

PRINCIPALI IONI PRESENTI NELLE CELLULE E LORO FUNZIONI

ELEMENTO	FORMA NELLA QUALE VIENE ASSUNTO	FUNZIONE
CALCIO	Ca^{++}	COSTITUENTE DELLE OSSA E DEI DENTI E COINVOLTO NELLA COMUNICAZIONE TRA CELLULE, NELLA CONTRAZIONE MUSCOLARE E NELLA COMUNICAZIONE NERVOSA.
MAGNESIO	Mg^{++}	COSTITUENTE DELLA CLOROFILLA, ATTIVATORE DI ENZIMI.
POTASSIO	K^+	ATTIVATORE DI ENZIMI, COINVOLTO NELL'IMPULSO NERVOSO, NELL'APERTURA DEGLI STOMI E NELLA CREAZIONE DEL POTENZIALE ELETTRICO DELLE MEMBRANE.
SODIO	Na^+	COINVOLTO NELL'IMPULSO NERVOSO E NELLA CREAZIONE DEL POTENZIALE ELETTRICO DELLE MEMBRANE.
FERRO	Fe^{++}	COSTITUENTE DELL'EMOGLOBINA E DI ALCUNI TRASPORTATORI DI ELETTRONI.
RAME	Cu^{++}	ATTIVATORE DI ENZIMI, COINVOLTO NELLA PRODUZIONE DI GLOBULI ROSSI.
ZINCO	Zn^{++}	ATTIVATORE DI ENZIMI.
AZOTO	NO_3^- (Nitrato) e NH_4^+ (Ammonio) per le piante; proteine per gli animali.	COSTITUENTE DI PROTEINE E ACIDI NUCLEICI.
CLORO	Cl^-	CONTRIBUISCE A CREARE IL POTENZIALE ELETTRICO DI MEMBRANA.
IODIO	I^-	COSTITUENTE DELL'ORMONE PRODOTTO DALLA TIROIDE.
FOSFORO	PO_4^{3-} (Fosfato) per le piante, sostanze organiche per gli animali.	COSTITUENTE DEI FOSFOLIPIDI, DEGLI ACIDI NUCLEICI, DI ALCUNE PROTEINE, DELL'ATP E DI ALTRI NUCLEOTIDI, PRESENTE NELLE OSSA E NEI DENTI.
ZOLFO	SO_4^{--}	COSTITUENTE DI ALCUNE PROTEINE E VITAMINE.