

Acides aminés indispensables

Il existe **neuf acides aminés** qui sont toujours indispensables. Tous les acides aminés hydrophobes et aromatiques sont indispensables. Il existe des biosynthèses de tyrosine et de leucine, mais insuffisantes en quantité et qui se font à partir de la phénylalanine et de la valine qui sont aussi des acides aminés indispensables.

Chez le nourrisson, la diète lactée et la croissance rapide, créent un besoin d'arginine et d'histidine parce que la synthèse endogène de ces acides aminés est inférieure aux besoins. Les nourrissons ont aussi besoin de Soufre qui leur est apporté par la cystéine.

Tous les autres acides aminés sont synthétisables à partir du glucose en partant du pyruvate (Ser, Gly et Ala), de l'oxaloacétate (Asp et Asn) ou de l' -cétoglutarate (Glu, Gln, Pro et ornithine). Aucun acide aminé ne peut-être synthétisé à partir des acides gras ou de l'alcool.

Acides aminés indispensables

- Leu, Ile, Val - Met - Thr -
Phe, Tyr, Trp - Lys
- Arg, His - Cys (soufre)
- Ser, Gly, Ala - Asp, Asn -
Glu, Gln, Pro, (Orn)