

**NUTRICIÓN Y MEDICINA
ALTERNATIVA**

**ALUMNA: YADIRA GUADALUPE
MORALES RAMÍREZ.**

**ESCUELA. UNIVERSIDAD DEL
SURESTE "UDS".**

**CATEDRÁTICA. JULIBETH
MARTINEZ GUILLÉN**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD.
SÚPER NOTA**

**QUINTO CUATRIMESTRE, GRUPO
A.**

**LUGAR Y FECHA. COMITÁN DE
DOMÍNGUEZ, CHIAPAS. ENERO DE
2024.**

PROTEÍNAS

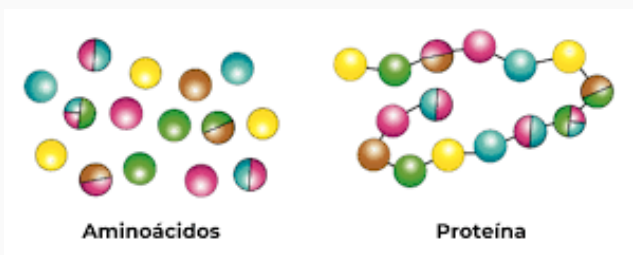
Presentes en todos los seres vivos



Esenciales de músculos, piel, cabello, huesos, etc.



Están conformadas por aminoácidos



Se puede obtener de origen animal



Se puede obtener de origen vegetal



Para incorporarlas en la alimentación se puede consumir:



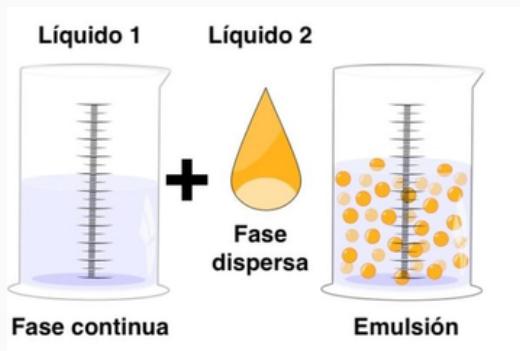
Las proteínas alimentarias son fácilmente digeribles



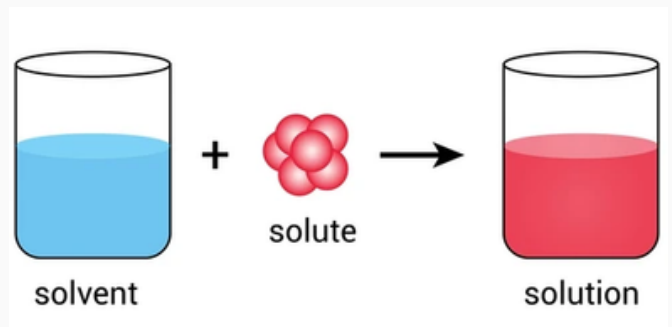
En niños, la carne, leche y huevo son esenciales



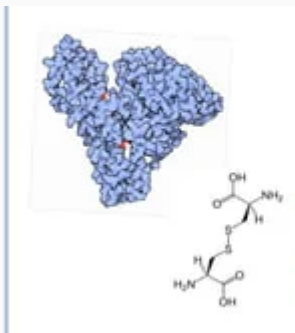
Emulsificación



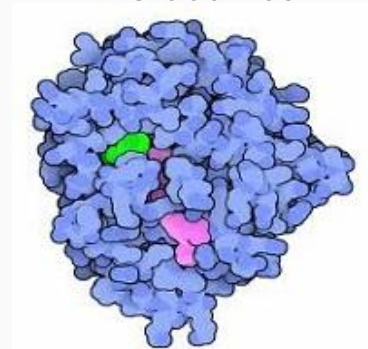
Solubilidad



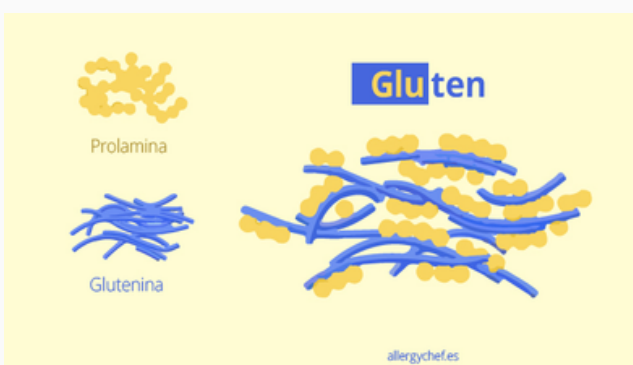
Albúminas



Globulinas



Glutelinas

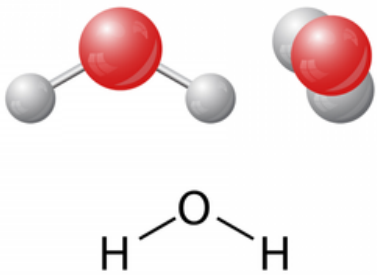


Aminoácidos se clasifican en:

Aminoácidos esenciales	Aminoácidos No esenciales
Isoleucina	Alanina
Leucina	Arginina
Lisina	Aspargina
Metionina	Ácido Aspártico
Fenilalanina	Cisteína
Treonina	Ácido Glutámico
Triptofano	Glicina
Valina	Prolina
Histidina (en niños)	Serina
	Tirosina
	Histidina (en adultos)

AGUA

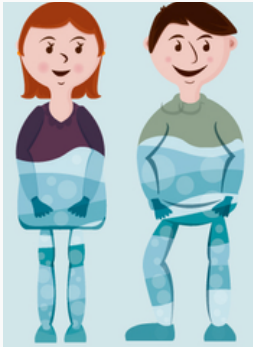
Es un compuesto orgánico constituido por 2 átomos de H y 1 de O



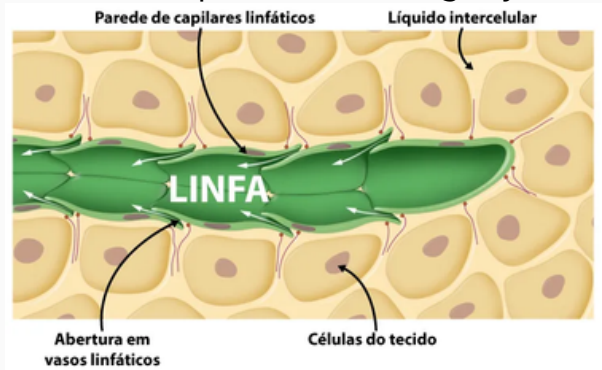
Sin ella no pueden llevarse a cabo transformaciones bioquímicas



Entre el 60 y 70% del cuerpo humano es agua



Sirve de transporte en la sangre y la linfa


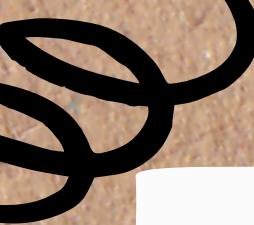


Regula la temperatura corporal



Una persona necesita aprox de 2,500 mL diarios





**BIBLIOGRAFÍA
ANTOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD
DEL SURESTE (UDS) DEL AÑO
2024 DE NUTRICIÓN Y
MEDICINA ALTERNATIVA. PAG.
35-37, 39, 41-42, 67-68
[HTTPS://SCIELO.ISCIII.ES/PDF/NH
/V21S2/ORIGINAL1.PDF](https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v21s2/original1.pdf) PAG.2**

