

La digestion



Tu aimes certainement manger...
C'est normal, car ton corps a **besoin** de nourriture pour fonctionner correctement.
Sans nourriture, tu n'aurais plus d'énergie et tu tomberais malade.
Mais, les aliments que tu manges ne peuvent pas passer dans ton corps tels qu'ils sont. Ils doivent d'abord être digérés.

Qu'est-ce que la digestion ?

La digestion est la transformation des aliments que l'on mange en éléments de plus en plus petits, jusqu'à ce qu'ils puissent passer dans le sang pour être utilisés par toutes les cellules du corps. Pour les aliments, c'est comme un grand voyage à travers ton corps.

Tout commence ici !

La digestion commence **dans la bouche** : les dents broient les aliments, la salive les mouille et commence à les décomposer. Il est important de manger lentement et de bien mâcher pour digérer correctement.



Ensuite, c'est le grand toboggan !

Les aliments mâchés descendent jusque dans l'estomac par un grand tuyau appelé **œsophage**.

Arrivée dans «la marmite magique »

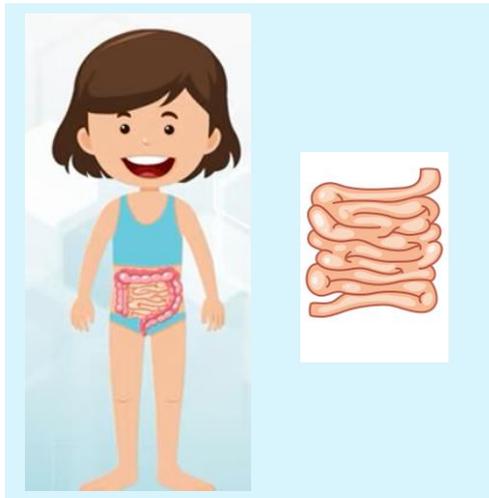
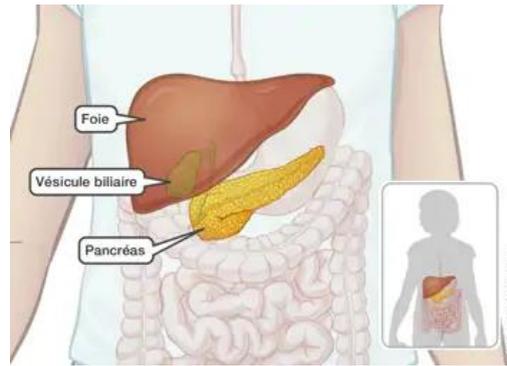
Dans l'**estomac**, la nourriture est mélangée avec des « jus spéciaux » (les sucs gastriques) qui la transforment en une sorte de soupe épaisse.

Cela permet de préparer les aliments pour qu'ils puissent continuer leur voyage.



On demande de l'aide !

Pour aider le corps à digérer, **le foie, la vésicule biliaire et le pancréas** envoient aussi des « jus spéciaux » (la bile et les sucs pancréatiques) dans l'espèce de soupe épaisse, juste à la sortie de l'estomac.

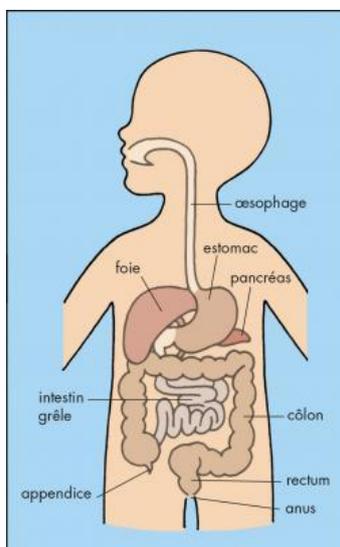


Traversée de la « station de tri »

La bouillie sortie de ton estomac et mélangée aux « jus spéciaux » passe ensuite dans un long tuyau appelé **intestin grêle**.
Il mesure plus de 6 mètres de long !
Là, ton corps garde tout ce qui est important : les vitamines, les protéines et d'autres choses qui te donnent de l'énergie.
Ces bonnes choses passent dans ton sang pour être transportées partout dans ton corps.
Ce qui n'est pas nécessaire continue son chemin .

Arrivée dans « la passoire »

Tout ce que ton corps n'a pas utilisé arrive dans **le gros intestin**, aussi appelé **côlon**.
Ce gros tuyau mesure environ 150 cm.
Il retire presque toute l'eau et ce qui reste devient ce qu'on appelle... des cacas !



Le voyage se termine !

Le rectum est la partie finale de l'intestin où s'accumule le caca avant de sortir.
L'anus est un muscle qui permet de retenir le caca ou, au contraire, de le faire sortir quand on va aux toilettes.

Et chaque fois que tu manges, ce voyage recommence !

As-tu bien compris ?

