

Les plats industriels : quels risques ?

#Fait du jour

Exercices

1- Un petit creux. Cochez la ou les bonne(s) réponse(s).

Avant l'écoute

Quel est le synonyme de « nourriture » en français familier ?

- la dalle
- la bouffe
- le creux

Quelle expression désigne une mauvaise nourriture ?

- la malbouffe
- le casse dalle
- le petit creux

2- De quoi parle-t-on dans cet extrait ? Cochez la ou les bonne(s) réponse(s).

De quels produits industriels parle-t-on ?

- de la soupe en sachet
- des sodas
- des pizzas surgelées
- des biscuits au chocolat
- des nuggets de poulet

Dans cet extrait on parle des personnes qui :

- consomment beaucoup de repas industriels.
- ont un régime alimentaire sans gluten.
- mangent trop de viande.

Que provoquerait ce régime alimentaire ?

- un plus grand risque de crises cardiaques
- une augmentation du risque d'avoir un cancer
- une montée du taux de cholestérol

3- La particularité de l'étude. Sélectionnez le bon synonyme.

C'est ce que montre une **étude / recherche** publiée par le **magazine / la revue** *British Medical Journal*.

On le **savait / s'en doutait** un peu mais c'est une étude **inédite / sans précédent** par son **étendue / ampleur** et sa **méthodologie. / mise en œuvre**.

4- Les détails de l'enquête. Cochez la ou les bonne(s) réponse(s).

Pour réaliser cette étude, les chercheurs se basent sur les habitudes alimentaires de :

- 1 000 personnes.
- 10 000 personnes.
- 100 000 personnes.

Ces personnes sont suivies pendant :

- 4 ans.
- 8 ans.
- 10 ans.

Pourquoi cette étude est-elle inédite ?

- Le thème de la malbouffe est nouveau.
- C'est la première fois qu'on fait le lien entre cancer et malbouffe.

Quels sont les deux principaux problèmes révélés par l'étude ?

- la faible qualité nutritive des plats industriels
- le manque de saveur
- l'utilisation d'emballages plastiques

Quelles substances sont trop présentes dans ces produits ?

- les graisses
- le sucre
- la farine
- le sel
- les additifs
- les protéines végétales

5- Vrai ou faux ? Cochez la bonne réponse.

C'est un institut privé de recherches sur la nutrition qui a mené l'enquête.

- Vrai
- Faux

Les chercheurs ont déjà pu chiffrer le rapport entre consommation de plats industriels et cancer.

- Vrai
- Faux

Ils savent précisément ce qui provoque le cancer dans les plats industriels.

- Vrai
- Faux

Le problème des emballages plastiques c'est qu'ils contiennent parfois des substances nocives qui restent dans les plats.

- Vrai
- Faux

Selon le journaliste, cette étude inédite va permettre à d'autres chercheurs de s'intéresser à ce sujet.

- Vrai
- Faux

Exercices corrigés

1- Un petit creux.

Quel est le synonyme de « nourriture » en français familier ?

X la bouffe

Quelle expression désigne une mauvaise nourriture ?

X la malbouffe

2- De quoi parle-t-on dans cet extrait ?

De quels produits industriels parle-t-on ?

X de la soupe en sachet

X des pizzas surgelées

X des nuggets de poulet

Dans cet extrait on parle des personnes qui :

X consomment beaucoup de repas industriels.

Que provoquerait ce régime alimentaire ?

X une augmentation du risque d'avoir un cancer

3- La particularité de l'étude.

C'est ce que montre une **étude** publiée par **la revue** *British Medical Journal*.

On **s'en doutait** un peu mais c'est une étude **inédite** par son **ampleur** et sa **méthodologie**.

4- Les détails de l'enquête.

Pour réaliser cette étude, les chercheurs se basent sur les habitudes alimentaires de :

X 100 000 personnes.

Ces personnes sont suivies pendant :

X 8 ans.

Pourquoi cette étude est-elle inédite ?

X C'est la première fois qu'on fait le lien entre cancer et malbouffe.

Quels sont les deux principaux problèmes révélés par l'étude ?

X la faible qualité nutritive des plats industriels

X l'utilisation d'emballages plastiques

Quelles substances sont trop présentes dans ces produits ?

X les graisses

X le sucre

X le sel

X les additifs

5- Vrai ou faux ?

C'est un institut privé de recherches sur la nutrition qui a mené l'enquête.

X Faux

L'enquête menée par l'Inserm, l'Institut national de la santé et de la recherche médicale est inédite par son ampleur et par ses conclusions.

Les chercheurs ont déjà pu chiffrer le rapport entre consommation de plats industriels et cancer.

X Vrai

Les auteurs de l'étude sont même parvenus à un chiffre : 10 % de produits transformés en plus dans un régime alimentaire augmentent de 10 % également le risque de développer un cancer.

Ils savent précisément ce qui provoque le cancer dans les plats industriels.

X Faux

Le lien de corrélation est avéré, reste maintenant à montrer le lien de causalité. En clair : qu'est-ce qui provoque ces cancers ?

Le problème des emballages plastiques c'est qu'ils contiennent parfois des substances nocives qui restent dans les plats.

X Vrai

Les chercheurs avancent plusieurs hypothèses : la qualité nutritionnelle faible de ces produits -ils sont trop gras, trop sucrés, trop salés, ils sont bardés d'additifs - leurs emballages en plastique peuvent contenir des composés dangereux pour la santé comme le bisphénol A.

Selon le journaliste, cette étude inédite va permettre à d'autres chercheurs de s'intéresser à ce sujet.

X Vrai

Ceci dit, ces liens ne sont pour l'instant que suspectés, il faut désormais les prouver, mais cette étude, la première du genre, à au moins le mérite d'ouvrir la voie.