

## Nutrientes: Lípidos

- Ejercicios

---

1. ¿Cuál de los siguientes tipos de nutrientes almacena grandes cantidades de energía para ser utilizada a largo plazo?
  - A) Carbohidratos
  - B) Lípidos
  - C) Prótidos
  - D) Proteínas
  
2. En los mamíferos, la molécula de colesterol tiene las siguientes funciones:
  - I. Provee energía a las células.
  - II. Forma parte de las membranas biológicas.
  - III. Es un precursor de las hormonas esteroidales.Es (son) correcta(s):
  - A) Solo II.
  - B) Solo I y II.
  - C) Solo I y III.
  - D) Solo II y III.

3. ¿Cuál(es) de las siguientes es (son) función(es) de los lípidos en el cuerpo humano?

I. Son parte de la estructura de membranas celulares.

II. Proporcionan energía.

III. Proveen ácidos grasos esenciales para el crecimiento.

A) Solo I

B) Solo II

C) Solo III

D) I II y III

4. ¿Cuál de las siguientes alternativas incluye solo lipidos?

I. Fosfolipidos

II. ADN

III. Colesterol

IV. Acido graso

V. Glucosa

A) I, II y III

B) II y III

C) I, IV y V

D) I, III y IV

E) Todas las anteriores

5. ¿Cuál es la unidad estructural de los lípidos?

A) Fosfolípidos

B) Aminoácidos

C) Ácidos grasos

D) Colesterol

E) Nucleótidos

- Respuestas

---

1. B

Cada tipo de alimento cumple una función diferente en el organismo: los carbohidratos o azúcares aportan la energía usada en todas las funciones que realizamos diariamente; los lípidos o grasa tienen como función ser una forma de almacenar energía para ser utilizada a largo plazo; mientras que las proteínas tienen los elementos aminoácidos que tenemos que utilizar para elaborar nuestras propias proteínas como las enzimas.

2. D

3. D

Los lípidos al igual que los carbohidratos son fuente energética sin embargo estos cumplen esta función a largo plazo. Forman parte de las membranas celulares (fosfolípidos y colesterol) y proveen ácidos grasos que son esenciales para el crecimiento. Si bien no es conveniente consumirlos en grandes cantidades deben estar presentes en la dieta en cierta proporción. Por lo tanto todas las afirmaciones son correctas. 20. Variables en un experimento

4. D

5. C