

BTS ÉCONOMIE SOCIALE FAMILIALE

SCIENCES APPLIQUÉES A L'ALIMENTATION ET A LA SANTÉ

Session 2006

Durée : 3 heures
Coefficient : 3

Matériel autorisé :

Calculatrice conformément à la circulaire N°99-186 du 16/11/1999

Le candidat utilise exclusivement les copies distribuées par le centre

Dès que le sujet vous est remis, assurez-vous qu'il est complet.
Le sujet comporte 6 pages, numérotées de 1/6 à 6/6.

BTS ÉCONOMIE SOCIALE FAMILIALE		Session 2006
SCIENCES APPLIQUÉES A L'ALIMENTATION ET A LA SANTÉ		Code : ESSAS NC
Coefficient : 3	Durée : 3 heures	Page : 1/6

Vous êtes technicien supérieur en économie sociale familiale dans un foyer logement pour personnes âgées à revenus moyens. Votre mission consiste entre autres à informer les résidents afin de leur permettre de conserver un bon état de santé et de préserver leur autonomie.

Les résidents de ce foyer vivent dans des studios équipés d'un coin cuisine. Toutes ces personnes sont autonomes mais certaines commencent à subir les effets du vieillissement : elles se plaignent de divers problèmes de santé ainsi que d'un manque d'appétit et avouent peu de désir de cuisiner du fait de leur solitude. Dans ce foyer, seuls les repas du midi peuvent être pris au restaurant collectif, mais un supermarché est accessible à proximité du foyer logement.

1. Dans un premier temps, vous vous intéressez au vieillissement. Vous savez que toutes les fonctions de l'organisme sont modifiées par le vieillissement.

A partir de recherches documentaires et de vos connaissances, vous dressez un bilan des modifications engendrées par le vieillissement.

1.1 Récapitulez à votre intention, sous forme synthétique, les effets du vieillissement et ses manifestations sur l'appareil locomoteur, le système nerveux et l'appareil cardio-vasculaire en indiquant les pathologies susceptibles d'apparaître.

1.2 Précisez les origines possibles du vieillissement cellulaire.

2. Vous décidez ensuite de vous intéresser plus spécifiquement à l'amélioration de l'alimentation et/ou de ses conditions lorsque les résidents prennent leur repas dans leur appartement.

2.1. Vous vous demandez si le désintérêt de ces personnes pour l'alimentation a un lien avec le vieillissement de la fonction digestive. Vous faites le point sur les conséquences du vieillissement sur le fonctionnement de l'appareil digestif en indiquant les troubles dont les personnes peuvent se plaindre.

Rédigez le contenu de cet aide-mémoire.

- 2.2. Dans un deuxième temps, vous proposez une fiche de six conseils à destination des résidents pour pallier les troubles digestifs de ces personnes.

Proposez le contenu de ce document.

En vue d'éventuelles questions, préparez la justification des six conseils prodigués.

2.3. Enfin, vous constatez chez les résidents une alimentation riche en charcuteries, beurre et biscuits au beurre. Sans viser obligatoirement une modification importante de ces habitudes souvent liées au plaisir de manger, vous réalisez, à votre intention, une analyse critique de la consommation quasi exclusive de ces lipides en précisant les impacts possibles sur la santé des résidents.

Rédigez ce texte d'environ dix lignes.

3. Pour illustrer votre intervention sur l'adaptation de l'alimentation aux besoins et aux difficultés de la personne âgée, vous interrogez Mme X, résidente de 80 ans, présentant des problèmes dentaires et une constipation chronique.

Vous conduisez une enquête alimentaire sur trois jours auprès de cette personne.

3.1. Réalisez l'analyse critique des trois journées de repas de Mme X. et justifiez vos commentaires au regard de ses besoins nutritionnels et de ses difficultés.

3.2. Proposez une correction de ces repas et justifiez vos choix.

ANNEXES

Annexe 1 : Quelques maux du troisième âge et leur prévention
Extraits de différentes revues.

