Zeitschrift: Fachblatt für schweizerisches Anstaltswesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

Herausgeber: Schweizerischer Verein für Heimerziehung und Anstaltsleitung; Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare; Verein für Schweizerisches Anstaltswesen

Band: 15 (1944)

Heft: 10

Artikel: Problèmes de l'alimentation en temps de guerre et d'après-guerre

Autor: Fleisch, A.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-806197

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.07.2025

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

FACHBLATT FÜR SCHWEIZER. ANSTALTSWESEN
REVUE SUISSE DES ETABLISSEMENTS HOSPITALIERS

Offizielles Fach-Organ folgender Verbände: - Publication officielle des Associations suivantes:

VSA, **Verein für Schweizer. Anstaltswesen** Association Suisse des Etablissements hospitaliers **(Gegr. 1844)**
SHVS, **Schweizerischer Hilfsverband für Schwererziehbare**
SZB, **Schweizerischer Zentralverein für das Blindenwesen**
VAZ, **Vereinigung der Anstaltsvorsteher des Kts. Zürich**
BDS, **Berufsverband des Diätpersonals in der Schweiz**

Redaktion: **Emil Gossauer,** Regensdorferstr. 115, Zürich 10, Tel. 567584
Franz F. Otth, Enzenbühlstr. 66, Zürich 8, Tel. 243442 (Techn. Teil)
Rubriken: SHVS: Dr. P. Moor, Bodmerweg 713, Meilen; SZB: H. Bannwart, Sekretär d. Zentralstelle des SZB, St. Leonhardstr. 32, St. Gallen; VAZ: G. Fausch, Vorsteher, Pestalozzistiftung Schlieren

Verlag: **Franz F. Otth,** Zürich 8, Enzenbühlstrasse 66, Telephon 243442, Postcheckkonto VIII 19593; Mitteilungen betr. Inserate, Abonnements, Anstaltsnachrichten, Neue Projekte, Adressänderungen, sowie alle Zahlungen an den Verlag. Abonnement pro Jahr/par an: Fr. 7.—, Ausland Fr. 10.—

Zürich, Oktober 1944 - No. 10 - Laufende No. 152 - 15. Jahrgang - Erscheint monatlich - Revue mensuelle

Problèmes de l'alimentation en temps de guerre et d'après-guerre

par le Prof. Dr. méd. A. Fleisch, Lausanne *)

On admet de façon générale que notre alimentation au cours de la cinquième année de guerre, tout en étant bien plus simple qu'autrefois, reste néanmoins suffisante. Cependant les médecins et les spécialistes de questions alimentaires n'en désirent pas moins connaître de façon objective les caractéristiques tant quantitatives que qualitatives de notre nourriture actuelle. Les travaux effectués par la Commission fédérale pour l'alimentation de guerre, de concert avec l'Office de guerre pour l'alimentation, nous permettent de répondre à ce désir. Contrairement à ce qui fut fait pendant la dernière guerre mondiale, où les problèmes de ravitaillement et de rationnement étaient résolus sans l'aide de physiologistes, le Conseil fédéral institua en octobre 1940, sur la proposition des physiologistes suisses, la Commission fédérale pour l'alimentation de guerre (EKKE = Eidgenössische Kommission für Kriegsernährung). Cette commission fonctionne comme organe consultatif pour tout le domaine alimentaire. Toutes les questions qui s'y rapportent, y compris celles de la production et de la répartition des denrées, sont ainsi, depuis lors, étudiées en commun par l'EKKE et l'OGA (Office de guerre pour l'alimentation).

Dans l'accomplissement de ses tâches multiples, l'EKKE s'est toujours inspirée du principe suivant: Le plan de notre alimentation et de notre production doit être à long terme et tel, qu'avec des récoltes tant soit peu normales, les aliments produits suffisent au point de vue quantitatif à satisfaire les besoins. Par contre, des restrictions peuvent et doivent porter sur la composition qualitative de la nourriture. C'est pourquoi l'EKKE a demandé l'intensification de la culture des pommes de terre et des légumes — denrées donnant à l'hectare le rendement le plus élevé en calories — dans une mesure telle, que le rationnement de ces produits ne soit jamais nécessaire. Nous sommes heureux qu'en effet ce but ait été atteint.

