

**Baccalauréat professionnel**  
**Accompagnement, Soins et Services à la Personne**

**SUJET E2 0 académique**

**2024 – 2025**

**Durée : 4 heures**

**Epreuve E2**

**Conception d'action(s) d'éducation à la santé**

Le sujet se compose :

- d'un dossier sujet de 7 pages numérotées de 1 à 7,
- d'un dossier technique de 13 pages numérotées de 8 à 20

**Ce sujet comporte 3 pages d'annexes à rendre avec la copie.**

<b>ANNEXE</b>	<b>TITRE</b>	<b>PAGES</b>
<b>1</b>	<b>Fiche-action pour les activités proposées dans le cadre du projet CEMonBus</b>	<b>5</b>
<b>2</b>	<b>Exemple d'affiche d'information du projet CEMONBUS</b>	<b>6</b>
<b>3</b>	<b>Schéma d'une cellule saine</b>	<b>7</b>

Vérifier qu'il est complet avant de démarrer votre épreuve.

Répondre sur une copie d'examen, en précisant le numéro des questions et en respectant, de préférence, l'ordre de celles-ci.

Calculatrice non autorisée.

<b>BAREME</b>	
<b>PARTIE 1</b>	<b>12 points</b>
<b>PARTIE 2</b>	<b>25 points</b>
<b>PARTIE 3</b>	<b>6 points</b>
<b>PARTIE 4</b>	<b>9 points</b>
<b>TOTAL</b>	<b>50 points</b>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

**CONTEXTE PROFESSIONNEL**

**Le Centre Eugène Marquis**

*Le Centre Eugène Marquis est l'un des 18 Centres de Lutte Contre le Cancer (CLCC) implantés en France. C'est un établissement privé à but non lucratif, qui assure des missions de soins, d'enseignement et de recherche.*

*Pionnier dans le traitement du cancer qui est sa raison d'être, le Centre Eugène Marquis de Rennes a été fondé à Rennes en 1923 sur l'initiative du Professeur Eugène Marquis qui dirigea l'établissement durant 25 ans. Il accompagne les patients atteints de cancer venus de toute la région Bretagne depuis 100 ans.*

*Par convention avec le CHU et la Faculté de Médecine, le Centre Eugène Marquis accueille les disciplines universitaires d'oncologie médicale, de radiothérapie, d'imagerie médicale et de médecine nucléaire.*

*Être pris en charge par le Centre Eugène Marquis, c'est donc avoir la garantie de bénéficier des équipements et des protocoles médicaux les plus performants de la région.*

**Prévention et promotion de la santé**

*Créé en mars 2023, le Département de Prévention et de Promotion de la Santé du Centre Eugène Marquis a pour objectif général d'intégrer la prévention et la promotion de la santé, à tous les niveaux de l'action de l'établissement.*

*Il s'appuie sur les travaux engagés par le groupe prévention pluri professionnel du Centre Eugène Marquis, créé en juin 2021.*

*Par ses actions, le département vise à modifier durablement les comportements favorables à la santé et au bien-être des personnes et à favoriser un dépistage précoce des cancers. Ses actions s'inscrivent dans la stratégie décennale de lutte contre les cancers 2021-2030 et s'adresse aux patients, aux accompagnants, aux professionnels du centre et aux usagers du territoire selon les actions mises en place.*

**Dispositif innovant CEMonBus**

*Initié par le Centre Eugène Marquis et soutenu par l'ARS Bretagne, CEMonbus (lire « c'est mon bus ») est un dispositif mobile de prévention et de promotion de la santé qui intervient auprès des habitants du territoire breton. L'objectif est d'aller à la rencontre des populations afin d'informer sur les mesures de prévention des cancers et d'inciter au dépistage.*



*Vous participerez, en tant qu'acteur de prévention, à la prochaine date d'action « CEMonbus ».*

**Mardi 4 février 2025 à l'entrée du collège Rosa Parks à RENNES de 15h à 17h30**

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

## PARTIE 1

***Vous analysez les besoins du public ciblé par le projet CEMonBus pour identifier les actions les plus pertinentes à proposer.***

- 1.1. Repérer la thématique de prévention ciblée par le Centre Eugène Marquis.
- 1.2. Définir l'incidence en épidémiologie.
- 1.3. Justifier l'intérêt de la mise en place d'actions de prévention des cancers, au regard des données épidémiologiques.
- 1.4. Cibler deux facteurs de risques d'apparition des cancers qui concerne la population française.
- 1.5. Nommer et décrire l'outil de recueil des besoins utilisé lors d'un évènement CEMonBus, en 2024.
- 1.6. Proposer une adaptation de cet outil pour un public de collégiens.
- 1.7. Identifier les caractéristiques du public ciblé lors de l'action prévue le 4 février.
- 1.8. Préciser le lien entre l'action proposée le 4 février et les objectifs du collège Rosa Parks de Rennes.

