

Les acides gras insaturés

- x **Définition simple** : un acide gras est dit insaturé si sa chaîne carbonée contient une ou plusieurs _____

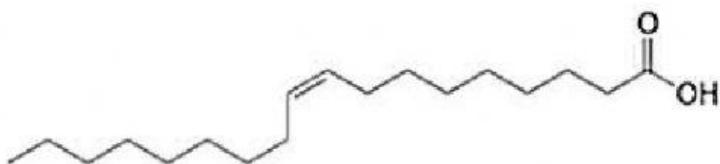
----- -----

Classification des acides gras (nombre de doubles liaisons)



- x **Exemples** : l'Acide oléique

L'acide oléique est un **Acide Gras Monoinsaturé (AGMI)** car il ne contient qu' _____ seule _____ double dans la chaîne



Formule semi développée simplifiée	Formule brute	Formule abrégée
$\text{CH}_3-(\text{CH}_2)_7-\text{CH}=\text{CH}-(\text{CH}_2)_7-\text{COOH}$		C 18 : 1 Δ ⁹

Observer la formule développée de cette molécule et vérifier sa correspondance avec la formule semi développée ci-dessus. <https://molview.org/?cid=445639>

Les acides gras polyinsaturés

- x **Définition simple** : un acide gras est dit polyinsaturé s'il possède _____ liaisons _____ dans sa chaîne carbonée. Dans cette famille on retrouve les fameux oméga 3 indispensables à notre santé. Rechercher trois exemples d'aliments riches en oméga 3

Les acides gras oméga 3

Ils constituent une famille d'**acides gras essentiels** c'est à dire qu'ils jouent un rôle vital pour l'organisme et dont certains sont des **acides gras indispensables** que l'organisme ne peut pas synthétiser et qui doit donc être apporté par l'alimentation.