



Nombre de alumnas:

- Azeneth Isabel Najera Arguello
- María José Ruiz Meza

Nombre del profesor: Lic. Alejandra Torres López.

Nombre del trabajo: Protocolo de tesis.

Materia: Seminario de Tesis.

Grado: 8° Cuatrimestre.

Parcial: 2.

Grupo: LNU17EMC0121- A

Comitán de Domínguez Chiapas, a 09 de Febrero de 2024.

CAPITULO I

PROTOCOLO DE LA INVESTIGACIÓN

1. PLANTEAMIENTO DE PROBLEMA

Desde que la humanidad comenzó a acumular y a guardar sus alimentos, y posteriormente a comercializarlos, las personas siempre han tenido que buscar la forma de protegerlos contra el deterioro y el enranciamiento de los mismos, ideando para ello diferentes métodos como: la refrigeración o el uso de aditivos para alargar su vida útil. Algunos de ellos han actuado como verdaderos antioxidantes en la alimentación.

Según la OMS los antioxidantes son compuestos químicos que interactúan con los radicales libres y los neutralizan, lo que les impide causar daño. El cuerpo produce algunos de los antioxidantes que usa para neutralizar los radicales libres. Un antioxidante es una sustancia que forma parte de los alimentos de consumo cotidiano y que puede prevenir los efectos adversos de especies reactivas sobre las funciones fisiológicas normales en los humanos.

En el organismo existe un equilibrio entre las especies reactivas del oxígeno y los sistemas de defensas antioxidantes. Cuando dicho equilibrio se ve alterado o descompensado a favor de aquellas, se produce el denominado estrés oxidativo, lo que significa que el estrés se puede desencadenar por radiación solar, respuestas inflamatorias e inmunológicas, alcoholismo, tabaquismo, déficit de vitaminas y otros factores.

Es importante que los antioxidantes estén presentes en los alimentos ya que nos aportan las herramientas necesarias para disminuir el estrés oxidativo, así las vitaminas y minerales antioxidantes neutralizan la oxidación celular, ya que detiene el daño en los tejidos y ayudan a prevenir la aparición de las enfermedades relacionadas con la edad.

Las agresiones ambientales como los rayos UV, la contaminación y radiación infrarroja, provocan la formación de radicales libres. Éstos son moléculas altamente reactivas e inestables que dañan la piel y alteran su funcionamiento. Lo que provoca, con el tiempo, que aparezcan los signos prematuros del envejecimiento como son enrojecimiento, sequedad y textura áspera, líneas finas y arrugas, sensación de tirantez, aumento de sensibilidad a factores externos. Para combatirlos y mejorar el aspecto de la piel, se requiere de cuidados y productos que le proporcionen aquello que necesita, como los antioxidantes, pues estos neutralizan los radicales libres y estimulan la función auto reparadora de la piel.

1.2 PREGUNTAS DE INVESTIGACION

1. ¿Qué beneficios tiene los antioxidantes al organismo?
2. ¿Cómo afecta una mala alimentación para la absorción de los antioxidantes en la piel?
3. ¿Cuándo se debería comenzar a consumir más antioxidantes para evitar el envejecimiento prematuro?
4. ¿Por qué el envejecimiento se desarrolla más rápido en adultos?

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVOS GENERALES

1. Conocer los beneficios de los antioxidantes en la piel
2. Identificar como afecta la mala alimentación en la absorción de los antioxidantes
3. Demostrar la edad para comenzar a consumir más antioxidantes para prevenir el envejecimiento prematuro
4. Conocer los signos que presentan en el envejecimiento

1.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

1.

- Analizar que son los antioxidantes
- Explicar el uso adecuado de los antioxidantes en el envejecimiento

2.

- Conocer cómo se da la absorción de los antioxidantes
- Identificar el impacto que tienen los antioxidantes en la alimentación

3.

- Determinar algunos factores que influyen al envejecimiento
- Identificar qué efectos tiene el envejecimiento prematuro en la piel

4.

- Señalar los signos del envejecimiento en adultos
- Explicar que beneficios se obtienen en el envejecimiento con el uso de antioxidantes