## PARTIE 2

***Vous préparez un atelier pour la prochaine date d'action CEMonBus en respectant les contraintes et ressources disponibles. Vous mobilisez vos connaissances scientifiques pour proposer un atelier de sensibilisation devant le collège Rosa Parks.***

- 2.1. Identifier les actions déjà menées dans le cadre du projet CEMonBus.
- 2.2. Proposer un atelier qui respecte le cahier des charges du Centre Eugène Marquis, en complétant l'annexe 1 à rendre avec la copie.
- 2.3. Sélectionner le support de prévention le plus adapté pour votre action, parmi ceux disponibles au centre Eugène Marquis et justifier votre choix.
- 2.4. Cibler un partenaire du centre Eugène Marquis que vous pourriez solliciter pour intervenir dans le cadre de votre action de prévention.
- 2.5. Expliquer le principe de calcul du Nutri-Score.
- 2.6. Comparer et interpréter le classement Nutri-Score des céréales Corn Flakes et Frosties.

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

- 2.7. Justifier l'intérêt du Nutri-Score par rapport à la problématique de santé ciblée.
- 2.8. Nommer les éléments constitutifs de l'affiche d'information en complétant l'annexe 2 à rendre avec la copie.
- 2.9. Légender le schéma d'une cellule saine en complétant l'annexe 3 à rendre avec la copie.
- 2.10. Différencier une cellule saine d'une cellule cancéreuse.

### PARTIE 3

***Vous coanimez votre activité de prévention avec un diététicien, auprès de petits groupes de collégiens du Collège Rosa Parks de Rennes, qui se présentent à proximité du Bus.***

- 3.1. Justifier la mise en œuvre d'une posture professionnelle dynamique durant la mise en œuvre de votre activité.
- 3.2. Présenter l'intérêt de coanimer cette action d'éducation à la santé.
- 3.3. Justifier le choix de la date de mise en œuvre de votre action.
- 3.4. Préciser comment vous adaptez votre intervention à un public de collégiens pour que les ateliers se déroulent le mieux possible.
- 3.5. Proposer un professionnel ou un organisme vers lequel vous pourrez orienter un jeune s'il a besoin d'un accompagnement plus approfondi pour prévenir l'apparition de cancers.

### PARTIE 4

***La réussite de votre action de prévention sera évaluée à l'aide d'un questionnaire d'évaluation que vous proposerez aux participants. Une semaine après la mise en œuvre de votre action, vous formaliserez un bilan avec l'ensemble des acteurs du projet CEMonBus.***

→ Présenter votre réponse aux consignes 4.1.1 et 4.1.2 sous la forme d'un tableau.

- 4.1.1 Repérer 4 indicateurs d'évaluation de l'action de prévention CEMonBus.
- 4.1.2 Préciser pour chacun d'eux s'il s'agit d'un indicateur qualitatif ou quantitatif.
- 4.2. Rédiger 3 questions que vous pourrez intégrer à votre questionnaire d'évaluation à destination des participants.
- 4.3. Préciser les critères de qualité du bilan écrit qui sera rédigé.

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

**ANNEXE 1 : Fiche-action pour les activités proposées dans le cadre du projet  
CEMonBus**

**A rendre avec la copie**

<b>FICHE - ACTION</b>	
<b>Titre :</b> <b>Thématique :</b>	
<b>Public concerné :</b>	<b>Date :</b> <b>Lieu :</b> <b>Durée :</b>
<b>Objectifs et message d'éducation à la santé envisagés :</b>	
<b>Etapes préparatoires à la mise en place de l'action :</b>	
<b>Déroulement de l'activité proposée :</b>	

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

## ANNEXE 2 : Exemple d'affiche d'information du projet CEMONBUS

A rendre avec la copie

**CEMonBus**

Centre Eugène Marquis  
REANES

AGIR ENSEMBLE POUR VOTRE SANTÉ

» Échanger » Dépister » Guider

**Rendez-vous le jeudi 11 avril 2024  
de 9h à 13h sur le marché de Dinan  
et l'après-midi aux restos du coeur  
4 rue des Prunus 22100 Dinan**

