



Mi Universidad

Super nota

Nombre del Alumno: Mariana Itzel Hernández Aguilar

Nombre del tema: Nutrición clínica

Parcial: Unidad I

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3er Cuatrimestre

1.1 CONCEPTOS GENERALES

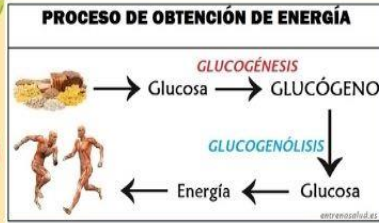
Nutrición

Proceso mediante el cual un organismo ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y elimina sustancias, así como intercambia materia y energía con su medio ambiente.



Energía

El ser humano utiliza la energía que proviene de los alimentos en diversos procesos



Recomendaciones

Representa una cifra colectiva y es el resultado de un cálculo estadístico que ha sido recomendado por nutricionista.



Requerimiento:

Es la cantidad mínima que un individuo necesita ingerir de un nutrimento para mantener una correcta nutrición.



Inocuidad

Los alimentos pueden tener sustancias nocivas provenientes del mismo metabolismo de la especie o contaminantes accidentales que dependerá conforme lo ingerido.

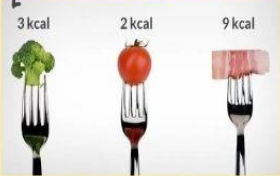


Atractivo sensorial



Kilocaloría

Es una unidad energética que equivale a 1000 calorías



Dieta

Se define como dieta a todos los alimentos que se ingieren en un día



Contenido nutrimental

Contener por lo menos un nutrimento, apreciables en cantidades.



Nutrimento

Es cualquier sustancia que realiza una función en el organismo y es ingerida en la dieta.



Alimento

Sustancia que tiene la propiedad de proporcionar los nutrientes y la energía necesarios para que un organismo cumpla sus funciones básicas



1.2 MACRONUTRIENTES

Hidratos de carbono

Los hidratos de carbono son sintetizados por las plantas y son una importante fuente de energía en la dieta, en la que suponen aproximadamente la mitad de las calorías totales.



Compuesto por:

Están formados por carbono, hidrógeno y oxígeno en proporción C:O:H2

Clasificación

- 1) Monosacáridos
- 2) Disacáridos y oligosacáridos
- 3) Polisacáridos



Monosacáridos

Más importantes de la dieta humana son: glucosa, galactosa y fructosa

- Glucosa (Sorbitol, forma de alcohol de la glucosa)
- Fructosa
- Galactosa
- Manosa (Manitol, forma de alcohol de la glucosa)
- Ribosa
- Xilosa (Xilitol, forma de alcohol de la glucosa)
- Arabinosa



Disacáridos y oligosacáridos

Más importantes en nutrición humana son sacarosa, lactosa y maltosa.



- Sucrosa
- Lactosa
- Lactulosa
- Maltosa y Maltotriosa
- Trehalosa

Polisacáridos

Almidón y dextrinas

Glucógeno

Almidón

Glucógeno

Celulosa

Quitina



1.2 MACRONUTRIENTES

Lípidos



Compuesto por:

C, H y O. También N y P.



Funciones

- Reserva energética
- Reserva de agua
- Aislamiento térmico
- Transmisor de impulsos nerviosos
- Emisión de señales
- Protección mecánica
- Estructural



Las grasas y los lípidos constituyen aproximadamente el 34% de la energía de la dieta humana. Como la grasa es rica en energía y proporciona 9 kcal/g de energía, los seres humanos son capaces de obtener energía suficiente con un consumo diario razonable de alimentos que contengan grasa.



