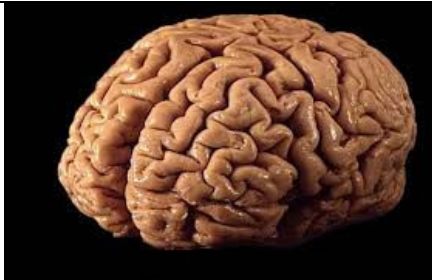


OBESIDADE – 15

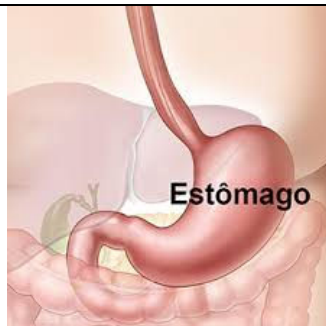
ALTERAÇÕES METABÓLICAS DO CORPO HUMANO

TUDO QUE PRECISA SABER SOBRE... ENERGIA, PROCESSAMENTO E ARMAZENAMENTO



O cérebro envia os sinais de fome, recompensa e estresse;

Os alimentos que comemos tem proteínas, carboidratos, gorduras, fibras, micro e macronutrientes, Os nutrientes servem para reparar ou construir músculos, ossos, órgãos, células, todos os aspectos do corpo. E também para usá-los para obter energia;



Os alimentos chegam ao estômago para o primeiro tratamento ácido e mecânico, e assim obter as moléculas que precisamos;

Os alimentos chegam ao intestino delgado, onde as moléculas dos alimentos são absorvidas;



- a) **Gorduras** => são transformadas ácidos graxos => transportadas pelo sistema linfático;
- b) **Proteínas** => são transformados em aminoácidos => transportadas pela corrente sanguínea
- c) **Carboidratos** => são transformados em açúcares simples (glicose e frutose), os quais funcionam como lenha e na presença do oxigênio transformam em energia que utilizamos;
- d) **Fibras** que não são digeridas, transitam através de intestinos ao diminuir a velocidade e com aumentar a absorção dos nutrientes e água;
- e) O que resta vai para do cólon, onde o microbioma^{flora} do intestino retira mais energia para nós;

IMPORTANTE

AS DÚVIDAS E PERGUNTAS DEVERÃO SER LEVADAS AO SEU ESPECIALISTA PARA ESCLARECIMENTO.
As informações disponíveis no site www.bodytalklondrina.com.br possui caráter informativo e educativo.

Londrina (PR), 31 março de 2018

Dr. Luiz Carlos Bertoni