

**OMÉGA 6**

**OMÉGA 3**

CHAINES  
COURTES  
18 C

**Acide Linoléique  
(LA<sup>\*\*</sup>)**

**Acide Alpha Linolénique  
(ALA<sup>\*\*\*</sup>)**

*Δ6 Désaturase*

VÉGÉTAUX

Acide Gamma  
Linolénique (GLA<sup>\*\*\*</sup>)

Acide stéaridonique  
(SDA<sup>\*\*\*\*</sup>)

ANIMAUX

Acide Dihomo Gamma  
Linolénique (DGLA<sup>\*\*\*</sup>)

Acide Éciosa  
Tétraénoïque (ETA<sup>\*\*\*\*</sup>)

CHAINES  
LONGUES  
20 C

Acide Arachidonique  
(AA<sup>\*\*\*\*</sup>)

Acide Éciosa  
Pentaénoïque (EPA<sup>\*\*\*\*\*</sup>)

CHAINES  
LONGUES  
22 C

Acide DocosaPentaénoïque  
(DPA<sup>\*\*\*\*\*</sup>)

Acide DocosaHexaénoïque  
(DHA<sup>\*\*\*\*\*</sup>)

**\*\* \*\*\* \*\*\*\* \*\*\*\*\***  
*Nombre d'insaturations*  
  
*JACQUES B. BOISLÈVE*  
*Biochimie Physiologique et*  
*Nutritionnelle*  
*Holosys Éditions 2022*