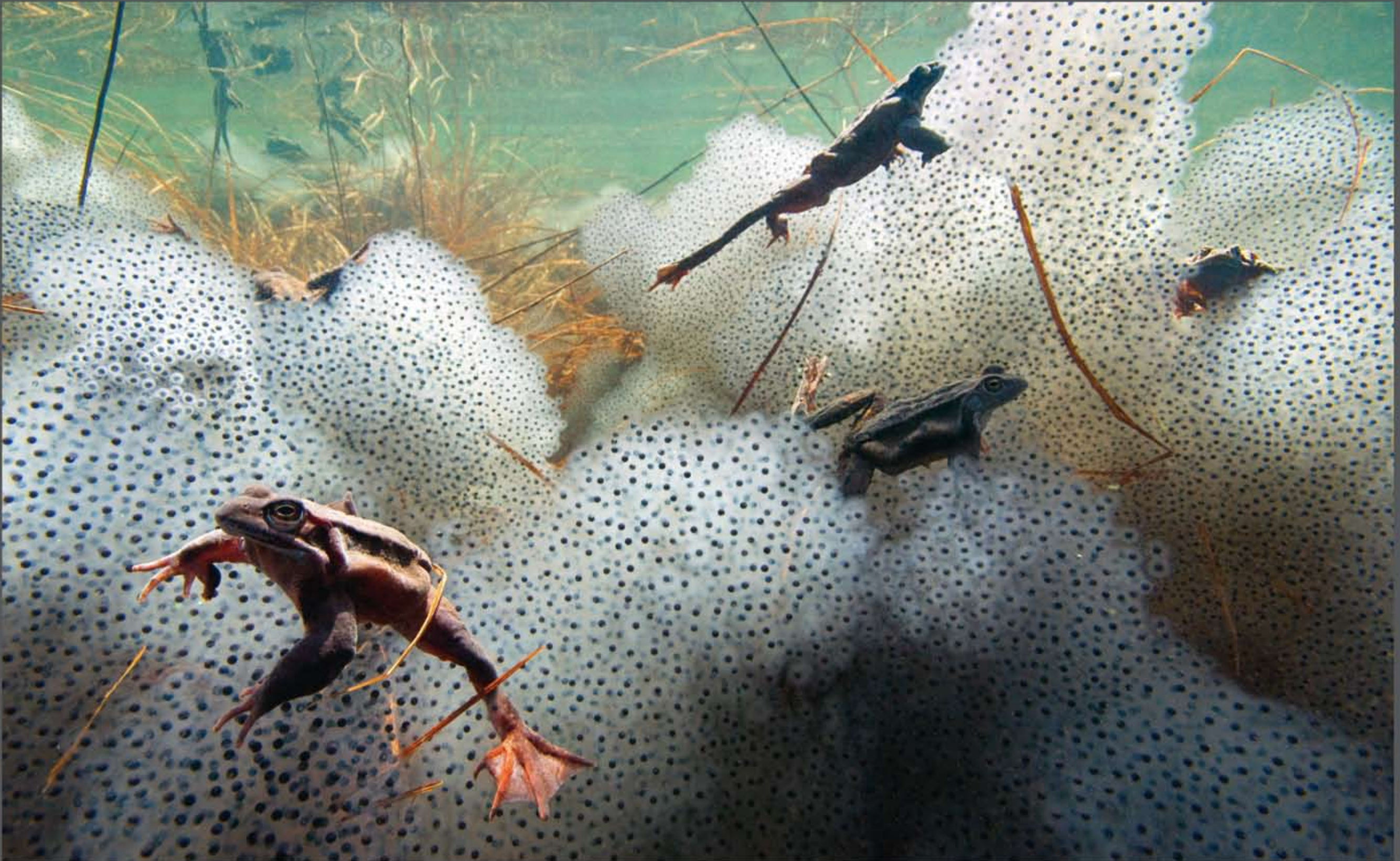


L'eau au cœur de la vie



Plus d'informations sur : www.ledeveloppementdurable.fr
Toute l'information sur l'environnement sur www.goodplanet.info

Grenouilles rousses sous la surface d'un lac en France.

Photo © Michel Loup



**Un être humain
ne survit pas plus de quelques jours sans boire.**



L'eau est un constituant fondamental de tous les êtres vivants. Les premières formes de vie –des bactéries– sont apparues il y a plus de 3,5 milliards d'années dans un milieu aquatique. Ainsi le corps humain est constitué de 65 % d'eau, le cerveau en contient 76 % et les os 22,5 %. Toute l'eau perdue par la respiration (au moment de l'expiration), l'excrétion et surtout la transpiration doit être compensée : un être humain doit ainsi absorber au moins deux litres d'eau par jour dont une partie est contenue dans la nourriture. Sans hydratation régulière, un être humain meurt rapidement ; il en est de même pour tout ce qui vit : aucun être vivant n'est capable de se constituer et de subsister sans renouveler les quantités d'eau qui sont nécessaires au fonctionnement de son organisme.