



NUTRIENTES

HERNÁNDEZ CHÁVEZ KEVIN FERNANDO

L.N. Jhoanna Leal López

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Licenciatura en Nutrición

Preparación y Conservación de Alimentos

Tapachula, Chiapas

19 de Septiembre de 2024

ALIMENTOS

¿Qué es un alimento?

Un alimento es una sustancia que se consume para proporcionar energía y nutrientes a un ser vivo, y que puede ser bruta, semielaborada o elaborada.



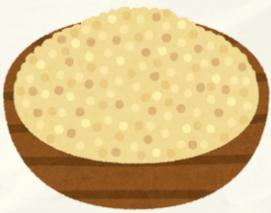
Nutrimento

Un nutrimento es una sustancia química que se encuentra en los alimentos y que el cuerpo utiliza para crecer y funcionar una vez este fue absorbido correctamente.



CHO

Los carbohidratos son moléculas de azúcar.



Lípidos



Los lípidos son un grupo heterogéneo de compuestos orgánicos divididos en en grasas o aceites, fosfolípidos y ésteres de colesterol.

Proteínas

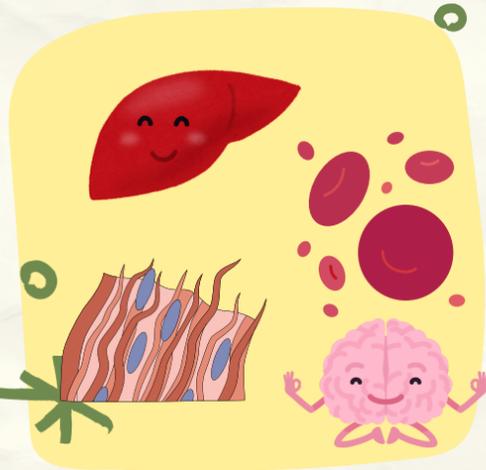


Las **proteínas** son macromoléculas formadas por unidades estructurales llamadas aminoácidos.

Órganos glucodependientes

Los órganos glucodependientes son aquellos que dependen principalmente de la glucosa como fuente de energía. Algunos de los órganos más glucodependientes del cuerpo humano incluyen:

- Hígado
- Cerebro
- Tejido medular
- Glóbulos rojos



Colágeno

El colágeno es la proteína mas abundante en el cuerpo y es uno de los materiales que forman el cartílago, los huesos y la piel.



Transporte de lipoproteínas

Las lipoproteínas transportan los lípidos, como los triglicéridos (TAG), en la sangre y por todo el cuerpo:

- Quilomicrones. Transportan los TAG desde el intestino a los tejidos vitales, como el corazón.
- Lipoproteínas de muy baja densidad (VLDL). Transportan los TAG desde el hígado a los tejidos periféricos, como el músculo esquelético.
- Lipoproteínas de baja densidad (LDL). Transportan el colesterol hacia las células.
- Lipoproteínas de alta densidad (HDL). Transportan el exceso de colesterol desde las células de vuelta al hígado.

