Métabolisme

Le métabolisme est l’ensemble des réactions chimiques dans l’organisme, la somme de trois métabolismes :

* métabolisme des glucides
* métabolisme des lipides
* métabolisme des protides

qui sont la construction de tout l’organisme.

***Le métabolisme des lipides*** est l’ensemble de réactions de construction ( anabolisme) et de destruction (catabolisme) des lipides dans l’organisme.

***Anabolisme***

Toutes les réactions qui vont dans le sens de la construction : emmagasiner des graisses, fabriquer des hormones, reconstruire un os après une fracture .

***Catabolisme***

Toutes les réactions qui vont dans le sens de déstruction ou consommation : brûler des graisses, consommer de l‘énergie, maigrir .