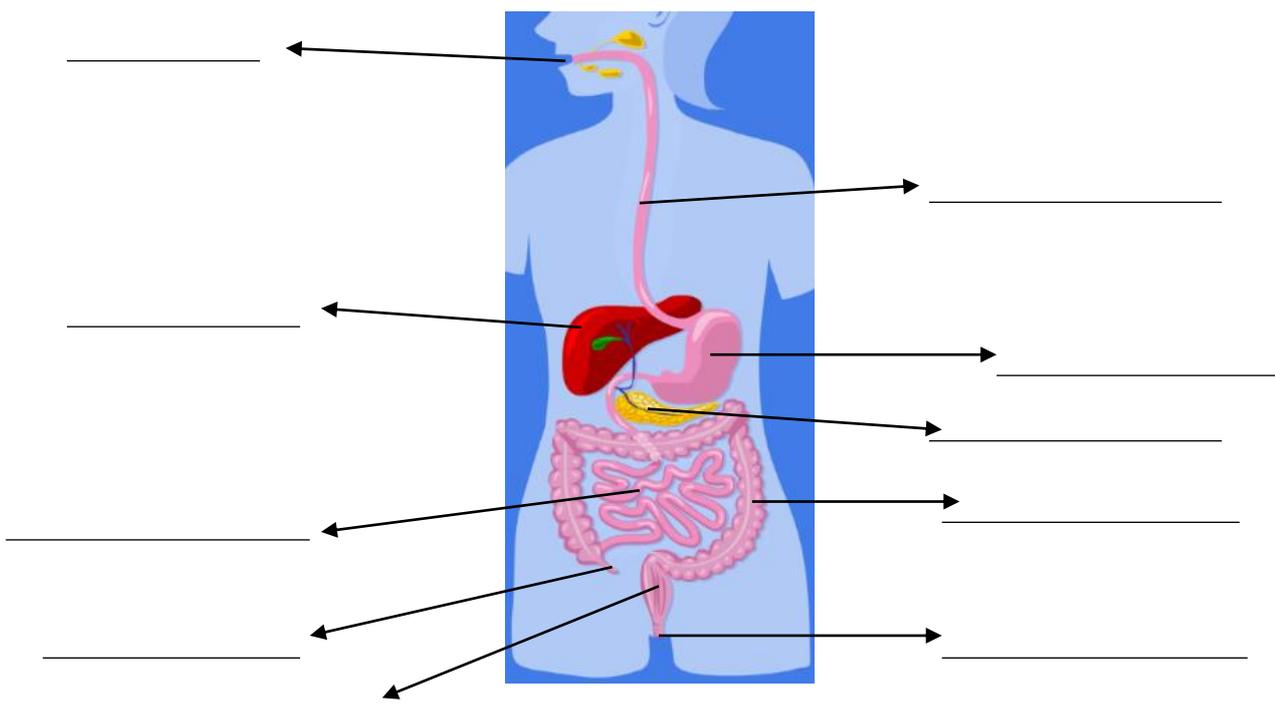
1. Associe chaque lettre à la phrase qui lui correspond.

- | | |
|---------------|---------------------------|
| A. La bouche | F. Le foie et le pancréas |
| B. Les dents | G. L'intestin grêle |
| C. La salive | H. Le gros intestin |
| D. L'œsophage | I. Le rectum |
| E. L'estomac | J. L'anus |

	C'est un long tuyau qui va de la bouche à l'estomac.
	Ils aident à la digestion, mais les aliments ne passent pas chez eux.
	Elles broient les aliments.
	C'est le muscle qui te permet de faire caca ou de le retenir.
	Elle mouille les aliments et commence à les décomposer.
	C'est là que ton corps absorbe les vitamines et tout ce dont il a besoin.
	C'est par là que les aliments entrent dans ton corps.
	C'est là que l'eau s'élimine, on l'appelle aussi le côlon.
	C'est là que les aliments se transforment en une espèce de soupe épaisse.
	C'est là que le caca s'accumule avant de sortir.

2. Remplace les noms au bon endroit.

bouche - œsophage - estomac - foie - pancréas - intestin grêle - côlon - appendice - rectum - anus



As-tu bien compris ? corrigé

1. Associe chaque lettre à la phrase qui lui correspond.

- | | |
|---------------|---------------------------|
| A. La bouche | F. Le foie et le pancréas |
| B. Les dents | G. L'intestin grêle |
| C. La salive | H. Le gros intestin |
| D. L'œsophage | I. Le rectum |
| E. L'estomac | J. L'anus |

D	C'est un long tuyau qui va de la bouche à l'estomac.
F	Ils aident à la digestion, mais les aliments ne passent pas chez eux.
B	Elles broient les aliments.
J	C'est le muscle qui te permet de faire caca ou de le retenir.
C	Elle mouille les aliments et commence à les décomposer.
G	C'est là que ton corps absorbe les vitamines et tout ce dont il a besoin.
A	C'est par là que les aliments entrent dans ton corps.
H	C'est là que l'eau s'élimine, on l'appelle aussi le côlon.
E	C'est là que les aliments se transforment en une espèce de soupe épaisse.
I	C'est là que le caca s'accumule avant de sortir.

2. Remplace les noms au bon endroit.

bouche - œsophage - estomac - foie - pancréas - intestin grêle - côlon - appendice - rectum - anus

