Ce document a été mis en ligne par l'organisme FormaV®.

Toute reproduction, représentation ou diffusion, même partielle, sans autorisation préalable, est strictement interdite.

Pour consulter tous nos sujets d'annales et corrigés du CAP PSR, veuillez visiter :
cappsr.fr/annales-sujets-et-corriges

CAP PSR

Prévention santé et environnement

Session 2024 • Code sujet : **2406 CAP PSE (id24T)** • Durée : **1 h 00** • Coefficient : **1**

Sommaire

Cliquez sur une partie pour y accéder directement

1. **Sommeil des adolescents, alcool et cannabis, risques majeurs** (9 questions) — **Page 3**
2. **Analyse du travail d'Elsa et prévention des risques liés au froid** (5 questions) — **Page 7**
3. **Protection et assistance par le sauveteur secouriste du travail** (4 questions) — **Page 10**
4. **Ce qu'il faut retenir & Questions fréquentes (FAQ)** (Synthèse & Q&A Examen) — **Page 12**

Sujet officiel (PDF) : https://cappsr.fr/assets/annales/cap-psr/Prévention-santé-environnement/2024/CAP PSR - Prévention-santé-environnement - Session 2024 - 1-Sujet.pdf

1. Sommeil des adolescents, alcool et cannabis, risques majeurs

La première situation aborde le manque de sommeil chez les adolescents, ses causes et ses effets, ainsi que la réglementation sur l'alcool et le cannabis. La seconde étudie un séisme en Charente-Maritime, les risques naturels du département et les conduites à adopter lors d'une alerte.

Situation 1

Question 1-1. Identifier, parmi les propositions, la problématique soulevée par la situation sur le manque de sommeil chez les adolescents.

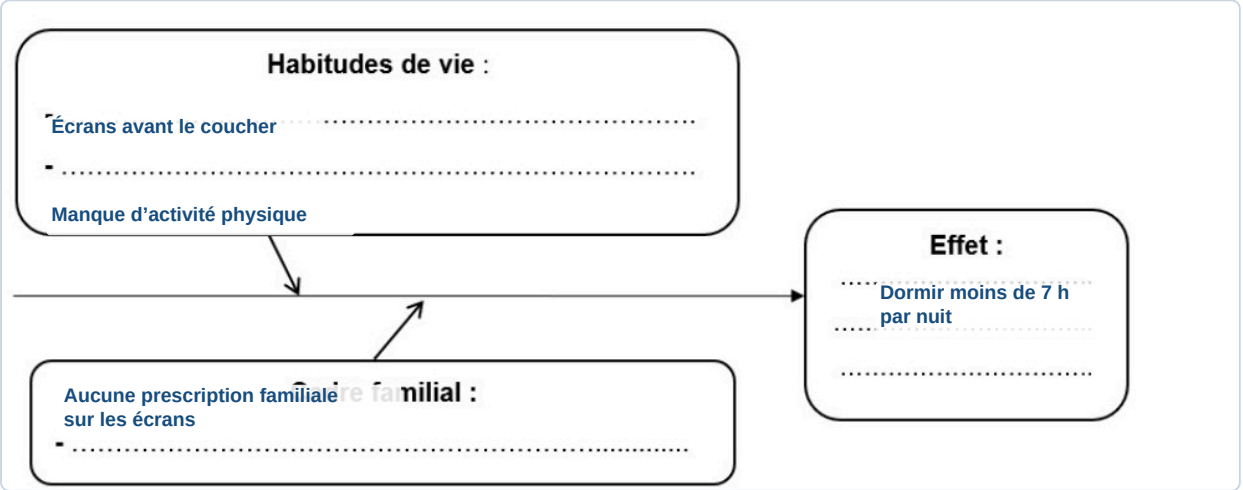
Le texte traite du manque de sommeil chez les adolescents, de ses causes et de ses conséquences. La question générale porte sur les moyens de limiter les effets de ce manque sur leur santé et leur vie quotidienne. Les autres propositions ne correspondent pas au sujet : il n'y a pas de comparaison avec les adultes et le texte ne préconise pas d'interdire les écrans aux enfants.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> À cocher : « Comment limiter les conséquences d'un manque de sommeil chez un adolescent ? »

Question 1-2. Analyser la situation en complétant le diagramme causes-effet à l'aide des éléments soulignés, en les répartissant entre les habitudes de vie, le cadre familial et l'effet.

