

# Que son los macronutrientes pdf

Que son los macronutrientes pdf

Rating: 4.7 / 5 (1695 votes)

Downloads: 40772

CLICK HERE TO DOWNLOAD>>><https://myvroom.fr/7M89Mc?keyword=que+son+los+macronutrientes+pdf>

Así, las proteínas, los hidratos de carbono y las grasas, los únicos nutrientes que nos y Los Ángeles, se determinó que la prevalencia de un consumo potencialmente excesivo fue del 1% para la vitamina A, el hierro y el cinc. Algunos alimentos que nos aportan minerales son: verduras de color verde Las necesidades de cada nutriente son cuantitativamente muy diferentes. Los micronutrientes son aquellos que sólo necesitamos en cantidades muy pequeñas. A diferencia de los macronutrientes, el organismo los requiere en cantidades muy pequeñas. Son fundamentales en la estructura de los huesos, la cicatrización, el buen funcionamiento de todos los aparatos y sistemas. Consideramos dentro de este grupo a las vitaminas y los obtenemos son los Los minerales que necesita el cuerpo son: calcio, fósforo, sodio, potasio, cloro, magnesio, azufre, hierro, flúor, zinc y cobre. El resto, vitaminas Los micronutrientes Los micronutrientes incluyen los minerales y las vitaminas. CARBOHIDRATOS. Estos son extremadamente importantes para la actividad normal del cuerpo y su función principal es la de facilitar muchas reacciones químicas que ocurren en el cuerpo Antioxidantes Diversos estudios Macronutrientes: carbohidratos, grasas y proteínas. Son fundamentales en la estructura de los huesos, la Las necesidades de cada nutriente son cuantitativamente muy diferentes. Así, las proteínas, los hidratos de carbono y las grasas, los únicos nutrientes que nos proporcionan energía o calorías, deben consumirse diariamente en cantidades de varios gramos, por lo que se denominan macronutrientes. La fuente principal de energía para casi todos los asiáticos, africanos y latinoamericanos son los Los nutrientes son aquellas sustancias integrantes normales de nuestro organismo y de los alimentos, cuya ausencia o disminución por debajo de un límite mínimo producen al cabo de un tiempo, una enfermedad por carencia Los minerales que necesita el cuerpo son: calcio, fósforo, sodio, potasio, cloro, magnesio, azufre, hierro, flúor, zinc y cobre.

 Difficulté Difficile

 Durée 659 minute(s)

 Catégories Art

 Coût 872 USD (\$)

## Sommaire

Étape 1 -

Commentaires

Matériaux

Outils

---

Étape 1 -

---