Niveau 2 ASL	2023/2024

Devoir du 1er trimestre

Réduire sa consommation de sel : pourquoi ?

En plus de contribuer à l'hypertension artérielle, une consommation excessive de sel et d'aliments contenant du sodium accroît le risque de cancer de l'estomac, le 2ème cancer le plus meurtrier dans le monde. Les études épidémiologiques ont entre autres révélé que c'est dans les pays où l'on consomme le plus d'aliments salés que les taux de cancer de l'estomac sont les plus élevés.

Le sodium est essentiel au fonctionnement normal de l'organisme. En revanche, lorsque la quantité consommée dépasse l'apport suffisant quotidien, celui-ci endommage la muqueuse de l'estomac. Il agit alors comme une substance caustique. A la longue, cela engendre l'inflammation de la paroi de l'estomac et, ultimement, abime les cellules, ce qui entraîne un cancer.

Par ailleurs, des études avancent que cette inflammation augmenterait le risque d'infection par la bactérie Helicobacter pylori (H. pylori). Il semble que les personnes infectées par cette bactérie aient un plus grand risque d'avoir un cancer de l'estomac. La plupart, toutefois, ne le développeront pas. De plus, on pense que le sodium augmenterait la production des nitrosamines dans le système digestif, une substance carcinogène.

Alors, on coupe le sel de table ? C'est un bon commencement, mais on doit voir plus large. C'est que plus de 80 % du sel consommé provient des aliments transformés et des plats préparés. Dans l'industrie, on s'en sert à la fois pour prolonger la conservation des aliments et pour rehausser leur saveur. D'ailleurs, même des aliments sucrés peuvent contenir du sel. C'est le cas entre autres de certains biscuits, gâteaux, céréales pour le petit déjeuner, etc. D'où l'importance de privilégier les aliments frais et l'alimentation maison qui permettent vraiment de contrôler la quantité de sel.

Rédaction : Claudia Morissette, www.passeportsante.ne/fr , Avril 2010

Questions :

1-Compréhension de l'écrit : (13 pts)

1. Ce texte est écrit par :
a. Une scénariste.
b. Une historienne.
c. Une journaliste scientifique.

Recopiez la bonne réponse.

2. Relevez dans le texte quatre (04) mots ou expressions qui renvoient au champ lexical du **« sel ».**

3. Répondez par **« vrai »** ou **« faux »** :
a. Diminuer sa consommation de sel permet de réduire le risque d'hypertension artérielle
b. Consommer trop de sel peut provoquer des cancers de l'estomac
c. Les
d. Ave

4. A quoi renvoie le pronom souligné « qui » ?

5. "Cette **inflammation** augmenterait le risque d'infection par la bactérie H. pylori".

De quelle inflammation s'agit-il ?

6. Relevez dans le texte une formule : - présentative et une formule impersonnelle

7. "Le sel est utilisé pour prolonger la conservation des aliments et pour rehausser leur saveur".

De quel procédé explicatif s'agit-il dans l'énoncé ci-dessus ?

a-Une reformulation.

b-Une fonction.

8- Complétez le tableau ci-dessous avec les mots et expressions suivants : **Maladies / gâteaux/ conserves / chips / cancer de l'estomac / biscuits**

Mots génériques	Mots spécifiques
Produits alimentaires industriels	……/……/……/……..
……	hypertension artérielle /…….....

Bon courage

CORRIGE

I- Compréhension de l'écrit : 13 points

1- c- une journaliste scientifique.
2- Champ lexical du « sel »: hypertension artérielle / sodium / aliments salés / quantité consommée (Accepter tout autre terme appartenant à ce champ lexical).
3- a- Vrai
   b- Vrai
   c- Faux
   d- Vrai
4- qui → les aliments frais et l'alimentation maison.
5- l'inflammation de la paroi de l'estomac.
6- C'est …..
   -Il me semble

7 b- une fonction

8-

Mot générique	Mots spécifiques
Produits alimentaires industriels	**gâteaux/ conserves / chips / biscuits.**
Maladies	hypertension artérielle**/ cancer de l'estomac.**