



Ce document a été mis en ligne par l'organisme [FormaV<sup>®</sup>](#)

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

Pour en savoir plus sur nos formations disponibles, veuillez visiter :

[www.formav.co/explorer](http://www.formav.co/explorer)

# **Corrigé du sujet d'examen - CAP COBA - PSE - Prévention Santé Environnement - Session 2025**

## **Correction de l'épreuve - CAP PSE 2025**

### **Durée : 1 h 00 - Coefficient : 1**

Cette correction se divise en deux parties : la partie concernant le sommeil des adolescents et la partie relative à la consommation d'eau douce, ainsi que la sous-partie sur la santé et la sécurité au travail.

### **Partie 1**

#### **Situation 1 - Le sommeil des adolescents**

##### **1-1 Identifier le problème posé dans la situation 1**

Il s'agit de choisir la proposition correcte parmi trois options.

**Proposition correcte :** Les écrans perturbent le sommeil des adolescents.

**Justification :** L'énoncé mentionne des troubles de sommeil liés à l'utilisation d'écrans avant le coucher.

##### **1-2 Indiquer 2 rôles du sommeil**

Réponse attendue sous forme de deux rôles :

- Restaurer l'énergie physique
- Consolider les apprentissages et la mémoire

##### **1-3 Identifier une conséquence sur la santé physique et une conséquence sur la scolarité d'un manque de sommeil**

Les réponses doivent être formulées dans les cases suivantes :

**Santé physique :** Risque accru d'obésité ou de maladies cardiovasculaires.

**Scolarité :** Diminution des performances scolaires et concentration altérée.

##### **1-4 Expliquer pourquoi l'exposition aux écrans entraîne un manque de sommeil chez les adolescents**

Éléments de réponse :

L'exposition aux écrans avant de dormir bloque la production de mélatonine, l'hormone du sommeil, ce qui retarde l'endormissement. De plus, la lumière bleue émise par les appareils électroniques stimule le cerveau et rend l'endormissement plus difficile.

##### **1-5 Proposer deux solutions pour répondre au problème de la situation 1**

- Limiter l'utilisation des écrans une heure avant le coucher.
- Créer un environnement propice au sommeil, comme une chambre sombre et silencieuse.

## Situation 2 - La consommation d'eau douce

### 1-6 Justifier l'intérêt de préserver les lacs, les rivières, les nappes phréatiques

Réponse attendue :

- Assurer l'approvisionnement en eau potable pour les générations futures.
- Maintenir la biodiversité aquatique et protéger les écosystèmes.

### 1-7 Analyser la situation 2 en répondant par vrai ou faux

Évaluation des affirmations :

- **La France est en pénurie d'eau douce** : Faux
- **Eau douce et eau potable, c'est la même chose** : Faux
- **L'eau qui n'est pas douce est de l'eau salée** : Vrai
- **L'usage domestique de l'eau correspond à l'utilisation de l'eau à la maison** : Vrai

### 1-8 Renseigner le tableau des postes de consommation d'eau

Trouver les trois postes les plus consommateurs et salir une mesure d'économie :

#### Postes de consommation les plus gourmands en eau :

- Toilettes
- Douche
- Lavage du linge

#### Une mesure d'économie à chaque poste :

- Installer des chasses d'eau à faible consommation.
- Prendre des douches plus courtes.
- Laver à pleine charge uniquement.

### 1-9 Entourer la bonne définition de l'empreinte eau

**Proposition correcte :** «L' empreinte eau » représente la quantité totale d'eau nécessaire pour qu'un bien ou un service soit disponible pour un consommateur.

**Justification :** Cette définition englobe l'ensemble de l'eau utilisée durant le cycle de vie d'un produit.

### 1-10 Choisir le menu avec l'empreinte eau la plus faible et argumenter

**Menu A** (carottes râpées, poulet/riz, compote de pommes) a une empreinte eau plus faible que le Menu B (œuf mayonnaise, steak de boeuf/purée, mousse au chocolat).

**Justification :** La production de légumes comme les carottes nécessite généralement moins d'eau par kilogramme comparativement à la viande rouge comme le steak de boeuf.

### 1-11 Actions concrètes pour économiser l'eau virtuelle

- Favoriser l'achat de produits locaux pour réduire l'empreinte liée au transport.
- Réduire l'utilisation de produits non alimentaires à forte empreinte eau, comme le coton.

## Partie 2

### Sous-partie 2.1 - Situation 3

#### 2-1-1 Analyser la situation 3 en complétant le schéma PAD

À réaliser par l'étudiant, il doit mentionner les différentes étapes : exposition aux poussières - inhalation - effets sur la santé.

#### 2-1-2 Choisir la mesure à privilégier

**Mesure A : équiper la zone de ponçage d'un plancher aspirant.**

**Justification :** Cela prévient la dispersion des poussières toxiques, réduisant ainsi l'inhalation et les risques pour la santé.

#### 2-1-3 Personne responsable de la santé et sécurité des salariés

**Réponse attendue :** L'employeur est responsable de la santé et sécurité des salariés.

#### 2-1-4 Avantage de travailler en CDI

**Réponse attendue :** Un CDI offre plus de stabilité financière et d'avantages sociaux, tels que des congés payés accrus.

### Sous-partie 2.2 - Situation d'accident

#### 2-2-1 Ordre des actions à effectuer par la SST

**Ordre :**

- Secourir : n°1
- Examiner : n°2
- Protéger : n°3
- Alerter : n°4

#### 2-2-2 Geste de secours à pratiquer

**Réponse attendue :** Appliquer une pression sur la plaie pour arrêter le saignement.

#### 2-2-3 Numéro d'urgence à composer

**Réponse attendue :** 15 (Samu) ou 18 (Pompiers).

#### 2-2-4 Contribution à la prévention des accidents du travail

**Justification :** Le SST peut organiser des formations sur la sécurité, sensibiliser les collègues aux risques et veiller à la bonne application des mesures de protection.

## Méthodologie et conseils

- Gérez votre temps : accordez suffisamment de temps à chaque question selon son coefficient.
- Lisez attentivement chaque énoncé pour ne pas passer à côté des détails importants.
- Utilisez des exemples concrets pour illustrer vos réponses et gagner en clarté.
- Soignez votre écriture et votre syntaxe, car cela compte dans la note.
- Restez à jour sur les réglementations et conseils de santé publique, car ces aspects sont fréquents dans les questions.

© FormaV EI. Tous droits réservés.

Propriété exclusive de FormaV. Toute reproduction ou diffusion interdite sans autorisation.

Copyright © 2026 FormaV. Tous droits réservés.

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.