

Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Liliana Aguilar Díaz

Nombre del tema: Tóxicos naturales en los alimentos

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Toxicología de los alimentos

Nombre del profesor: Luz Elena Cervantes Monroy

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Tercero

TOXICOS NATURALES EN LOS ALIMENTOS

3.1 CLASIFICACIÓN DE LOS FACTORES TÓXICOS

Se clasifican por:
Origen: natural, agregado o accidental.
Efectos: muy tóxicos, corrosivos, irritantes o nocivos.
Vía de entrada: oral, dérmica, respiratoria, etc.



3.2 FACTORES ANTIFISIOLÓGICOS

Sustancias que dificultan la absorción de nutrientes (ej. fitatos, oxalatos). Se encuentran en cereales, legumbres y verduras.

3.3 PÉPTIDOS Y PROTEÍNAS TÓXICAS

Proteínas vegetales que interfieren con la digestión, como los inhibidores de tripsina en soya o cereales.

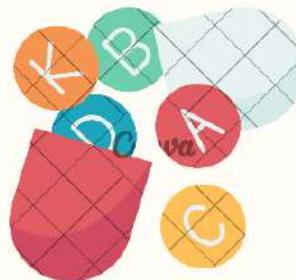


3.4 AMINOÁCIDOS TÓXICOS

Aminoácidos no esenciales que pueden causar daño o interferir en procesos celulares. Ej: canavanina, hipoglicina.

3.5 ANTIVITAMINAS

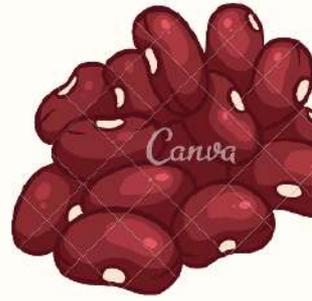
Compuestos que bloquean o destruyen vitaminas. Ej:
Avidina (bloquea biotina).
Tiaminasa (Inactiva B1).
Dicumarol (Interfiere con vitamina K).



TOXICOS NATURALES EN LOS ALIMENTOS

3.6 TÓXICOS EN ALIMENTOS DE ORIGEN VEGETAL

Algunos vegetales contienen compuestos que pueden ser dañinos si no se cocinan o manipulan adecuadamente (ej. frijoles crudos, alimentos con taninos o fibra en exceso).



3.6.1 METILXANTINAS (CAFEÍNA Y TEOBROMINA)

Estimulantes del sistema nervioso presentes en café, té y chocolate. En exceso causan insomnio, ansiedad y aumento de presión arterial.



3.6.2 COMPUESTOS FENÓLICOS

Responsables del color y sabor en frutas y verduras. En exceso, interfieren en la absorción de proteínas y minerales.



3.6.3 FITOESTRÓGENOS

Similares a los estrógenos humanos, están en soya, lino y alfalfa. Tienen efectos hormonales y antioxidantes.



3.6.4 SUSTANCIAS PSICOACTIVAS

Actúan sobre el sistema nervioso. Ej: alcohol, cafeína, nicotina, marihuana. Alteran emociones y conducta.



TOXICOS NATURALES EN LOS ALIMENTOS

3.7 TÓXICOS EN ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL

Algunos alimentos animales contienen sustancias tóxicas naturales. Se deben controlar temperatura y manejo para evitar intoxicaciones.



3.7.1 TOXINAS EN MARISCOS Y PECES

La histamina, en pescados mal refrigerados, puede causar náuseas, vómito y cefalea. Muy común en intoxicaciones por pescado.

3.7.2 TÓXICOS EN MIEL DE ABEJA

Puede contener sustancias tóxicas naturales provenientes de ciertas plantas. En niños pequeños se recomienda evitar su consumo.



3.7.3 TÓXICOS EN HUEVO, LECHE Y DERIVADOS

El huevo crudo contiene avidina (bloquea biotina). Leche y quesos pueden desarrollar toxinas si no se refrigeran bien.

