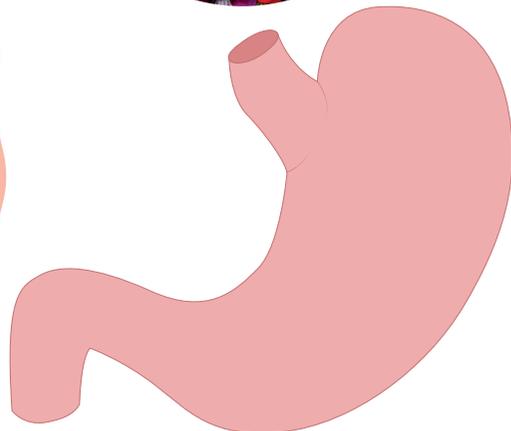
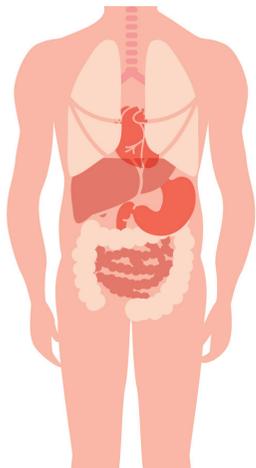


RESSOURCES PÉDAGOGIQUES LE SYSTÈME DIGESTIF

L E
CORPS HUMAIN EST
BIEN COMPLEXE ! IL FONCTIONNE
GRÂCE À UN INGÉNIEUX ASSEMBLAGE
D'ORGANES, DE MUSCLES, D'OS...
NOUS, LES ENZYMES, NOUS NOUS TROUVONS DANS
L'ESTOMAC. JE PEUX DONC TE PARLER DU SYSTÈME
DIGESTIF, DONT L'ESTOMAC FAIT PARTIE ! LE
SYSTÈME DIGESTIF REGROUPE TOUTES LES ÉTAPES
DE LA DIGESTION, ET TOUS LES ORGANES QUI
INTERVIENNENT ET JOUENT UN RÔLE DANS
CE PROCESSUS COMPLEXE !



TOUT COMMENCE PAR LA BOUCHE : NOUS MASTIQUONS LES ALIMENTS POUR LES DIVISER EN MORCEAUX ASSEZ PETITS POUR ÊTRE AVALÉS. LA SALIVE, QUI VIENT DES GLANDES SALIVAIRES, PERMET DE COMMENCER LA DIGESTION CAR ELLE TRANSFORME LES ALIMENTS POUR LES RENDRE PLUS FACILEMENT ASSIMILABLES PAR L'ESTOMAC. EN PLUS, ELLE AIDE LES ALIMENTS À GLISSER DANS LA GORGE ET DANS L'ŒSOPHAGE ! UN ADULTE PRODUIT EN MOYENNE 1 LITRE DE SALIVE PAR JOUR ! IMAGINE UNE BOUTEILLE D'EAU D'1 LITRE POUR TE RENDRE COMPTE DE LA QUANTITÉ : C'EST ÉNORME ! CHOSE ÉTRANGE : LA SAISON, LA POSITION ET L'HEURE FONT VARIER LA PRODUCTION DE SALIVE.

ENSUITE, LES ALIMENTS SE DIRIGENT VERS L'ŒSOPHAGE : CE GRAND TOBOGGAN PAR LEQUEL TU ES PASSÉ POUR ATTEINDRE L'ESTOMAC ! EN GREC, LE MOT ŒSOPHAGE SIGNIFIE "QUI TRANSPORTE CE QUE L'ON MANGE". **CE QUI EST PLUTÔT PARLANT TU NE TROUVES PAS ?** CE TUBE PEUT MESURER JUSQU'À 30 CENTIMÈTRES ! IL CONTINUE LA TRANSFORMATION DES ALIMENTS.

UNE FOIS QUE LES ALIMENTS ARRIVENT EN BAS DU TOBOGGAN, **LES VOILÀ DANS L'ESTOMAC**, UNE POCHÉ ÉLASTIQUE DONT LE RÔLE EST DE DIVISER LES ALIMENTS EN TOUT PETITS MORCEAUX. LES SUCS DIGESTIFS PRODUITS PAR L'ESTOMAC S'APPELLENT LES SUCS GASTRIQUES. ILS TRANSFORMENT ENCORE LES ALIMENTS POUR QU'ILS DEVIENNENT "COMPATIBLES" AVEC LA SUITE DU TRAJET. CE SONT NOUS, LES ENZYMES CONTENUES

DANS LES SUCS GASTRIQUES, QUI NOUS CHARGEONS DE LA TRANSFORMATION, EN COUPANT LES MOLÉCULES POUR LES RENDRE TRÈS PETITES. C'EST POUR CELA QU'IL EST IMPORTANT DE BIEN MÂCHER TES ALIMENTS : SI TU ENVOIES DES MORCEAUX TROP GROS DANS L'ESTOMAC, NOUS NE POUVONS PAS RÉALISER NOTRE MISSION COMME IL FAUT ! CETTE PARTIE DE LA DIGESTION DURE ENTRE 2 ET 6 HEURES SELON CE QUE TU AS MANGÉ.

