

Certificat d'aptitude professionnelle Maritime

EG4 Prévention-Santé-Environnement

Durée : 1 heure

L'usage de la calculatrice est interdit.

Nota :

Dans le cas où un(e) candidat(e) repère ce qui lui semble être une erreur d'énoncé, il (elle) le signale très lisiblement sur sa copie, propose la correction et poursuit l'épreuve en conséquence. De même, si cela vous conduit à formuler une ou plusieurs hypothèses, il vous est demandé de la (ou les) mentionner explicitement.

La copie que vous rendrez ne devra, conformément au principe d'anonymat, comporter aucun signe distinctif, tel que nom, signature, origine, etc. Si le travail qui vous est demandé comporte notamment la rédaction d'un projet ou d'une note, vous devrez impérativement vous abstenir de signer ou de l'identifier.

1^{re} QUESTION (valeur = 7,5)

Situation A

Philippe, 24 ans, est matelot depuis près de deux ans, sur le « Bienvu », un thonier sennear. Il part en campagne de pêche pendant 8 semaines puis revient à terre pendant 8 semaines. En période de pêche, l'activité est intense et pour être pleinement en forme, les matelots reçoivent une alimentation très riche en féculents, en viande, en matières grasses ou en fruits. Le cuisinier leur prépare de nombreuses pâtisseries qu'ils peuvent manger à chaque pause.

Chez lui, Philippe conserve ce régime alimentaire mais ne fait que très peu d'activité physique. Il est de plus en plus fatigué malgré ses périodes de repos. Le médecin des gens de mer qui l'a vu à sa dernière visite d'aptitude lui fait remarquer que son poids est trop élevé ; il lui conseille de modifier son alimentation. Il le met également en garde contre certaines maladies liées à l'obésité et à l'absence d'activité physique.

Source auteur

1. (valeur = 0,5)

Identifier le problème posé dans la situation A en recopiant sur votre copie la proposition correcte :

- a. Les risques liés à la consommation de pâtisseries en mer.
- b. Les conséquences d'une alimentation non adaptée à la baisse d'activité physique.
- c. Le rôle du médecin des gens de mer à bord des navires de pêche.

2. (valeur = 1,5)

Identifier les éléments de la situation A en répondant aux questions suivantes :

- Quoi ? Que se passe-t-il ?
- Qui ? Qui est concerné ?
- Où ? Où le problème se révèle-t-il ?
- Quand ? Quand le problème s'aggrave-t-il ?
- Comment ? Quels comportements sont à l'origine du problème ?
- Pourquoi ? Pourquoi est-ce important de trouver une solution au problème ?

3. (valeur = 1,5)

Citer trois critères qui font varier les besoins énergétiques d'une personne.

4. (valeur = 1)

Indiquer deux conséquences possibles sur la santé physique d'un excès alimentaire en sucre et en produits gras.

5. (valeur = 1)

Indiquer une conséquence possible de la prise de poids sur la vie professionnelle de Philippe.

6. (valeur = 2)

Répondre à l'aide des informations fournies sur l'annexe support 1.

Compléter les menus proposés à Philippe sur l'annexe à compléter 1 et justifier vos réponses.

2° QUESTION (valeur = 4,5)

Situation B

Incendie dans une usine classée Seveso

Le 26 septembre 2019, un incendie se déclare dans l'usine Lubrizol, classée Seveso, à Rouen. L'incendie provoque une épaisse fumée noire qui s'élève à plus de 20 km de hauteur. Craignant des retombées toxiques, des mesures sont prises pour protéger la population de Rouen et de Normandie : confinement, suspension des activités agricoles...

Source Delagrave CAP

1. (valeur = 2)

Un risque majeur se définit par un aléa et des enjeux.

À partir de la situation B et de vos connaissances, définir et préciser :

- l'aléa ;
- les enjeux.

2. (valeur = 0,5)

Préciser à quelle catégorie de risque majeur correspond cette situation.

3. (valeur = 1)

Indiquer comment est avertie la population en cas de danger (2 éléments de réponse attendus).

4. (valeur = 1)

Répondre à l'aide des informations fournies dans le document 1.

Citer les deux dispositifs mis en place pour informer les habitants sur les risques majeurs locaux.

Document 1

Les informations sur les risques majeurs au niveau local

Pour se protéger des risques majeurs, il faut se renseigner sur les risques auxquels on est exposé sur son territoire communal. Conformément à la loi, ces informations sont disponibles sur le DICRIM (Document d'Information Communal sur les Risque Majeurs) : ce document peut être consulté librement par les habitants de chaque commune, il vise à informer sur les risques et les mesures de prévention prévues au sein de la commune.

De nouveaux dispositifs sont mis en place comme ALERTE SMS COLLECTIVITÉ TERRITORIALE : il suffit de remplir des formulaires d'inscription afin de recevoir des informations locales sur les risques majeurs

Source : auteur

3^e QUESTION (valeur = 8)

Situation C

Juliette, 45 ans, travaille depuis 25 ans dans la même entreprise conchylicole. Aujourd'hui, elle découvre la nouvelle calibreuse qui vient d'être installée ; on lui explique rapidement son fonctionnement puis elle commence son travail. Un de ses collègues l'interpelle pour une question de commande. Elle se retourne tout en continuant son travail. Sa main est happée par la machine. Lorsqu'on la dégage, le sauveteur secouriste du travail (SST) la prend en charge et constate que Juliette a deux doigts amputés à sa main droite, elle saigne abondamment. Arrivée aux urgences, le médecin lui demande si elle est à jour de ses vaccins, notamment le rappel du vaccin antitétanique. Juliette ne retrouve son travail qu'après plusieurs mois d'arrêt ; elle conserve des séquelles de son accident

Source auteur

1. (valeur = 0,5)

Répondre sur l'annexe à compléter 2.

