



**"Concours de la meilleure lecture" Livre
de : La nutrition**

Nom et prénom :
.....

Veuillez cocher les bonnes réponses.

Question 1 ♣ 50 % du sodium provient de celui qui est ajouté aux aliments commerciaux

- Faux
- Vrai

Question 2 ♣ Le corps humain ne peut pas synthétiser des nutriments

- Vrai
- Faux

Question 3 ♣ Les nitrosamines sont des composés non cancérigènes

- Vrai
- Faux

Question 4 ♣ Le cholestérol est véhiculé jusqu'aux foie par les chylomicrons

- Faux
- Vrai

Question 5 ♣ Le risque de développer des problèmes de santé est accru chez les personnes dont l'IMC est ≥ 40

- Faux
- Vrai

Question 6 ♣ La maladie d'Alzheimer font partie des principales causes de mortalité en 2009 au Canada

- Vrai
- Faux

Question 7 ♣ Le fromage renferme

- Entre 50 et 70 % d'eau
- <15 % d'eau
- Entre 30 et 50 % d'eau
- Entre 15 et 30 % d'eau

Question 8 ♣ Les oméga-3 sont des :

- Acides gras polyinsaturés
- Appartiennent à l'acide linoléique
- Appartiennent à l'acide alpha linoléique
- Acides gras mono-insaturés

Question 9 ♣ On a découvert le béribéri dans les années

- 1890
- 1860
- 1870
- 1880

Question 10 ♣ L'anorexie touche

- 2 % des personnes
- 6 % des personnes
- 4 % des personnes
- 8 % des personnes

Question 11 ♣ Les femmes sont composées de 57 % d'eau

- Faux
- Vrai

Question 12 ♣ La suralimentation est une malnutrition

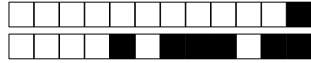
- Faux
- Vrai

Question 13 ♣ La pasteurisation est un procédé inventé au

- 18e siècle
- 21e siècle
- 19 siècle
- 20e siècle

Question 14 ♣ L'ANREF est l'alimentation nutritionnel de référence

- Vrai
- Faux



Question 15 ♣ Les extraits de terpènes sont employés comme Parfum

- Vrai
- Faux

Question 16 ♣ Les fromages sont classés selon de leur pâte

- Faux
- Vrai

Question 17 ♣ Le RAD a rendu l'étiquetage nutritionnel obligatoire en

- 2002
- 2003
- 2001
- 2000

Question 18 ♣ Les principaux facteurs modifiables des maladies cardiovasculaires :

- Age
- Diabète de type 2
- Hyperlipidémie
- Antécédents familiaux

Question 19 ♣ Les sucres non fermentescibles ne favorisent pas la carie dentaire

- Vrai
- Faux

Question 20 ♣ Le RAD dicte les exigences relatives à l'étiquetage de tous les aliments préemballés ou non

- Faux
- Vrai