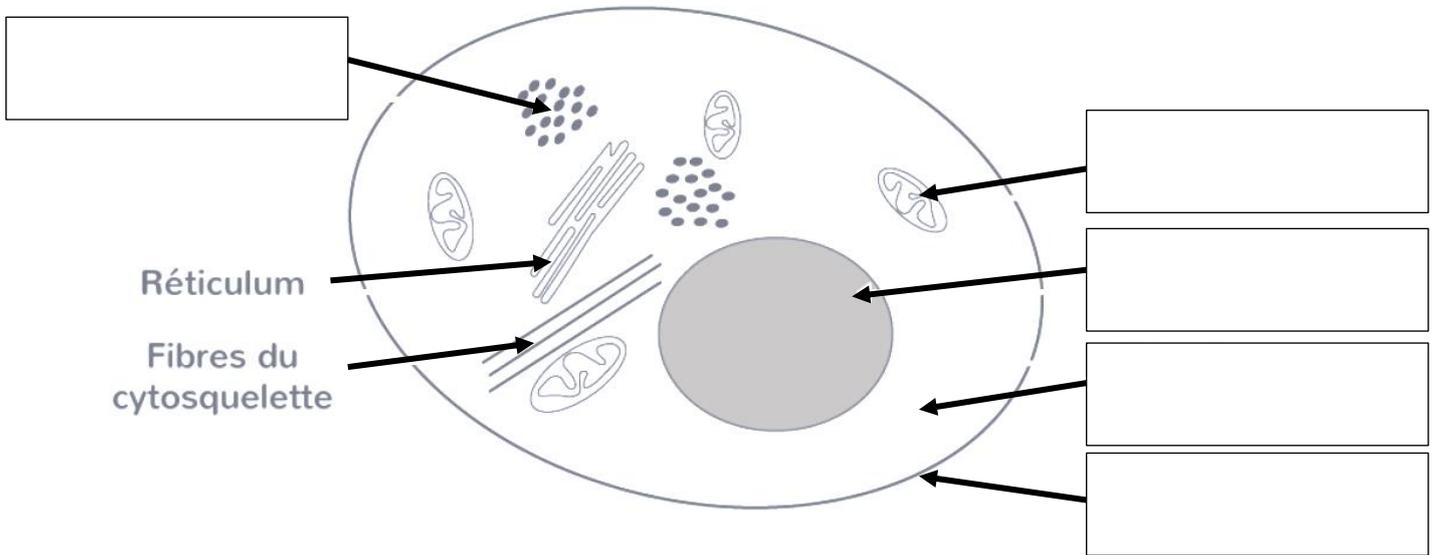
Des professionnels de  
prévention en santé  
viennent à vous

ars  
Dinan  
DINAN  
AGGLOMÉRATION  
MSP-U  
LIB & Rance  
Côtes d'Armor  
le Département

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

### ANNEXE 3 : Schéma d'une cellule saine

A rendre avec la copie



BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

**Baccalauréat professionnel**  
**Accompagnement, Soins et Services à la Personne**

**Epreuve E2**  
**Conception d'action(s) d'éducation à la santé**

**DOSSIER TECHNIQUE**

	Pages
Document 1 : Présentation du dispositif CEMonBus	9
Document 2 : Présentation de la journée mondiale de lutte contre le cancer	10
Document 3 : Le cancer en chiffres	11
Document 4 : Les partenaires du Centre Eugène Marquis	12
Document 5 : Cahier des charges actions CEMONBus « Collège »	13
Document 6 : Exemple de questionnaire utilisé lors d'une action CEMonBus	14
Document 7 : Le Nutri-Score	15
Document 8 : Valeurs nutritionnelles et nutri-score de deux références de céréales de petit-déjeuner	16
Document 9 : Plaquette de présentation du Collège Rosa Parks de Rennes	17 – 18
Document 10 : Exemples de supports de prévention	19
Document 11 : Extrait d'un article d'actualité scientifique	20
Document 12 : Extrait d'un support de prévention sur l'alimentation et la prévention des cancers	21

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

## Document 1 : Présentation du dispositif « CEMONBUS »

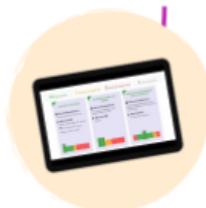


A bord du CEMonbus, se trouve des professionnels de prévention en santé du Centre Eugène Marquis (infirmière, diététicienne, accompagnatrice médico-sociale, chargée de projet en prévention), spécialement formés pour offrir des conseils personnalisés en prévention santé.



### Café rencontre

Un échange convivial autour d'un **café rencontre** avec les habitants du territoire pour aborder les questions de santé



### Entretien individuel

Un **entretien individuel**, à bord du bus du CEMonbus, avec un professionnel de santé pour réaliser un **bilan de prévention personnalisé** sur différents enjeux de santé (alimentation équilibrée, activité physique, consommation de tabac, ...) à partir d'une *application numérique innovante sur tablette*, conçue par des équipes de recherche rennaises, pour identifier avec la personne des leviers de motivation pour prendre soin de soi.

Cette approche est basée sur le repérage précoce de comportements à risque, suivi d'une intervention brève pour motiver à l'adoption de modes de vie favorable à la santé, une méthode validée internationalement par l'OMS concernant la consommation d'alcool.

À l'issue de l'entretien, chaque participant reçoit un bilan personnel sous forme de feedback détaillé, incluant des recommandations personnalisées et des orientations vers des ressources locales pour soutenir leur parcours de santé.



### Accompagnement médico-social

Un temps d'accompagnement individuel avec une accompagnatrice médico-social concernant les **droits en santé**

Source : <https://www.centre-eugene-marquis.fr/patients-proches/cemonbus/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Groupe de production de ressources

Mars 2025

Auteurs du sujet : Nadège KOURA / Patricia DELAIZIR / Natacha OGIER

Document 2 : Présentation de la journée mondiale de lutte contre le cancer

**Depuis sa création au début des années 2000, la journée du 4 février est devenue chaque année un moment de mobilisation internationale contre le cancer où Etats, organisations, sociétés, patients, citoyens, etc. sensibilisent le plus grand nombre aux principaux enjeux de la lutte contre la maladie.**

Qu'est-ce que la Journée mondiale contre le cancer ?

