

Ma peau

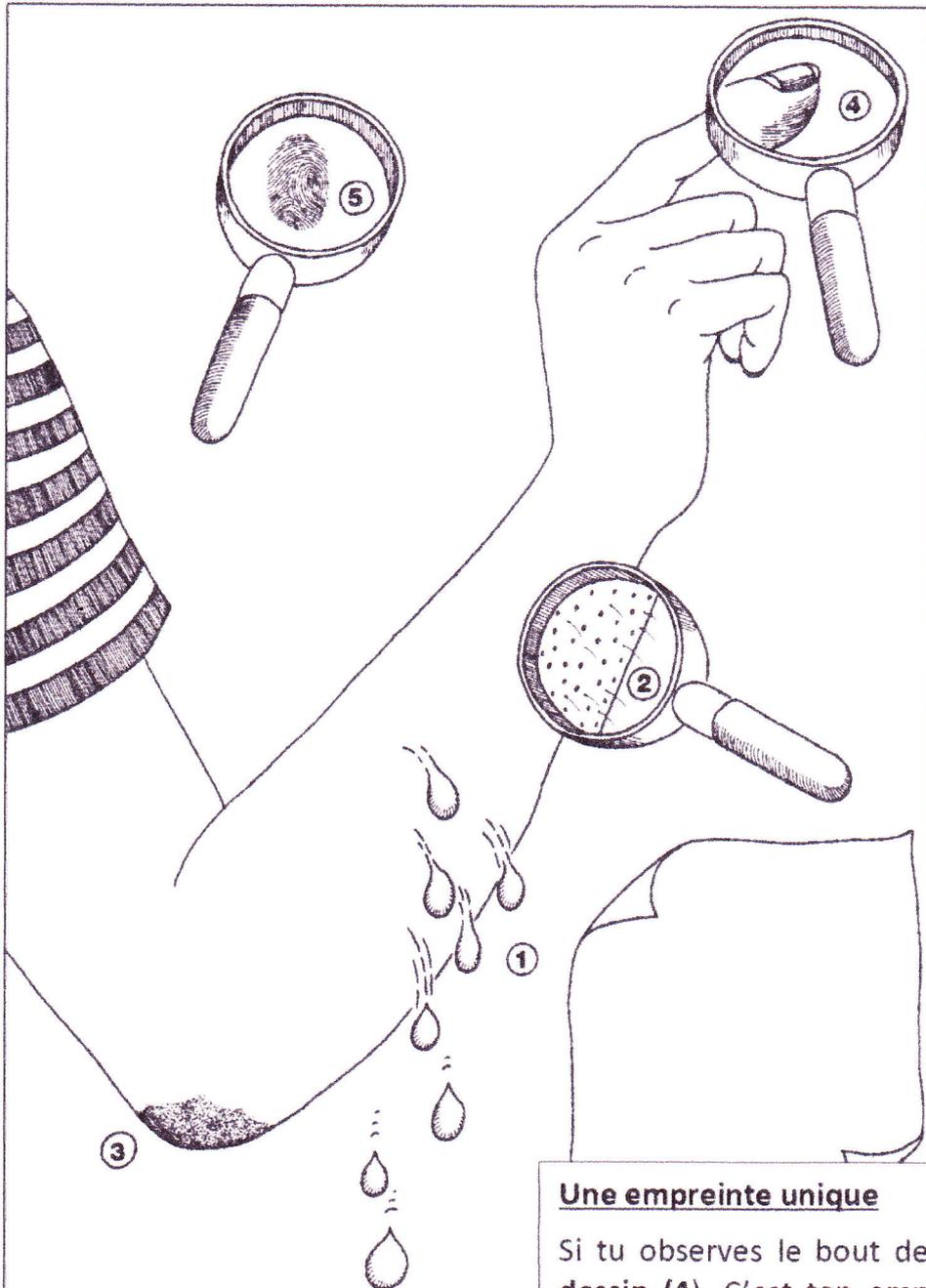
Bonjour, je suis la peau, ton premier vêtement. Je recouvre tout ton corps. Je suis comme un tissu élastique et **imperméable(1)**. L'eau glisse sur moi.

Je te protège

Quand tu as la chair de poule c'est parce que je te protège du froid.
Quand tu transpires, je te protège du chaud. La sueur passe par les **pores (2)**. Ce sont des millions de trous qu'on peut voir avec une grosse loupe. Grâce aux pores, je respire.

Si j'ai une écorchure, je me cicatrise et ainsi je te protège des microbes.

Quand tu restes longtemps au soleil, je fabrique un colorant qui s'appelle la mélanine et qui te fait bronzer. La mélanine te protège des coups de soleil.



Chacun sa peau

Je peux être de couleur différente. Ma couleur dépend de la couleur de peau des parents mais aussi du soleil.



Je suis vivante

Quand je reçois un coup, je change de couleur. Les petites veines qui me nourrissent avec le sang éclatent et forment une petite plaque de sang. C'est un **bleu (3)** qui disparaît au bout de quelques jours.

Une empreinte unique

Si tu observes le bout de tes doigts, tu aperçois un **dessin (4)**. C'est ton empreinte **digitale (5)**. Elle est unique : ça veut dire qu'aucune autre personne sur Terre n'a la même empreinte que toi.

