Un usuario root en linux es el que tiene un nivel mas alto de accesos y permisos en el sistema incluyendo la instalación y desinstalación de software, modificar archivos de sistema, configurar redes, crear y eliminar usuarios,entre otras tareas.

Ubuntu crea primero un usuario administrador que puede usar el comando sudo para tener accesos de usuario root , esto se realiza para mayor seguridad

Los procesos mas comunes generalmente son lanzados en una terminal y corren a nombre de un usuario. Osea, son los programas que utiliza el usuario generalmente y se encuentran conectados a una terminal.