



MÉTHODOLOGIE CONTRACTION DE TEXTE

LA CONTRACTION QU'EST-CE QUE C'EST ?

- L'épreuve de contraction de texte est une épreuve rédactionnelle.
- Un texte de départ d'environ 1000 mots.
- Environ 10 % doivent être conservés.
- Chaque personne doit trouver sa méthode.



QUE FAIRE FACE AU TEXTE ?

- Lire une à deux fois le texte.
- Surligner/Relever les idées importantes.
- Déterminer les parties.
- Faire un résumé de chaque partie en fonction de l'importance de celles-ci.
- Brouillon ou non → libre à vous
- Attention à la syntaxe et l'orthographe !!
- Bien suivre la chronologie du texte. +++
- Respecter le nombre de mots. +++
- Utiliser des transitions pour rendre le texte plus facile à comprendre.



À ÉVITER

- Les phrases trop longues.
- Les lectures critiques.
- Les exemples et arguments (sauf s'ils sont essentiels à la compréhension du texte).
- Les répétitions.
- Les abréviations non explicitées et le style télégraphique ne sont pas admis.

GRILLE DE CONTRACTION

1 à 5					
6 à 10					
11 à 15					
16 à 20					
21 à 25					
26 à 30					
31 à 35					
36 à 40					
41 à 45					
46 à 50					
51 à 55					
55 à 60					

RÈGLES POUR LE COMPTAGE DES MOTS DU RESUME

1. Comptent comme un mot (une case) :

- Un mot simple ou composé avec ou sans tiret ; (l'article défini (le, la, l',...), indéfini (un, une, des,...), partitif (du, de la, des,...) associé au mot doit être compté dans la même case)
- Une conjonction (mais, ou, et, donc, or, ni, car)
- Un nombre ou une expression chiffrée
- Un sigle (sauf s'il est attaché à un mot : Médicament® compte pour une seule case)
- Un acronyme ou une abréviation qui aura été auparavant défini dans le texte ou autorisé et indiqué comme tel dans le sujet de l'épreuve
- Les lettres utilisées isolément (a, β,...)

REGLES POUR LE COMPTAGE DES MOTS DU RESUME (2)

2. Ne comptent pas séparément (doivent donc être associés dans une case) :

- - La ponctuation (. , ; : ? !)
- - Les signes conventionnels (<, >, ...)
- - Les guillemets
- - Les parenthèses ou crochets
- - l'article défini (le, la, l',...), indéfini (un, une, des,...), partitif (du, de la, des,...) associé au mot
- - Les numéros ou lettres d'une énumération (accompagnés ou non d'une ponctuation ou d'un tiret (par exemple : a), 1(, 1)...))
- - Les unités associées à un nombre (par exemple : 18 mg, 172 ml/min.m², 26 m/s, 20 ans, 3 heures, ...)



Les benzodiazépines sont les plus connues et les plus utilisées des tranquillisants. Elles ont deux indications médicales majeures : l'attaque de panique et les crises convulsives. Dans ces deux cas, leur utilisation est unitaire et ponctuelle, sous forme orale ou injectable.

Or, dans la pratique, les benzodiazépines sont prescrites essentiellement comme somnifères, bien qu'elles soient un facteur aggravant de l'insomnie chronique. Elles sont aussi utilisées comme myorelaxants et tranquillisants au long cours. Leur principal effet indésirable immédiat est une baisse de la vigilance, avec risque de chute et une augmentation de 60% de fractures du col du fémur. On leur doit aussi une bonne part des accidents de la route. À plus long terme, les effets néfastes sont une majoration des pertes de mémoire et une augmentation de 50% du risque de démence. Encore plus préjudiciable est le risque de dépendance, puisqu'il s'agit certainement des drogues les plus rapidement addictogènes, tant du marché licite que du marché illicite. Une consommation quotidienne de deux semaines suffit parfois à entraîner une dépendance, et le sevrage est toujours difficile. C'est la raison pour laquelle il est officiellement recommandé de ne pas dépasser quelques semaines de prescription. Recommandation que les médecins ne peuvent pas suivre, car ils cèdent à la pression des patients devenus dépendants. La preuve en est apportée par le récent rapport de l'ANSM qui note l'augmentation régulière de consommation des benzodiazépines.

Dans le cadre de tentative de réduction du sempiternel trou de la Sécurité Sociale, une réflexion vient de s'ouvrir sur la vente des médicaments à l'unité. Les benzodiazépines sont une excellente occasion de mise en pratique. En dehors des convulsions et des attaques de panique, elles n'ont aucune indication médicalement justifiée, et dans ces deux cas, leur utilisation est unitaire. Elles sont donc bien le premier médicament idéal pour une vente à l'unité. Le corollaire serait un déremboursement des boîtes de plusieurs comprimés, dont la prescription est la preuve d'une utilisation inadéquate, non justifiable de la solidarité nationale.

Cette mesure aiderait au sevrage, elle diminuerait les chutes et fractures des personnes âgées, les accidents de la route, la démence, les insomnies chroniques, et améliorerait la santé publique. Le bonus serait une économie de 200 millions d'euros pour la Sécurité Sociale. La seule inconnue est le nombre de licenciements provoqués par le manque à gagner des industriels. Espérons qu'il sera faible, car ces nouveaux chômeurs éventuels pourraient être sujets aux insomnies et aux angoisses... Rien n'est simple.

Les benzodiazépines sont les plus connues et les plus utilisées des tranquillisants. Elles ont deux indications médicales majeures : l'attaque de panique et les crises convulsives. Dans ces deux cas, leur utilisation est unitaire et ponctuelle, sous forme orale ou injectable.

Or, dans la pratique, les benzodiazépines sont prescrites essentiellement comme somnifères, bien qu'elles soient un facteur aggravant de l'insomnie chronique. Elles sont aussi utilisées comme myorelaxants et tranquillisants au long cours. Leur principal effet indésirable immédiat est une baisse de la vigilance, avec risque de chute et une augmentation de 60% de fractures du col du fémur. On leur doit aussi une bonne part des accidents de la route. À plus long terme, les effets néfastes sont une majoration des pertes de mémoire et une augmentation de 50% du risque de démence. Encore plus préjudiciable est le risque de dépendance, puisqu'il s'agit certainement des drogues les plus rapidement addictogènes, tant du marché licite que du marché illicite. Une consommation quotidienne de deux semaines suffit parfois à entraîner une dépendance, et le sevrage est toujours difficile. C'est la raison pour laquelle il est officiellement recommandé de ne pas dépasser quelques semaines de prescription. Recommandation que les médecins ne peuvent pas suivre, car ils cèdent à la pression des patients devenus dépendants. La preuve en est apportée par le récent rapport de l'ANSM qui note l'augmentation régulière de consommation des benzodiazépines.

Dans le cadre de tentative de réduction du sempiternel trou de la Sécurité Sociale, une réflexion vient de s'ouvrir sur la vente des médicaments à l'unité. Les benzodiazépines sont une excellente occasion de mise en pratique. En dehors des convulsions et des attaques de panique, elles n'ont aucune indication médicalement justifiée, et dans ces deux cas, leur utilisation est unitaire. Elles sont donc bien le premier médicament idéal pour une vente à l'unité. Le corollaire serait un déremboursement des boîtes de plusieurs comprimés, dont la prescription est la preuve d'une utilisation inadéquate, non justifiable de la solidarité nationale.

Cette mesure aiderait au sevrage, elle diminuerait les chutes et fractures des personnes âgées, les accidents de la route, la démence, les insomnies chroniques, et améliorerait la santé publique. Le bonus serait une économie de 200 millions d'euros pour la Sécurité Sociale. La seule inconnue est le nombre de licenciements provoqués par le manque à gagner des industriels. Espérons qu'il sera faible, car ces nouveaux chômeurs éventuels pourraient être sujets aux insomnies et aux angoisses... Rien n'est simple.

1-5	Les benzodiazépines	sont	en théorie	utilisées	ponctuellement.
6-10	En pratique,	employées	comme	somnifères,	elles
11-15	entraînent	beaucoup	d'effets	néfastes,	en plus
16-20	d'être	fortement	addictogènes.	Les médecins,	poussés
21-25	par	les patients,	prescrivent	trop.	La vente
26-30	à	l'unité	ou	le déremboursement	des boîtes
31-35	aideraient	1) au sevrage	2) à	la réduction	des effets
36-40	indésirables	3) à	améliorer	la santé	publique
41-45	en faisant	des économies.			

Notions / expressions	Points
Utilisation normale benzo	X
Utilisation pratique : somnifère	X
Effets indésirables	X
Pression de prescription	X
Proposition: vente à l'unité	X
Proposition: déremboursement	X
Sevrage	X
Réduction effets indésirables	X
Amélioration santé publique	X
Économies	X
ORTHOGRAPHE / SYNTAXE	X
TOTAL :	20
*5	100

FIN.

FORUMS	SUJETS	MESSAGES	DERNIER MESSAGE
 Éthique	0	0	Pas de message
 Psycho	0	0	Pas de message
 Anthropologie	0	0	Pas de message
 Éco	0	0	Pas de message
 Santé Publique	0	0	Pas de message
 Histoire	0	0	Pas de message
 Tutorat / QCM / Contraction	0	0	Pas de message

NOUVEAU *

Marquer tous les sujets comme lus • 7 sujets • Page 1 sur 1

ANNONCES	RÉPONSES	VUS	DERNIER MESSAGE
 [News]  Correction Officieuse d'Histologie 2014-2015 par Andot » Lun Déc 29, 2014 5:46 pm	6	1001	par Edoukite  Jeu Jan 01, 2015 3:55 pm
 [News]  CORRECTION BIOSTAT OFFICIEUSE (non détaillée pour l'instant) par Tom_C » Dim Déc 28, 2014 11:58 pm	11	966	par surfking  Mar Déc 30, 2014 3:37 am
  Correction officieuse BIOCELL par levure » Sam Déc 27, 2014 12:04 am	5	998	par Tilda  Dim Déc 28, 2014 2:43 pm
 [News]  Carnets d'Anatomie - 2014-2015 par JesusisDrug » Mer Déc 24, 2014 6:06 pm	11	1471	par Maman Xenope  Mer Déc 31, 2014 4:17 pm
  Correction officieuse Chimie Orga par Orgahler » Dim Déc 21, 2014 7:28 pm	10	1450	par Alexiis  Dim Déc 28, 2014 8:46 pm
  Sondage de Satisfaction Tutorat :) par rockfort » Sam Déc 20, 2014 7:17 pm	7	950	par GregHouse  Ven Jan 02, 2015 12:26 am
 [News]  TUT RENTRÉE #2 : Infos et inscriptions par Passy » Sam Déc 20, 2014 6:59 pm	10	1560	par Raboucho  Dim Déc 28, 2014 10:58 pm
 [News]  Correction officieuse de BIOCHIMIE par Nathou » Sam Déc 20, 2014 6:41 pm	17	1701	par Ceyy  Mer Déc 31, 2014 6:05 pm

 5 minutes du tutorat - Configuration ! par Orgahler » Ven Nov 28, 2014 8:19 am	0	1504	par Orgahler  Ven Nov 28, 2014 8:19 am
 Chiffres du S1 ! par rockfort » Dim Nov 16, 2014 9:50 pm	11	4717	par rockfort  Mer Nov 26, 2014 3:42 pm
 [LA PASSOIRE] Mots Croisés Ronéo 11  par La Passoire » Lun Sep 15, 2014 5:50 pm	14	9104	par rockfort  Mar Nov 18, 2014 5:13 pm
 [LA PASSOIRE] Numéro de Noël !  par La Passoire » Lun Sep 08, 2014 4:35 pm	15	10764	par Cyrbmt  Jeu Déc 25, 2014 11:15 am
 ERRATA Tutorat et Concours Blanc du 1e semestre  par Smile » Dim Sep 07, 2014 7:22 pm	5	25405	par Luffylink  Dim Sep 07, 2014 9:03 pm
 [News] Séances d'Anticipation & de Révisions: Planning et Programme par rockfort » Mer Aoû 06, 2014 5:38 pm	3	12463	par Mathildefla  Lun Sep 08, 2014 6:03 pm
 [News] Séances QCMs: Planning et Programme S1 par rockfort » Mer Aoû 06, 2014 4:32 pm	0	28650	par rockfort  Mer Aoû 06, 2014 4:32 pm
 BREAKING NEWS : DM / FICHES / INFO (MaJ 17/12) par Kardajian » Dim Juil 27, 2014 3:22 pm	109	47750	par Andot  Lun Déc 29, 2014 5:49 pm
 Fiches d'orientation  par ThomasV » Sam Jan 11, 2014 11:10 pm	5	12596	par sabahat  Jeu Nov 06, 2014 7:56 am

 1 ... 4 5 6

SUJETS	RÉPONSES	VUS	DERNIER MESSAGE
 Présentation de la matière par Cthulhu » Ven Jan 02, 2015 7:01 am	0	17	par Cthulhu  Ven Jan 02, 2015 7:01 am
 ** ERRATA TUTORAT / DM / CCB ** par Karlo » Sam Aoû 09, 2014 2:52 pm	0	156	par Karlo  Sam Aoû 09, 2014 2:52 pm
 ** ERRATA ANNATUT ** par Karlo » Sam Juil 19, 2014 8:46 pm	0	81	par Karlo  Sam Juil 19, 2014 8:46 pm
 ** ERRATA RONÉO ** par Karlo » Sam Juil 19, 2014 8:44 pm	0	46	par Karlo  Sam Juil 19, 2014 8:44 pm
 ** CENTRE DE TÉLÉCHARGEMENT ** par Karlo » Sam Juil 19, 2014 8:32 pm	0	187	par Karlo  Sam Juil 19, 2014 8:32 pm
 ** RÉPONSES DES PROFESSEURS ** par Karlo » Sam Juil 19, 2014 7:56 pm	0	61	par Karlo  Sam Juil 19, 2014 7:56 pm
 La mytho-condrie par Doc-Tortue » Mar Déc 09, 2014 6:10 pm	10	283	par Karlo  Lun Déc 29, 2014 4:01 pm

Afficher les sujets postés depuis: Selon l'attribut: Trier par

NOUVEAU ★

Marquer tous les sujets comme lus • 7 sujets • Page 1 sur 1