

CKOITRUC - LA PEAU - MOBICLIC N°64 - JUILLET-AOÛT

Le soleil, c'est pas toujours le pied. Il faut savoir aussi s'en méfier. Cloques sur la peau et brûlures sont souvent les compagnons de l'été. Regarde nos deux amis : face au soleil, ils n'ont pas les mêmes chances. Il y en a un qui bronze et l'autre qui est en train d'attraper un énorme coup de soleil !

Les rayons du soleil

Quelle chaleur ici ! Le soleil brille. Il émet des rayons vers la Terre. Certains sont arrêtés par la couche d'ozone avant d'arriver sur Terre. D'autres passent et arrivent jusqu'à nous. Ils proviennent du même endroit, mais ne se ressemblent pas ! Pour les découvrir clique sur eux !

Les infrarouges

Les rayons infrarouges, ils sont invisibles et ils chauffent. Quand tu sens la chaleur du soleil sur ta peau, c'est bien eux. Inoffensifs, ils ne donnent pas de coups de soleil !

Les rayons de lumière

Les rayons de lumière, eux, sont visibles et inoffensifs ! C'est même grâce à eux que tu vois le jour et les couleurs. Ils ont pour propriété de les faire apparaître. Tu peux les apercevoir de temps en temps, au passage d'un arc-en-ciel.

Les rayons ultraviolets

Les rayons ultraviolets, appelés aussi UV, sont invisibles et ne chauffent pas ! À petite dose, ils sont bons pour la santé ; ils aident à fixer la vitamine D. Mais ils restent, le plus souvent, très dangereux pour la peau et pour les yeux ! Ils pénètrent dans la peau de deux façons : directement ou en se réfléchissant sur le sol. On peut donc attraper des coups de soleil ou bronzer sous un parasol !

Le bronzage

À ton avis, comment notre peau se protège-t-elle du soleil ? En épaississant et en bronzant ! Eh oui, la peau, mitraillée par les rayons ultraviolets, réagit en multipliant ses cellules. Les cellules, ce sont des milliards de petites bulles qui composent la peau. Elle se forme ainsi une petite carapace. Autre astuce : le bronzage ! La première couche de la peau s'appelle l'épiderme et la seconde le derme. Les flèches mauves, ce sont les UV. Maintenant, regardons de plus près comment notre peau réagit face à ces envahisseurs. Les UV touchent d'abord les cellules superficielles qui composent la peau. Elles envoient un message d'aide à un autre type de cellules qui se situent à la base de l'épiderme : les mélanocytes.

Les mélanocytes réagissent très vite à l'appel en fabriquant des petits sacs appelés mélanosomes. Ces derniers vont se remplir peu à peu d'un pigment, la mélanine. C'est elle qui colore notre peau. Il existe de la mélanine noire et de la mélanine rouge. Ceux qui bronzent facilement possèdent en plus grande quantité de la noire ! Et inversement pour les rouquins, c'est le rouge qui l'emporte ! Après s'être gorgé de mélanine noire, nos petits sacs s'engouffrent dans ces canaux pour rejoindre les cellules de la peau. Ils s'agglutinent alors autour du noyau des cellules pour le protéger. La mélanine noire empêche les rayons ultraviolets d'entrer au cœur de la cellule. Car, si c'était le cas, ils brûleraient notre cellule ! Nos petits sacs bourrés de mélanine continuent leurs parcours et remontent petit à petit vers la surface de la peau. Pour atteindre la couche superficielle de la peau et y mourir. Et hop, nous voilà enfin tout bronzé !

Les coups de soleil

À chaque coup de soleil, la peau souffre. Les dommages s'accumulent dans les cellules qui constituent la peau. C'est pour cette raison qu'il faut faire attention, car les coups de soleil accumulés dans l'enfance peuvent jouer un rôle dans l'apparition des cancers de la peau !