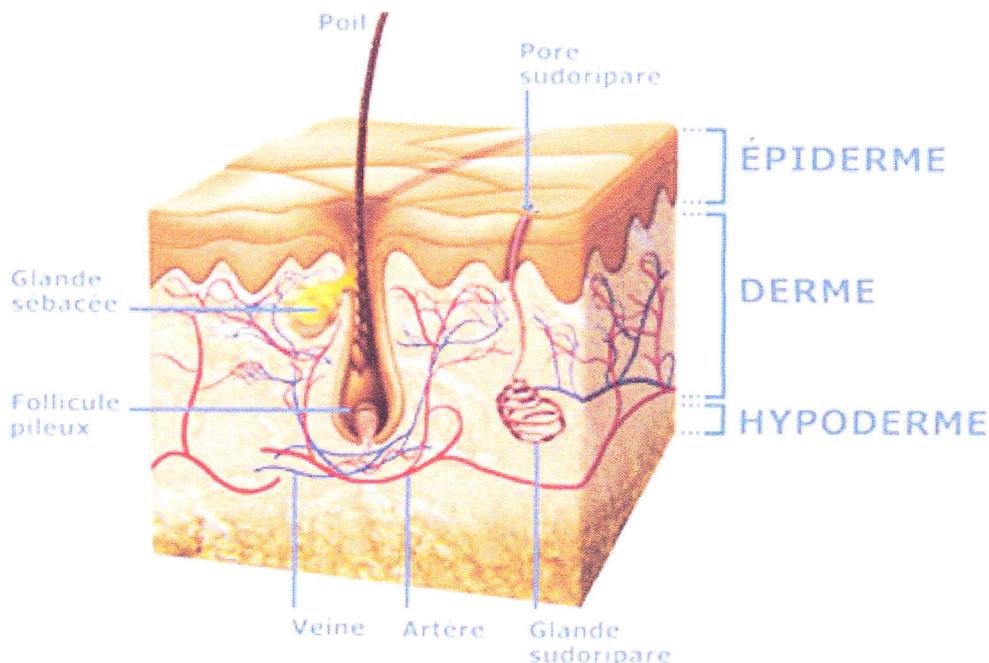
1. À quoi sert la peau dans notre corps ?

La peau a plusieurs rôles dans notre corps, voici les plus importants.

- Elle sert à protéger l'intérieur de notre corps en agissant comme une barrière contre les agressions de l'extérieur (exemples : les infections, les blessures, les rayons du soleil).
- Elle permet à notre corps d'avoir tout le temps une température de 37°C qu'il fasse chaud ou froid grâce à la transpiration et à la présence des poils.
- Elle permet de nous donner des renseignements sur le monde qui nous entoure, grâce au toucher et à sa grande sensibilité. Elle nous donne par exemple, des informations sur la texture des objets qui nous entourent, sur la température et aussi sur la douleur.

2. Comment est formée la peau ? La peau est formée de 3 couches :

- l'épiderme ;
- le derme ;
- l'hypoderme.



a. L'épiderme

C'est la couche située à l'extérieur.

Elle est formée de cellules mortes.

C'est au niveau de l'épiderme que l'on bronze.

b. Le derme

C'est la couche située juste en dessous de l'épiderme.

C'est une couche très épaisse.

Le derme protège et répare les blessures de la peau. Il fabrique les nouvelles cellules de la peau.

C'est au niveau du derme que naissent les poils.

c. L'hypoderme

C'est la couche située juste en dessous du derme.
Elle est faite de graisse et sert à protéger notre corps des chocs.
On la retrouve au niveau des talons ou des fesses par exemple.

3. Quels sont les dangers du soleil ?

Les rayons du soleil peuvent être très dangereux pour notre corps si nous ne faisons pas attention.

- Les rayons du soleil sont responsables **des coups de soleil**. Ce sont des brûlures de la peau qui peuvent faire très mal.
- Les rayons du soleil peuvent être responsables **d'allergies au niveau de la peau**. La personne a de petits boutons et très envie de se gratter.
- Les rayons du soleil peuvent être responsables **de cancer de la peau**.
- Les rayons du soleil peuvent être responsables **d'insolation**. La personne a beaucoup de fièvre, très mal à la tête et manque d'eau.

Pour garder une peau en bonne santé tout au long de sa vie et pouvoir profiter du soleil sans danger, il faut prendre des bonnes habitudes très tôt :

- Ne pas s'exposer au soleil en pleine journée
- Mettre un chapeau
- Porter un tee-shirt si on est un enfant
- Mettre une crème solaire avec un indice très fort
- Remettre de la crème toutes les deux heures
- Porter des lunettes de soleil
- Boire régulièrement de l'eau

Attention

Même si le temps est nuageux, que tu es à la montagne ou dans ton jardin, les rayons du soleil restent dangereux. Pense donc à te protéger !

Réponds par vrai ou faux à ces affirmations

- Il n'y a pas deux personnes au monde qui ont les mêmes empreintes digitales.
- La peau est vivante car le derme (couche inférieure) est vivant.
- L'épiderme (la couche supérieure) est composé de cellules mortes.
- La peau est toujours de couleur blanche.
- La peau est le plus grand organe du corps humain.
- Quand tu te douches, ou quand tu te baignes, l'eau passe à travers ta peau et rentre dans ton corps.
- La peau peut se transformer en écailles quand je vais dans l'eau.
- Il faut protéger sa peau du soleil car il peut l'abîmer.
- Quand il fait froid, tu peux avoir la chair de poule.
- Quand il fait chaud, des petites gouttes sortent par des trous de ta peau, les pores.
- Si je me donne un coup, la peau peut devenir bleue.
- La peau est l'organe qu'utilise le sens appelé : le goût.