Les causes relèvent des habitudes de vie et du cadre familial. L'effet à inscrire dans le diagramme est le sommeil trop court, indiqué dans le texte par « dort moins de sept heures par nuit ». Les effets ultérieurs sur l'humeur, les résultats scolaires, les performances sportives et les symptômes dépressifs sont des conséquences du manque de sommeil, mais ne sont pas les éléments soulignés à répartir dans ce diagramme.

Diagramme causes-effet complété



> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Habitudes : écrans avant le coucher et manque d'activité physique. Cadre familial : aucune prescription concernant les écrans. Effet : dormir moins de sept heures par nuit.

Question 1-3. **Justifier par deux arguments l'intérêt, pour les adolescents, de bénéficier d'une quantité suffisante de sommeil.**

Un sommeil suffisant est nécessaire au développement et à la récupération de l'adolescent. Il soutient aussi les capacités utiles aux apprentissages et les performances scolaires. Enfin, il contribue à l'équilibre de l'humeur et aux performances sportives. Ces deux derniers arguments sont directement cohérents avec les conséquences négatives citées dans le texte pour les adolescents qui manquent de sommeil.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Le sommeil favorise le développement et la récupération, ainsi que l'équilibre de l'humeur et les apprentissages.

Question 1-4. **Indiquer deux comportements qui favorisent la qualité du sommeil.**

Deux comportements adaptés aux causes mentionnées dans la situation permettent de préserver le sommeil : limiter l'exposition aux écrans avant le coucher et pratiquer une activité physique régulièrement dans la journée. Il est aussi possible de conserver des horaires de coucher réguliers, mais deux comportements suffisent pour répondre à la question.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Limiter les écrans avant le coucher et pratiquer une activité physique dans la journée.

Question 1-5. **Nommer le phénomène auquel s'exposent les personnes qui poursuivent une consommation d'alcool ou de cannabis en pensant que cela favorise l'endormissement.**

La consommation répétée d'alcool ou de cannabis expose à une dépendance, aussi appelée addiction. Même si ces substances peuvent donner l'impression de faciliter l'endormissement, elles ne constituent pas une solution au manque de sommeil et peuvent nuire à sa qualité.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> La dépendance, ou addiction, à l'alcool ou au cannabis.

Question 1-6. **À partir du document 1 et de vos connaissances, cocher les affirmations correctes concernant la vente d'alcool, les stupéfiants, le cannabis et les infractions relatives aux mineurs.**

La vente d'alcool est interdite aux personnes de moins de 18 ans. Le cannabis est illicite en France, et les peines prévues pour la cession ou l'offre illicite de stupéfiants peuvent comprendre de l'emprisonnement et une amende. Faire boire un mineur jusqu'à l'ivresse est également un délit. Les affirmations présentant les stupéfiants comme interdits seulement aux mineurs ou les peines comme uniquement financières sont donc fausses.

Affirmations correctes cochées

correctes :

- [x] La vente d'alcool est interdite aux mineurs de moins de 18 ans.
- [ ] La vente de stupéfiants est interdite uniquement aux mineurs.
- [ ] Le cannabis est illicite en France uniquement pour les mineurs.
- [x] Le cannabis est illicite en France.
- [ ] Les peines encourues en cas d'infraction sont uniquement financières.
- [x] Faire boire un mineur jusqu'à l'ivresse est un délit

✓ RÉPONSE À RETENIR

À cocher : vente d'alcool interdite aux moins de 18 ans ; cannabis illicite en France ; faire boire un mineur jusqu'à l'ivresse est un délit.

