- Derivadas

10 y 35

4 kcal

- Carnes
- leche
- pescado
- huevos.



Requerimiento

Aportación en 1 Gr

fuentes

Bibliografía

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