Les restrictions que la guerre impose aux importations nous placent devant l'alternative suivante:

a) possibilité pour le consommateur d'acheter en tous temps et en quantité illimitée pommes de terre, légumes et fruits; d'autre part, en quantité limitée, voire très limitée, par le rationnement, du pain, du lait et de la viande. Cette solution implique une nourriture simple, mais nous évite les graves conséquences physiques et psychiques de la sous-alimentation et de la faim.

b) En pratiquant, comme en temps de paix, l'élevage, on disposerait, il est vrai, d'oeufs, de viande et de jambon en plus grande quantité, mais cette quantité serait tout à fait insuffisante, de sorte que la faim atteindrait de larges couches de la population. Les producteurs, au nombre d'un million, ne manqueraient pas de garder pour eux des quantités suffisantes; un autre million d'habitants pourrait s'approvisionner de façon également suffisante grâce à leur aisance ou à leurs relations personnelles avec des producteurs. Les classes moins favorisées, notamment les milieux ouvriers des villes, souffriraient donc doublement de la pénurie. Voici les raisons pour lesquelles l'élevage intense aboutirait à un volume de production nettement insuffisant: la transformation en produits animaux des produits végétaux utilisables directement pour l'alimentation humaine, tels que le blé, l'avoine, l'orge, le maïs, les pommes de terre ou encore le lait écrémé, cause une perte de calories et de protéines atteignant 80% et davantage. Lors de la production d'oeufs cette perte est même de 90%.

*) Conférence tenue devant la Société des médecins du canton de Berne le 6 juillet 1944.

Ceci étant, des considérations d'ordre médical aussi bien que social traçaient clairement à l'EKKE la voie à suivre. Le but principal de notre plan est d'assurer à la population tout entière une nourriture quantitativement suffisante; il y a donc lieu de tenir particulièrement compte des classes ouvrières des régions urbaines, que leurs faibles moyens pécuniaires et l'absence de relations personnelles avec les producteurs défavoriseraient considérablement en cas de ravitaillement général insuffisant. Il est dans la nature des choses que les intérêts particuliers des producteurs agricoles s'opposent fréquemment aux buts poursuivis par l'EKKE, notamment dans les cas où le producteur trouve plus de profit à utiliser comme fourrage des denrées convenant à l'alimentation humaine. Aussi l'EKKE s'est-elle efforcée dès le début de lutter contre cette tendance qui soustrait ces denrées au marché.

Comme la Section du Rationnement doit tenir compte, en fixant les rations, de données scientifiques précises, il incombe à l'EKKE de calculer au fur et à mesure les quantités d'aliments nécessaires. Ces calculs se fondent sur les données théoriques de la littérature internationale quant aux besoins de l'organisme humain en fonction de l'âge, du sexe et de l'intensité du travail. D'autre part, l'EKKE a réuni les données quant à la composition de toutes les denrées alimentaires existant en Suisse. Nous connaissons ainsi pour chaque denrée le nombre de calories, la teneur en protéines, en graisses et en hydrates de carbone. De même, la teneur en certains éléments minéraux, calcium, phosphore, fer et enfin en vitamines A, B_1, C, D et amide de l'acide nicotinique. On calcule chaque mois pour les diverses cartes et les diverses catégories de consommateurs les quantités attribuées de chacun de ces constituants; pour les éléments minéraux et les vitamines ce calcul se fait de temps à autre. Aussi le prix de la ration journalière est calculé régulièrement: au total des aliments rationnés sont additionnés, par jour et par personne, 500 g de pommes de terre, 200 g de légumes et 100 g de fruits.

Une ration journalière de 500 g de pommes de terre peut paraître élevée; elle est pourtant inférieure à la quantité normalement consommée dans certains pays tels que la Belgique et l'Allemagne du Nord. Les quantités mentionnées de fruits et de légumes sont relativement faibles et ne représentent que la moitié, environ, de la consommation moyenne actuelle en Suisse. Nous nous sommes cependant arrêtés à ces chiffres relativement réduits, parce que légumes et fruits nous fournissent les calories à prix élevé, et qu'il faut chercher avant tout à composer une nourriture telle qu'elle puisse être achetée en quantité suffisante même par les consommateurs peu aisés.

