



Supernota.

Cinthy Anahi Vázquez Magaña.

• *Carbohidratos.*

Parcial I.

Bioquímica I.

IBQ. Beatriz López López.

Licenciatura en enfermería.

1° D

Pichucalco, Chiapas, México, 03 de Diciembre de 2024.

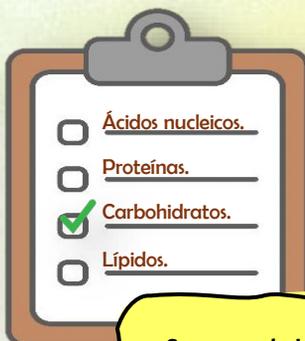


Carbohidratos.



¿Qué son?

Además de proteínas y lípidos (grasas), los carbohidratos (hidratos de carbono) son nutrientes que se encuentran en la mayoría de los alimentos.



Son una de las cuatro clases principales de **biomoléculas.**

Funciones:

- ✓ Proporcionar energía a todas las células.
- ✓ Brindan energía a todos los órganos del cuerpo, desde el cerebro hasta los músculos.
- ✓ Funcionan como un "combustible" rápido y fácil de obtener por parte del cuerpo humano.
- ✓ Intervienen reduciendo la fatiga y en la recuperación tras realizar alguna actividad física.
- ✓ Contribuyen con la formación de material genético, como ADN y ARN, y de diversos tejidos corporales.



¿Todos son iguales?

No, existen formas diferentes, las cuales varían dependiendo de su estructura química.

Carbohidratos complejos.

Nos dan energía, la respuesta de insulina es menor y se absorben lentamente en el intestino y contienen fibra.



Carbohidratos simples.

También llamados azúcares simples. Son aquellos que se absorben rápidamente, tienen mayor carga glucémica por lo que la respuesta de la insulina es mayor.



Clasificación.

Se clasifican de acuerdo a su función y su estructura química en cuatro tipos:

1

Monosacáridos.

Los azúcares más simples.

- Glucosa.
- Fructosa.
- Galactosa.



2

Disacáridos.

Formado por 2 monosacáridos.

- Sacarosa (azúcar de mesa).
- Lactosa.
- Maltosa.



3

Oligosacáridos.

Contienen de 10 hasta 15 monosacáridos.

- Fructooligosacáridos (FOS).
- Maltooligosacáridos (MOS).



4

Polisacáridos.

Son polímeros de decenas a miles de unidades.

- Almidón.
- Glicógeno (almidón animal).
- Celulosa.



Fuentes bibliográficas.



- Carbohidratos: MedlinePlus enciclopedia médica. (s. f.). <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002469.htm>
- uDocz. (2024). Carbohidratos. uDocz. https://www.udocz.com/apuntes/417137/carbohidratos?shared_by=4239589
- Siegfried Rhein - ¿Qué son los carbohidratos? (s. f.). <https://siegfried.com.mx/que-son-los-carbohidratos>