



Super Nota

Nombre del Alumno: Yared Hernández Acosta

Nombre del tema: Carbohidratos

Parcial Modulo 2

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: IBQ. Beatriz López López

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 1ª

CARBOHIDRATOS

Los carbohidratos son biomoléculas que llevan nombres como hidratos de carbono, glúcidos, azúcares o sacáridos.

- Son compuestos que contienen carbono, hidrogeno y oxígeno.
- Son solubles en agua y tienen su origen en la fotosíntesis.



FUNCIONES:

- Fuente de producción energética en células.



- Son utilizados como fuente de energía para el cuerpo.

- Permiten el metabolismo de las grasas.

- Reserva glucogeno-almidos.

CLASIFICACIÓN

SIMPLES:/ AZÚCARES

Proporcionan Kcal vacías que no aportan nutriente (solo energía).



Monosacáridos (Azúcar simple):

- Principal fuente de combustible para el organismo.
- Es un grupo funcional (Aldosas: grupo aldehído. Cetosas: cetona).
- Pueden ser usados en biosíntesis o anabolismo.

Glucosa: frutas, papas, cebollas

Fructuosa: miel y jugo de frutas.

Galactosa: azúcar de la leche.

COMPLEJOS:

Aportan energía, fibra, proteína, vitaminas y minerales.

Disacáridos (2 monosacáridos unidos):

Se convierten en monosacárido para ser absorbidos en tracto digestivo.

Sacarosa: azúcar de mesa, caña de azúcar, zanahorias y piña.

Lactosa: leche humana animal

Maltosa: semillas germinadas.



Polisacáridos (larga cadena de monosacáridos):

Carbohidratos mas complejos, insolubles en agua y los seres humanos solo pueden usar pocos para energía.

Almidón: granos de cereales, raíces comestibles de patatas y yuca.

Glucógeno: "almidón animal" presente en músculos e hígado.

Dentro del cuerpo se encarga de:

Contribuir en el almacenamiento y en la obtención de energía de forma inmediata, sobre todo al cerebro y al sistema nervioso.

Los carbohidratos en la dieta humana están sobre todo en forma de almidones y diversos azúcares.



Necesitamos carbohidratos para:



1. Obtener energía
2. Transportar vitaminas y minerales
3. Proporcionar fibra para la saciedad y regularidad digestiva.
4. Mejorar la salud intestinal
5. Ayuda a la función cognitiva



BIBLIOGRAFIA

- American Diabetes Association
<https://diabetes.org/espanol/informate-sobre-los-carbohidratos>.
- Siegfried Rhein (1 de julio-2023): <https://siegfried.com.mx/que-son-los-carbohidratos>.
- https://www.google.com/url?sa=i&url=https%3A%2F%2Fwww.udocz.com%2Fapuntes%2F232010%2Fgeneralidades-cho&psig=AOvVaw3q__HJkWjuBTidUChrrUva&ust=1733367479523000&source=images&cd=vfe&opi=89978449&ved=0CBcQjhxqFwoTClidxpmPjYoDFQAAAAAdAAAAABAK