



## Mapa conceptual

Nombre del Alumno: *Jeniffer Lizbeth Cruz Gómez*

Nombre del tema: *Carbohidratos*

Parcial: *II*

Nombre de la Materia: *Bioquímica*

Nombre del profesor: *Aldrin de Jesús Maldonado Velasco*

Nombre de la Licenciatura: *Enfermería*

Cuatrimestre: *I*

*Comitente de Domínguez chis. 10/10/24*

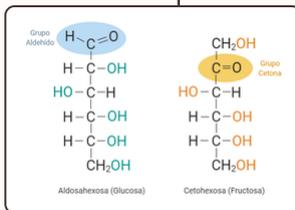
# CARBOHIDRATOS

## ¿Qué son?

Son la fuente principal de energía rápida

Se caracteriza por:

Poseen varios grupos hidroxilo (-OH) unidos al esqueleto, formado por los otros átomos de carbono.



Más características

1. Sus enlaces químicos son covalentes y no se rompen fácilmente.
2. Son moléculas que almacenan mucha energía.
3. Son las moléculas orgánicas más abundantes del planeta.
4. Son una parte fundamental de los seres vivos.
5. El organismo solo utiliza carbohidratos para almacenar energía por cortos periodos de tiempo.

## Importancia

Es muy importante para cumplir varias funciones en el cuerpo como lo son:

1. Proporcionar energía: principal fuente de energía especialmente para el cerebro y músculos.
2. Regulan el metabolismo de las grasas y proteínas.
3. Contribuyen a la salud digestiva: carbohidratos complejos como la fibra, ayudan a mantener la salud digestiva en buen estado y prevenir problemas de estreñimiento

5. Ayudan al funcionamiento del SN: el cerebro como ya lo habíamos mencionado depende de los carbohidratos para funcionar correctamente ya que este va de la mano con el SNC .

6. Forman parte de los tejidos del organismo como el tejido conectivo o el tejido nervioso y de moléculas tan importantes como el ADN o el ATP (es la única que al final se puede convertir directamente en energía).

## **BIBLIOGRAFÍA**

- De proteínas y lípidos, A., & de los alimentos., L. C. S. N. Q. se E. en la M. (s/f). ¿Qué son los carbohidratos? Org.mx [https://endocrinologia.org.mx/pdf\\_pacientes/22\\_Recomendaciones\\_alimentacion\\_saludable.pdf](https://endocrinologia.org.mx/pdf_pacientes/22_Recomendaciones_alimentacion_saludable.pdf)
- Macronutrientes: carbohidratos, grasas y proteínas. (s/f). Fao.org. <https://www.fao.org/4/w0073s/w0073sod.htm>
- EagleAdmin. (2016). Hidratos de Carbono. <https://fundaciondelcorazon.com/nutricion/nutrientes/806-hidratos-de-carbono.html>
- Múgica, J. R. E., Velázquez, C. A. L., Montes, A. S., Cervantes, K. L. M., & Trejo, R. G. (s/f). Carbohidratos: Características Químicas y Clasificación. Unidades de Apoyo para el Aprendizaje - CUAIEED - UNAM. [https://repositorio-uapa.cuaieed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2564/mod\\_resource/content/4/UAPA-Carbohidratos-Caracteristicas-Quimicas-Clasificacion/index.html](https://repositorio-uapa.cuaieed.unam.mx/repositorio/moodle/pluginfile.php/2564/mod_resource/content/4/UAPA-Carbohidratos-Caracteristicas-Quimicas-Clasificacion/index.html)