

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Mapa conceptual

TRABAJO



Nutrición en la actividad física y el deporte

MATERIA

Espinosa Méndes Luis Antonio.

ALUMNO

Luna Gutierrez Patricia del Rosario.

DOCENTE

7mo Cuatrimestre de nutrición.

CURSO

Tapachula, Chiapas; jueves 10 de Agosto del 2024

VIAS AEROBICAS Y ANAEROBICAS.

RESPIRACION CELULAR AERÓBICA.

Es un proceso complejo para la **obtención de energía** el cual consume glucosa a manera de combustible y oxígeno como receptor oxidante.

Este proceso **necesita oxígeno para la extracción de la glucosa** y da como resultado Dioxido de carbono, agua y adenosintrisfosfato. (CO₂, H₂O, ATP)

FERMENTACIÓN HETEROLACTICA

En este tipo de fermentación se **produce ácido láctico y otros compuestos** tales como ácidos acético y fórmico, dióxido de carbono y etanol.

De igual manera dicho proceso **tiene un rendimiento menor al de la fermentación homoláctica** y sus bacterias son heterofermentadoras.

RESPIRACIÓN CELULAR.

Es el conjunto de **reacciones bioquímicas** que tienen lugar en la mayoría de las células

METABOLISMO.

Es el conjunto de cambios químicos y biológicos que se producen en las células diseñados tales para la **obtención de energía.**

GLUCOLISIS

En esta etapa la **glucosa** se somete a una serie de **transformaciones químicas** para dar lugar a **2 moléculas de piruvato**

La glucolisis puede ser por **medio anaeróbico** y de ser así es un proceso llamado **fermentación**

FERMENTACION LACTICA.

Esta ruta metabólica anaeróbica ocurre en la **matriz citoplasmática** de la célula, la cual fermenta la glucosa con la que **obtiene energía.**

Este tipo de fermentación **produce desechos**, siendo el **ácido láctico** el principal. A diferencia de la **fermentación homoláctica** el cual el **producto final** es el anterior mencionado

RESPIRACIÓN CELULAR ANAERÓBICA.

Es un proceso complejo que **obtiene energía** a partir de una sustancia **sin necesidad de oxígeno**

Dicha sustancia es conocida como **lactato** el cual es un metabolito **producido** por los tejidos corporales en condiciones de **insuficiencia de oxígeno**

◦ BIBLIOGRAFÍA.

- Khan Academy . (sin fecha). <https://es.khanacademy.org/science/biology/cellular-respiration-and-fermentation/glycolysis/a/glycolysis#:~:text=En%20resumen%2C%20la%20gluc%C3%B3lisis%20convierte,de%20piruvato%20de%20tres%20carbonos.>
- Antología de la materia de nutrición deportiva extraída de la biblioteca en línea de la universidad del sureste campus Tapachula.
- Salcedo, M. (2024, 3 de octubre). *Glucólisis - Concepto, fases, funciones e importancia* . Concepto. <https://concepto.de/glucolisis/>