La **Journée mondiale contre le cancer** est une initiative de l'Union internationale contre le cancer, organisation internationale qui rassemble plus de 1 200 organisations à travers 172 pays et dont la Fondation ARC est membre.

À l'occasion de cette journée qui a lieu **le 4 février partout dans le monde**, l'UICC invite chaque pays à mettre en place des actions de mobilisation pour sensibiliser à la maladie et aux grands enjeux actuels de santé publique : développement de la prévention et du dépistage, accès de toutes et tous au diagnostic, aux traitements et aux soins ; promotion et encouragement des innovations et de la recherche ; mise en place de plans d'actions nationaux ; *empowerment* ; évolution de la place et du regard porté sur les malades, etc.

Source : <https://www.fondation-arc.org/4-fevrier-journee-mondiale-contre-le-cancer>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

## Document 3 : Le cancer en chiffres

Depuis 2004, le cancer est la première cause de mortalité prématurée en France, devant les maladies cardiovasculaires. Le cancer est la première cause de mortalité chez l'homme et la deuxième chez la femme. En 2023, le nombre total de nouveaux cas de cancer était estimé à 433 000 (contre 382 000 cas en 2018), dont 57 % chez l'homme.

Depuis 30 ans, l'incidence (= nombre de nouveaux cas) des cancers en France augmente chaque année. Cela s'explique par de nombreux facteurs, principalement par le vieillissement de la population – qui fait exploser le nombre de cancers du sein ou de la prostate – et l'amélioration des méthodes diagnostiques. Le maintien ou l'augmentation de certains comportements à risque dans la population favorise cette tendance : par exemple, les chiffres du cancer du poumon chez les femmes augmentent depuis que le tabagisme s'est installé dans leurs habitudes.

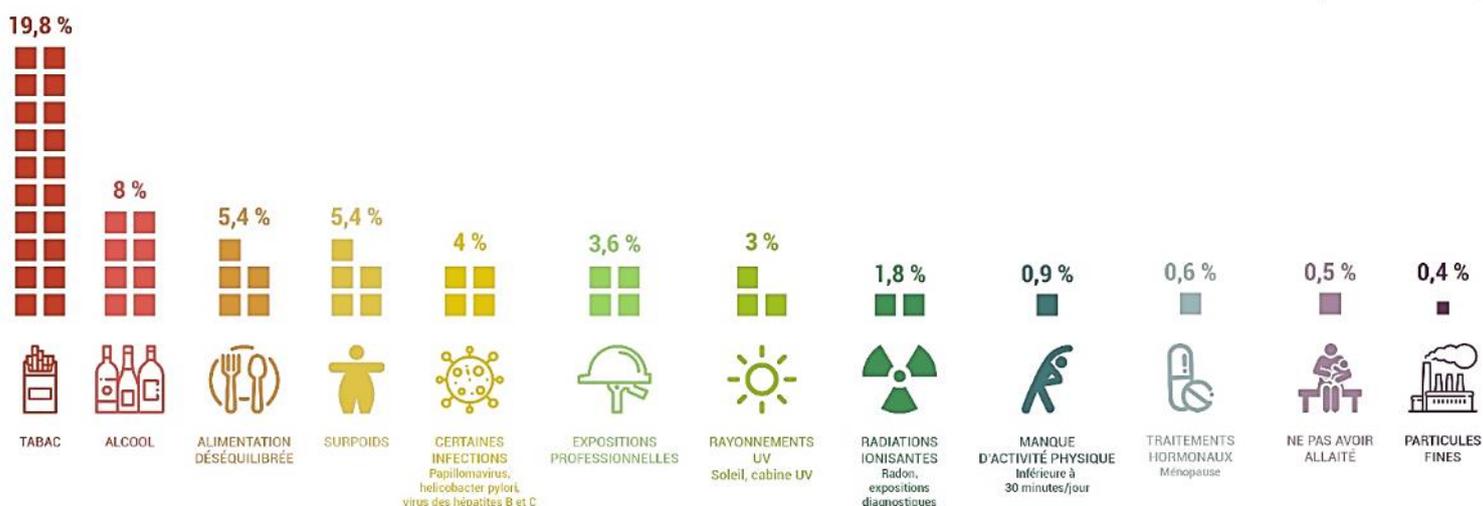
Les cancers les plus fréquents chez l'homme sont les cancers de la prostate (plus de 60 000 nouveaux cas en 2023), puis ceux du poumon (33 000 cas en 2023) et du côlon-rectum (26 000 cas en 2023). Chez la femme, le cancer du sein reste le plus fréquent avec plus de 61 000 nouveaux cas en 2023 contre 58 000 cas en 2018, suivi du côlon-rectum (21 000 nouveaux cas en 2023) et du poumon (19 000 nouveaux cas en 2023 contre 15 132 cas en 2018).

Le nombre de décès par cancer a été estimé à 162 400 en 2021 soit respectivement 90 900 chez les hommes et 71 500 chez les femmes.

