

Université de Tiaret
Faculté des Sciences de la Nature et de la Vie
Département de Biologie

Spécialité : M2 Infectiologie

Année universitaire : 2024-2025

Corrigé type Nutrition et Diététique

1-Définir les termes suivants :

Nutrition :(01 point)

La nutrition est une fonction assurant le maintien de l'organisme, sa survie et sa croissance en lui fournissant les matériaux essentiels ainsi que l'énergie dont il a besoin.

Nutriment (01 point)

Les nutriments sont l'ensemble des substances apportées par les aliments après la digestion utilisées par les cellules de l'organisme.

Apports nutritionnels de référence (01 point)

L'apports nutritionnels de référence est le terme générique désignant un ensemble de valeurs de référence utilisées pour planifier et évaluer les apports nutritionnels des personnes en bonne santé. Ces valeurs, qui varient selon l'âge et le sexe

2- (03.75 points)

1-La protection contre les infections gastro-intestinales dans les pays en développement mais aussi dans les pays industrialisés ;

2-Elle protège les nouveau-nés des infections et réduit leur taux de mortalité.

3-Elle constitue une source importante d'énergie et de nutriments pour les enfants âgés de 6 à 23 mois.

4-Elle peut répondre à plus de la moitié des besoins énergétiques d'un enfant de 6 à 12 mois et à environ un tiers des besoins énergétiques de 12 à 24 mois.

5-Elle joue un rôle crucial dans l'apport d'énergie et de nutriments en cas de maladie, réduisant ainsi les taux de mortalité chez les enfants souffrant de malnutrition.

3-

Préparations à base de lait de vache **(0.25)**, Préparations à base de soja **(0.25)**, Préparations spécialisées **(0.25)**

4- (03 points)

1-Peut affecter la santé mentale des enfants et leur survie ;

2-Pendant la période néonatale, l'enfance et l'adolescence provoque l'hypothyroïdie ou hyperthyroïdie

3-Le déficit grave pendant la grossesse provoque la mort à la naissance, avortement spontané et anomalies congénitales

5- (03 points)

Un régime équilibré doit contenir tous les éléments nutritifs avec des quantités adaptées à la physiologie de la personne, en fonction de son âge, sexe, son activité professionnelle.

Consommation des glucides complexes au lieu des glucides simples

Consommation des protéines maigres (poulet et poissons)

Boire beaucoup d'eau (la quantité en fonction du poids et de la saison)

Consommation des acides gras poly-insaturés et mono-insaturés et saturés modérément

Consommation des aliments riches en fibres à cause de leur effets métaboliques bénéfiques

Consommation des fruits et des légumes frais et saisonniers

Diminution de la quantité de sel dans les plats préparés

Eviter tous les aliments transformés

6-

A- L'état de santé de Madame Meriem (02.50 points)

Calcul de l'IMC : $IMC = \text{poids kg} / (\text{taille m})^2 = 75 / (1.50)^2 = 33.33 \text{ Kg/m}^2$

Madame Meriem souffre d'une obésité, d'un diabète et d'une hypertriglycémie

B- Conseils (04 points)

- La consommation des graisses polyinsaturées et monoinsaturées,
- Privilégiant les sucres complexes.
- Pratiquer l'activité physique
- Boire abondamment, environ 2 litres par jour pour augmenter le débit urinaire
- Limiter la consommation quotidienne de matières grasses à environ 40 à 50 grammes.
- Favoriser les sources de protéines maigres
- Contrôler les portions et la répartition des repas
- Contrôler les glucides