



USC

Mi Universidad

Nombre del Alumno: Yamilet Natividad Zúñiga Arguello.

Nombre del tema: Mapa conceptual.

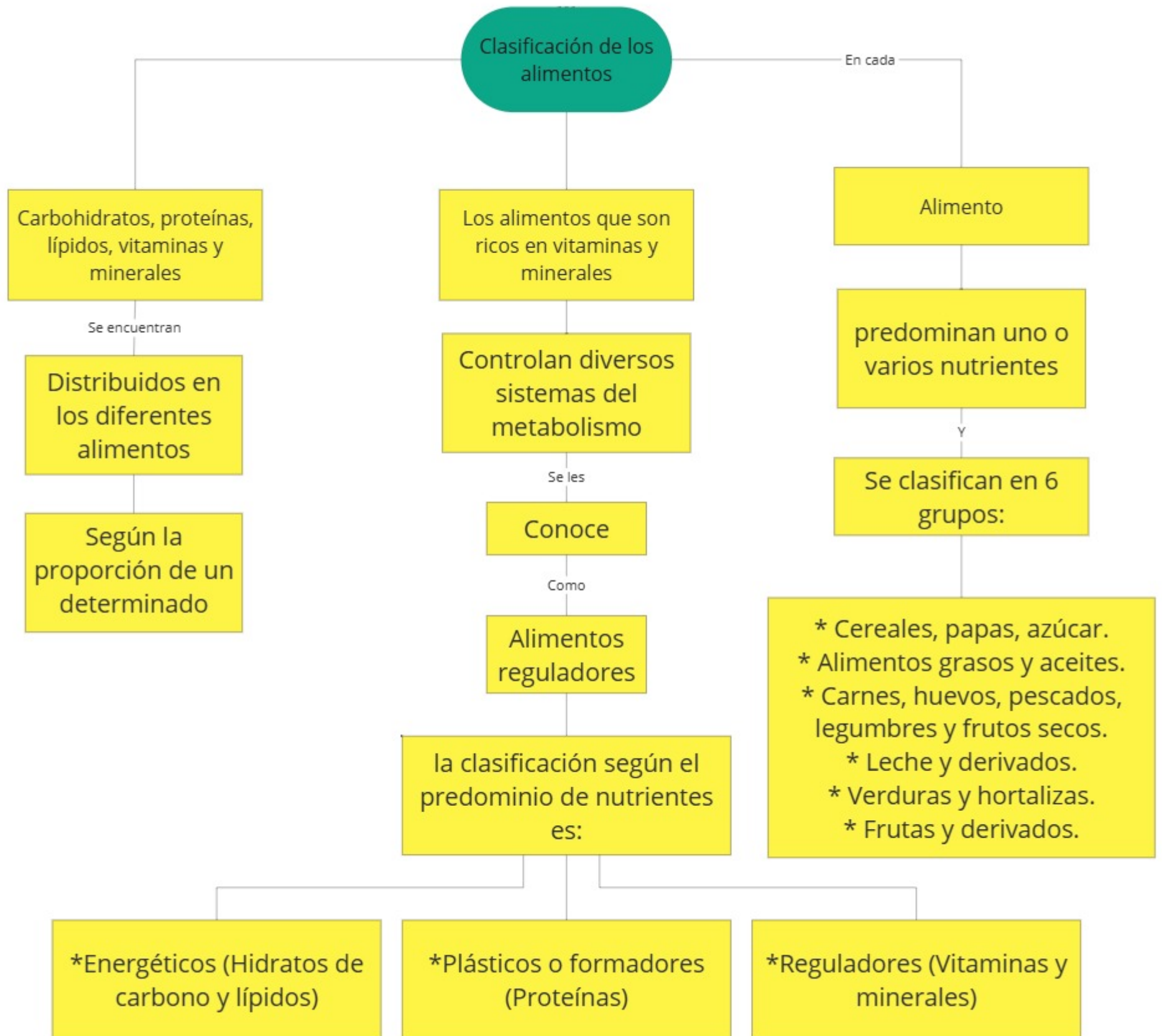
Parcial: II

Nombre de la Materia: Introducción a la nutrición.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Nombre de la Licenciatura: Nutrición.

Cuatrimestre: I er cuatrimestre.



Los alimentos y su composición

Varía ampliamente

Depende

De factores

Como

Variedad de las plantas y animales

Condiciones de alimentación animal

Tipo de cultivo y fertilización

En algunos alimentos, varía su frescura, el tiempo y características de almacenamiento, etc.

Los

Alimentos

Proporcionan

Energía

Y

Nutrientes necesarios

Para

Llevar a cabo:

Funciones corporales

Buena salud

Realizar las actividades cotidianas

Los

Alimentos

Están

Formados

En su

Mayor parte

Por

Compuestos bioquímicos comestibles

Que derivan

Principalmente

De

Fuentes vivas

Como:

Plantas y animales

Sal

Agua

Clasificación de nutrientes

Deben

Satisfacerse

Tres tipos de necesidades

*Energéticas

*Estructurales

*Funcionales y reguladoras

Macronutrientes

En

Nutrición

Los

Macronutrientes

Son

Aquellos

Que

Suministran

La

Mayor parte

De la

Energía metabólica

Del

Cuerpo

Hidratos de carbono

También

Llamados

Carbohidratos o glúcidos

Su

Función más importante

Es la de

Ser la primera fuente

De

Energía

Para

Nuestro

Organismo

Aportando

Aproximadamente 4 kcal por cada gramo

