

Où peuvent se cacher les microbes ?

Dans ton corps, il y a 2 à 10 fois plus de microbes que de cellules. Tu te demandes où ils se cachent ? Pars à l'exploration !

La peau. Elle abrite en moyenne 1000 milliards de bactéries qui varient en fonction de ton âge, ton sexe, ton hygiène, tes habitudes alimentaires... Il ne faut jamais s'échanger les serviettes de toilettes, brosses à dent ou mascara au risque d'attraper bactéries ou virus des autres. Ils peuvent convenir à tes proches mais ne pas être supportés par ton corps.

Les mains. L'être humain transporte 10 millions de bactéries sur chaque centimètre carré de ses mains. Elles appartiennent à plus de 150 espèces et il y a de grandes différences d'une personne à l'autre. Les policiers travaillent même sur l'utilisation d'empreintes microbiennes qui pourraient permettre de retrouver des coupables sur des supports, comme le tissu, qui ne gardent pas les empreintes digitales.

Le ventre. L'intestin contient près de 100 000 milliards de bactéries. Elles jouent un rôle dans la digestion puisqu'elles transforment et extraient l'énergie des aliments qui ont échappé à l'action de nos sucs digestifs, mais pas que ! Elles font aussi barrière contre des microbes dangereux pour la santé.

Les cheveux. Comme le reste du corps, le cuir chevelu est rempli de micro-organismes qui assurent sa bonne santé. La plupart s'en vont avec le shampoing. Il leur faut 4 à 7 jours pour revenir. C'est pour cela qu'il ne faut pas se laver les cheveux tous les jours.

La bouche. Après l'intestin, c'est l'endroit qui contient le plus de vies microscopiques ! 1 ml de salive contient 750 millions de bactéries. Quant aux dents, elles sont recouvertes de protéines contenues dans la salive puis recouvertes de bactéries qui adhèrent aux dents et forment des microcolonies. Tu as déjà entendu parler de plaque dentaire ? C'est cela ! Si elle n'est pas éliminée par un bon brossage, elle se transforme en tartre, et favorise les caries.

Le visage. Il est recouvert de microbes. Inutile de chercher à l'éradiquer, le microbiote cutané te rend service ! Il évite aux envahisseurs de s'installer et produirait même des protéines qui repoussent des maladies comme le cancer de la peau. Parfois, le microbiote n'est pas assez puissant. Si les mauvaises bactéries comme celles de l'acné s'installent, les boutons apparaissent.

Les aisselles. A l'adolescence, les glandes qui produisent la sueur entrent en action. Elles sécrètent des protéines et des lipides qui ne sentent rien mais attirent les bactéries. L'aisselle en est pleine. Chaque centimètre carré de peau en contient 10 millions contre seulement 100 par cm² sur le torse. L'une d'entre elle, le *Coryne-bacterium* est responsable des mauvaises odeurs.

Les pieds. Ici, c'est un peu comme pour les aisselles. Il y a des glandes qui sécrètent de la transpiration pour réguler la température du corps. Qui dois-tu accuser pour l'odeur de jus de chaussettes ? La bactérie *Brevibacterium epidermis*.

LE SUJET T'INTÉRESSE ?

Clap'santé a dévoré le livre « Que serions-nous sans eux ? Les microbes de notre quotidien », de Murielle Naïtali, édition Quae. Il raconte la vie de 10 personnes qui partagent un moment de leur journée. Et les microbes sont partout ! Les plus grands pourront le lire sans difficulté.