



## EPI Aéronautique

**Compétences :**

- Utiliser la langue française.
- Interpréter des documents.
- Utiliser des outils numériques  

**Document 1**

Une mauvaise estimation des besoins nutritifs des spationautes peut nuire à leur santé et par là, à la mission. Atrophie musculaire, déficience du système immunitaire, problèmes cardio-vasculaires et décalcification sont les risques encourus si les plats ne sont pas correctement équilibrés.

(source <https://cnes.fr/>)

**Les signes de l'hypoglycémie**

**Thomas Pesquet**   
@Thom\_astro



Un des nombreux avantages qu'il y a à vivre sur l'ISS: rejoindre sa place à table d'un petit bond bien calculé. [flic.kr/p/P6opqY](https://flic.kr/p/P6opqY)

7:15 PM - 27 Nov 2016



452



1,439

**Document 2**

Les symptômes d'une crise hypoglycémie : une sensation de faim, des tremblements, des nausées, des troubles de la vision, une fatigue intense. La crise survient lorsque l'alimentation n'apporte pas assez d'énergie à notre organisme. L'individu doit se reposer et manger rapidement, notamment des aliments riches en glucides.

A partir des documents 1 et 2, répondez à la question :

**Pourquoi et comment l'alimentation des astronautes doit être très suivie ?**

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

-----

### Quels sont les éléments qui composent nos aliments ?

Rappel : La composition des aliments

| Nom de l'aliment                                                                                                 | Étiquette                                                                         | Nom de l'aliment                                                                                          | Étiquette                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lait</b><br>                 |  | <b>Farine</b><br>       |   |
| <b>Petit pois en boîte</b><br> |  | <b>Sauce tomate</b><br> |  |

Regrouper le nom des éléments que l'on retrouve sur l'ensemble des étiquettes.

---



---



---

Quel est le nom de l'aliment apportant le plus d'énergie pour 100 g. En déduire l'élément apportant le plus d'énergie entre les protéines, les glucides.

---

#### Document 4

A partir de ce document précisez les aliments pouvant être consommés de manière la moins importante et la plus importante.

---

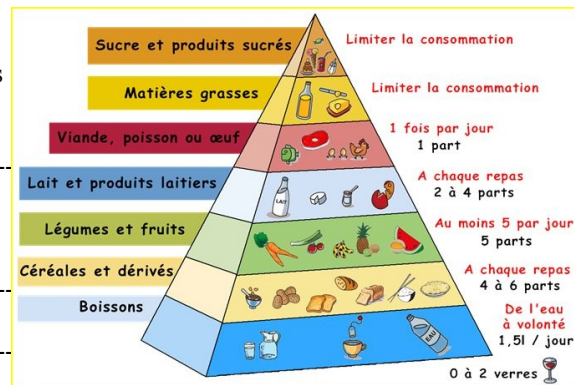
Pourquoi certains aliments doivent-ils être moins consommés ?

