UNIVERSIDAD NACIONAL
DEL NORDESTE

FACULTAD
DE MEDICINA
Universidad Nacional
del Nordeste

MEDICINA

MEDICINA, HOMBRE Y SOCIEDAD

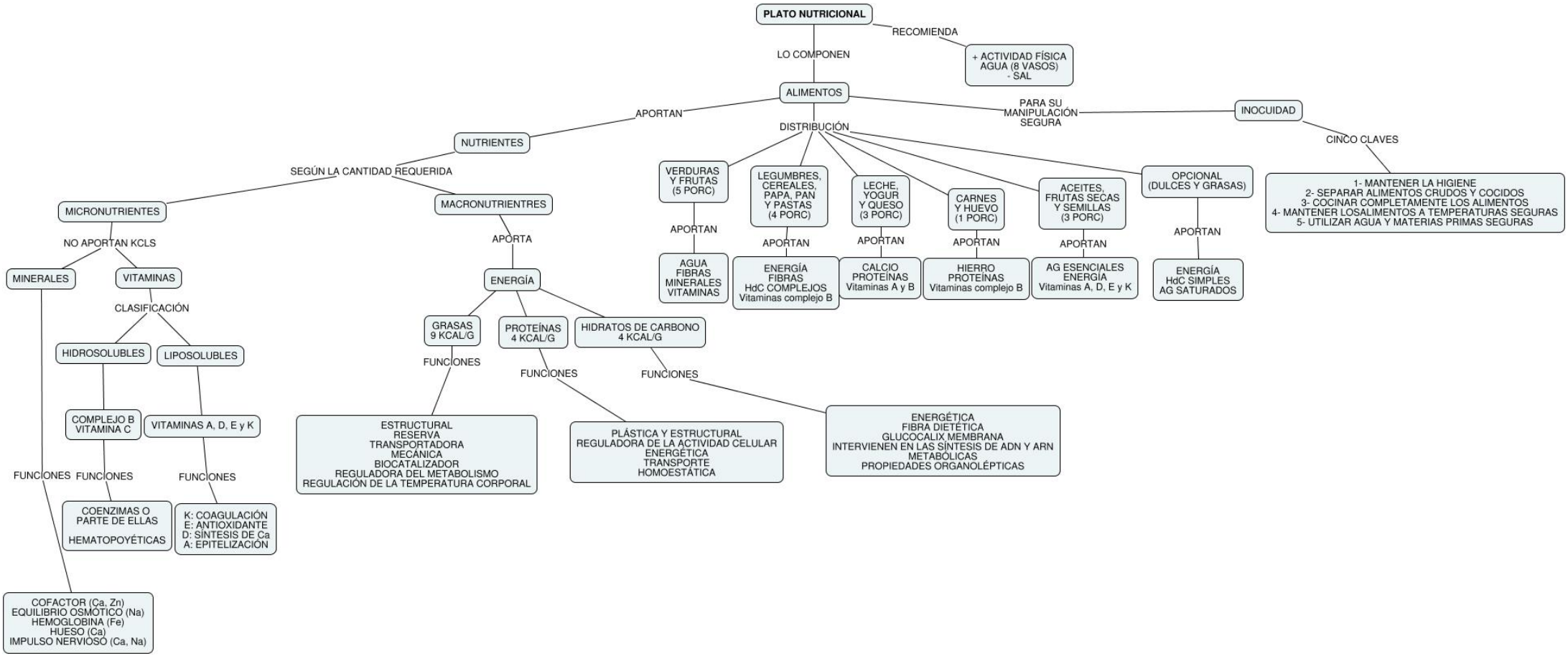
Eje Alimentación

Comisión 5 Grupo 11

Integrantes:

- De Oliveira Tapia, Eduarda Esther 5.514.614.802
- Esquivel, Miguel Angel 46.843.117
- Esteche Ríos, Florencia Candela 46.921.777
- Esterche, Fabricio Luis 47.109.091
- Estigarribia, Mariana Yanet 45.903.093
- Estigarribia, Micaela Yamila 39.317.138
- Estigarribia, Pablo Gonzalo 33.143.958

1)