Situation 2

Question 1-7. Repérer et souligner deux éléments de la situation du séisme qui justifient qu'il soit qualifié de risque majeur.

Le risque majeur associe un événement dangereux à de lourdes conséquences humaines ou matérielles. Le texte rapporte des dommages aux bâtiments et le relogement de nombreux habitants. Ces éléments montrent que le séisme a touché à la fois les biens et les personnes. La magnitude élevée et le caractère exceptionnel de la secousse sont également des indices de son importance.

Éléments justifiant le risque majeur

Un village de Charente-Maritime, La Laigne, a particulièrement souffert : des pierres et des tuiles gisent à terre et des cheminées menacent de tomber des toits. Des dizaines de maisons ont été décrétées *« inhabitables »* par les pompiers. Dans ce bourg, *« 135 bâtiments ont été globalement touchés par le séisme »* et *« 170 personnes doivent être relogées »*, a expliqué le directeur du SDIS*[2] de Charente-Maritime.

"On s'est endormi d'épuisement, puis il y a eu la deuxième secousse dans la nuit à

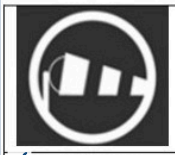
✓ RÉPONSE À RETENIR

À souligner : « 135 bâtiments ont été globalement touchés par le séisme » et « 170 personnes doivent être relogées ».

Question 1-8. À partir du document 2 et en excluant les séismes, cocher les autres risques d'origine naturelle susceptibles d'atteindre le département.

Le document présente des risques naturels et des risques liés aux activités humaines. En excluant le séisme, les risques naturels à retenir sont la tempête, l'inondation, l'incendie, les risques littoraux et les mouvements de terrain. Les risques industriel, nucléaire et de transport de matières dangereuses ne sont pas d'origine naturelle.

Risques naturels cochés

				
☑ Le risque tempête	☑ Le risque inondation	☐ Le risque industriel	☐ Le risque nucléaire	☐ Le risque sismique
				
☑ Le risque incendie	☑ Les risques littoraux (Submersion, érosion...)	☐ Le risque transport de matières dangereuses	☑ Le risque mouvement de terrain	

✓ RÉPONSE À RETENIR

À cocher : tempête, inondation, incendie, risques littoraux et mouvement de terrain.

Question 1-9. Proposer deux conduites à tenir lorsque retentit la sirène d'alerte à la population, quel que soit le risque majeur, et justifier chacune d'elles.

À l'alerte, il faut se mettre à l'abri dans un bâtiment et y rester : cela protège des dangers extérieurs pendant l'événement. Il faut également écouter les informations et consignes officielles, notamment à la radio : elles indiquent les mesures adaptées au risque et la conduite à suivre. Ne pas encombrer les lignes téléphoniques permet de les laisser disponibles pour les secours.

Conduite à tenir	Justification
Se mettre à l'abri dans un bâtiment et y rester.	Se protéger des dangers extérieurs pendant l'événement.
Écouter les consignes officielles à la radio.	Suivre les instructions adaptées au risque.

Tableau des conduites à tenir complété

population retentit. Justifier chacune de ces conduites.

Conduites à tenir	Justifications
Se mettre à l'abri dans un bâtiment et y rester.	Se protéger des dangers extérieurs pendant l'événement.
Écouter les consignes officielles à la radio.	Suivre les instructions adaptées au risque.

✓ RÉPONSE À RETENIR

Se mettre à l'abri dans un bâtiment et écouter les consignes officielles.

2. Analyse du travail d'Elsa et prévention des risques liés au froid

Elsa prépare des commandes de produits réfrigérés ou surgelés dans un entrepôt bruyant où la température est proche de zéro degré. Il faut analyser son activité, identifier ses risques professionnels, expliquer l'effet du froid et choisir des gants adaptés à son travail.