La Section d'hygiène de la Société des Nations a recommandé pour les adultes, hommes et femmes, ne fournissant pas de gros travaux une ration de base de 2400 calories par jour. Nous avons accepté ce chiffre pour les hommes, mais pour les femmes, appelées à fournir un travail corporel moins intense, nous avons adopté une base de 1900 calories par jour. Nous arrivons ainsi à une moyenne de 2150 calories, base de nos calculs.

La Société des Nations calcule en calories dites ‚nettes', c'est-à-dire calories décelables par les méthodes chimiques dans la nourriture apprêtée, tandis que l'EKKE calcule en calories résorbables. Bien que les pertes de calories qu'entraîne la digestion ne soient pas connues de façon exacte, notre manière de calculer est cependant plus indiquée, vu que la nourriture de guerre, toujours riche en cellulose et d'autres substances non résorbables, subit lors de la digestion des pertes relativement élevées. Pour pouvoir comparer le chiffre des 2150 calories résorbables à celui des 2400 calories nettes préconisé par la S. d. N., il faut majorer notre chiffre de 5 à 10%.

Comparons l'alimentation actuelle sous le régime du rationnement à celle d'avant-guerre. Au cours des années 1936/38, l'Office fédéral de l'Industrie, des arts et métiers et du travail a procédé à des enquêtes sur des comptes de ménage établis par les familles de salariés. 590 familles totalisant 2268 personnes et réparties sur les différentes régions du pays ont fourni les données pour une année au moins.

On trouve que la ration totale allouée par les cartes du troisième trimestre 1943, majorée de 500 g de pommes de terre, 200 g de légumes et 100 g de fruits par jour et par personne, est égale à 104% de la consommation d'avant-guerre. A la fin de 1943, notre nourriture était donc quantitativement suffisante, ce qui est encore confirmé par le fait que la consommation n'a pas atteint les 500 g prévus de pommes de terre, et que les coupons de légumineuses et d'oeufs en poudre n'ont été utilisés que dans une faible mesure. Il est certain que s'il y avait eu pénurie, la consommation de ces produits aurait été plus élevée.

En constatant que l'attribution d'aliments dépasse légèrement la consommation d'avant-guerre, il faut cependant préciser qu'il s'agit là de l'attribution théorique sur la base des cartes. Une question de grande portée, que nous n'examinerons pas ici, c'est celle du pouvoir d'achat des consommateurs, question de plus en plus aiguë du fait de la disproportion croissante entre les prix et les salaires.

Bien que l'EKKE voie dans la satisfaction du besoin calorique le but principal de l'orientation à imprimer à la production et à la consammation, elle ne s'en est pas moins efforcée d'assurer, dans la nourriture, une proportion judicieuse des différents nutriments. Au début de la guerre, elle a préconisé pour le consommateur normal, une ration d'albumine de 60 à 80 g, considérant que 80 g est une ration proche de l'optimum et 60 g le minimum pour une alimentation satisfaisante. Rappelons que le ‚taux d'usure' est de 30 g; c'est la quantité que l'organisme humain consume journellement de ses albumines vivantes si son alimentation est dépourvue de protéines. Rappelons aussi les expériences de Hindhede, dans lesquelles la consommation d'albumine était limitée pendant des mois, voire des années, à 30 g par jour et par personne. L'albu-

mine est une substance protectrice importante: elle augmente la résistance aux maladies et stimule les facultés physiques et intellectuelles. Sa carence prolongée affaiblit l'organisme, favorise l'éclosion de la tuberculose et de l'oedème de famine. Nos rations quotidiennes d'albumine varient depuis plus d'une année autour d'une moyenne de 65 g pour le consommateur normal. La moitié environ en est de provenance animale, (lait, viande) conformément aux règles de l'alimentation. Les rations d'albumine allouées pour le troisième trimestre 1943 sont de 18% supérieures à la consommation d'avant-guerre. Cet accroissement est surtout marqué dans les milieux à revenus modestes, où la consommation d'albumine était particulièrement faible avant la guerre. Dans les milieux aisés elle était, par contre, supérieure ou pour le moins égale à ce qu'elle est maintenant. Il serait faux de croire qu'on n'obtient cette ration élevée d'albumine qu'en consommant les quantités excessives allouées de légumineuses, car les 500 g de légumineuses par mois ne fournissent que 3 g d'albumine par jour.