Les UV, les rayons ultraviolets, agressent les cellules superficielles de la peau. Cliquez sur les flèches pour écouter la suite. Elles envoient, alors, un message d'aide à un autre type de cellules qui se situent à la base de l'épiderme : les mélanocytes. Ces cellules, vont très vite réagir à cet appel en fabriquant des petits sacs appelés mélanosomes. Ces derniers se gorgent peu à peu d'un pigment, la mélanine. C'est elle qui colore notre peau. Il existe de la mélanine noire et de la mélanine rouge. Ici, vu la peau de notre ami, c'est la mélanine rouge qui l'emporte. Sa peau est donc plus fragile, car la mélanine rouge protège moins bien nos cellules. Ces petits sacs gorgés de mélanine rouge s'engouffrent dans ces canaux pour rejoindre les cellules de la peau qui souffrent ! Les mélanosomes devraient, comme dans le cas du bronzage, protéger la cellule attaquée. Mais ici, ils ne sont pas assez costauds. Leur couleur rouge n'empêche pas les UV de passer. Ils continuent leur route jusqu'au derme, la couche de la peau qui contient une multitude de vaisseaux sanguins. Pour protéger ces vaisseaux sanguins, les cellules de la peau réagissent une seconde fois. Elles envoient des substances en forme de S.O.S. Ces substances vont dilater les vaisseaux sanguins et entraîner un gonflement. La peau va alors rougir et gonfler. Si le coup de soleil est léger, il disparaîtra au bout de 3 jours. Mais si la peau est brûlée, elle va progressivement peler. Mais, plus grave encore, certains coups de soleil peuvent provoquer de la fièvre, des nausées et des vertiges. La douleur ? Elle est due aux vaisseaux dilatés. Ils sont plus gros, et donc compriment les nerfs qui se trouvent autour !

Le quiz du soleil

Que veut dire UV ?

Ultraviolet

Ultraviolet (ok)

Que mesure l'index UV ?

La durée de vie d'une crème solaire

L'intensité des rayons UV (ok)

La peau est-elle protégée quand on est mouillé ?

Oui, l'eau fait écran aux rayons du soleil

Non, l'eau n'arrête pas les UV (ok)

En montagne, les UV sont-ils plus intenses ?

Oui, car en altitude la couche d'atmosphère est plus fine (ok)

Non, car en altitude la couche d'atmosphère est plus épaisse

Quel est le nom de la substance, fabriquée par la peau, qui fait bronzer ?

La mélanine (ok)

La mélanone

Quelle est la meilleure heure pour aller au soleil en France ?

Entre 12 et 16 heures

Après 16 heures (ok)

Les nuages protègent-ils efficacement du soleil ?

Pas du tout, on peut attraper des coups de soleil par temps couvert (ok)

Oui, tout à fait, les nuages arrêtent les UV

Pourquoi les enfants de moins de 15 ans sont-ils moins protégés ?

Leur système de protection n'a pas fini de se développer (ok)

Les indices de crème solaire ne sont pas assez forts

Jusqu'à quel âge ne faut-il pas jouer au soleil ?

7 ans

3 ans (ok)

Parmi tous les rayons du soleil quels sont ceux qui donnent de la chaleur ?

Les infrarouges (ok)

Les ultraviolets

Que faut-il faire en cas de coup de soleil ?

Boire beaucoup d'eau (ok)

Se mettre dans l'eau

Le parasol protège-t-il du soleil ?

Oui, car il arrête les UV (ok)

Non, les UV passent à travers

Que faut-il faire en sortant de l'eau ?

Se badigeonner de crème (ok)

Vite se coucher au soleil pour se sécher

Parmi ces deux éléments, quel est celui qui protège le plus du soleil ?

Le vent

Les nuages (ok)

Quelles sont les propriétés de la crème solaire ?

Elle empêche de prendre des couleurs

Elle diminue le risque de coups de soleil (ok)

Une peau bronzée est-elle protégée ?

Oui, elle s'est épaissie et ne laisse plus passer les UV

Non, elle laisse encore passer les UV (ok)

Les dico

Cancer : maladie provoquant une multiplication désordonnée des cellules du corps

Cellule : le plus petit élément d'un être vivant.

Pigment : substance fabriquée par les êtres vivants, qui donne leur coloration aux tissus.