Sous-partie 2-1

Question 2-1-1. Analyser la situation de travail d'Elsa avec l'outil ITMaMi en complétant le tableau pour l'individu, les tâches, le matériel et le milieu.

Individu	Tâches	Matériel	Milieu
Elsa, titulaire d'un CAP EPC, salariée depuis 2 ans	Identifier le contenu des caisses, les compléter, vérifier leur poids, les saisir et les placer sur des palettes.	Caisses réfrigérées, lecteur de code-barres, balance, palettes.	Entrepôt frigorifique bruyant, température proche de 0 °C. Travail debout plusieurs heures d'affilée.

Le tableau ITMaMi relie les caractéristiques de la salariée, son travail, les équipements employés et son environnement. La perte récente de sensibilité des doigts complète l'analyse : elle peut gêner la préhension et la manipulation des caisses.

Tableau ITMaMi complété

Individu (Diplômes, ancienneté)	**Tâche** (Travail effectué)	**Matériel**	**Milieu** (Environnement, ambiance…)
- Elsa - .... Elsa CAP EPC 2 ans - .... -	- identifier le contenu des caisses réfrigérées - c Identifier, compléter, peser, palettiser ses - .... -	- caisses réfrigérées - .... Caisses, lecteur, balance, palettes -	- entrepôt bruyant Bruit Proche de 0 °C Debout longtemps - ....

✓ RÉPONSE À RETENIR

Elsa, CAP EPC, 2 ans d'ancienneté; identification, complément, pesée et palettisation des caisses; lecteur, balance, palettes; entrepôt bruyant, proche de 0 °C, travail debout prolongé.

Question 2-1-2. Déduire, parmi les familles proposées, les risques professionnels auxquels Elsa est exposée.

Le froid de l'entrepôt expose Elsa à une ambiance thermique défavorable et le bruit est explicitement mentionné. Elle saisit et déplace des caisses, les place sur des palettes et reste debout plusieurs heures : ces contraintes relèvent de la charge physique de travail. La situation ne fait état d'aucune exposition à un produit chimique ni à un agent biologique.

Risques à cocher

1-2 En déduire les familles de risques professionnels auxquels est exposée Elsa :

- [x] Risque lié aux ambiances thermiques
- [x] Risque chimique
- [x] Risque lié au bruit
- [ ] Risque biologique
- [x] Risque lié à la charge physique de travail

✓ RÉPONSE À RETENIR

Risques liés aux ambiances thermiques, au bruit et à la charge physique de travail; pas de risque chimique ni biologique signalé.

Question 2-1-3. À l'aide du document 3 et de vos connaissances, expliquer en quoi le froid augmente le risque d'accident du travail.

Pour conserver sa chaleur, le corps réduit la circulation sanguine dans les doigts, qui se refroidissent et s'engourdissent. Elsa perd alors de la sensibilité et de la dextérité. Elle peut moins bien saisir les caisses ou contrôler son matériel; sa prise devient moins sûre et ses gestes moins précis. Une caisse ou un outil peut lui échapper, entraînant une blessure. Le froid peut aussi ralentir les réactions et favoriser les faux mouvements.

Effet du froid sur le risque d'accident

2-1-3 À l'aide du document 3 et de vos connaissances, expliquer en quoi le froid augmente le risque d'accident du travail.

... Doigts engourdis
Prise et gestes moins précis
Risque de chute d'objet ou de blessure
.....

.....

✓ RÉPONSE À RETENIR

Le froid engourdit les doigts et réduit la dextérité : prise moins sûre, gestes moins précis et risque accru de chute d'objet ou de blessure.

Question 2-1-4. À partir du document 4, choisir le type de gants le plus adapté à la situation professionnelle d'Elsa et indiquer son numéro.

Choisir les gants n° 2. Le document 4 précise qu'ils sont adaptés au contact alimentaire et qu'une doublure intérieure très isolante permet de travailler à basse température. Ces caractéristiques correspondent à Elsa, qui manipule des produits alimentaires réfrigérés ou surgelés dans un entrepôt proche de zéro degré. Les gants n° 1 sont destinés aux travaux extérieurs en hiver; les n° 3 protègent notamment des coupures et de la chaleur.

