



Cuadro Sinóptico

Nombre del alumno (a): José Manuel Álvarez Camacho.

Nombre del tema: Macronutrientes

Parcial: II.

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor: Lic. Joanna Judith Casanova Ortiz

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en enfermería.

Cuatrimestre: 3ro

Pichucalco, Chiapas a 15 de julio del 2025

Macronutrientes

Hidratos de carbono
50-70% del VCT
1 gr - 4 kcal

Clasificación

- Complejos
- Simples

Funciones

- tienen un efecto ahorrador de energía.
- Da sabor escasamente dulce.
- hace que la absorción intestinal sea mas lenta.
- Dan energía por mas tiempo.
- Se digieren rápidamente.
- Proporciona una fuente rápida de energía.
- Aumenta los niveles de azúcar.

Fuentes

se encuentran en cereales, tubérculos, verduras, legumbres, frutas, leche y productos procesados como con azúcar añadida.

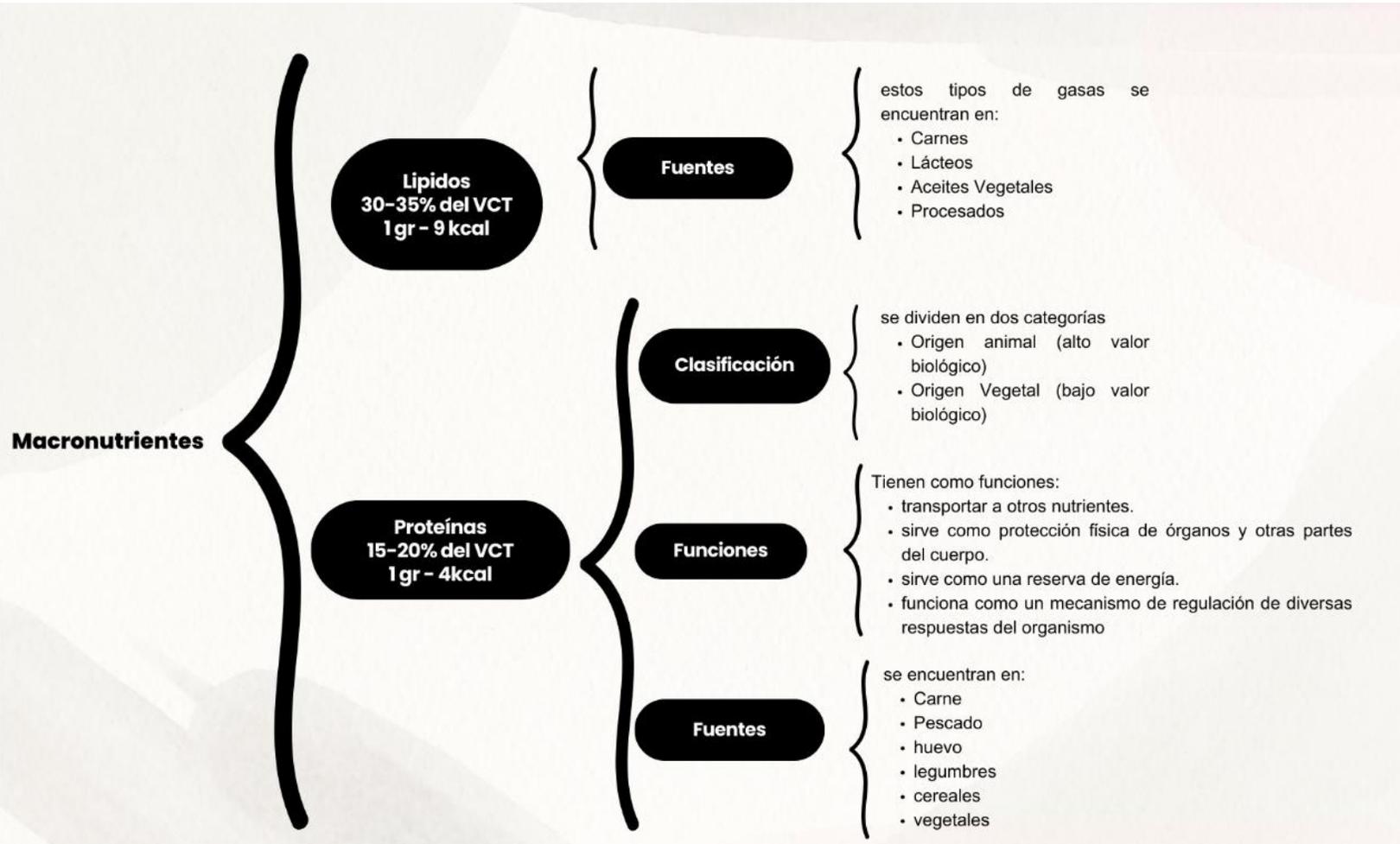
Lípidos
30-35% del VCT
1 gr - 9 kcal

Clasificación

- se dividen en tres categorías
- grasas saturadas.
 - Grasas insaturadas.
 - Grasas trans.

Funciones

- transportar a otros nutrientes.
- sirve como protección física de órganos y otras partes del cuerpo.
- sirve como una reserva de energía.
- funciona como un mecanismo de regulación de diversas respuestas del organismo.



Referencias

Alvarez, D. O. (2025). *Lipidos*. Argentina: Enciclopedia Conceptos.

Garriga, M. (2024). *Proteinas*. Madrid, España: FED.

Montangna, C. (2024). *Hidratos de Carbono*. Madrid España: FED.

Que son los llamados macronutrientes. (2016). Clinica RC.