

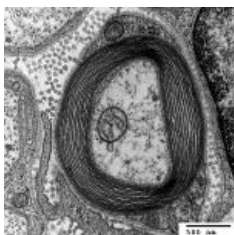
Význam lipidů pro tělo

Lipidy jsou nejredukovanější, a tedy **energeticky nejbohatší živinou**. Uplatňují se tak jako významný energetický substrát. Některé tkáně, jako např. mozek, je však v metabolismu běžně nedovedou využít. Pro svou hydrofobnost, díky které nevážou na rozdíl od sacharidů vodu, jsou nejefektivnější zásobárnou energie.

Tuky tvoří přibližně 15 % celkové hmotnosti u mužů, u žen je zastoupení vyšší kolem 20–25 %. Pro muže s průměrnou hmotností to představuje přibližně 10,5 kg TAG, jejichž oxidací můžeme získat kolem 400 000 kJ.

Další funkce

- Strukturní funkce – tvoří například nezbytnou složku všech buněčných membrán.
- Mechanická a ochranná funkce – **podkožní tuk a tuk kolem orgánů izoluje tepelně a fyzikálně, myelinové pochvy neuronů izolují elektricky.**



Myelinizovaný axon v elektronovém mikroskopu

- Významná rozpouštědla některých látek (vitaminy rozpustné v tucích) a jsou **výchozí látkou pro syntézu** mnoha pro tělo významných látek – eikosanoidy, steroidní hormony, žlučové kyseliny apod.