



BRANCHE	SECTION(S)	ÉPREUVE ÉCRITE
Éducation à la santé	14EDAN	<i>Durée de l'épreuve</i> <b>2 heures</b>
		<i>Date de l'épreuve</i> <b>30 mai 2017</b>
		<i>Numéro du candidat</i>

**1. Hygiène de vie pendant la grossesse**

**(14 pts)**

Deborah, enceinte depuis 2 mois, a une conversation avec sa meilleure amie, Julie, qui est une végétalienne enthousiaste. Julie essaie de convaincre son amie de suivre également ce régime car, selon elle, il éliminera de nombreux risques pour l'enfant, liés à l'alimentation.

- Citez les différents risques qui pourraient être évités par ce type d'alimentation et indiquez pour chacun les catégories d'aliments qui en sont responsables. (5 pts)
- Bien que Deborah soit en grande partie convaincue des arguments de son amie, elle a peur que ce régime puisse être dangereux pour sa grossesse. Le régime végétalien est-il adapté à la grossesse ? Expliquez en donnant 4 exemples concrets. (4 pts)
- Suite à cette discussion Deborah décide de manger plus de légumes pour son bien-être et celui de son futur enfant. Quelles sont les recommandations quant à la préparation des légumes, particulièrement lors de la grossesse ? (2 pts)
- Quels petits maux de la grossesse peuvent être évités par la consommation régulière de légumes ? (3 pts)

**2. Alimentation**

**(15 pts)**

Dans la maison de retraite de Mersch, le menu de midi est le suivant :

- 1 verre de jus d'oranges frais et 1 verre d'eau
- pavé de bœuf avec mayonnaise
- purée de pommes de terre
- carottes à l'huile d'olive
- crêpes

- a. Indiquez les aliments qui apportent des hydrates de carbone. Précisez leur classification. (5 pts)
- b. Indiquez les portions des groupes alimentaires et les aliments qui ont déjà été consommés, ainsi que les portions qui doivent encore être rattrapées au cours de cette journée. Analysez ce menu et expliquez s'il correspond aux recommandations internationales pour une alimentation saine et équilibrée, sachant que la taille des portions pour des adultes a été respectée. (10 pts)

**3. Etude de cas (12 pts)**

Dans la maison de retraite où vous travaillez, vous trouvez M. Lebeau face à terre dans sa chambre. Vous courez vers lui et demandez s'il s'est fait mal. Il ne semble pas blessé, mais il n'arrive pas à parler, sa bouche est déviée du côté gauche et il a des difficultés à respirer.

- a. De quel problème M. Lebeau est-il atteint ? (1 pt)
- b. Citez 3 autres symptômes que M. Lebeau pourrait présenter dans ce cas-ci. (3 pts)
- c. Mis à part la position adéquate, quelle est la conduite à tenir dans cette situation ? (4 pts)
- d. Citez 4 facteurs de risque qui contribuent au développement de cet état. (4 pts)

**4. Fièvre (10 pts)**

La mère de Christophe est inquiète lorsqu'elle l'amène dans votre crèche: elle lui a pris la température (au niveau rectal) à 6 et à 7 heures du matin et à chaque fois le thermomètre a indiqué 38,3°C.

- a. Peut-on parler de fièvre dans ce cas-ci ? Justifiez votre réponse ! (2 pts)
- b. Quels conseils non médicamenteux, pouvez-vous donner à la mère de Christophe afin de diminuer la température chez son enfant? (3 pts)
- c. Dans quelles situations conseillez-vous d'aller consulter le médecin en ce qui concerne l'évolution de la température de Christophe? (2 pts)
- d. Pourquoi est-il contre-indiqué de donner de l'aspirine à un enfant ? Expliquez ! (3 pts)

## 5. Etude de cas

(9 pts)

Lors de vos achats dans un supermarché, vous apercevez un homme âgé qui vient de tomber. Vous courez vers lui et vous constatez qu'il a perdu conscience. Heureusement, il regagne conscience après quelques secondes. Il vous affirme qu'il va bien et qu'il ne s'est pas fait trop mal, mais il se plaint de maux de tête.

- a. Même s'il ne s'est rien cassé après sa chute, sa perte de conscience doit vous alerter. De quel problème le monsieur souffre-t-il probablement ? (1 pt)
- b. Expliquez, pour ce problème, de quoi il s'agit! (2 pts)
- c. En tant que personne responsable, décrivez la position dans laquelle vous allez installer le monsieur en attendant de l'aide. Justifiez pourquoi ! (4 pts)
- d. Quels sont les risques qui pourraient apparaître suite au problème dont souffre cette personne ? (2 pts)