Les substances chimiques essentielles

SAVAIS-TU QUE…

* *Ton corps est composé de produits chimiques?*
* *Ton alimentation est composée de produits chimiques?*

Lors de la digestion, les produits chimiques dans la nourriture sont décomposés en petites molécules qui passent par des membranes jusqu’aux vaisseaux sanguins. Dans le sang, ces produits chimiques (nutriments) circulent à travers le corps jusqu’aux cellules, où ils sont utilisés comme source d’énergie pour la croissance, la construction du corps et la réparation des cellules. Ces nutriments sont classés en deux groupes :

Les nutriments organiques Les nutriments inorganiques

Quels sont les nutriments organiques?

Où trouve-t-on ces nutriments?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Nutriments** | **Le rôle alimentaire** | **Les sources alimentaires de base** |
| glucides | Source d’énergie pour le métabolisme |  |
| protéines | Molécules structurantes pour le corps et facilitant les réactions chimiques |  |
| lipides | Mise en réserve de l’énergie chimique inutilisée |  |

Les substances inorganiques s’appellent des minéraux.

Quel est le rôle de ces éléments dans le corps humain?

Consulte le tableau 3.2 de la page 180 du manuel Convergence 9 et inscris le nom de 5 éléments avec son rôle dans le corps humain.

|  |  |
| --- | --- |
| Élément | Rôle dans le corps humain |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |