

DIETA BILANCIATA
% contenuto

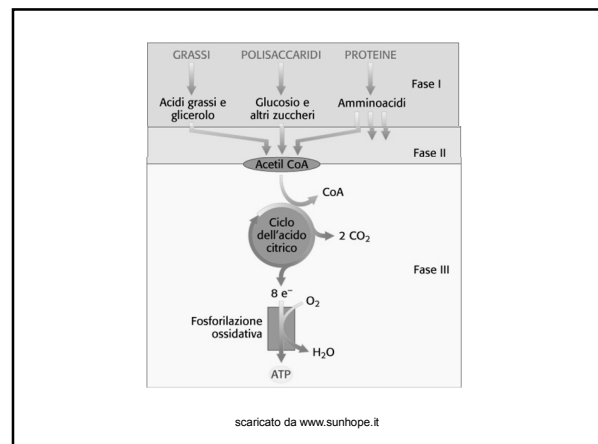
energetico

CARBOIDRATI	58
LIPIDI	30
PROTEINE	12

EQUIVALENTI ENERGETICI

Carboidrati	4.1 kcal/g
Proteine	4.4 kcal/g
Grassi	9.3 kcal/g

1 kcal = 4.2 kJ



GLUCIDI DELLA DIETA

- Amido
- Saccarosio
- Lattosio
- Oligosaccaridi dei legumi
- Cellulosa (Fibre)

scaricato da www.sunhope.it

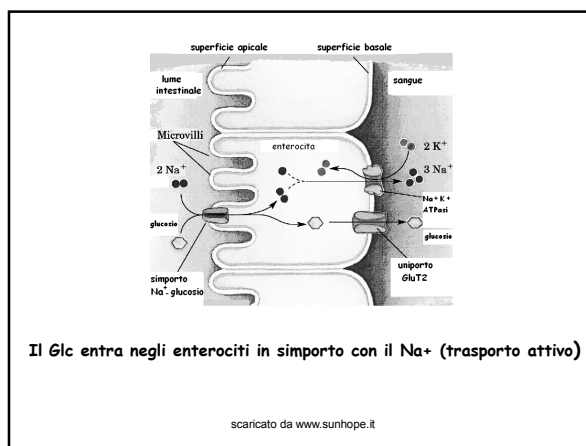
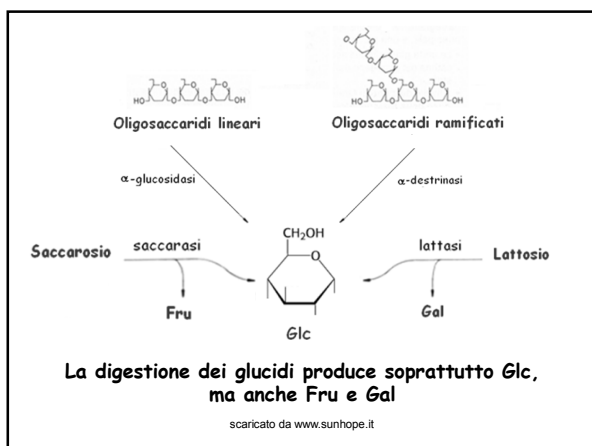
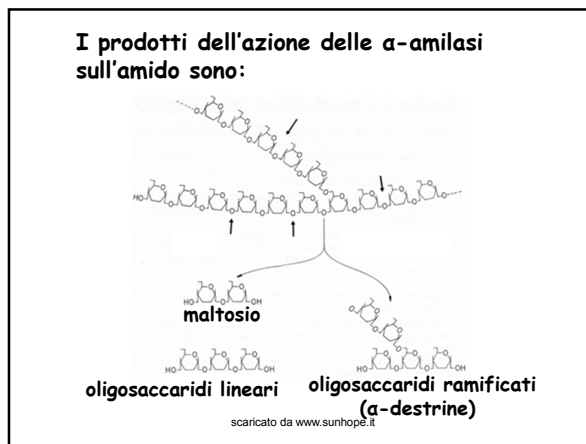
LA DIGESTIONE DEI GLUCIDI