## Proportion des cancers liés aux principaux facteurs de risque

On peut prévenir 40 % des cas de cancers (142 000/an) grâce à des changements de comportements et des modes de vie

(Source : CIRC / INCa 2018)



Source : <https://www.ameli.fr/Ille-et-vilaine/assure/sante/themes/cancers/facteurs-risques-prevention>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Groupe de production de ressources

Mars 2025

Auteurs du sujet : Nadège KOURA / Patricia DELAIZIR / Natacha OGIER

## Document 4 : Les partenaires du Centre Eugène Marquis

Dans l'optique constante d'améliorer la prise en charge de ses patients, le Centre Eugène Marquis s'entoure et s'appuie sur des organismes de qualité que ce soit au niveau local, régional et national pour garantir des soins de qualité pour tous :

### NOS PARTENAIRES LOCAUX

Le CHU de Rennes



La clinique Mutualiste La Sagesse



La Ligue contre le cancer du comité 35



Le Centre Hospitalier de Fougères



### NOS PARTENAIRES NATIONAUX

UNICANCER



La Ligue contre le Cancer



L'INCa ( Institut National du Cancer)



Source : <https://www.centre-eugene-marquis.fr/le-centre-eugene-marquis/notre-expertise/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Groupe de production de ressources

Mars 2025

Auteurs du sujet : Nadège KOURA / Patricia DELAIZIR / Natacha OGIER

## Document 5 : Cahier des charges actions CEMONBus "collège"

- Public ciblé : Collégiens
- Type d'activité : Activité ludique et pédagogique pouvant s'adapter à nombre de participants de 1 à 6 en même temps
- Supports possibles : Papier ou Numérique + support de prévention à distribuer en fin de jeu
- Thème ciblé en 2025 : Nutri-Score
- Durée : entre 5 et 15 minutes
- Evaluation possible : nombre de participants, réussite de l'activité proposée, questions posées en lien avec l'activité

*Source : création par les rédacteurs du sujet*

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

**Questionnaire alimentaire**

**Boissons : quelle quantité buvez-vous chaque jour ou chaque semaine ?**

**(Préciser /j ou /semaine)**

Eau (en Litre) : .....Laquelle : .....  
Soda (en Litre) : .....Lesquels : .....Jus de fruits.....pressé? pur jus? nectar?  
Vin : .....Alcool : .....Lesquels : .....  
Café : .....Thé : .....Tisane : .....

**Combien de fois par jour, par semaine ou par mois consommez-vous :**

**(Préciser /j ou /semaine ou /mois)**

De la viande (y compris jambon).....  
Lesquelles ? .....Mode de cuisson : .....  
*(dans le beurre, la margarine, huile, ou sans graisse)*  
Du poisson : .....Lesquels ? .....Mode de cuisson : .....  
Des œufs : .....Mode de cuisson : .....  
De la charcuterie (pâté, saucisson, ...) ou quiche, pizza, friand, chips.....

**Des produits laitiers :**

Lait (écrémé,  $\frac{1}{2}$  écrémé, entier).....Quelle quantité ? .....  
*Entourer la réponse correspondante*  
Lait de vache : .....Lait de chèvre : .....Autre (lait de soja par ex.) .....  
Fromages : .....Lesquels ? .....  
Yaourts : .....Lesquels ? (naturels, sucrés, aux fruits).....  
Crèmes desserts : .....Lesquelles ? (Danette, flan, Viennois,...).....

Source : <https://www.survio.com/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

### Nutri-Score, c'est quoi ?

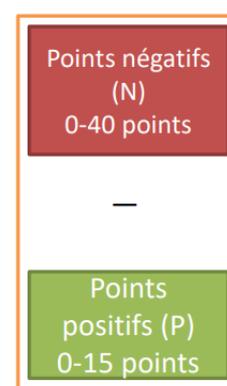
- Un logo apposé en face avant des emballages qui informe sur la qualité nutritionnelle des produits sous une forme simplifiée et complémentaire à la déclaration nutritionnelle obligatoire (fixée par la réglementation européenne)
- Basé sur une échelle de 5 couleurs : du vert foncé à l'orange foncé
- Associé à des lettres allant de A à E pour optimiser son accessibilité et sa compréhension par le consommateur

Nutriments /100g	Points
Energie (KJ)	0-10
Sucres simples (g)	0-10
Acides gras saturés (g)	0-10
Sodium (g)	0-10

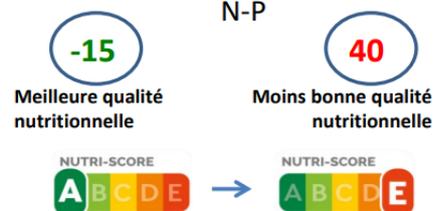
Éléments /100g	Points
Fruits, légumes, légumineuses, noix, huile d'olive./colza/noix (%)	0-5
Fibres (g)	0-5
Protéines (g)*	0-5

Calcul utilisant les données du tableau des valeurs nutritionnelles et de la liste des ingrédients

