

CONTENIDO

	Página
I. GENERADORES RESPONSABLES DEL CURSO	II
II. INTRODUCCIÓN	iii
III. OBJETIVOS DEL APRENDIZAJE	v
IV. VITAMINA A	1
A. Naturaleza y funciones	1
B. Fuentes alimentarias	1
C. Digestión, absorción y metabolismo	1
D. Factores que afectan la absorción y transporte sanguíneo	3
E. Unidades de actividad vitamínica	4
F. Requerimientos y recomendaciones	4
G. Deficiencia	6
H. Consideraciones generales	6
V. VITAMINA D	8
A. Naturaleza y funciones	8
B. Fuentes alimentarias	8
C. Requerimientos y recomendaciones	8
D. Deficiencia y consideraciones generales	9
VI. VITAMINA E	11
A. Naturaleza y funciones	11
B. Fuentes alimentarias	11
C. Requerimientos y recomendaciones	11
D. Deficiencia y consideraciones generales	12
VII. VITAMINA K	14
A. Naturaleza y funciones	14
B. Fuentes alimentarias	14
C. Requerimientos y recomendaciones	14
D. Deficiencia y consideraciones generales	14
VIII. EJERCICIOS INTRATEXTO	16
IX. BIBLIOGRAFÍA	20
X. RESPUESTAS A LOS EJERCICIOS INTRATEXTO	21
XI. AUTOEVALUACIÓN	25

I. GENERADORES RESPONSABLES DEL CURSO

INICIATIVA Y GESTIÓN DEL COMPENDIO ORIGINAL:

*Licda. María Ernestina Ardón
Dr. Hernán L. Delgado*

AUTORES DEL COMPENDIO ORIGINAL:

*Dr. Guillermo Arroyave
Lic. Carlos A. Anaya*

REVISORES TÉCNICOS DEL COMPENDIO ORIGINAL:

*Licda. Myriam Ruiz Maldonado
Licda. Hedi Deman
Dr. Hernán L. Delgado
Licda. Vilma Cerón
Licda. Mireya Palmieri
Dr. Max Ramírez
Dra. Ilka Esquivel
Licda. Victoria Valdés
Dr. Miguel Dávila
Licda. Hilda Fanny Mejía
Lic. René Martorell
Lic. Pedro García
Dra. Lilian Ninette Reneau*

*ADAPTACIÓN DEL COMPENDIO ORIGINAL
A UNIDADES DE APRENDIZAJE A DISTANCIA:*

*Licda. Verónika M. de Palma
Dr. Guillermo Arroyave
Licda. Odette S. de Osorio*

NUESTRO AGRADECIMIENTO A:

- ◆ *Grupo Técnico Básico de Guatemala*
- ◆ *Grupo de Residentes de Investigación INCAP 1993*
- ◆ *Grupo de Trabajo INCAP-XELA-QUETZALTENANGO*
- ◆ *Grupo multidisciplinario de la Jefatura Área de Salud de Quetzaltenango.*

Quienes nos ayudaron a validar este material y cuyos valiosos comentarios nos han permitido presentarles una versión mejorada del Curso.

- ◆ *La Oficina de Editorial e Informes del INCAP por el trabajo editorial, corrección de estilo, y diseño de carátula y separadores.*

III. OBJETIVOS DEL APRENDIZAJE

Después de estudiar esta unidad, el estudiante podrá distinguir, analizar y aplicar:

- A. La acción fundamental que cumplen las vitaminas liposolubles, A, D, E y K en el organismo.
- B. Cómo se provee el ser humano de este grupo de vitaminas (fuentes), el destino de éstas en el organismo, y las funciones específicas que llevan a cabo.
- C. La relación de las vitaminas liposolubles en función de la nutrición en las diferentes edades y estados fisiológicos.
- D. La definición de las necesidades nutricionales de vitaminas liposolubles para cada grupo de edad.
- E. Los efectos indeseables de una ingestión deficiente de vitaminas liposolubles.
- F. La especial importancia de la vitamina A, en vista de que su deficiencia constituye uno de los problemas más serios de salud pública en el mundo.
- G. El riesgo de intoxicación por algunas de las vitaminas liposolubles en caso de la administración de dosis excesivas, automedicación o consumo excesivo de alimentos fuente.

