

## RÉPONSES AUX QUESTIONS DES ÉLÈVES DE CM1A

### **1°) Le sel est-il indispensable à la vie?**

Oui, car le corps humain est constitué à 80% d'eau (ou 4/5 ième) et il s'agit d'eau salée. Le corps humain perd tous les jours du sel (par exemple dans les urines ou la sueur) et il faut bien remplacer ce sel perdu en le mangeant.

Ainsi dans le désert où on sue beaucoup (on perd donc beaucoup de sel et d'eau), il faut boire de l'eau mais aussi manger du sel car la sueur est un liquide très salée.

### **2°) Peut-on supprimer complètement le sel de l'alimentation?**

Non, sa suppression totale est impossible car il est présent dans de nombreux aliments.

### **3°) Peut-on vivre en ne mangeant que du sel?**

Non; car d'autres aliments sont indispensables à la vie (comme l'eau, les graisses ou les protéines). Et puis où serait le plaisir de manger?

### **4°) Joue-t-il un rôle pour bâtir notre squelette ?**

Le sel n'a aucun rôle dans la constitution du squelette.

L'élément indispensable est ici plutôt le calcium qu'on trouve en grande quantité dans le lait, le fromage ou les yaourts

### **5°) Et les muscles?**

Ici, la réponse est identique. Les protéines, par contre, jouent un grand rôle. On les trouve, par exemple, dans la viande.

### **6°) Nous aide-t-il à grandir?**

Pas directement mais il est certain qu'un régime sans sel ralentirait la croissance.

### **7°) Pourquoi donne-t-on du sel aux animaux?**

Il s'agit surtout des herbivores car leur alimentation naturelle (l'herbe) est pauvre en sel et surtout quand on les nourrit avec du foin. Ces animaux sont comme nous constitués essentiellement d'eau salée et il faut bien compenser leur perte en sel.

### **8°) Est-ce que le sel renforce les sabots des chèvres?**

On ne connaît pas bien le mécanisme de formation des sabots. Le sel a peut-être un rôle à y jouer.

### **9°) Les vaches, les chèvres réduisant: elles plus de lait quand elle consomme du sel?**

Une bonne productrice de lait doit être en bonne santé c'est-à-dire avoir régime alimentaire normalement salé, mais je ne pense pas que d'augmenter la ration en sel augmente la production de lait.