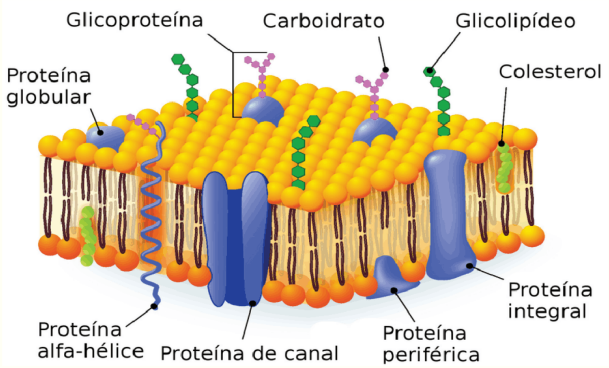

PLATO NUTRICIONAL
RECOMIENDA
+ ACTIVIDAD FÍSICA
AGUA (8 VASOS)
- SAL
LO COMPONEN
ALIMENTOS
APORTAN
NUTRIENTES
SEGÚN LA CANTIDAD REQUERIDA
MICRONUTRIENTES
NO APORTAN KCLS
MINERALES
VITAMINAS
CLASIFICACIÓN
HIDROSOLUBLES
LIPOSOLUBLES
COMPLEJO B
VITAMINA C
VITAMINAS A, D, E y K
FUNCIONES
FUNCIONES
FUNCIONES
COENZIMAS O
PARTE DE ELLAS
HEMATOPOYÉTICAS
K: COAGULACIÓN
E: ANTIOXIDANTE
D: SÍNTESIS DE Ca
A: EPITELIZACIÓN
COFACTOR (Ca, Zn)
EQUILIBRIO OSMÓTICO (Na)
HEMOGLOBINA (Fe)
HUESO (Ca)
IMPULSO NERVIOSO (Ca, Na)
MACRONUTRIENTRES
APORTA
ENERGÍA
GRASAS
9 KCAL/G
PROTEÍNAS
4 KCAL/G
HIDRATOS DE CARBONO
4 KCAL/G
FUNCIONES
FUNCIONES
FUNCIONES
ESTRUCTURAL
RESERVA
TRANSPORTADORA
MECÁNICA
BIOCATALIZADOR
REGULADORA DEL METABOLISMO
REGULACIÓN DE LA TEMPERATURA CORPORAL
PLÁSTICA Y ESTRUCTURAL
REGULADORA DE LA ACTIVIDAD CELULAR
ENERGÉTICA
TRANSPORTE
HOMOESTÁTICA
ENERGÉTICA
FIBRA DIETÉTICA
GLUCOCALIX MEMBRANA
INTERVIENEN EN LAS SÍNTESIS DE ADN Y ARN
METABÓLICAS
PROPIEDADES ORGANOLÉPTICAS
DISTRIBUCIÓN
VERDURAS
Y FRUTAS
(5 PORC)
LEGUMBRES,
CEREALES,
PAPA, PAN
Y PASTAS
(4 PORC)
LECHE,
YOGUR
Y QUESO
(3 PORC)
CARNES
Y HUEVO
(1 PORC)
ACEITES,
FRUTAS SECAS
Y SEMILLAS
(3 PORC)
OPCIONAL
(DULCES Y GRASAS)
APORTAN
APORTAN
APORTAN
APORTAN
APORTAN
APORTAN
AGUA
FIBRAS
MINERALES
VITAMINAS
ENERGÍA
FIBRAS
HdC COMPLEJOS
Vitaminas complejo B
CALCIO
PROTEÍNAS
Vitaminas A y B
HIERRO
PROTEÍNAS
Vitaminas complejo B
AG ESENCIALES
ENERGÍA
Vitaminas A, D, E y K
ENERGÍA
HdC SIMPLES
AG SATURADOS
PARA SU
MANIPULACIÓN
SEGURA
INOCUIDAD
CINCO CLAVES
1- MANTENER LA HIGIENE
2- SEPARAR ALIMENTOS CRUDOS Y COCIDOS
3- COCINAR COMPLETAMENTE LOS ALIMENTOS
4- MANTENER LOSALIMENTOS A TEMPERATURAS SEGURAS
5- UTILIZAR AGUA Y MATERIAS PRIMAS SEGURAS

2)

MEMBRANA PLASMÁTICA

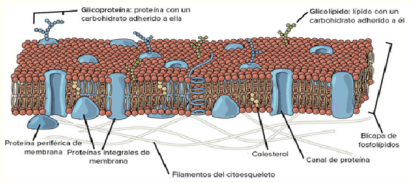
La membrana plasmática, también llamada membrana celular, se encuentra en todas las células y separa el interior de la célula del ambiente exterior.

Bicapa Lipídica

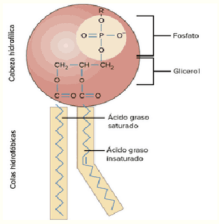


MODELO DE MOSAICO FLUIDO

Establece que los fosfolípidos de las membranas se encuentran ordenados en forma de bicapa fluida. La fluidez de esta bicapa permite el movimiento individual de las diferentes moléculas que forman parte de la misma.



