

Súper nota

enfermedades
cardiovasculares

UDS
Mi Universidad

**NOMBRE DE LA
PROFESORA**

Daniela Monserrat
Mendez Guillen

**NOMBRE DE LA
ALUMNA**

JAZMÍN ALEJANDRA
AGUILAR HERNANDEZ

6TO. CUATRIMESTRE

LICENCIATURA EN
NUTRICION

FECHA DE ENTREGA
26 DE julio DEL 2025

SÚPER NOTA

sistemas antioxidantes en alimentos

QUE ES

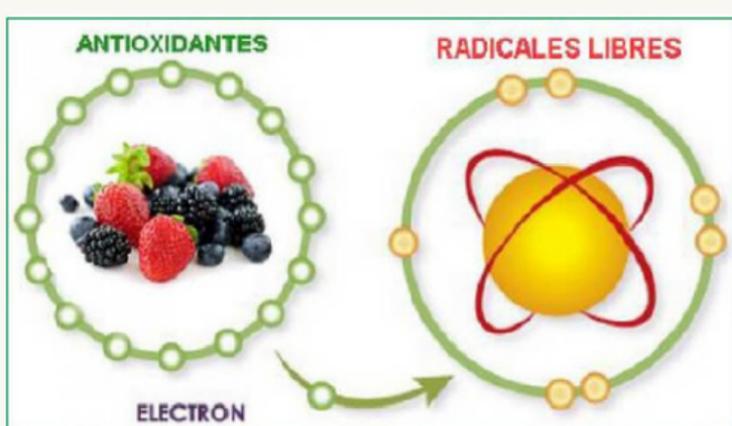
conjuntos de compuestos que protegen a los alimentos del deterioro causado por la oxidación, prolongando su vida útil y manteniendo su calidad



tipos de antioxidantes en alimentos

AOX NATURALES
los podemos encontrar en frutas, verduras, cereales, etc.

AOX SINTÉTICOS son aditivos que retrasan la oxidación de los alimentos



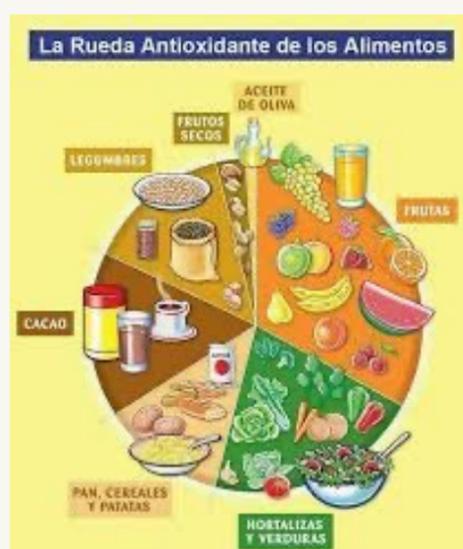
FUNCION QUE TIENEN

1. PREVENCIÓN DE DETERIORO
2. PROLONGACION DE LA VIDA UTIL
3. MEJORA LA CALIDAD



BENEFICIOS DE LOS AOX EN LA DIETA

AYUDA A PROTEGER LAS CEL DEL CUERPO CAUSADO POR LOS RL QUE ESTOS SE ASOCIAN CON LOS ENFERMEDADES CRÓNICAS.



INFOGRAFIA
GOOGLE MEDLINE PLUS

