



ANNALE

Sélection d'entrée en IFSI, voie de la formation professionnelle continue

Session 2024 · Bourgogne-Franche-Comté

Épreuve écrite d'admission, sous-épreuve de rédaction sanitaire et sociale (30 min, notée sur 10)

TEXTE SUPPORT

Le sommeil est le meilleur ami de notre santé.

Améliorer un seul critère de qualité du sommeil parmi les 5 identifiés par les experts permettrait de diminuer de près de 20% les risques cardiovasculaires, incluant AVC, l'infarctus, conclut une étude franco-suisse. Environ 65% des Français disent mal dormir, d'après un sondage Ipsos. Durée, chronotype, insomnies, apnées du sommeil, et somnolences diurnes : chacun de ces 5 critères d'un sommeil de bonne qualité diminue le risque de maladies cardiovasculaires (dont les infarctus et accidents vasculaires cérébraux) ; conclut une nouvelle étude franco-suisse publiée dans l'European Heart Journal. En améliorer un seul permet de diminuer ce risque de 18%.

QUESTIONS

Question a

Citez 5 facteurs qui perturbent notre sommeil

Question b

Quels sont les 5 risques liés au manque de sommeil ? Argumentez

Sujet composé par l'institut ou le groupement organisateur, reproduit avec indication de la session. Mise en forme concours-ifs.fr.
Impression autorisée, copie désactivée.