

Tableau 1 Les principales carences en minéraux

	P	Ca	Mg	Na	Cl	K
Métabolisme musculaire		X				
Métabolisme osseux	X	X	X			
Composant des parois cellulaires	X					
Fonction énergétique	X		X			
Aide à la digestion	X	X	X		X	
Coagulation sanguine		X				
Activité enzymatique – synthèse de protéines		X	X			X
Circulation nerveuse			X			
Équilibre acido-basique du corps				X	X	
Rôle dans l'absorption du glucose				X		