



République Algérienne Démocratique et Populaire
Ministère de l'Enseignement Supérieur et de la Recherche Scientifique
Université - Belhadj Bouchaïb - d'Ain Témouchent
Faculté des Sciences et de Technologie
Département des Sciences Agroalimentaires

Corrigé type du module « Qualité nutritionnelle »

2022-2023

Question 1/ Qu'est-ce qu'un aliment fonctionnel (5 pts) ?

Réponse 1 : Un aliment fonctionnel, appelé aussi alicament ou médicaliment, désigne un aliment qui contient des « composants classifiés ou non comme nutriments, reconnus capables de prévention ou de réduction du risque des maladies. Exemple : Dattes, citron, miel, huile d'olive....etc.

Question 2/ L'alimentation joue un rôle majeur dans le bien-être et la santé des diabétiques. Quelles sont les principales pratiques alimentaires à suivre qui permettent de contrôler la glycémie chez un diabétique (5pts) ?

Réponse 2 :

Les deux principales pratiques alimentaires sont :

a/ Contrôler l'apport en glucides : Il faut privilégier les aliments contenant des glucides présents naturellement (exemple : fruits, produits laitiers, féculents, légumineuses). Les sucres qu'on ajoute doivent être consommés avec modération (exemple : confiture, gâteaux...).

b/ Privilégier les sources de glucides à indice glycémique faible : L'index glycémique (IG), est le pouvoir hyperglycémiant d'un aliment. Plus il est élevé plus il risque de faire monter le niveau de glycémie, l'IG peut varier en fonction du degré de cuisson des aliments (vapeur, frit ou au four), de la nature liquide ou solide, ou encore du fait de le consommer isolément ou associé à d'autres aliments.

Question 3/ Quel type de régime est inefficace en cas d'obésité ? Décrivez son effet (5 pts).

Réponse 3 :

Type de régime : un régime sévère ou hyperprotéiné.

Effet : Ce régime permet une perte de poids considérable en une courte durée, cependant il est inefficace sur le long terme et provoque l'effet yoyo, phénomène de reprise de poids importante faisant suite à une perte de poids volontaire due à un régime sévère.

Question 4/ Décrivez le rôle des fibres alimentaires (2,5 pts).

Réponse 4 :

Les fibres sont une composante essentielle d'une alimentation saine pour le cœur. Ils ont un effet hypocholestérolémiant et de ce fait empêche la formation de la plaque d'athérome. On les retrouve dans les légumes, les fruits, les grains entiers, les légumineuses et les noix.

Question 5/ comment peut-on traiter l'intolérance au gluten (2,5 pts).

Réponse 5 :

L'intolérance au gluten est une maladie chronique intestinale auto-immune liée à l'ingestion de gluten (présent dans les céréales). On l'appelle également maladie cœliaque. Le traitement de cette maladie consiste à l'évitement strict de l'allergène alimentaire (le gluten).