



STAPS DEUST 1

Fiche de révisions

Métabolisme et filières énergétiques

Principales notions à connaître :

- Définition du métabolisme : catabolisme et anabolisme
- Notion de métabolisme aérobie et anaérobie
- Le rôle central de l'ATP dans le métabolisme énergétique
- La voie de la phosphocréatine
- La fermentation lactique (voie anaérobie lactique)
- La respiration cellulaire (métabolisme du glucose) : glycolyse, cycle de Krebs et chaîne respiratoire
- Métabolisme des lipides
- Régénération de l'ATP
- Notions de production énergétique
- Notion de seuil lactique
- Réponse ventilatoire à l'exercice