Proteínas

Proteínas são compostos orgânicos formados por um ou mais polipeptídios (cadeias de aminoácidos). Sã moléculas grandes e tem função estrutural, em casos muito extremos podem ser degradadas para produzir energia.

Forma basicamente tudo em um ser vivo. Está presente na maior parte das estruturas.

Do ponto de vista bioquímico e fisiológico é uma molécula essencial. Têm uma altíssima versatilidade fisiológica, ou seja, é uma categoria de moléculas que fazem quase tudo. Da mesma forma que as proteínas podem regular o metabolismo podem simplesmente dar cor aos olhos. Tal versatilidade é atribuída a todo o grupo das proteínas e não às moléculas individualmente.

Na verdade cada proteína participa de um processo específico, ou seja, a miosina vai participar da contração muscular jamais irá carrear O_2 para as células ou colorir a pele, para isso há outras proteínas com estes papéis.

Hipertrofia muscular

É o ganho de massa muscular. Esse ganho pode ser obtido por um trabalho axaustivo de repetições usando um sobrecarga, isto fará com que as fibras musculares se rompam provocando microlesões. Com a continuação dos exercícios o corpo recupera as fibras que se romperam e produz novas fibras a fim de suportar esta carga de exercícios sema que hajam novos rompimentos.

Enzimas

São proteínas com função reguladora. São conhecidas como **catalisadores biológicos**.

Catalisadores em geral, são moléculas que atuam em reações químicas, aumentando sua velocidade e diminuindo o gasto energético, sem serem consumidos e quimicamente inalterados.

Cada enzima participa de um único tipo de processo em uma substancia específica, ou seja, se nós compararmos as enzimas a uma chave a molécula onde ela atua é a fechadura, assim como uma chave só abre uma fechadura a enzima só vai atuar sobre uma molécula específica.

Desnaturação

É um processo químico ou físico ode a proteína perde a sua forma molecular alterando as suas características químicas. A denaturação acontece por que a molécula foi exposta a altas temperaturas, pH muito ácido ou muito básico.

A atividade enzimática pode cair de forma gradativa a medida em que as condições do seu meio se distanciam do que chamamos de ótimo de atividade.