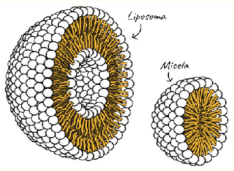
FOSFOLÍPIDOS



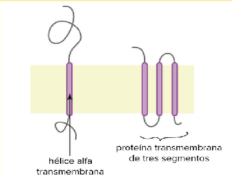
COMPONENTES

Fosfolípidos	Estructura principal de la membrana
Colesterol	Incrustado entre las colas hidrofóbicas de los fosfolípidos de la membrana
Proteínas integrales	Incrustadas en la bicapa de fosfolípidos; pueden o no extenderse a través de ambas capas
Proteínas periféricas	En la superficie interna o externa de la bicapa de fosfolípidos pero no incrustadas en su interior hidrofóbico
Carbohidratos	Unidos a proteínas o lípidos en la superficie extracelular de la membrana (formando glicoproteínas y glicolípidos)

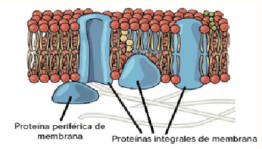
FOSFOLÍPIDOS



PROTEÍNAS

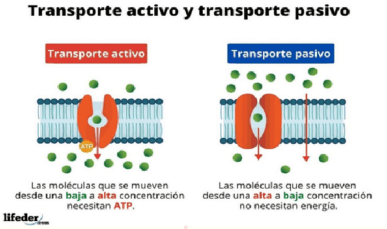


PROTEÍNAS

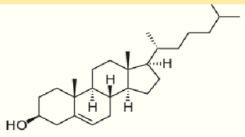


TRANSPORTE DE LA MENBRANA

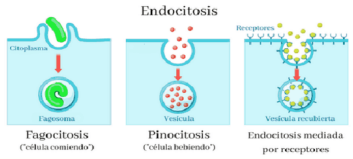
Transporte activo y transporte pasivo

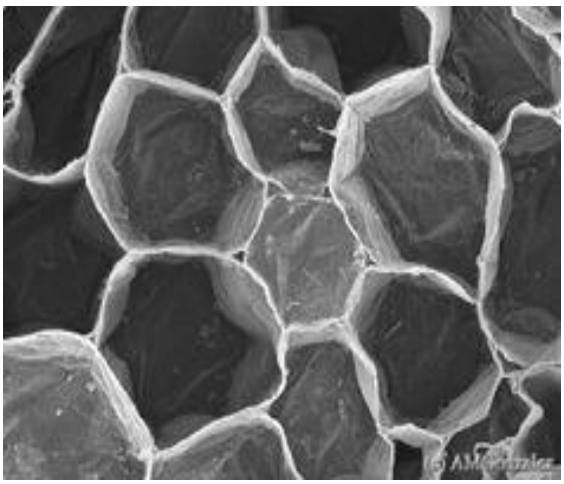


LA FLUIDEZ DE LA MEMBRANA

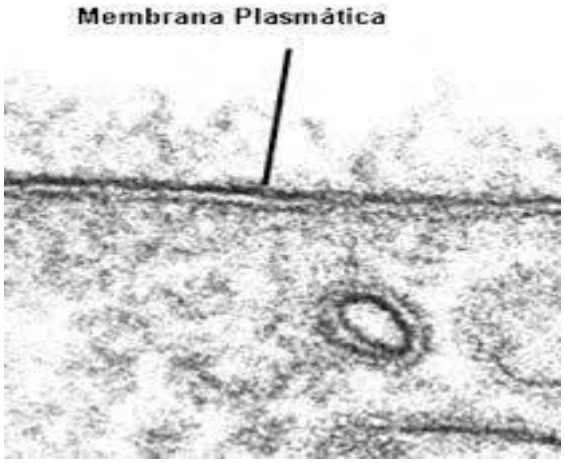


ENDOCITOSIS Y EXOCITOSIS





Microscopio Electrónico de transmisión



Microscopio Electrónico de barrido

3) La miel aporta Hidratos de Carbonos simples (Fructosa y Glucosa) que son optativos en el plato nutricional, forma parte de los dulces, por lo que se pide reducir. En cambio, las frutas aportan Fructosa, Fibras y Vitaminas del complejo B, es importante incorporarlas en la dieta.

Los mejores alimentos proporcionan un valor equilibrado para los ingredientes asociados con diferentes grupos de alimentos. Es necesario que en lugar de consumir sótanos de azúcar, se consuman alimentos con buenos nutrientes que actúan como cofactores para dar una nueva respuesta. Características para tener en cuenta:

1. Las proteínas ayudan en la síntesis y reparación de sus células y tejidos, y también desempeñan un papel en el desarrollo, el crecimiento, la estabilidad estructural, la seguridad, la función y el transporte.
2. Los hidratos de carbono son una gran fuente de energía.
3. Grasas, que forman la capacidad de almacenar, acumular y controlar el calor.