---



---

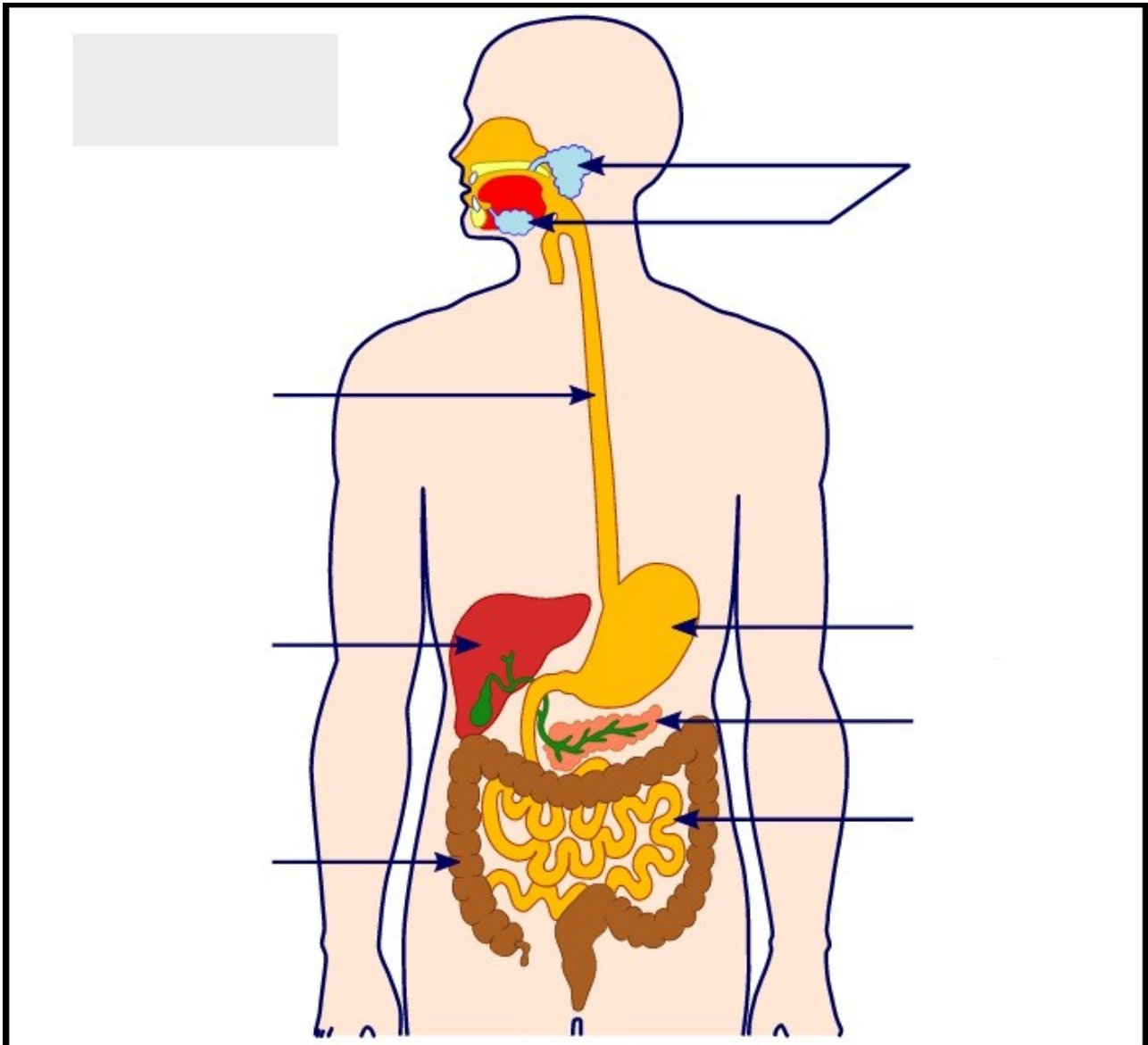
Proposer un type d'aliment adapté en cas d'hypoglycémie.



### Que deviennent les aliments que nous mangeons ?

Complétez le schéma à partir de la vidéo.

<https://www.reseau-canope.fr/corpus/video/la-digestion-47.html>



#### La digestion

Les aliments suivent un long parcours qui commence dans la bouche, par leur absorption, et se poursuit dans l'estomac, puis dans les intestins. C'est sur la paroi de l'intestin grêle, tapissée de microscopiques villosités richement vascularisées, que se produit le passage des nutriments, riches en glucose, dans le sang.

Conclusion :

