



Proteínas, generalidades

ARREVILLAGA HERNÁNDEZ MAURICIO FIDEL

Ing. Arreola Jiménez Enrique Eduardo

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición

Bioquímica

Tapachula, Chiapas a 15 de Junio de 2024

PROTEINAS GENERALIDADES.

¿QUÉ SON Y QUÉ HACEN?

Las proteínas son moléculas grandes y complejas que desempeñan muchas funciones críticas en el cuerpo. Realizan la mayor parte del trabajo en las células y son necesarias para la estructura, función y regulación de los tejidos y órganos del cuerpo.

¿QUÉ LAS CONFORMAN?

Las proteínas están formadas por cientos o miles de unidades más pequeñas llamadas aminoácidos, que se unen entre sí en largas cadenas. Hay 20 tipos diferentes de aminoácidos que se pueden combinar para formar una proteína. La secuencia de aminoácidos determina la estructura tridimensional única de cada proteína y su función específica.

FUNCIONES

Las proteínas ayudan a “fabricar” células, tejidos, hormonas, enzimas, neurotransmisores, catalizadores y un largo etcétera. Además, fortalecen músculos, piel y huesos, realizan la mayor parte del trabajo celular, creando nuevas células y reparando las dañadas.

¿DÓNDE SE ENCUENTRAN?

Obtenemos proteínas de la carne, los productos lácteos, las nueces y algunos granos o guisantes. Las proteínas de la carne y otros productos animales son proteínas completas, es decir, suministran todos los aminoácidos que el cuerpo no puede producir por sí mismo.

<https://medlineplus.gov/spanish/genetica/entender/comofuncionangenes/proteina/#:~:text=Las%20prote%C3%ADnas%20son%20mol%C3%A9culas%20grandes,tejidos%20y%20%C3%B3rganos%20del%20cuerpo>

<https://www.cincos.es/proteinas-que-son-que-funciones-tienen-y-cuantas-necesitamos/#:~:text=Entre%20otras%20funciones%2C%20las%20prote%C3%ADnas,c%C3%A9lulas%20y%20reparando%20las%20da%C3%B1adas>