\*La prise en compte des protéines dépend du niveau de points N et de fruits et légumes dans le produit



SCORE FINAL  
N-P



Source : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/nutrition-et-activite-physique/articles/nutri-score>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Document 8 : Valeurs nutritionnelles et nutri-score de deux références de céréales de petit-déjeuner



Pour 100 g	
Valeurs énergétiques	1604 kJ   378 kcal
Matières grasses	0.9 g
Dont Acides gras saturés	0.2 g
Glucides	84 g
Dont sucres	8 g
Fibres alimentaires	3 g
Protéines	7 g
Sel	1.1 g
Fer	8 mg
Acide folique (B9)	166 µg
Vitamine B12	2.1 µg
Vitamine B6	1.2 mg
Vitamine B3	13 mg
Vitamine B2 (Riboflavine)	1.2 mg
Vitamine B1 - Thiamine	0.91 mg
Vitamine D	8.4 µg

Pour 100 g	
Valeurs énergétiques	1594 kJ   375 kcal
Matières grasses	0.6 g
Dont Acides gras saturés	0.1 g
Glucides	87 g
Dont sucres	37 g
Fibres alimentaires	2 g
Protéines	4.5 g
Sel	0.83 g
Fer	8 mg
Acide folique (B9)	166 µg
Vitamine B12	2.1 µg
Vitamine B6	1.2 mg
Vitamine B3	13 mg
Vitamine B2 (Riboflavine)	1.2 mg
Vitamine B1 - Thiamine	0.91 mg
Vitamine D	8.4 µg

Sources : <https://www.coursesu.com/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

## Document 9 : Plaquette de présentation du Collège Rosa Parks de Rennes

  <h1>COLLÈGE ROSA PARKS RENNES</h1>  <p><b>De la 6e à la 3e, Segpa-Ulis</b></p>	<h3><u>Nos sections spécifiques</u></h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Section sportive athlétisme</li><li>• Section SIB (internationale britannique)</li><li>• C H A T (Classes à horaires aménagés theatre)</li><li>• Bilangue arabe dès la 6e (selon le cadre commun de référence des langues)</li></ul> <h3><u>Accompagner.</u></h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Accueil spécifique des 6èmes</li><li>• Accompagnement personnalisé</li><li>• Devoirs faits</li><li>• Café des parents</li><li>• Ateliers du midi</li><li>• Parcours Santé</li></ul> <h3><u>Devenir citoyen</u></h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Conseil de vie Collégienne</li><li>• Comité d'Education à la santé, à la Citoyenneté et à l'Environnement</li><li>• Parcours citoyen</li><li>• Lutte contre le harcèlement scolaire (Programme phare)</li></ul>	<h3><u>Education Artistique et culturelle</u></h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Chorale</li><li>• Club journal</li><li>• Collège au cinéma</li><li>• Actions culturelles départementales</li><li>• Ecole ouverte</li><li>• Stage de réussite éducative</li><li>• Partenariat TNB - Théâtre la Paillette</li></ul>  <h3><u>S'orienter.</u></h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Stages 3e</li><li>• Liaison avec les lycées (cordées de la réussite)</li><li>• Parcours avenir</li><li>• Forum des métiers</li></ul>
--	--	---

Source : <https://www.college-rosa-parks-rennes.ac-rennes.fr/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

17

Support n°1

## PRÉVENTION DU DIABÈTE

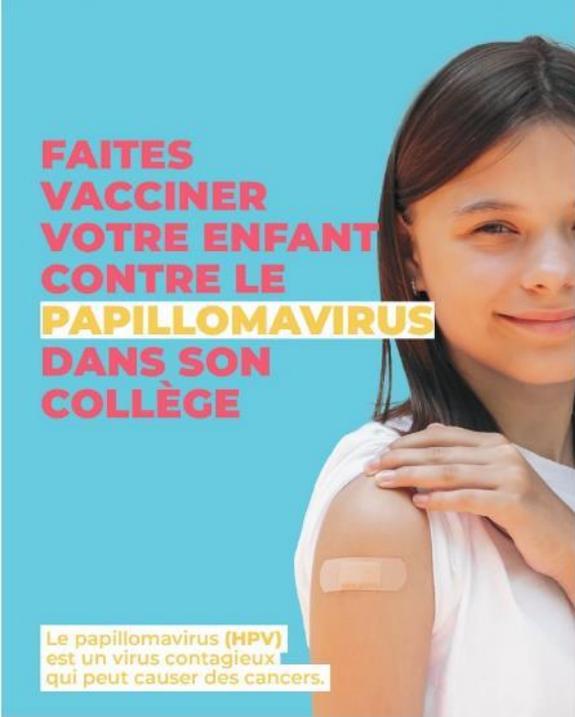
RECOMMANDATIONS DE L'OMS



- Faites attention au surpoids et à l'obésité
- Privilégiez un régime alimentaire sain et évitez le sucre et les graisses saturées
- Pratiquez une activité physique régulière d'intensité modérée au moins 30 minutes par jour
- Abstenez vous de fumer car cela augmente le risque de diabète et de maladies cardiovasculaires
- Beaucoup de personnes souffrant de diabète ne présentent aucun symptôme. Mais si vous avez des sensations excessives de soif, de faim, une perte de poids, de la fatigue ou encore une vision floue, contactez votre médecin traitant

Support n°2

## FAITES VACCINER VOTRE ENFANT CONTRE LE PAPILLOMAVIRUS DANS SON COLLÈGE



Le papillomavirus (HPV) est un virus contagieux qui peut causer des cancers.