---

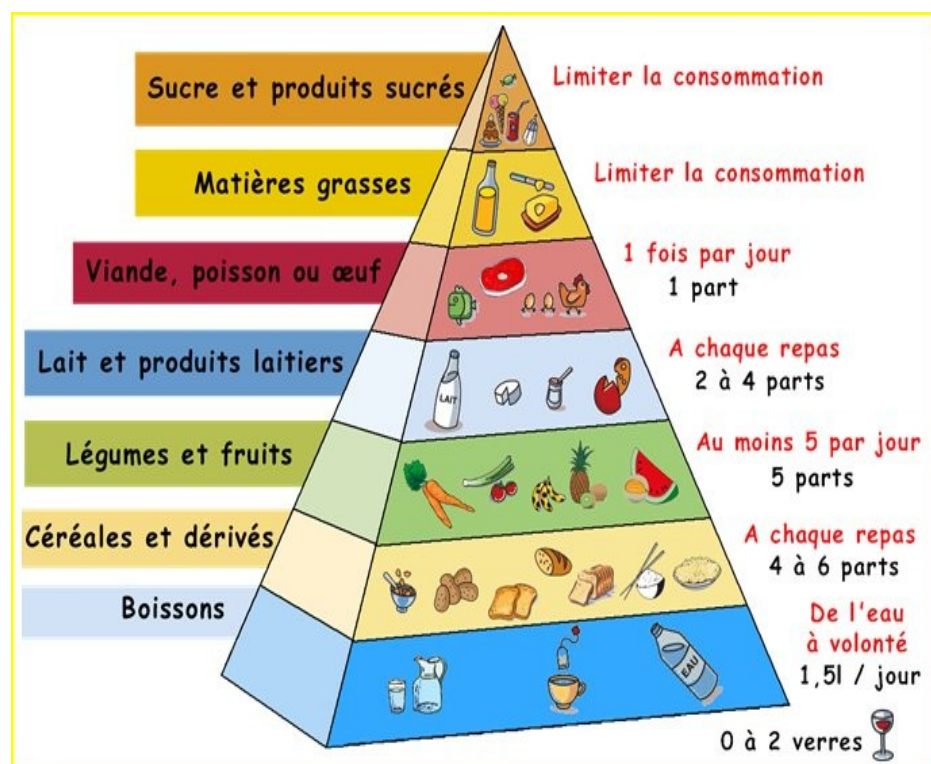
---

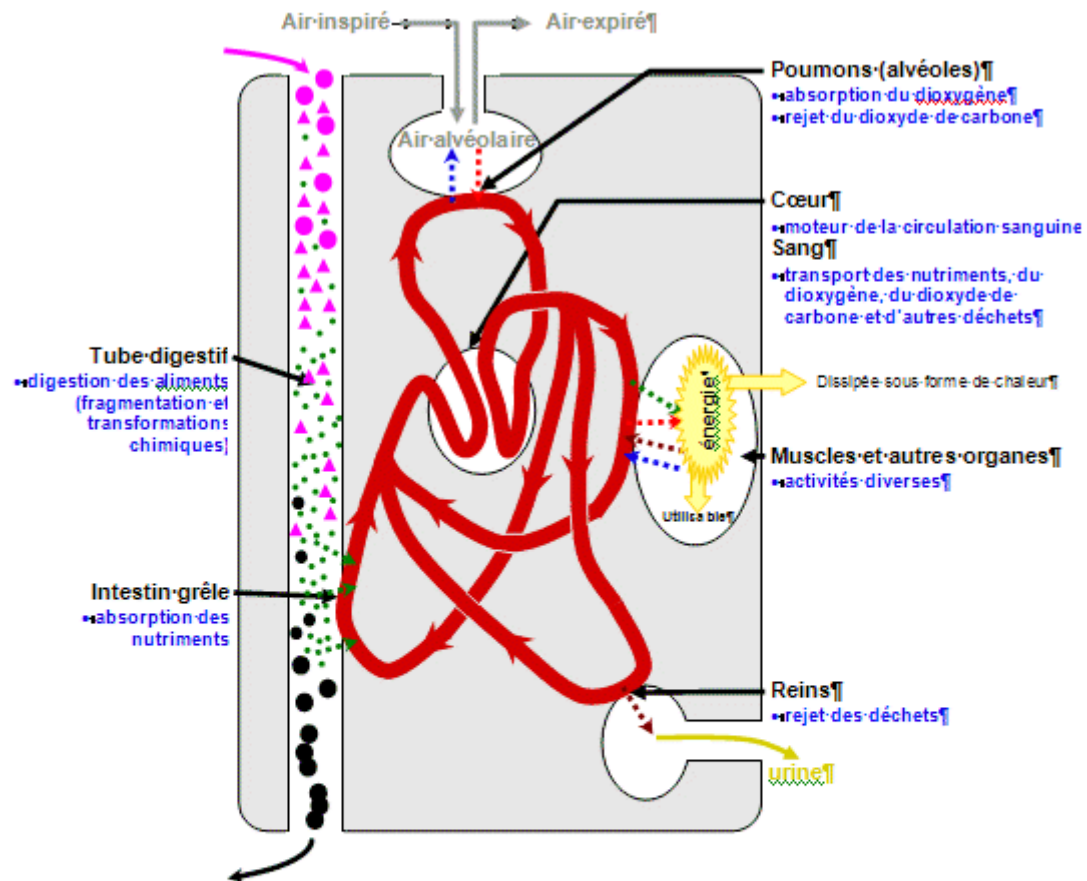
---

---

---

---





.....> **Trajet du Dioxygène**

.....> **Nutriments**

.....> **Dioxyde de carbone**

.....> **Autres déchets**

● ▲ **Aliments et aliments fragmentés**

• **Nutriments**

● ● **Excréments**