

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ALUMNO: IRVIN PATRICIO GORDILLO GARCÍA

**NOMBRE DEL ASESOR: SERGIO CHONG
VELAZQUEZ**

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO SINOPTICO
“MINERALES”**

ASIGNATURA: BIOQUIMICA

GRADO: LICENCIATURA

GRUPO: 1er CUATRIMESTRE “A”

3 de diciembre del 2023, Tapachula, Chiapas

MINERALES

¿QUÉ SON?

Los minerales son los elementos naturales no orgánicos que representan entre el 4 y el 5 por ciento del peso corporal del organismo y que están clasificados en macrominerales y oligoelementos. El ser humano los necesita para mantener el buen funcionamiento del cuerpo y garantizar, entre otros, la formación de los huesos, la regulación del ritmo cardiaco y la producción de las hormonas.

CLASIFICACIÓN DE LOS MINERALES

Macrominerales

En la dieta normal, los macrominerales son aquellos que el organismo necesita en cantidades más grandes.

- Calcio
- Fósforo
- Magnesio
- Potasio
- Azufre
- Cloro
- Sodio

Oligoelementos

Estos son los minerales que el organismo sólo requiere en pequeñas cantidades.

- Hierro
- Manganeso
- Cobre
- Selenio
- Yodo
- Cobalto
- Zinc
- Flúor

FUNCIÓN

Formación del esqueleto y mantenimiento, incluyendo la formación de huesos y dientes.

Energía, incluyendo las minerales que forman parte de enzimas y otros componentes del cuerpo, esenciales para producción de energía y para otras actividades necesarias para el normal crecimiento y reproducción.

Producción de leche.

Funciones básicas del cuerpo como por ejemplo sistema nervioso. regulación osmótica.

LINKOGRAFIA

- <https://medlineplus.gov/spanish/minerals.html>
- [https://www.sgm.gob.mx/Web/MuseoVirtual/Minerales/Lo
s-minerales.html](https://www.sgm.gob.mx/Web/MuseoVirtual/Minerales/Lo
s-minerales.html)
- [https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/m
inerales.html](https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/m
inerales.html)
- [file:///C:/Users/HP%20RED/AppData/Local/Microsoft/Win
dows/INetCache/IE/1FBRLQPL/MINERALES\[1\].pdf](file:///C:/Users/HP%20RED/AppData/Local/Microsoft/Win
dows/INetCache/IE/1FBRLQPL/MINERALES[1].pdf)