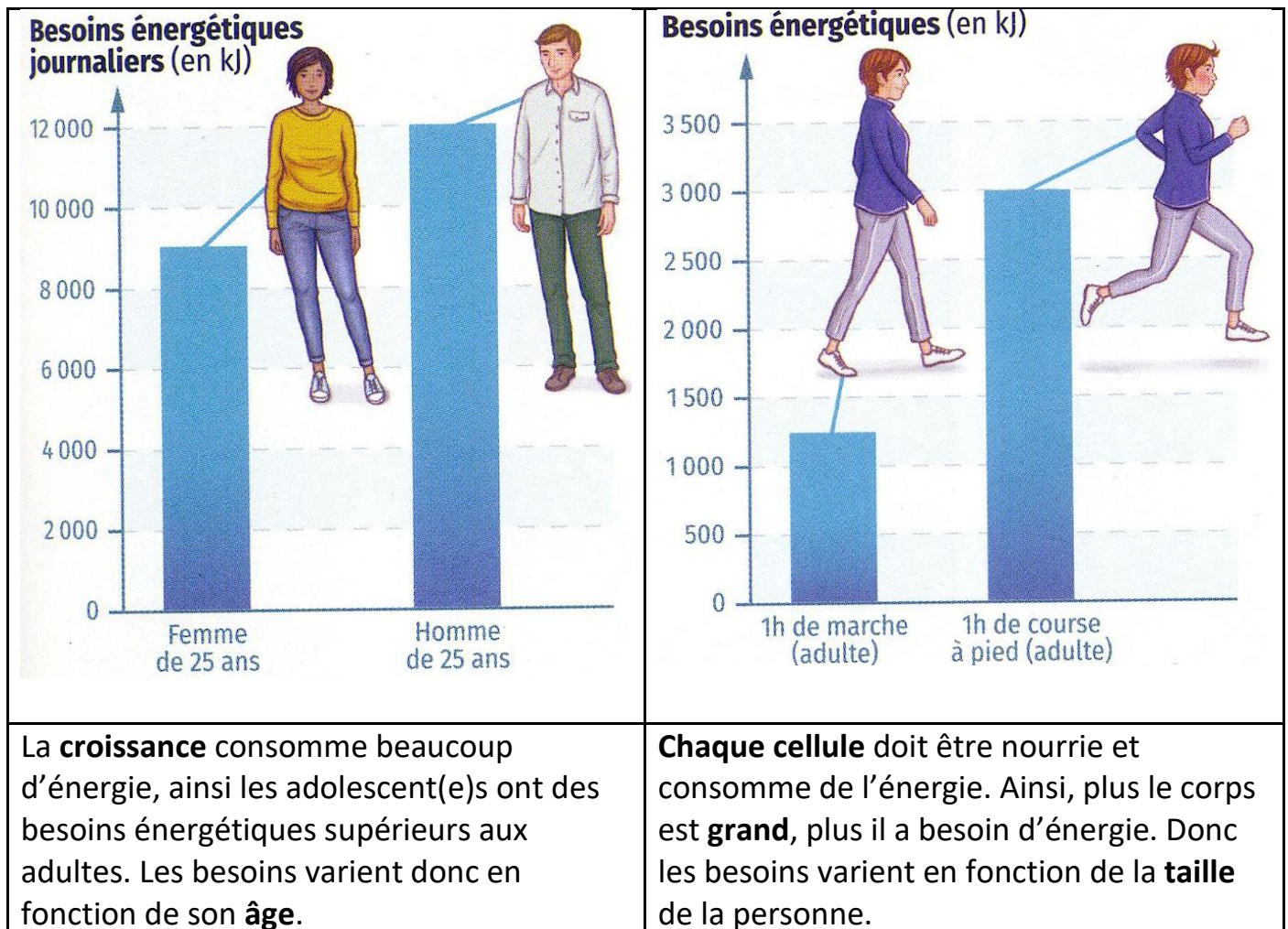


Les besoins du corps humain

Pour grandir et renouveler ses cellules, notre corps a besoin de matière organique (protéines, lipides, glucides), mais aussi de minéraux (calcium, magnésium, sels...). Les cellules et les organes ne peuvent fonctionner qu'avec un apport d'énergie.

Les apports alimentaires doivent combler nos besoins en matière et en énergie.

Mais les besoins énergétiques d'une personne varient selon plusieurs facteurs :



RAPPELS DE CM2 : Les aliments sont **transformés** en nutriments par l'**appareil digestif**. Voir livre pages 160 et 161.