Clasificación



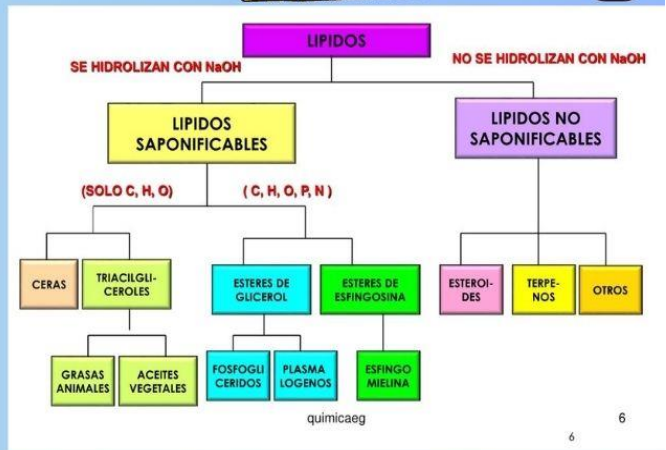
Importancia



La grasa de la dieta es esencial para la digestión, absorción y transporte de las vitaminas liposolubles y de productos fitoquímicos, como los carotenoides y los licopenos.



Al contrario que los hidratos de carbono, los lípidos no son polímeros, sino moléculas pequeñas que se extraen de los tejidos animales y vegetales.



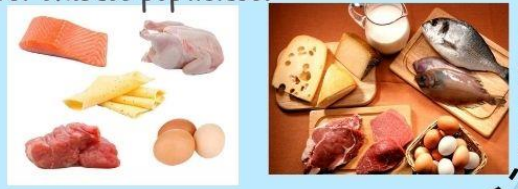
1.2 MACRONUTRIENTES

Proteínas



Compuesto por:

Formados por aminoácidos unidos entre sí por enlaces peptídicos.



Mientras que la estructura de las plantas está formada principalmente por hidratos de carbono, la estructura corporal de los seres humanos y de los animales se basa en las proteínas.

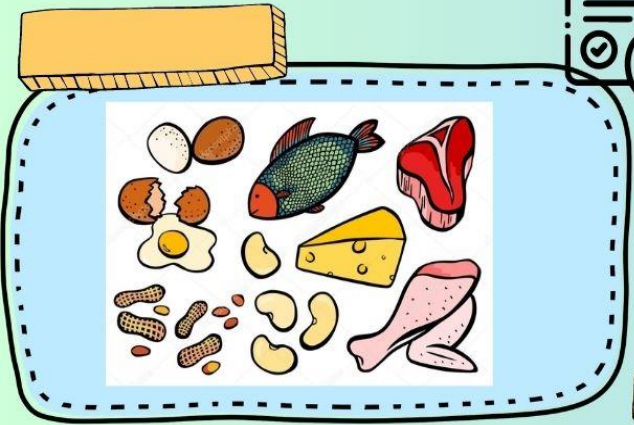


Funciones

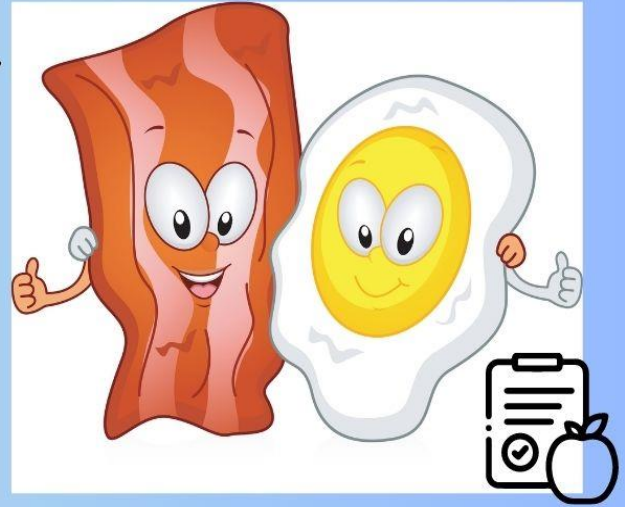
- Proteínas estructurales
- Enzimas
- Hormonas
- Proteínas de transporte
- Inmunoproteínas

© www.botanical-online.com

 Función estructural Colágeno	 Función movimiento Actina y miosina	 Función inmune Células defensivas
 Función hormonal Hormona del crecimiento	 Función digestiva Enzimas digestivas	 Transporte nutrientes Hemoglobina



La capacidad de sintetizar las proteínas adecuadas para el cuerpo depende de la disponibilidad de todos los aminoácidos necesarios. Por tanto, la calidad de las proteínas de la dieta depende de su composición en aminoácidos y de la biodisponibilidad de estos aminoácidos.



“Bibliografía”

-Antología UDS, Nutrición clínica (2023), Url: [NUTRICION CLINICA.pdf](#)