- inizia nella bocca
- subisce un momentaneo arresto nello stomaco
- viene completata nel tenue

scaricato da www.sunhope.it

SITO	ENZIMA
bocca	α -amilasi salivare
lume del tenue	α -amilasi pancreatica
orletto a spazzola	α -glucosidasi α -destrinasi
	lattasi saccarasi

scaricato da www.sunhope.it



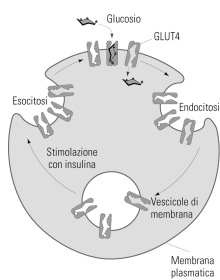
Il Glc passa quindi nel sangue dove viene captato da tutte le cellule dell'organismo mediante specifici carriers di membrana denominati GluT (trasporto passivo o diffusione facilitata)

scaricato da www.sunhope.it

Carrier Tessuto k_t (mM) Funzione

Carrier	Tessuto	k_t (mM)	Funzione
GluT1	tutti	1	captazione basale di Glc
GluT2	fegato pancreas int. tenue	15-20	rimozione eccesso Glc regolazione della secrezione dell'insulina
GluT3	cervello	1	captazione basale di Glc
GluT4	t. adiposo muscoli	5	l'insulina ne fa aumentare la presenza nella membrana plasmatica
GluT5	int. tenue	-	trasporta il Fru

scaricato da www.sunhope.it



Nelle cellule muscolari e nelle adipose i carriers sono sotto il controllo dell'insulina

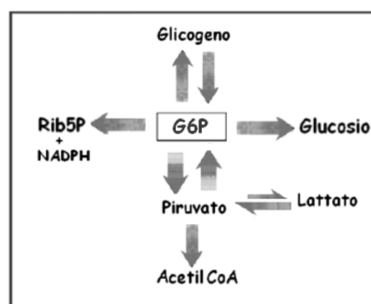
Il recettore insulinico attivato promuove lo spostamento nella membrana dei GluT4 che si trovano in endosomi all'interno delle cellule

L'esposizione dei GluT4 fa aumentare il trasporto di Glc

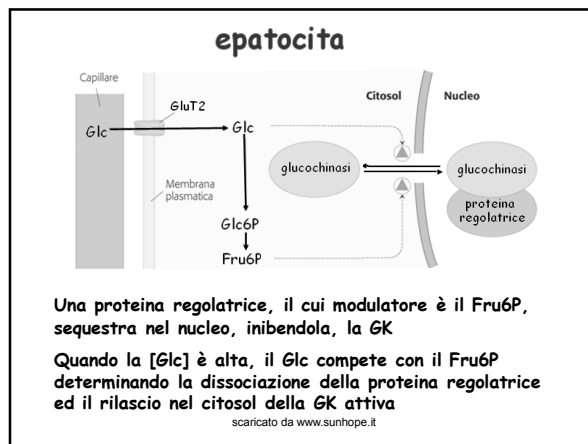
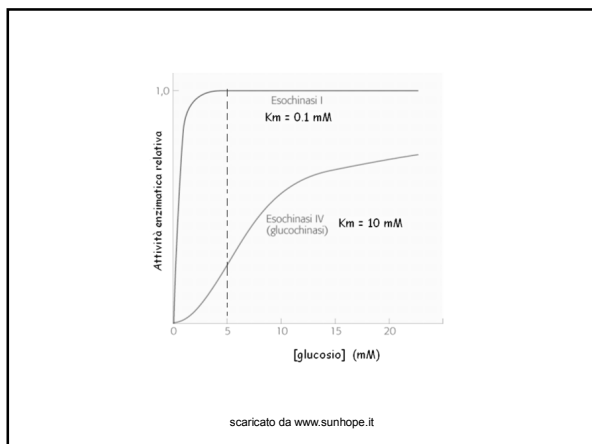
Quando il livello dell'insulina diminuisce, i GluT4 vengono nuovamente internalizzati

scaricato da www.sunhope.it

EPATOCITA



scaricato da www.sunhope.it



- ### GLICOLISI
- Via metabolica universale ed ubiquitaria
 - Sequenza lineare di 10 reazioni
 - Localizzazione citosolica
 - Può avvenire sia in aerobiosi che in anaerobiosi
- scariato da www.sunhope.it