Type de gants choisi

2-1-4 À partir du document 4, choisir le type de gants le plus adapté à la situation professionnelle d'Elsa en indiquant son numéro.

N° 2

.....

✓ RÉPONSE À RETENIR

Gants n° 2 : adaptés au contact alimentaire et au travail à basse température dans l'entrepôt frigorifique.

Question 2-1-5. Justifier le choix des gants par deux arguments.

Deux arguments justifient le choix des gants n° 2 :

1. Ils sont certifiés pour le contact alimentaire, ce qui convient à la manipulation des produits alimentaires.
2. Leur doublure intérieure très isolante protège les mains quand Elsa travaille à basse température. Elle aide à limiter le refroidissement des doigts et donc la perte de sensibilité mentionnée dans la situation.

Arguments pour le choix

2-1-5 Justifier ce choix par deux arguments.

- .....

Contact alimentaire certifié

- .....

Doublure isolante contre le froid

✓ RÉPONSE À RETENIR

Les gants n° 2 sont certifiés pour le contact alimentaire et leur doublure isolante protège les mains du froid.

3. Protection et assistance par le sauveteur secouriste du travail

Un collègue d'Elsa fait un malaise dans un entrepôt frigorifique et tient un cutter. Le SST intervient, appelle le 15 et doit protéger la victime, agir en attendant les secours et connaître ses autres rôles dans l'entreprise.

Sous-partie 2-2

Question 2-2-1. Indiquer en quoi consiste l'action de protection à réaliser dans cette situation d'accident.

Le SST repère le cutter comme un danger immédiat. Sans se mettre en danger, il le retire de la main de la victime et le pose hors de portée. Si l'opération présente un risque, il ne tente pas de l'arracher : il sécurise la zone et demande de l'aide.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Écarter le cutter sans s'exposer ; sécuriser la zone si cela présente un risque.

Question 2-2-2. Justifier l'intérêt de réaliser cette action de protection.

Cette action vise à protéger :

- la victime, qui pourrait se blesser involontairement avec le cutter pendant son malaise ;
- le SST et les autres personnes, qui pourraient être blessés en s'approchant.

Supprimer ce danger immédiat limite le risque de suraccident et permet une intervention plus sûre.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Éviter les blessures et le suraccident pendant l'intervention.

Question 2-2-3. Après l'appel au 15 et la décision d'intervention du SAMU, préciser les trois actions complémentaires que le SST doit effectuer en attendant l'arrivée des secours.

En attendant le SAMU, le SST suit les consignes du médecin régulateur et reste auprès de la victime.

1. La mettre au repos dans la position où elle respire le mieux, sans la déplacer inutilement.
2. La couvrir, la rassurer et surveiller son état.
3. Faciliter l'accès des secours et leur transmettre toute évolution de l'état de la victime.

> ✓ **RÉPONSE À RETENIR**
>
> Mettre au repos, couvrir et surveiller la victime ; faciliter l'arrivée des secours.

Question 2-2-4. En dehors de l’assistance lors d’un accident, citer un autre rôle du SST au sein de l’entreprise.

Le SST contribue à la prévention des risques professionnels dans l’entreprise. Il peut repérer une situation dangereuse, la signaler et participer aux actions de prévention pour éviter les accidents et les atteintes à la santé.

> **✓ RÉPONSE À RETENIR**
>
> Participer à la prévention des risques professionnels.

Ce qu'il faut retenir de ce sujet (Session 2024)

Bilan de l'épreuve : Épreuve de CAP Prévention, santé et environnement, session 2024, code 2406 CAP PSE (id24T), d'une durée d'une heure et de coefficient 1. Elle traite du sommeil des adolescents, de l'alcool et du cannabis, des risques majeurs, puis de la prévention en entrepôt frigorifique et du rôle du SST. Les compétences évaluées portent sur l'analyse, la prévention, la proposition de solutions, l'argumentation et la communication écrite.

