

## LOS CARBOHIDRATOS

1.- Complete el siguiente enunciado con las palabras correctas del recuadro superior.

Azúcares Cerebro Biomoléculas Hidrógeno  
Hidratos de carbono

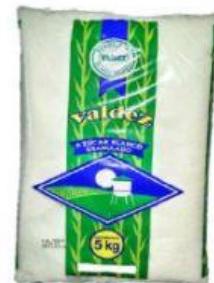
Los carbohidratos son unas [ ] que también toman los nombres de [ ], glúcidos, [ ] o sacáridos. Estas moléculas están formadas por tres elementos fundamentales: el carbono, el [ ] y el oxígeno, este último en una proporción algo más baja. Su principal función en el organismo de los seres vivos es la de contribuir en el almacenamiento y en la obtención de energía de forma inmediata, sobre todo al [ ] y al sistema nervioso.

2.- Señale con una X las fuentes de carbohidratos

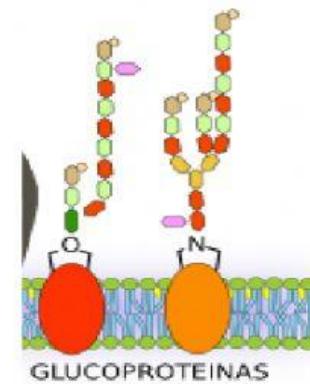


3.- Una con líneas acerca de los tipos de glúcidos y su ejemplo.

## Monosacáridos



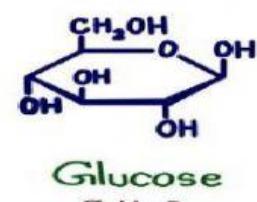
## Polisacáridos



## Oligosacáridos



## Disacáridos



## LOS LÍPIDOS

### 1.-Coloque las funciones de los lípidos según su definición

Fosfolípidos y colesterol forman parte de las membranas biológicas.	
El colesterol es precursor de compuestos de gran importancia biológica, como hormonas sexuales o suprarrenales y vitamina D que interviene en la regulación del metabolismo de calcio.	
Los triglicéridos proporcionan 9 kcal/g, más del doble de energía que la producida por los glucidos. Además, pueden acumularse y ser utilizados como material de reserva en las células adiposas.	
La grasa dietética es necesaria para el transporte de las vitaminas liposolubles A, D, E y K, así como para su absorción intestinal.	

Reguladora  
Estructural  
Transporte  
Energética

**2.-Complete el siguiente enunciado con las palabras y la imagen correcta del recuadro superior.**



Animal

Vegetal



Monoinsaturados

Saturados

### Alimentos con ácidos grasos

Son de origen  y no son grasas saludables ya que al pasar el tiempo nos van a generar problemas de colesterol.

### Comestibles con ácidos grasos

Son de origen  y son grasas saludables.

**3.- Escoja con un click los principales tipos de lípidos en el organismo**

Grasas o aceites

Almidón

Fosfolípidos

Ésteres de colesterol

Insulina