MAPA CONCENTUAL

Nombre del Alumno: Adriana Guadalupe Mendoza Herrera

Nombre del tema: MACRONUTRIENTES.

Parcial: I

Nombre de la Materia: NUTRICION CLINICA

Nombre del profesor: JOANNA JUDITH CASANOVA ORTIZ

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre:3

MACRONUTIENTES

Son sustancias contenidas en los alimentos que son necesidades para vivir.

Carbohidratos

Biomoléculas formadas por carbono, hidrogeno y oxígeno.

lípidos

Biomoléculas compuestas por carbono e hidrogeno y en un bajo porcentaje compuestas por oxígeno.

Proteínas

Moléculas que forman los tejidos de nuestro cuerpo, transporte vitaminas y refuerzan nutrientes sistema inmune.

Funciones

Constituyen la principal fuente de energía del cuerpo y aportan 4 calorías por grano.

Ayudan a absorber vitaminas, mantienen la estructura y función de las membranas celulares y fortalecen el sistema inmunológico.

Son importantes para el crecimiento y la formación de tejidos, la catálisis de reacciones química y el transporte.

Fuentes

Proporcionan energía al organismo ejemplo: azucares, glúcidos e hidratos de carbono.

Son fuentes de energía y proteínas de órganos ejemplo: mantequilla y huevos.

Son compuestas por cadenas lineales de aminoácidos.

Aporte de caloría gramo.

Carbohidratos aporta 4 calorías

Lípidos aparta 9 calorías

Proteínas aportan igual q los carbohidratos 4 calorías

El valor calórico en porcentaje

Carbohidratos aportan un porcentaje de al menos un 55-60% de aporte calórico total

lípidos Se dice que no debe de superar el 30% de las calorías totales ingeridas

Proteínas 15% restante en una dieta.

Clasificación

Monosacáridos: azucares que no pueden ser hidrolizado en carbohidratos más simples.

Disacáridos: producen condensación de dos unidades de monosacáridos.

Oligosacáridos: 3 a 10 monosacáridos

Polisacáridos. 10 unidades de monosacáridos

Saponificables: poseen ácidos grasosos, se dividen en simples (acilglicéridos o grasa y céridos o ceras) y complejas (fosfolípidos, glucolípidos).

Insaponificables: no poseen ácidos grasos. se dividen en terpenos esteroides y prostaglandinas.

Holo proteínas: formando solamente por aminoácidos, hay 2 grupos filamentosas (colágeno, queratinas, elastinas, fibranas) y Globulares (proteínas, histonas, gluteninas, albuminas.)

Hetero proteínas: formado por un numero terminado de aminoácidos mas una parte no proteica. 5 grupos son glucoproteínas, hipoproteicas, cromoproteínas, nucleoproteínas y fosfoproteínas.

Bibliografía

https://www.wikibiologia.net>bioquimica-proteinas.

https://www.um.es.>lafem>nutricion.

Institutodyn.com