<https://www.maisonmedicaleschaerbeek.be/>

Source : <https://cdn.paris.fr/>

Support n°3

### COMMENT LE NUTRI-SCORE EST-IL CALCULÉ ?

Le calcul du Nutri-Score a été mis au point par des équipes de recherche internationales, composées de scientifiques, de médecins et de nutritionnistes. Il tient compte :

- DES NUTRIMENTS ET ALIMENTS À FAVORISER : fibres, protéines, fruits et légumes.
- DE L'ÉNERGIE ET DES NUTRIMENTS À LIMITER : calories, acides gras saturés, sucres, sel.

### QUAND LE NUTRI-SCORE VA-T-IL FAIRE SON APPARITION DANS LES RAYONS ?

Il va apparaître progressivement sur les emballages et les sites de e-commerce pour les entreprises qui se sont engagées à l'utiliser.

### — LE — NUTRI-SCORE

NUTRI-SCORE A B C D E

C'EST FACILE DE MANGER MIEUX.

Le Nutri-Score est un logo développé et soutenu par les pouvoirs publics.

Plus d'informations sur [mangerbouger.fr](http://mangerbouger.fr)



<https://www.pays-de-la-loire.ars.sante.fr/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Support n°4

**UN DÉPISTAGE DE QUALITÉ**

Les installations de mammographie sont soumises à des normes strictes, destinées à renforcer la qualité des images et à limiter les risques liés aux rayons X. Ces installations sont contrôlées tous les six mois.

Par sécurité, une seconde lecture des mammographies jugées normales est effectuée par un radiologue différent. Cette seconde lecture permet de repérer 9% des cancers détectés dans le cadre du dépistage organisé.

Malgré ces précautions, certains cancers de petite taille peuvent ne pas être décelés, d'où l'intérêt de répéter l'examen tous les deux ans.

*Est-ce que ça fait mal?*

En détectant un cancer du sein plus tôt, le dépistage augmente les chances de guérison et permet des soins moins lourds.

*Quels sont les avantages à se faire dépister?*

Comme tout acte médical, le dépistage présente aussi des inconvénients. Ainsi, dans l'état actuel des connaissances scientifiques, il n'est pas possible de distinguer les cancers qui vont évoluer, qui sont les plus fréquents, de ceux qui n'évolueront pas ou peu (10% à 20% des cancers détectés). C'est ce que l'on appelle le surdiagnostic. Par précaution, il est proposé de traiter l'ensemble des cancers diagnostiqués.

*Quels sont les inconvénients?*

**FACE AU CANCER DU SEIN, IL Y A DES MOYENS POUR AGIR**

- À partir de 50 ans, la mammographie de dépistage est recommandée tous les deux ans.
- N'hésitez pas à en parler avec votre médecin traitant ou avec votre gynécologue.
- Pour tout savoir sur la mammographie et mieux comprendre les avantages et les inconvénients du dépistage, vous disposez d'une information complète sur: **e-cancer.fr**
- Vous pouvez aussi poser toutes vos questions ou commander la brochure d'information détaillée en appelant: **CANCER INFO 0810 810 821** (Pris d'un appel local)

**DÉPISTAGE**

**LE DÉPISTAGE ORGANISÉ DU CANCER DU SEIN**

*Docteur?*

*Comment?*

**À PARTIR DE 50 ANS, LA MAMMOGRAPHIE EST RECOMMANDÉE TOUS LES DEUX ANS**

e-cancer.fr

INSTITUT NATIONAL DU CANCER

<https://www.cancer.fr/>

Support n°5



<https://www.dieteticien-nutritionniste-sante.com/>

Support n°6

**N'EN PERDS PAS UNE MIETTE, FINIS TON ASSIETTE!**

**STOP** au gaspillage alimentaire

**MANGER C'EST BIEN JETER ÇA CRAINT!**

CHAQUE FRANÇAIS JETTE EN MOYENNE 20 KG D'ALIMENTS PAR AN À LA POUCELLE : 7 KG D'ALIMENTS ENCORE EMBALLÉS ET 13 KG DE RESTES DE REPAS, DE FRUITS ET LÉGUMES ABÎMÉS ET NON CONSOMMÉS...

[www.alimentation.gouv.fr](http://www.alimentation.gouv.fr)

<https://agriculture.gouv.fr/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures



Même si le cancer est associé au vieillissement, les jeunes ne sont pas pour autant épargnés par le développement d'une tumeur maligne.

