

Zeitschrift: Revue Militaire Suisse
Herausgeber: Association de la Revue Militaire Suisse
Band: 92 (1947)
Heft: 5

Artikel: Questions d'alimentation
Autor: Scheurer, E.
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-348379>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Questions d'alimentation

Les légumes dans la nourriture du soldat

L'emploi exclusif de rations, même vitaminées, dans *l'armée américaine du Pacifique*, sans apport frais a conduit après plusieurs mois à certaines déficiences. On a pu y remédier par la culture de légumes sans terre arable dans des solutions chimiques. Des réalisations importantes dans les îles volcaniques et coralliennes du Pacifique ont produit des récoltes de tomates, de radis, de laitues, de concombres. Des milliers de mètres carrés de bacs en ciment ont été garnis de graviers volcaniques criblés — empruntons-nous à la revue française, *Vie et Santé* — les graines ensuite mises en place et une solution nutritive mise en circulation dans ces bacs. Quatre mois plus tard commençaient les récoltes.

Le problème du pain aux Etats-Unis d'Amérique

Des recherches entreprises ces dernières années ont amené à la constatation que la farine ou le pain blanc ne contient plus que le 25 % de la quantité de vitamines B₁ et B₂, d'acide nicotinique (aussi une vitamine du groupe B), ainsi que de calcium et de fer primitivement contenu dans les céréales. Or, pour de larges couches de la population des U.S.A., la farine et le pain blancs constituent les aliments principaux, en sorte que les prescriptions pour la nourriture, les « Recommended Dietary Allowances » (R.D.A.), donc le « régime alimentaire recommandable » prescrit par le Conseil d'alimentation et de Subsistance des U.S.A., ne pouvaient être

pleinement satisfaits aussi longtemps qu'on n'avait pas résolu le problème du pain, empruntons-nous à la revue : « Les Vitamines » du Service scientifique « Roche », N° 1, 1946.

Voici un tableau de comparaison entre la farine entière et la farine blanche :

<i>Teneur</i>	<i>Farine complète</i>	<i>Farine blanche</i>
Vitamine B ₁	450,0 gamma* %	100,0 gamma % = 22 % de la farine complète
Vitamine B ₂	190,0 gamma %	50,0 gamma % = 26 % de la farine complète
Acide nicotinique	4,9 gamma %	1,2 mg % = 24 % de la farine complète
Calcium	57,0 mg %	15,0 mg % = 26 % de la farine complète
Fer	5,7 mg %	1,3 mg % = 23 % de la farine complète

* 1 gamma = 1/1000 mg.

Dès 1940 et 1941, le « Conseil d'alimentation » et la « Conférence Nationale d'alimentation » de Washington considèrent qu'il était très urgent d'enrichir la farine et le pain blanc en éléments nutritifs essentiels et aujourd'hui l'on admet communément aux Etats-Unis que l'usage du pain blanc enrichi constitue un grand progrès au point de vue hygiénique. Le chirurgien chef des Etats-Unis THOMAS PARRAU a prononcé le slogan « le pain blanc enrichi des U.S.A. contribue à former une Amérique plus saine ».

Le pain blanc enrichi des U.S.A. contient par livre (454 g. en Amérique) :

Vitamine B ₁	1,1 - 1,8 mg.
Vitamine B ₂	0,7 - 1,6 mg.
Acide nicotinique	10,0 - 15,0 mg.
Fer	8,0 - 12,5 mg.

On recommande, en outre, l'adjonction de calcium et de vitamine D.

-r.