



Nombre del Alumno: Angie Celeste Aguirre Cruz .

Nombre del tema: Lípidos

Parcial: 4°.

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: Beatriz López López

Nombre de la Licenciatura: enfermería.

Cuatrimestre: 1°.

Lugar y Fecha de elaboración: Teapa, Tabasco; a 3 de diciembre del 2023

LIPIDOS

Grasa, sustancia orgánica insoluble en agua que se encuentra en el tejido adiposo y en otras partes del cuerpo de los animales, así como en los vegetales, especialmente en las semillas de ciertas plantas; está constituida por una mezcla de ácidos grasos y ésteres de glicerina y sirve como reserva de energía.



Se clasifican:



- Saponificables. Son lípidos que pueden hidrolizarse porque tienen enlaces de éster. Se dividen en simples, complejos y ácidos grasos. Según el número de ácidos grasos, se distinguen los monoglicéridos, los diglicéridos y los triglicéridos.
- No saponificables. Son lípidos que no pueden hidrolizarse por no presentar enlaces éster. Comprende los esteroides, eicosanoides y los isoprenoides.

Funciones:

1. ***Almacenamiento de energía:*** Los triglicéridos, presentes en el tejido adiposo, actúan como una reserva de energía que el cuerpo puede utilizar cuando sea necesario.
2. ***Componentes estructurales:*** Los fosfolípidos y esfingolípidos forman parte de las membranas celulares.
3. ***Aislamiento térmico:*** La grasa subcutánea ayuda a aislar el cuerpo, contribuyendo a mantener la temperatura corporal.
4. ***Protección de órganos:*** Las capas de grasa alrededor de ciertos órganos, como los riñones, brindan protección contra impactos.
5. ***Transporte de nutrientes:*** Los lípidos transportan vitaminas liposolubles (A, D, E, K) y otros compuestos que no son solubles en agua a través del torrente sanguíneo.
6. ***Señalización celular:*** Algunos lípidos, como los eicosanoides, actúan como mensajeros químicos que regulan procesos fisiológicos y respuestas inflamatorias.



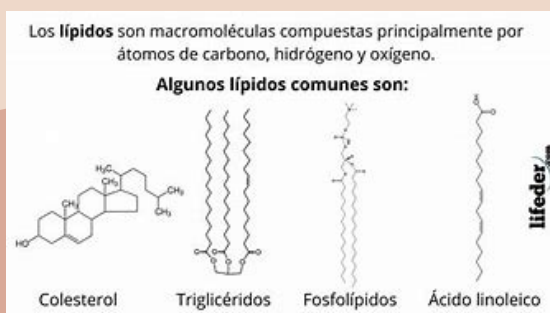
Categorías:

Ácidos grasos: Componentes básicos de muchos lípidos, formados por cadenas de carbono y grupos funcionales.

Triglicéridos: Almacenan energía en células adiposas y consisten en tres ácidos grasos unidos a una molécula de glicerol.

Fosfolípidos: Constituyen las membranas celulares y tienen una cabeza hidrofílica y colas hidrofóbicas.

Esteroides: Incluyen hormonas esteroideas (como el colesterol y las hormonas sexuales) y son esenciales para funciones biológicas.



Consejos saludables:

1. Grasas saludables
2. Controla las porciones
3. Variedad de fuentes
4. Limita grasas saturadas y trans
5. Omega-3.
6. Coccción saludable
7. Leer etiquetas

