UNIVERSITÉ FERHAT ABBAS SÉTIF 1
FACULTÉ DE MÉDECINE

DÉPARTEMENT DE PHARMACIE

Mémoire De Fin D'étude En Vue De L'obtention

Du Diplôme De Docteur En Pharmacie

Thème

Etude Descriptive Des Acides Gras Insaturés

Soutenu publiquement le : 28/06/2022

Présenté et soutenu par :

ZEMMOUCHI Houssam

ZEDIOUI Oualid

TAKLIT Daoud

MELOUK Rami

Encadrant : Dr. BOUMAZA NOUREDDINE

Jury d'évaluation :

Président du jury : Dr. DAOUD YOUNES

Examinateur : Dr. ACHOURI KHALED

Examinateur : Dr. FELLOUSSIA MOHAMED ELYAMINE

Année Universitaire 2021/2022

Résumé

Les acides gras insaturés sont des chaînes hydrocarbonées contenant au moins une double liaison carbone-carbone ; les acides gras mono-insaturés contiennent une double liaison et les acides gras polyinsaturés (AGPI) contiennent de nombreuses doubles liaisons. La position de la double liaison par rapport à l'extrémité détermine si l'acide gras insaturé est un n-3 (oméga 3) ou un n-6 (oméga 6).

La plupart des acides gras peuvent être synthétisés dans le corps, mais les humains n'ont pas les enzymes nécessaires pour produire deux acides gras. On les appelle, les acides gras essentiels et doivent être acquis par l'alimentation. Chez l'homme, les acides gras essentiels sont les n-3 α-l'acide linolénique et le n-6 acide linoléique. Il est donc recommandé que de bonnes sources de ces acides gras, à savoir, les poissons riches en huile, sont également inclus dans le régime alimentaire.

Les acides gras insaturés ont également été associés à un certain nombre de maladies et bien que les preuves ne soient en aucun cas concluantes, c'est un domaine qui attire un immense intérêt. Les graisses alimentaires affectent un certain nombre de voies métaboliques différentes, y compris celles impliqués dans le contrôle glycémique, de sorte que les types et les quantités de les graisses alimentaires puissent avoir un rôle à jouer dans la gestion du diabète de type 2.

Il n'existe actuellement aucune législation visant à contrôler l'utilisation des allégations de santé relatives à la teneur en acides gras des nourritures. Cependant, les messages de santé publique autour des apports optimaux en acides gras doivent être clairs et cohérents pour garantir qu'un changement favorable dans le profil des acides gras insaturés du régime alimentaire se produise.

Mots clés : Acide gras insaturés, nutrition, intérêts, efficacité, maladie, santé publique.

ABSTRACT

Unsaturated fatty acids are hydrocarbon chains containing at least one carbon-carbon double bond; monounsaturated fatty acids contain one double bond and polyunsaturated fatty acids (PUFAs) contain many double bonds. The position of the double bond relative to the end determines whether the unsaturated fatty acid is n-3 (omega 3) or n-6 (omega 6).

Most fatty acids can be synthesized in the body, but humans lack the necessary enzymes to produce two fatty acids. These are called essential fatty acids and must be acquired through diet. In humans, the essential fatty acids are n-3 α-linolenic acid and n-6 linoleic acid. It is therefore recommended that good sources of these fatty acids, namely, oil-rich fish, are also included in the diet.

Unsaturated fatty acids have also been linked to a number of diseases and although the evidence is by no means conclusive, this is an area that is attracting immense interest. Dietary fat affects a number of different metabolic pathways,
including those involved in glycemic control, so the types and amounts of dietary fat may have a role to play in the management of type 2 diabetes.

There is currently no legislation to control the use of health claims relating to the fatty acid content of foods. However, public health messaging around optimal fatty acid intakes must be clear and consistent to ensure that a favorable change in the unsaturated fatty acid profile of the diet occurs.

Keywords: Unsaturated fatty acids, nutrition, interests, efficacy, disease, public health.

الملخص

الأحماض الدهنية غير المشبعة عبارة عن سلاسل هيدروكربونية تحتوي على رابطة ثنائية واحدة على الأقل من الكربون والكربون؛ تحتوي الأحماض الدهنية الأحادية غير المشبعة على رابطة مزدوجة واحدة وتحتوي الأحماض الدهنية المتعددة غير المشبعة (AGPI) على العديد من الروابط المزدوجة. يحدد موضع الرابطة المزدوجة بالنسبة للنهاية ما إذا كان الحمض الدهني غير المشبع هو n-3 (أوميغا 3) أو n-6 (أوميغا 6).

يمكن تصنيع معظم الأحماض الدهنية في الجسم، لكن البشر يفتقرون إلى الإنزيمات اللازمة لإنتاج نوعين من الأحماض الدهنية. تسمى هذه الأحماض الدهنية الأساسية ويجب الحصول عليها من خلال النظام الغذائي. في البشر، الأحماض الدهنية الأساسية هي n-3 α- linolenic acid و n-6 linoleic acid لذلك يوصى بإدراج مصادر جيدة لهذه الأحماض الدهنية، وهي الأسماك الغنية بالزيت، أيضًا في النظام الغذائي.

كما تم ربط الأحماض الدهنية غير المشبعة بعدد من الأمراض، وعلى الرغم من أن الأدلة ليست قاطعة بأي حال من الأحوال، إلا أن هذا المجال يجذب اهتمامًا كبيرًا. تؤثر الدهون الغذائية على عدد من مسارات التمثيل الغذائي المختلفة،

بما في ذلك أولئك الذين يشاركون في التحكم في نسبة السكر في الدم، لذلك قد يكون لأنواع وكميات الدهون الغذائية دور تلعبه في إدارة مرض السكري من النوع 2.

لا يوجد حاليًا أي تشريع للتحكم في استخدام الادعاءات الصحية المتعلقة بمحتوى الأطعمة من الأحماض الدهنية. ومع ذلك، يجب أن تكون رسائل الصحة العامة حول مدخول الأحماض الدهنية المثلى واضحة ومتسقة لضمان حدوث تغيير إيجابي في ملف تعريف الأحماض الدهنية غير المشبعة في النظام الغذائي.

الكلمات المفتاحية : الأحماض الدهنية غير المشبعة، التغذية ، الفوائد ، الفعالية ، المرض ، الصحة العامة.