Identifier le problème posé dans la situation C en mettant une croix dans la case qui correspond à la proposition correcte.

2. (valeur = 1)

Répondre sur l'annexe à compléter 2.

À partir de la liste de caractéristiques, mettre une croix dans les cases qui correspondent au principe de la vaccination.

3. (valeur = 2)

Répondre sur l'annexe à compléter 3.

À partir de la situation C, compléter le schéma du processus d'apparition du dommage, sachant que l'opérateur est Juliette.

4. (valeur = 2)

Nommer les 4 actions que va mener le SST pour porter secours à Juliette.

Tourner la page

Page 5 sur 10

5. (valeur = 1)

Préciser le geste de secours réalisé par le SST.

6. (valeur = 0,5)

Préciser le rôle des rappels de vaccination.

7. (valeur = 0,5)

Nommer la visite médicale obligatoire dans le cas de Juliette, à la fin de son arrêt.

8. (valeur = 0,5)

Proposer une mesure de prévention applicable à la situation de Juliette.

ANNEXE SUPPORT 1

NE DOIT PAS ÊTRE RENDUE AVEC LA COPIE D'EXAMEN

Les nouvelles recommandations alimentaires pour les adultes
du PNNS (Programme National Nutrition Santé)

AUGMENTER

Au moins 5 fruits et légumes par jour, par exemple 3 portions de légumes et 2 fruits
Frais, surgelés ou en conserve!
Bio et de saison de préférence
1 verre de jus de fruit pressé max car trop de sucre

Naturellement riches en fibres

Au moins 2 fois par semaine des légumes secs
Ex: lentilles, haricots, pois chiches
Peut remplacer la viande mais à associer avec des céréales

Le Fait Maison

Au moins 30 minutes d'activités physiques dynamiques par jour
dans les activités du quotidien et les loisirs et activités sportives

Petite poignée par jour de fruits à coque
Riches en oméga 3 : noix, noisettes, amandes et pistaches non salées, etc.

ALLER VERS

2 fois par semaine du poisson, dont un poisson gras
Riches en oméga 3
Frais, surgelés ou en conserve!
Bio et de saison de préférence
Varier les espèces : sardines, maquereau, hareng, saumon...

Au moins un féculent complet par jour
Les produits complets sont + riches en fibres

Privilégiez les huiles de colza, de noix et d'olive
Les matières grasses ajoutées - huile, beurre et margarine - peuvent être consommées tous les jours en petites quantités.
Colza, noix : riches en oméga 3

2 produits laitiers par jour
Pour varier les plaisirs, alternez entre yaourt, lait, fromage blanc et fromages. Variez les types de fromages. Sauf les desserts lactés, la crème fraîche et du beurre

RÉDUIRE

Alcool : maximum 2 verres par jour et pas tous les jours

Limiter les boissons sucrées, les aliments gras, sucrés, salés et ultra-transformés
Limiter les produits NutriScore classés en D et E

Réduire sa consommation de sel
Limiter la charcuterie à 150 g par semaine

Privilégier la volaille, et limiter les autres viandes (porc, boeuf, veau, mouton, agneau, abats) à 500 g par semaine
Alterner dans la semaine la viande, la volaille, le poisson, les oeufs, les légumes secs.

Ne restez pas assis trop longtemps : prenez le temps de marcher un peu toutes les 2h

source : quoidansmonassiette.fr

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE (sauf n° de place)**ANNEXE À COMPLÉTER 1****Document à rendre avec la copie d'examen**

Question 1

6). Propositions de menus et justifications

Repas	Proposition	Justification
Petit déjeuner	- café, pain complet beurre, jus d'orange pressée	Boisson chaude – un féculent complet – une portion de fruit – beurre en petite quantité
Déjeuner	- entrée : _____ - plat : _____ - dessert : _____	_____ _____ _____ _____ _____
Dîner	- entrée : _____ - plat : _____ - dessert : _____	_____ _____ _____ _____ _____

Tourner la page

Page 8 sur 10

NUMÉRO DE PLACE : _____

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE (sauf n° de place)

ANNEXE À COMPLÉTER 2
Document à rendre avec la copie d'examen

3^e QUESTION

1) Identifier le problème posé dans la situation C en mettant une croix dans la case qui correspond à la proposition correcte :

Le choix d'une calibreuse

Le rôle du SST dans les entreprises conchylicoles

Le risque mécanique et ses conséquences, liés à l'utilisation d'une nouvelle machine

2) À partir de la liste de caractéristiques donnée ci-dessous, mettre une croix dans les cases qui correspondent au principe de la vaccination.

Mode d'action préventif

Mode d'action curatif (qui soigne)

Fabrication par l'organisme d'anticorps spécifiques à l'antigène

Protection durable

Protection de courte durée

Injection d'un micro-organisme rendu inoffensif

Injection d'anticorps spécifiques

NUMERO DE PLACE :

NE RIEN INSCRIRE AU DESSUS DE CETTE LIGNE (sauf n° de place)

ANNEXE À COMPLÉTER 3

Document à rendre avec la copie d'examen

Question 3.3 Compléter le schéma du processus d'apparition du dommage