Annexe 2 : Trois jours de repas de Mme X

Annexe 3 : Comparatif de quelques apports nutritionnels conseillés entre une femme adulte de référence et une personne âgée

Barème :

Questions	Nombre de points
1.1	10
1.2	2
2.1.	7
2.2.	8
2.3.	7
3.1.	12
3.2.	8
Clarté et rigueur de l'expression	6
Total	60

L'évaluation de l'épreuve porte sur :

- la qualité du raisonnement,
- l'exactitude et la précision des connaissances,
- la maîtrise du langage scientifique et technique,
- la pertinence des choix et l'adaptation du langage au regard du public,
- la clarté et la rigueur de l'expression.

ANNEXE 1

Quelques maux du troisième âge et leur prévention

■ LES MALADIES CARDIO-VASCULAIRES

Attaque cérébrale, angine de poitrine, infarctus, artérite, insuffisance cardiaque ... Le sujet âgé est particulièrement exposé aux maladies du cœur et des artères. Ainsi 10% des personnes de 70 ans et plus souffrent d'insuffisance cardiaque. La plupart des maladies cardio-vasculaires peuvent être plus ou moins contrôlées par des médicaments et/ou une intervention chirurgicale (pontage ...), mais elles restent graves et handicapantes. Pour les prévenir, il faut agir sur les facteurs de risques, notamment le diabète, l'hypertension artérielle, l'excès de cholestérol et le tabagisme [...]

■ L'OSTÉOPOROSE

Une femme ménopausée sur trois souffre d'ostéoporose. Cette maladie est moins fréquente chez les hommes. Parce qu'elle fragilise les os, l'ostéoporose est responsable de fractures et de tassement de vertèbres lors de traumatismes minimes. Il existe de nombreux médicaments qui permettent d'éviter de nouvelles fractures en ralentissant la perte osseuse.

Le mieux est encore la prévention par des règles de vie simple, mais à adopter le plus tôt possible. S'alimenter dès le plus jeune âge de façon équilibrée, avec un régime assez riche en calcium et en vitamine D ; pratiquer toute sa vie une activité physique régulière et pour les femmes, suivre un traitement hormonal à la ménopause, sont les 3 principes de base pour prévenir ou retarder l'ostéoporose.

■ L'ARTHROSE

Trois millions et demi de Français de plus de 65 ans souffrent d'arthrose. Cette maladie est liée à l'usure progressive des cartilages qui recouvrent les articulations. Elles se traduisent par des douleurs, fréquentes surtout au niveau des articulations portantes (colonne vertébrale, hanche, genou ...). Le traitement de l'arthrose évoluée fait surtout appel à des antalgiques et des anti-inflammatoires.

Quant à sa prévention, elle passe par une bonne hygiène de vie : alimentation équilibrée, lutte contre l'excès de poids, exercice physique régulier en évitant le surmenage sportif.

■ LA MALADIE D'ALZHEIMER

Cette forme de démence touche 5% des plus de 65 ans. Elle se manifeste notamment par des troubles de mémoire et une désorientation.

[...]

ANNEXE 2

3 jours de repas de Mme X Enquête alimentaire réalisée par le (la) technicien(ne) supérieur(e) en ESF

	JOUR 1	JOUR 2	JOUR 3
PETIT DEJEUNER	Café Gâteaux secs au beurre	Café Gâteaux secs au beurre	Café Gâteaux secs au beurre
DEJEUNER	Pâté de campagne 1 portion de camembert 3 tranches de pain 1 verre de vin	1 saucisse de Toulouse Purée de pommes de terre 1 verre de vin	1 tranche de jambon Purée de pomme de terre Café + 2 gâteaux secs 1 verre de vin
GOUTER	3 sablés nantais	Confiture de fraise 2 tranches de pain	2 carreaux de chocolat
DINER	1 friand au fromage 1 verre d'eau	Potage de légumes (en brique) 1/2 pomme 2 tranches de pain	Café au lait Gâteaux secs

Remarque :

- Mme X préfère prendre ses repas du midi chez elle plutôt que collectivement, cependant elle n'apprécie pas ou peu cuisiner.
- Aucune boisson supplémentaire ne semble avoir été ingérée au cours de chacune de ces journées.

ANNEXE 3

ANC			
		Femme adulte de référence	Personne âgée
mg.j ⁻¹	Ca	900	1200
	Fe	16	10
	Vit C	110	120
	Vit B1	11	18
kJ.j ⁻¹	AET	8400	7524 à 8778 8150