Notions-clés, formules & règles à maîtriser

- Le sujet rappelle qu'un adolescent a besoin d'environ neuf heures de sommeil et que les écrans avant le coucher peuvent perturber ses habitudes de sommeil.
- Un risque majeur associe un aléa susceptible de causer des dommages importants et des personnes ou des biens exposés.
- Le froid réduit la circulation sanguine dans les extrémités et peut engourdir les doigts, diminuer leur sensibilité et gêner les gestes.
- Le SST protège, alerte les secours, suit leurs consignes et surveille la victime jusqu'à leur arrivée.

Points de vigilance & attentes du jury

- Pour le diagramme causes-effet, distinguer les habitudes de vie et le cadre familial des conséquences du manque de sommeil.
- Pour identifier les risques naturels, s'appuyer sur les catégories et les pictogrammes du document 2, en excluant les séismes.
- Dans ITMaMi, distinguer les caractéristiques de l'individu, les tâches, le matériel et le milieu de travail.
- Dans l'intervention du SST, tenir compte du cutter et éviter toute action qui mettrait en danger le sauveteur ou la victime.

Questions fréquentes sur cette épreuve (Q&A Examen)

Q : Comment compléter un diagramme causes-effet à partir d'un texte ?

Repérez les éléments soulignés, puis classez-les selon leur rôle dans le diagramme. Les habitudes de vie et le cadre familial sont à distinguer de l'effet du manque de sommeil, décrit dans le texte par ses conséquences.

Q : Pourquoi le froid peut-il favoriser un accident du travail ?

Le froid réduit la circulation sanguine dans les extrémités et peut rendre les doigts engourdis, douloureux ou moins sensibles. La préhension et la précision des gestes diminuent, ce qui rend la manipulation des objets ou des outils moins sûre.

Q : Le sujet indique-t-il un nombre de points par question et combien de temps dure l'épreuve ?

L'épreuve dure une heure. Aucun barème par question ou par partie n'est indiqué. Le barème global attribue 4, 4, 5, 5 et 2 points aux compétences évaluées, soit 20 points au total.

Q : Quels critères généraux de notation sont indiqués dans le sujet ?

Le sujet évalue l'analyse, la mise en relation des phénomènes et des mesures de prévention, la proposition de solutions, l'argumentation et la qualité de l'expression écrite. Le traitement de l'information est intégré aux autres compétences.

Sujet officiel associé (PDF) : https://cappsr.fr/assets/annales/cap-psr/Prévention-santé-environnement/2024/CAP PSR - Prévention-santé-environnement - Session 2024 - 1-Sujet.pdf
Ressources CAP Production et Service en Restaurations : Toutes les annales & corrigés • Fiches de révision complètes • Simulateur de notes d'examen

Copyright © 2027 FormaV®. Tous droits réservés.

FormaV® est une marque déposée auprès de l'INPI sous le numéro 5227897.

Ce document a été élaboré par FormaV® avec le plus grand soin afin d'accompagner chaque apprenant vers la réussite de ses examens. Son contenu (textes, graphiques, méthodologies, tableaux, exercices, concepts, mises en forme) constitue une œuvre protégée par le droit d'auteur.

Toute copie, partage, reproduction, diffusion ou mise à disposition, même partielle, gratuite ou payante, est strictement interdite sans accord préalable et écrit de FormaV®, conformément aux articles L.111-1 et suivants du Code de la propriété intellectuelle. Dans une logique anti-plagiat, FormaV® se réserve le droit de vérifier toute utilisation illicite, y compris sur les plateformes en ligne ou sites tiers.

En utilisant ce document, vous vous engagez à respecter ces règles et à préserver l'intégrité du travail fourni. La consultation de ce document est strictement personnelle.

Merci de respecter le travail accompli afin de permettre la création continue de ressources pédagogiques fiables et accessibles.