Tous les ans, on déplore la **mort de 450 enfants et adolescents** dans notre pays. Ce chiffre est à mettre en perspective avec le nombre total de décès par cancer : soit 162400 (données de 2021). En outre, le cancer représente la **2e cause de mortalité chez le jeune enfant de plus de un an** en France (après les accidents), souligne l'Assistance publique hôpitaux de Paris (APHP).

### **Pourquoi une augmentation du nombre de cancers chez les jeunes ?**

Des études montrent une **hausse significative du nombre de cas de cancers chez les jeunes** personnes, c'est-à-dire chez les moins de 50 ans, alors qu'en règle générale, les tumeurs malignes apparaissent plutôt après 50 ans. Comme l'indique le centre Eugène Marquis, l'incidence de ces formes de cancer augmente chez les 20-40 ans. Il faut s'y préparer.

#### **+ 79% chez les jeunes adultes** (entre 20 et 40 ans)

Une étude publiée dans le British medical journal (BMJ) en 2023, fait ainsi état d'une augmentation de 79% du nombre de cancers chez les jeunes adultes depuis 30 ans.

Plusieurs hypothèses sont avancées. La première est liée aux **progrès de la médecine et du dépistage** : l'amélioration et la diffusion du diagnostic dans les pays dits développés fait augmenter mécaniquement le nombre de cancers. Mais d'autres phénomènes seraient en cause comme :

- la consommation de **tabac** (en particulier chez les femmes);
- la consommation d'**alcool**;
- l'augmentation de la **sédentarité**;
- l'**obésité**;
- une **alimentation** déséquilibrée...

En prenant en compte ces facteurs de risque, les spécialistes estiment qu'on pourrait faire baisser 40% des nouveaux cancers détectés (catégorisés comme cancers évitables).

Source : <https://www.elsan.care/fr/nos-actualites/les-cancers-chez-les-jeunes-et-jeunes-adultes-en-france-en-2025>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

# PRÉVENIR LE CANCER GRÂCE À SON ALIMENTATION

Je réduis les comportements alimentaires qui augmentent mon risque de cancer.



## → L'ALCOOL

À partir d'1 verre par jour, le risque de cancer augmente. Limiter la consommation d'alcool est un des facteurs clés de la prévention des cancers. Pour sa santé, ne pas consommer plus de 2 verres par jour et pas tous les jours.

## → LA CHARCUTERIE

Limiter la consommation de charcuteries à moins de 150 g par semaine.

## → LA VIANDE ROUGE

Limiter la consommation de viande rouge (porc, bœuf, veau, mouton, agneau, abats) à moins de 500 g par semaine (1 steak pèse entre 100 et 150 g) et privilégier la volaille.

## ET PLUS GLOBALEMENT POUR MA SANTÉ, JE RÉDUIS :

### → LES ALIMENTS GRAS, SUCRÉS, SALÉS ET ULTRA-TRANSFORMÉS

- Privilégier le fait-maison.
- Moins d'un verre de boissons sucrées (sodas, jus de fruits...) par jour.
- Ne pas resaler à table et privilégier le sel iodé.

### → LES PRODUITS AVEC UN NUTRI-SCORE D ET E

NUTRI-SCORE



Le Nutri-Score est un logo apposé sur les emballages avec une lettre et une couleur. Il informe les consommateurs sur la qualité nutritionnelle d'un produit : du produit A, le plus favorable sur le plan nutritionnel, au produit E, le moins favorable.

J'augmente les comportements alimentaires qui réduisent mon risque de cancer.

## → LES FRUITS ET LÉGUMES

Au moins 5 fruits et légumes par jour.

## → LES LÉGUMES SECS (LENTILLES, HARICOTS, POIS CHICHES, ETC.)

Au moins 2 fois par semaine car ils sont naturellement riches en fibres et en protéines.

## → LE PAIN COMPLET OU AUX CÉRÉALES, LES PÂTES ET LE RIZ COMPLETS, LA SEMOULE COMPLÈTE

Au moins 1 fois par jour car ils sont naturellement riches en fibres.

## → LES PRODUITS LAITIERS (YAOURT, LAIT, FROMAGE) 2 par jour.

## ET PLUS GLOBALEMENT POUR MA SANTÉ, JE PRIVILÉGIE :

### → LES FRUITS À COQUE NON SALÉS

Une poignée par jour de noix, noisettes, amandes ou pistaches (riches en oméga 3 et/ou en vitamine E).

### → LES POISSONS GRAS ET MAIGRES

En alternance 2 fois par semaine dont 1 poisson gras (riche en oméga 3 : sardine, maquereau, hareng, saumon).

### → L'HUILE DE COLZA, DE NOIX, D'OLIVE

- Privilégier les matières grasses végétales (huiles) aux matières grasses animales (beurre, crème).
- Privilégier les huiles riches en oméga 3 (colza, noix) et l'huile d'olive.

### → LES PRODUITS LOCAUX

De saison et si possible bio.



Source : <https://www.fondation-arc.org/>

BCP ASSP	
Epreuve E2	Durée : 4 heures

Groupe de production de ressources

Mars 2025

Auteurs du sujet : Nadège KOURA / Patricia DELAIZIR / Natacha OGIER