

Biología I

Daniel Salvador Rojas Tapia

Oscar de Jesús Nieto Macias

4 B

ACTIVIDAD PRELIMINAR "ACTIVIDAD PRELIMINAR"

Instrucciones:

1. Investiga en internet y apóyate en tu manual para investigar las principales funciones de los siguientes bioelementos, dentro del cuerpo humano: Cobre, Magnesio, Zinc, Hierro, Calcio, Flúor.

|  |  |
| --- | --- |
| Bioelemento | Función |
| Cobre | Ayuda a la formación de los glóbulos rojos y también al correcto funcionamiento de los vasos sanguíneos, el sistema inmunológico, el esqueleto y los nervios. |
| Magnesio | * Forma parte de huesos y dientes, actúa como activador de numerosas coenzimas, participa en la síntesis de proteínas, interviene en la transmisión del impulso nervioso y en la relajación muscular, necesario para el mantenimiento del equilibrio ácido-base, interviene en las acciones de la parathormona (hormona que interviene en la regulación del metabolismo del calcio y del fósforo), y la vitamina D del hueso, su deficiencia puede provocar fallos en el crecimiento, alteraciones en el comportamiento, irritabilidad, debilidad, pérdida del control muscular y espasmos. |
| Zinc | El zinc desempeña un papel importante en el crecimiento y desarrollo, la respuesta inmunitaria, la función neurológica y la reproducción. |
| Hierro | * Interviene en el transporte de oxígeno y dióxido de carbono en sangre, participa en la producción de elementos de la sangre como por ejemplo la hemoglobina, forma parte en el proceso de respiración celular y es parte integrante de la mioglobina, almacén de oxígeno en el músculo, tiene un papel fundamental en la síntesis de ADN, y en la formación de colágeno, aumenta la resistencia a las enfermedades, colabora en muchas reacciones químicas. |
| Calcio | Regula los latidos del corazón, colabora en la circulación de la sangre por los vasos sanguíneos.  Junto con el fósforo, forma parte del tejido óseo y dental, participa en la transmisión del impulso nervioso, influye en la liberación de hormonas y enzimas, contribuye en el mantenimiento del tono muscular, forma parte de algunos enzimas, participa en la absorción de la vitamina B12. |
| Flúor | * Regulación de la presión arterial y el volumen sanguíneo, esencial para el correcto funcionamiento de músculos y nervios, forma parte de los huesos, participa en el equilibrio osmótico: concentración de sustancias dentro y fuera de las células, colabora en la permeabilidad de las membranas, interviene en la contracción muscular, participa en la transmisión nerviosa. |

APA:

s.a.. (2011). La importancia del Cobre en tu vida. marzo 9, 2017, de Minería y tu vida Sitio web: http://www.lamineriaentuvida.com.ar/la-importancia-del-cobre-en-el-organismo/

s.a.. (s.f.). Magnesio. marzo 9, 2017, de Fundación española del corazón Sitio web: http://www.fundaciondelcorazon.com/nutricion/nutrientes/839-magnesio.html

s.a.. (s.f.). Oligoelementos Zinc. marzo 9, 2017, de NUTRI-FACTS Sitio web: http://www.nutri-facts.org/es\_ES/nutrients/trace-elements/zinc/health-functions.html

s.a.. (s.f.). Hierro. marzo 9, 2017, de webconsultas Sitio web: http://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/dieta-equilibrada/micronutrientes/minerales/hierro-1833

s.a.. (s.f.). Calcio: funciones, cantidades recomendadas y en que alimentos encontrarlo. marzo 9, 2017, de Ecoagricultor Sitio web: http://www.ecoagricultor.com/el-calcio-su-funcion-en-nuestro-organismo-y-en-que-alimentos-encontrarlo/

s.a.. (s.f.). Sodio. marzo 9, 2017, de webconsultas Sitio web: http://www.webconsultas.com/dieta-y-nutricion/dieta-equilibrada/micronutrientes/minerales/sodio-1831