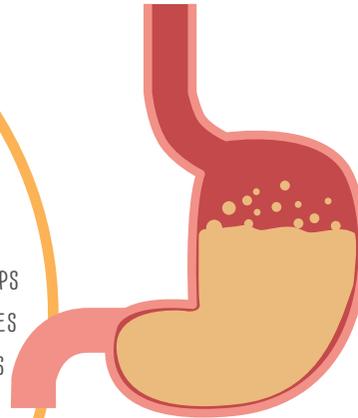
L'ÉTAPE SUIVANTE EST L'INTESTIN GRÊLE, CE TRÈS LONG TUYAU DE 6 MÈTRES EN MOYENNE QUI RELIE L'ESTOMAC ET LE GROS INTESTIN. LES SUCS DIGESTIFS QUE L'ON TROUVE DANS L'INTESTIN GRÊLE SONT APPORTÉS PAR LE FOIE ET LE PANCRÉAS. ILS TERMINENT LE PROCESSUS DE RÉDUCTION DES MOLÉCULES, ET CES MOLÉCULES TOUTES PETITES S'APPELLENT DES NUTRIMENTS. DANS L'INTESTIN GRÊLE, LES NUTRIMENTS SONT ABSORBÉS PAR LE SANG PAR DES PETITS TROUS SUR LA PAROI.

LA DERNIÈRE ÉTAPE DE LA DIGESTION EST LA FORMATION DES EXCRÈMENTS DANS LE GROS INTESTIN, AUSSI APPELÉ CÔLON, UN TUBE QUI MESURE ENVIRON 2 MÈTRES. LÀ, L'EAU EST ABSORBÉE DE TOUTES LES PETITES MOLÉCULES QUI NE SONT PAS PASSÉES DANS LE SANG. PUIS CES MOLÉCULES SONT COMPACTÉES POUR ÊTRE REJETÉES DU CORPS QUAND TU VAS AUX TOILETTES !

LA DURÉE TOTALE DE LA DIGESTION, C'EST-À-DIRE LA PÉRIODE ENTRE LE REPAS ET LE MOMENT OÙ TU VAS AUX TOILETTES DURE ENVIRON 39 À 66 HEURES EN MOYENNE.

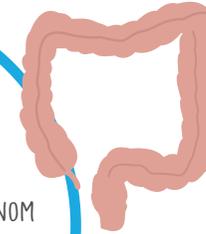
LES SUCS DIGESTIFS C'EST UNE FRIANDISE ?

NON ! CE SONT TOUTES LES SUBSTANCES CHIMIQUES QUI RÉDUISENT LES MOLÉCULES ALIMENTAIRES ET PERMETTENT LA DIGESTION. ILS CONTIENNENT BEAUCOUP D'ENZYMES. LES DIFFÉRENTS SUCS DIGESTIFS QUE NOUS PRODUISONS DANS LE CORPS HUMAIN SONT : LA SALIVE (DANS LES GLANDES SALIVAIRES), LES SUCS GASTRIQUES (DANS L'ESTOMAC), LES SUCS PANCRÉATIQUES (DANS LE PANCRÉAS, DISTRIBUÉ ENSUITE DANS L'INTESTIN GRÊLE), LA BILE (PRODUITE DANS LE FOIE, STOCKÉE DANS LA VÉSICULE BILIAIRE PUIS DISTRIBUÉE DANS L'INTESTIN GRÊLE) ET LES SUCS INTESTINAUX, DANS LE GROS INTESTIN.



LE TUBE DIGESTIF, C'EST COMME UN TUYAU ?

LE TUBE DIGESTIF EST L'AUTRE NOM DU SYSTÈME DIGESTIF. IL EST DIVISÉ EN PLUSIEURS PARTIES, QUI SONT LES DIFFÉRENTS ORGANES QUI LE COMPOSENT.



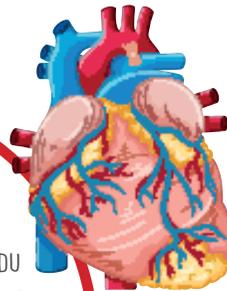
QUE SONT LES ENZYMES ?

CE SONT DES PROTÉINES. ELLES SERVENT À ACCÉLÉRER LA TRANSFORMATION DES MOLÉCULES EN AUTRES MOLÉCULES, COMME PAR EXEMPLE LES ALIMENTS EN NUTRIMENTS. GRÂCE À ELLES, LES TRANSFORMATIONS NÉCESSAIRES AU BON FONCTIONNEMENT DU CORPS HUMAIN PEUVENT AVOIR LIEU EN QUELQUES HEURES ET À LA TEMPÉRATURE DU CORPS HUMAIN. SANS ELLES, IL FAUDRAIT UNE PÉRIODE TRÈS LONGUE ET DES TEMPÉRATURES TRÈS HAUTES POUR ARRIVER AU MÊME RÉSULTAT !



C'EST QUOI UN ORGANES ?

CE SONT TOUS LES ÉLÉMENTS DU CORPS HUMAIN QUI ONT UN RÔLE PRÉCIS ET QUI PARTICIPE AU BON FONCTIONNEMENT DE L'ORGANISME. QUELQUES EXEMPLES D'ORGANES : LE COEUR, LE CERVEAU, L'ESTOMAC, LES INTESTINS, LE FOIE...



À QUOI SERVENT LES NUTRIMENTS ?

LES NUTRIMENTS SONT UTILISÉS PAR L'ORGANISME POUR COUVRIR SES BESOINS ET POUR QU'IL PUISSE VIVRE. IL LES TROUVE DANS NOS ALIMENTS, D'OÙ L'INTÉRÊT DE VARIER SES REPAS : PLUS TU MANGERAS DES CHOSES DIFFÉRENTES, PLUS LE CORPS AURA DE NUTRIMENTS DIFFÉRENTS POUR COUVRIR TOUS SES BESOINS !

