

# CARBOHIDRATOS EN EL ORGANISMO

## SIRVE PARA

PRINCIPAL FUENTE DE ENERGIA PARA LAS CELULAS, TEJIDOS Y ORGANOS DEL CUERPO.

## POR MEDIO DE

DIGESTION EN LA BOCA  
DIGESTION EN EL INTESTINO DELGADO  
ABSORCION  
METABOLISMO

## SE CARACTERIZA POR

RESERVACION DE ENERGETICA  
REGULACION DEL MATABOLISMO, LA GLUCOSA QUE ES NECESARIA PARA EL CEREBRO.  
EN LA ESTRUCTURA CELULAR  
BALANCE DE AZUCAR EN LA SANGRE  
FUNCION DIGESTIVO  
TAMBIEN COMO PRECURSORES ESENCIALES COMO LOS ACIDOS NUCLEICOS (ADN Y ARN)

## DEBE SER

Debe ser de calidad rica en nutrientes  
Ricos en fibra  
Moderados en azucares simples

## SIEMPRE DENTRO DE

No siempre debe estar en grandes cantidades en el organismo, tiene que tener prevención de cetosis, reserva de glucógeno.

## REFERENCIAS

Ramírez-Pérez, A. H., & Dios, S. E. B. (2010). Metabolismo De Carbohidratos, Lípidos Y Proteínas. *Nut. Ani. Bioquímica*, 2(12), 9.

Blanco-Metzler, A., Tovar, J., & Fernández-Piedra, M. (2004). Caracterización nutricional de los carbohidratos y composición centesimal de raíces y tubérculos tropicales cocidos, cultivados en Costa Rica. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 54(3), 322-327.

Jiménez, V. M., & Guevara, E. (1996). Regeneración in vitro mediante embryogenesis somática de variedades de cítricos. II. Efecto del plateo de suspensiones celulares en medio de cultivo con diferentes carbohidratos sobre la inducción de embriones. *Agronomía Costarricense*, 20(1), 9-16.