

NUTRIENTES

Eduardo Lopez Del Carpio

LIC. EN NUTRICIÓN

Lic.Luna Gutierrez Patricia Del Rosario

Tapachula Chiapas 29/03/25

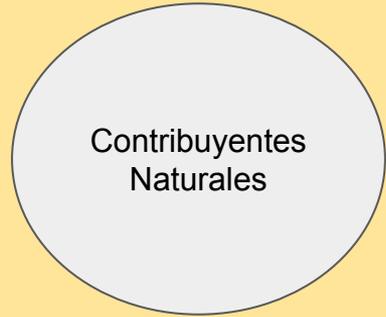


Los podemos encontrar de dos formas hidrosoluble y liposoluble su funcionamiento y puede prevenir enfermedades por la falta de vitaminas como anemia

Los podemos encontrar como micronutriente que conforman una parte de los alimentos y su deficiencia puede causar enfermedad igual que su exceso



Minerales : Son nutrientes esenciales para el cuerpo que nos aporta en la formación de los huesos y células sanguíneas



Vitaminas : son esenciales para nuestro organismos ayudándonos a un trabajo más esencial . son un grupo de sustancia esenciales para el desarrollo y crecimiento

Pigmento: Los pigmentos naturales son sustancia que se encuentra en frutas , animales , plantas , para darles color textura y durabilidad a los alimentos

Industrial : son sustancia que se utiliza para dar color a través de pintura , resinas y otros productos y pueden ser más dañinos provocando cáncer u otras enfermedades



INFOGRAFÍA

VITAMINAS :

<https://www.ucm.es/data/cont/docs/458-2013-07-24-cap-11-vitaminas.pdf4>

MINERALES :

<https://www.gob.mx/salud/articulos/los-minerales-en-la-dieta-diaria>