

Séquence 4 : Alimentation et nutrition

Séance 2 : Le rôle de la bouche dans la digestion

Expérience :

Prends un morceau de pain que tu vas mâcher longtemps sans l'avaler.

Essaie de mémoriser les sensations (goût, texture du pain).

Reprends un morceau de pain frais (mâche normalement avant d'avaler) et compare-le avec le précédent mâché longuement.

Observation :

Après l'avoir longuement gardé en bouche, décris comment est le pain dans ta bouche :

.....

.....

La bouche a également deux autres fonctions :

1. **Choisir ses aliments** en fonction de leur goût grâce aux papilles gustatives situées sur la langue.
2. **Réguler la sensation de faim** : quand l'action de mâcher, la a été suffisante, le cerveau coupe la sensation de faim : c'est la.....
C'est pourquoi il est important de bien mâcher et de ne pas manger trop vite.

Pourquoi le pain change-t-il de goût dans la bouche ?

La salive est produite par les glandes salivaires. Elle contient une enzyme appelée l'**amylase**. L'amylase est une molécule qui coupe l'amidon (un sucre complexe) contenu dans le pain. Quand on mâche suffisamment longtemps un morceau de pain, celui-ci prendra un goût sucré, car l'amidon a été dégradé en molécules de glucose (un sucre simple responsable de la saveur douce). On peut donc dire que la digestion commence dans la bouche, grâce à la mastication et à l'action de la salive.

