

BEP Carrières Sanitaires et Sociales

Nutrition Alimentation

Seconde professionnelle et Terminale BEP

Mohieddine BOUMAHDI

Jacqueline OUSTALNIOL

Marie-Cécile SÉNÉCHAL

**NATHAN
TECHNIQUE**

Crédits photographiques:

p. 27: AFP/D. Gray ; **p. 40:** D.R. ; **p. 67:** CNRI ; **p. 86:** Photodisc ; **p. 87:** Photodisc ;
p. 95: Cosmos/SPL ; **p. 103:** BSIP/Vem.

Édition: Karine Routier

Coordination artistique: Isabelle Jalfre

Schémas: Domino

Iconographie: Juliette Barjon

Couverture: IDEATIVE

Maquette intérieure: Fiat Lux

Fabrication: Maria Pauliat

Composition: Alinéa



© Nathan / VUEF, 9, rue Méchain, 75014, Paris 2003

ISBN: 2-09-179271-3

Sommaire

1	Les besoins de l'organisme	5
2	Les glucides	9
3	Les propriétés et les transformations des glucides	13
4	Les lipides	17
5	Les propriétés et les transformations des lipides	21
6	Les protides	25
7	Les propriétés et les transformations des protides	29
8	Les vitamines	33
9	Les éléments minéraux	37
10	L'eau et les fibres	41
11	Les groupes alimentaires	45
12	Les équivalences alimentaires	49
13	La digestion	53
14	L'absorption intestinale	57
15	L'appareil digestif du nourrisson et de la personne âgée	61
16	L'hygiène de l'appareil digestif	65
17	Les dysfonctionnements digestifs	69
18	Les rations alimentaires	73
19	L'équilibre alimentaire	77
20	L'alimentation lactée de l'enfant	81
21	L'alimentation diversifiée de l'enfant	85
22	L'alimentation de la personne âgée	89
23	La perception sensorielle des aliments	93
24	Les comportements alimentaires	97
25	Les maladies nutritionnelles	101
26	Les régimes adaptés aux maladies nutritionnelles	105
	Exercices de révision	109
	Sujets d'examen	129

