



Mapa conceptual

Nombre del Alumno: Yenifer Liliana Salgado Barajas

Nombre del tema: Lípidos

Parcial: Tres

Nombre de la Materia: Bioquímica

Nombre del profesor: Aldrin de Jesús Maldonado Velasco

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería

Cuatrimestre: Uno

Comitán de Domínguez Chiapas a 03 de noviembre de 2024

LIPIDOS

Definición

Compuestos orgánicos no polarizados, insolubles en agua.

Clasificación

ACIDOS GRASOS SATURADOS (INSOSTENIBLES)

- Animales: grasa láctea, carne roja
- Vegetales: aceite de coco, aceite de palma

Riesgos:

- *Aumentan el colesterol LDL
- *Incrementan riesgo cardiovascular

ACIDOS GRASOS INSATURADOS (SOSTENIBLES)

- Monoinsaturados: aceite de oliva, aguacate
- Poliinsaturados: aceite de pescado, nueces

Beneficios:

- *Reducen el colesterol LDL
- *Previenen enfermedades cardiacas

Funciones

Reserva energética, estructura celular, hormonas, absorción de vitaminas.