

Examen :	C.A.P. EMPLOYE EN PHARMACIE	Durée	0 H 30
Epreuve facultative :	Dactylographie	Feuille	1/1

Présenter correctement cet extrait de la revue «Le TREBUCHET », n° 196 – Décembre 1999 sur l'alimentation de la femme enceinte.

Texte à mettre sur une page – Police Arial 12 – interligne 1,5

[LA FEMME ENCEINTE – L'alimentation]) . sur 2 lignes
 . ≡ L
 . en gras

⊗ 1
 Les lipides : Ils sont indispensables au développement du système nerveux du fœtus, mais très caloriques, ils ne devraient pas représenter plus de 35 % de l'alimentation. Elle évitera les viandes grasses, la charcuterie grasse, le chocolat et les pâtisseries au beurre. ⊗ 2

Les glucides : Ils donneront l'énergie nécessaire à la grossesse. Leur rapport doit être régulier et continu.

en majeure partie
 Besoin protéidique : Elle devra respecter l'équivalence des apports : 50% d'origine végétale, 50 % d'origine animale.

par exemple
 Besoin en fer : 12 à 20 mg couvert par un apport régulier en pain, légumes verts, viandes et œufs. Une supplémentation médicamenteuse peut-être nécessaire en cas de grossesse multiple, anémie précédant la grossesse multiple.

Besoin en calcium : Ce besoin augmente de 50%, aucun problème lorsque la consommation de produits laitiers, de légumes et de fruits est suffisante. Attention : le pain complet empêche l'assimilation du calcium (présence d'acide phytique).

⊗ 1
 Durant le premier trimestre, sa prise de poids doit être quasi nulle, son alimentation doit être raisonnable : elle ne doit pas manger pour deux, ni faire de régime trop draconien, la diversité est très importante pour éviter les carences.

⊗ 2 (porc, mouton, viandes en sauce)