



## **plato del buen comer**

*Karina de los Angeles Sánchez López*

*Resumen*

*Parcial: I*

*Nutrición*

*Dr. Celeste Azucena Gordillo Fonseca*

*Licenciatura en Medicina Humana*

*Semestre 3B*

*Comitán de Domínguez, Chiapas a 15 de septiembre de 2025*

Karina de los Angeles S.

## Plato del buen comer

Todo comienza con Triptofanito, un pequeño aminoácido muy curioso, y a su amiga Lisina. Ellos formaron parte de la gran familia de los aminoácidos que viven dentro del cuerpo humano. Desde el primer capítulo dicen que es un reino inmenso, lleno de caminos, habitantes y paisajes.

Triptofanito y Lisina su primer parada es en el estómago en donde se encuentran con el general en las enzimas digestivas. Este libro está dirigido a niños para que entiendan mejor el cuerpo humano, explican que cada órgano y célula tiene un papel importante, aquí los protagonistas llegan al cerebro, donde dicen que es un lugar vibrante y hay millones de neuronas trabajan incansablemente enviando mensajes y órdenes a todo el cuerpo, donde explican que el cerebro no solo es un órgano sino el "capital" del reino donde las decisiones y la coordinación surgen de ahí. Despues ocurre un proceso inesperado: la tierra tiembla y se abre grieta. Los protagonistas siempre se están moviendo para ir a otras partes del cuerpo, en todo el libro Triptofanito y Lisina se van encontrando con células muy diversas que cada una tiene funciones muy específicas y se van encontrando con muchas de ellas aprendiendo para que sirven cada