

Un régime révolutionnaire !

Le docteur Mielose propose un nouveau régime exclusif à base de miel !

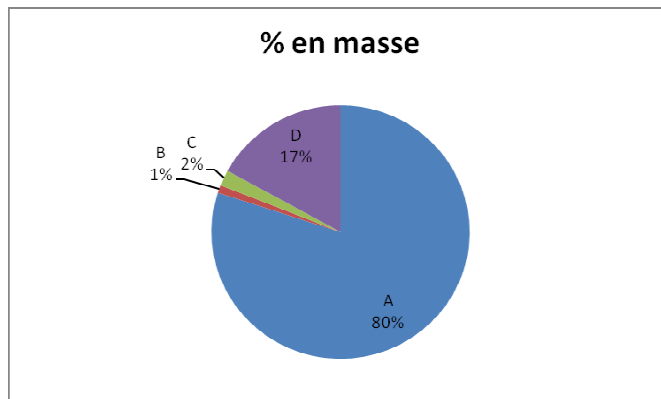
Faut-il suivre son conseil ?

Vous élaborerez une réponse précise et argumentée à partir des documents fournis.

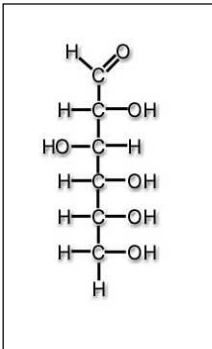


guide-nutrition.fr

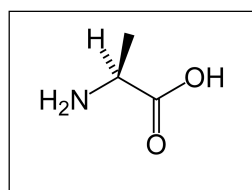
Document 1 : Composition du miel en pourcentages massiques.



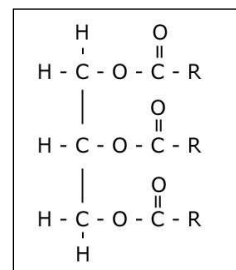
A :



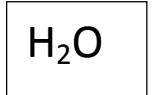
B :



C :



D :



Document 2 : Indications sur les biomolécules

- Les glucides contiennent, entre autres, des fonctions alcools.
- Les lipides sont en partie constitués de triglycérides qui sont des triesters.
- Les protides sont des composés azotés.

Document 3 : Apport moyen journalier nutritionnel recommandé

Famille de biomolécules	% massique
Glucide	68 %
Lipide	17 %
Protide	15 %

Document 4 : les propriétés du fructose

- Un plus en cas de diabète

Les constituants principaux du miel sont des glucides simples, environ 80 %. À l'inverse du sucre, qui n'est composé que de saccharose, le miel contient surtout du fructose et du glucose. Le fructose a un fort pouvoir sucrant. C'est également un atout pour les personnes diabétiques et les sportifs car le fructose élève peu la glycémie durant la digestion.

- A consommer sans excès : Dans notre organisme, le fructose est facilement transformé en graisse, il a tendance à augmenter les triglycérides sanguins ... »

« Coups de pouce » à distiller au cours du travail des élèves par

l'enseignant:

- Repérer les groupes fonctionnels ou atomes clés dans les molécules appartenant aux familles A, B et C.
- Prendre en compte les vertus et les méfaits énoncés concernant le fructose.
- Réfléchir sur la notion de régime.