

NUTRITION 1

1. Les **glucides** essentiellement constitués de glucoses sont stockés après absorption sous forme de **glycogène** dans le **foie** et les **muscles**.
2. Les **lipides** essentiellement constitués **d'acides gras** et de **glycérols** sont stockés après absorption sous forme de graisse dans les tissus adipeux (adipocytes).
3. Une partie des **acides aminés** est stockée après transformation en glycogène (négligeable) et en graisse et l'autre partie permet la fabrication des **protéines** qui entre dans la **constitution** de tous les organes.
4. Le taux (ou quantité) de glucose dans le sang est appelé la **glycémie**.
5. Pour un fonctionnement optimal, la glycémie de l'organisme doit être de **1g/l**.
6. A jeun prolongé, **la glycémie baisse** considérablement et passe en dessous de 1 g/l : on dit qu'il y a **hypoglycémie**.
7. L'hypoglycémie est état anormal qui peut conduire à la mort s'il se prolonge.
8. Pour rétablir l'équilibre en cas d'hypoglycémie, le **pancréas** produit le **glucagon** qui active la **glycogénolyse** (décomposition du glycogène) dans le **foie**, suivie du rejet de glucose dans le sang.
9. **Après un repas** la quantité de glucose sanguin augmente : on dit qu'il y a **hyperglycémie**.
10. Lorsque l'hyperglycémie est prolongée et continue, elle provoque la maladie du **diabète**

11. En cas d'hyperglycémie, le **pancréas** produit l'**insuline** qui active des enzymes qui transforment le **glucose** en **glycogène** qui est stocké dans le foie ou les muscles : c'est la **glycogénogénèse**.

NOUVELLES