

Enviar los trabajos al correo: czescuelas@gmail.com

Trabajo Práctico 9 COMPOSICIÓN QUÍMICA DE LOS ALIMENTOS

Los alimentos están formados en su mayor parte por compuestos bioquímicos comestibles que derivan principalmente de fuentes vivas, tales como plantas y animales. La sal y el agua son los únicos procedentes de naturaleza inorgánica que se incluyen en la alimentación.

Todos los alimentos están constituidos por los siguientes elementos en distintas proporciones: agua, hidratos de carbono, proteínas, lípidos (grasas), vitaminas, minerales y fibras. Estos componentes están dispuestos de formas distintas en los alimentos, para darles su estructura, textura, sabor (flavor), color (pigmentos) y valor nutritivo. La composición general de los alimentos y la forma en que sus componentes se organizan, le otorgan sus características particulares.



El agua es el principal componente de la mayoría de los alimentos y forma parte de la composición de prácticamente la totalidad de los mismos. Los principales componentes sólidos son: hidratos de carbono, proteínas, lípidos y sus correspondientes derivados.

Los alimentos proporcionan la energía y los nutrientes necesarios para llevar a cabo las funciones corporales, mantener una buena salud y realizar las actividades cotidianas. Sin embargo, consumimos alimentos no solamente para nutrirnos y sentirnos bien y con energía; sino también porque nos proporcionan placer, facilitan la convivencia y mantienen lazos culturales.

ACTIVIDAD

Investigar sobre estos tres conceptos:

NUTRIENTE - ALIMENTO - COMIDA

Si bien están relacionados, no significan lo mismo. La propuesta es buscar su significado, indicar cuál es la relación que hay entre ellos y mencionar al menos dos ejemplos de cada uno.

Enviar los trabajos al correo: czescuelas@gmail.com