

# ATELIER A – METABOLISME SIMPLE

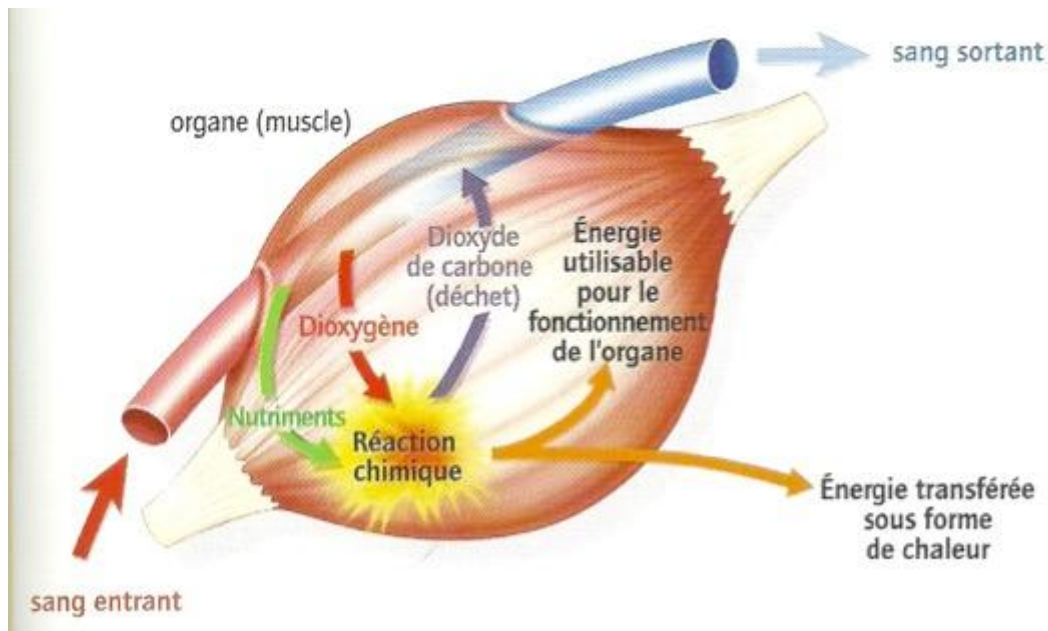
« L'être vivant puise dans les aliments ou dans les substances de réserve le matériel et l'énergie nécessaire au maintien de son équilibre, et supplée aux dépenses de matière et d'énergie de chaque cellule. L'apport continu d'énergie dans chaque cellule d'un organisme sert à **l'entretien, à la réparation et au renouvellement** des structures devenues inutilisables, mais assure aussi le bon déroulement d'activités cellulaires telles que **la croissance ou la division**.

L'énergie dont les cellules ont besoin leur est fournie par les réactions chimiques.

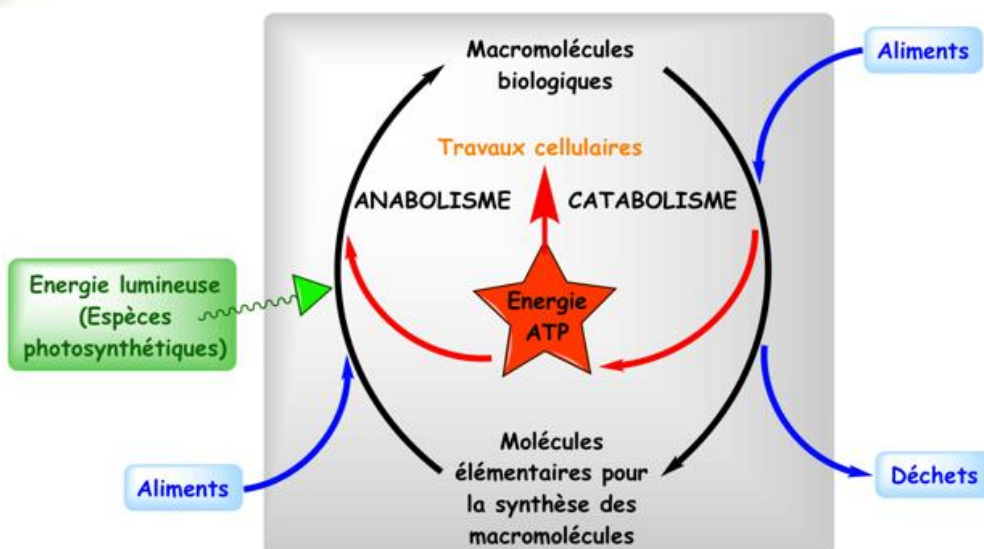
Les réactions du métabolisme se répartissent en deux grandes catégories : l'anabolisme rassemble les **processus de synthèse** de nouvelles molécules ; le catabolisme correspond à la **dégradation** de structures devenues inutiles en molécules plus petites qui sont soit « recyclées » par la cellule, soit éliminées par l'organisme.

**Le catabolisme permet à la cellule de récupérer de l'énergie. »**

D'après [www.larousse.fr](http://www.larousse.fr)



D'après <http://blog.womenlab.cc/alimentation-pendant-le-sport/>



E. Jaspard (2012)

Regarder la vidéo du début jusqu'à 2 :22 (durant 2 minutes et 22 secondes)

<https://www.reseau-canope.fr/corpus/video/la-respiration-cellulaire-136.html>