


## Partie 2 chapitre 3

### Situation 3 page 116



The diagram shows a balance scale in equilibrium. On the left pan, there is a plate of food (vegetables, fruits, and a glass of water). Above this pan, the text reads 'apport de 12 000 kJ · jour<sup>-1</sup>'. On the right pan, a person is riding a bicycle. Above this pan, the text reads 'dépense de 12 000 kJ · jour<sup>-1</sup>'. The word 'ÉQUILIBRE' is written in red in the center of the scale.

**SITUATION 3 : Les aliments, source d'énergie**

Les aliments sont composés, en proportions variables, de molécules organiques comme les lipides, les glucides et les protides. Ils doivent couvrir les besoins énergétiques. Les aliments sont transformés en nutriments assimilables le long du tube digestif.

**Présenter les conséquences possibles d'un déséquilibre entre les apports énergétiques alimentaires et les dépenses journalières.**

Une alimentation équilibrée du point de vue énergétique consiste en une égalité entre les apports et les dépenses, autrement dit en un bilan énergétique nul. Si les apports énergétiques sont supérieurs aux dépenses, cela provoque une prise de masse. Au contraire, si les apports énergétiques sont inférieurs aux dépenses énergétiques, alors cela provoque une perte de masse.