



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Nancy del Carmen Valencia Hernández

Nombre del tema: Macronutrientes

Parcial I

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Joanna Judith Casanova Ortiz

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3er

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas | 4 de Mayo del 2023

MACRONUTRIENTES

Los macronutrientes son nutrientes que se consumen en cantidades relativamente grandes, como las proteínas, los hidratos de carbono simples y complejos, y las grasas y ácidos grasos.

CARDOHIDRATOS

Son una importante fuente de energía en la dieta, en la que suponen aproximadamente la mitad de las calorías totales.

Algunas de sus Funciones:

1. Energética
2. Almacenamiento
3. Glucoproteínas

1gr proporciona 4 kcal.

Clasificación

- Monosacáridos
- Disacáridos y oligosacáridos
- Polisacáridos

Todos los vegetales tienen hidratos de carbono, son poco abundantes en los alimentos de origen animal, excepto en la leche.

LIPIDOS

Las grasas y los lípidos constituyen aproximadamente el 34% de la energía de la dieta humana. Los lípidos incluyen un grupo heterogéneo de compuestos que se caracterizan por su insolubilidad en agua.

Algunas de sus Funciones:

1. conservando el calor corporal.
2. Función estructural
3. Reserva de agua
4. Producción de calor

1gr proporciona 9 kcal

Clasificación

- Lípidos simples
- Lípidos compuestos
- Lípidos misceláneos

Lácteos
Aceites
Carnes
Alimentos horneados

PROTEINAS

Las proteínas difieren molecularmente de los hidratos de carbono y de los lípidos en que contienen nitrógeno. Las proteínas están formadas por aminoácidos unidos entre sí por enlaces peptídicos.

Algunas de sus Funciones:

1. enzimas
2. hormonas
3. proteínas de transporte e inmunoproteínas

1gr contienen 4 kcal.

Clasificación

- Hetero proteínas
- Escleroproteínas
- Proteínas estructurales
- Proteínas transportadoras

En todos los alimentos de origen animal y vegetales, cereales, frutos secos, etc.

Referencia

- [7e0aaa5ea8b55a9c9d925e3650300132.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/7e0aaa5ea8b55a9c9d925e3650300132.pdf)
- [Nutrición Clínica \(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/Nutrici%C3%B3n_Cl%C3%ADnica)