

# ОБМЕН БЕЛКОВ

**Белки - это высокомолекулярные полимерные азотсодержащие вещества, мономерами которых являются аминокислоты.**

**Белковые молекулы - важнейшие нутриенты.**

**Суточная норма потребления 90-100 г белка (потребность в белке возрастает при физнагрузке, беременности (на 6 г), лактации (на 15 г)).**

# Функции белков

- ◎ Обеспечение процесса репарации, роста и развития клеток организма.
- ◎ Участие в реализации генетической информации.
- ◎ Ускорение химических реакций в клетках (каталитическая функция).
- ◎ Поддержание коллоидно-осмотического и водного гомеостаза.
- ◎ Поддержание КОС.
- ◎ Обеспечение движения (мышечное сокращение).

- **Питательная функция.**

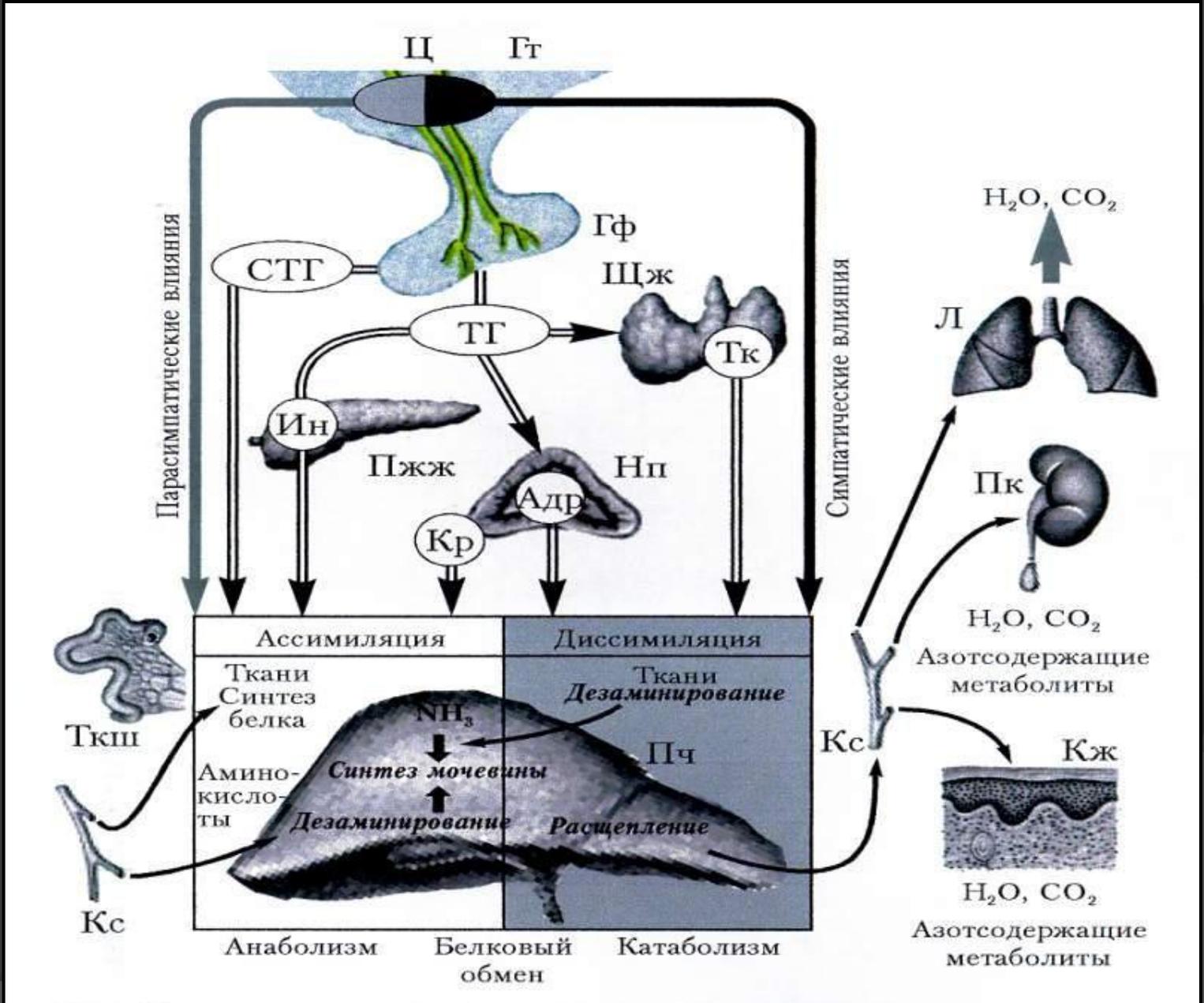
**1)Транспортная:** перенос гормонов, липидов, минеральных веществ и др.

**2)Защитная функция.**

**3)Участие в свертывании крови (фибриноген, протромбин, плазминоген).**

**4)Входит в состав рецепторов (сигнальная функция).**

# РЕГУЛЯЦИЯ БЕЛКОВОГО ОБМЕНА



**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ**