

Merci à anonyme 4  
membre du site devenez-fonctionnaire.fr  
pour la partage de sa copie

ÉTIQUETTE  
D'IDENTIFICATION

À compléter par le candidat

rabattre le cache qu'en présence d'un membre de la commission de surveillance

Concours externe - interne - professionnel - ou examen professionnel <sup>(1)</sup>  
Rayer les mentions inutiles

externe

Pour l'emploi de : inspecteur des finances publiques

preuve n° : 3

Matière : traduction anglais

Date : 22/11/2022

Nombre d'intercalaires supplémentaires : 0

### À L'ATTENTION DU CANDIDAT

En dehors de la zone d'identification rabattable, les copies doivent être  
strictement anonymes et ne comporter aucun élément d'identification tel  
que nom, prénom, signature, paraphe, localisation, initiale, numéro, ou toute  
autre indication même fictive étrangère au traitement du sujet.

Il est demandé aux candidats d'écrire et de souligner si nécessaire au  
stylo bille, plume ou feutre, de couleur noire ou bleue uniquement.  
Toute autre couleur pourrait être considérée comme un signe distinctif par le  
jury, auquel cas la note de zéro serait attribuée. De même, l'utilisation  
du crayon surligneur est interdite.

Les étiquettes d'identification codes à barres, destinées à permettre à  
l'administration d'identifier votre copie, ne doivent être détachées et collées  
dans les deux cadres prévus à cet effet qu'en présence d'un membre de la  
commission de surveillance.

NOTE / 20  
18,25

Selon une étude le réchauffement global est en train de réduire le sommeil dans le monde entier.

Des données montrent que les gens parviennent plus difficilement à dormir, et plus particulièrement les femmes et les personnes âgées, avec de sérieux impacts sur la santé.

L'augmentation des températures engendrée par la crise climatique est en train de réduire le sommeil de personnes dans le monde entier, à gauche la plus large étude réalisée à ce jour.

Bien dormir est nécessaire pour la santé et le bien-être. Cependant le réchauffement global entraîne une augmentation des températures nocturnes, plus rapidement même que celles de la journée, rendant le sommeil plus difficile. Les analyses révèlent qu'en moyenne dans le monde un citoyen est déjà en train de perdre 44 heures de sommeil par an, ce qui amène à 11 nuits avec moins de sept heures de sommeil, qui est un niveau standard de sommeil efficace.

La perte de sommeil augmentera à mesure que la planète s'échauffe mais cela affecte des groupes davantage que d'autres. La perte de sommeil par degré supplémentaire est d'environ un quart plus élevée pour les femmes que pour les hommes, deux fois plus élevée chez les plus de 65 ans et trois fois plus élevée dans les populations des pays moins développés. Les chercheurs ont exploité des données issues de dispositifs mesurant le sommeil utilisés par 47 000 personnes de 68 pays différents, ce qui représente plus de 7 millions de nuits.

Des précédentes études ont montré que l'augmentation de la température dégrade la santé, entraînant une hausse des attaques cardiaques, des suicides et des problèmes

mentaux, des accidents et des blessures, ainsi qu'une réduction de l'efficacité au travail.

Il a été démontré qu'un sommeil dégradé avait ces mêmes effets et les chercheurs ont affirmé que leur étude suggère qu'un sommeil perturbé peut être un mécanisme par lequel la chaleur entraîne ces effets sur la santé.

Plus inquiétant, d'après les chercheurs, leurs données ne montrent aucun risque que les personnes sont capables de s'adapter à des nuits plus chaudes.

Søren Sten, de l'université de Copenhague au Danemark a déclaré : "À travers cette étude nous apportons la première preuve à l'échelle mondiale que l'augmentation de la température moyenne dégrade le sommeil de l'homme."

Sten a affirmé que la réduction du sommeil du fait de l'augmentation de température des nuits est en train d'affecter un nombre très important de populations. Il a donné comme exemple le fait qu'une nuit pendant laquelle la température dépasse  $25^{\circ}\text{C}$  dans une ville d'un million d'habitants aurait pour conséquence une augmentation de 46 000 du nombre de personnes souffrant d'une réduction du temps de sommeil.

L'étude, qui a été publiée au journal *One Earth*, a analysé des données concernant le sommeil et la météo, qui ont été collectées entre 2015 et 2017. Cette étude a déterminé que des températures plus élevées réduisaient le sommeil en retardant l'endormissement. Le corps humain a besoin de se refroidir la nuit au moment de s'endormir, mais cela est plus difficile quand il fait plus chaud. [...]

Il est établi que les personnes plus âgées dorment moins la nuit et ont une régulation de la température du corps moins performante, ce qui peut expliquer qu'elles soient plus sensibles. Il est possible que les personnes vivant dans les pays les plus pauvres perdent davantage de

temps de sommeil car elles ont moins accès à des appareils permettant de faire baisser la température, tels que les ventilateurs ou les climatiseurs.

Les chercheurs ont déterminé que l'impact des nuits plus chaudes sur le sommeil a été observé dans tous les pays, bien que certains connaissent naturellement des climats plus froids ou plus chauds, avec un effet visible quand l'augmentation des températures nocturnes dépasse  $10^{\circ}\text{C}$ .

Jonathan Storer a déclaré : "Plus inquiétant, nous avons aussi obtenu la preuve que des personnes vivant déjà dans des climats chauds ont une dégradation du sommeil encore plus importante pour chaque degré d'augmentation de température. Nous devons espérer que ces personnes s'adaptent mieux." De plus, les personnes n'ont pas rattrapé le sommeil perdu plus tard, d'après les données.