L'approvisionnement en matières grasses est moins satisfaisant. Au début de la guerre, l'EKKE avait indiqué comme ration journalière désirable de graisse une quantité de 50 à 70 g. On admet en physiologie que 20% du total des calories doit être fourni par des graisses, ce qui fait, pour 2150 calories, 47 g de graisse. La très grande consommation de graisse avant la guerre n'était certainement pas justifiée par des besoins physiologiques, mais s'explique surtout par des raisons gastronomiques et la grande valeur rassasiante des graisses, que celles-ci possèdent au même degré que l'albumine.

En raison de la faible teneur en graisse de la nourriture de guerre, la faim réapparaît peu de temps après les repas, sensation que nous pouvons supprimer par de petites collations intermédiaires. La quantité considérable de graisse — 100 g par jour et par personne — consommée avant la guerre était bien de nature à rehausser la saveur des mets, mais n'était pas sans surcharger l'appareil digestif, y provoquant des fermentations désagréables et favorisant l'apparition de troubles hépatiques et biliaires. Il semble que les médecins constatent que notre alimentation pauvre en corps gras entraîne une diminutions des affections hépatiques et biliaires, exception faite pour l'hépatite épidémique, indépendante de tout facteur alimentaire. La ration actuelle de 43 à 47 g de graisse par jour pour le consommateur représente un minimum pour une alimentation satisfaisante. Aussi ne représente-t-elle plus, au troisième trimestre 1943, que le 75% de la consommation qu'accusaient avant la guerre les comptes de ménage. Abstraction faite du rassasiement insuffisant, le manque de graisse présente des inconvénients au point de vue culinaire et, aussi, physiologique. Dans une alimentation pauvre en graisses, le carotène végétal — provitamine liposoluble que le foie transforme en vitamine A — se résorbe très mal.

Les partisans de l'élevage objecteront ici que, pour remédier au manque de graisse, il conviendrait de favoriser l'élevage du porc plutôt que de le restreindre. Le citadin, en revanche, fera valoir que l'élevage n'est pas dans son intérêt, s'il lui faut réduire sa ration d'orge, de maïs, de pommes de terre et de lait écrémé, pour intensifier la production d'un aliment dont l'éleveur consomme six fois plus que lui-même.

Pour réduire ce déficit de graisse, nous avons réussi à faire affecter à l'alimentation des graisses primitivement destinées à la fabrication de savon. On devra sans doute recourir prochainement, pour les besoins de l'alimentation, à l'huile de lin, que les puissances exerçant le blocus nous ont obligés à importer.

La consommation d'hydrates de carbone a naturellement beaucoup augmenté par rapport aux quantités ressortant des comptes de ménage d'avant-guerre; l'augmentation atteint 27% et provient principalement de la consommation accrue de pommes de terre, de légumes et de fruits.

Les fruits, les jus de fruits non fermentés, la production considérable de légumes, de même que la vente libre des pommes de terre nous permettent de satisfaire très facilement nos besoins en hydrates de carbone, mais pas tout à fait notre goût. Le sucre, dont le prix au marché noir a atteint 15 frs. le kg, nous plairait davantage. Cette avidité de sucre explique une lacune de notre alimentation, qui se marque tout particulièrement dans le cas de cette substance chimiquement pure. Il s'agit de la carence en substances minérales et en vitamines, qui caractérisait notre alimentation d'avant-guerre. A cette époque on consommait en Suisse, par jour et par personne, environ 100 g de sucre, qui fournissaient un sixième des calories journalières. A cela s'ajoutaient les graisses raffinées, dépourvues de sels minéraux et de vitamines, et la farine blanche, qui en est pauvre. Comme ces trois denrées fournissaient en temps de paix environs 60% des calories, nous comprenons le pourquoi de la carence en sels minéraux et vitamines. Dans d'autres pays civilisés, la situation était tout aussi grave sinon pire. D'importantes stitistiques montrent que le plus de la moitié de la population de l'Angleterre et des Etats-Unis était, avant la guerre, sous-alimentée, privée tout particulièrement de sels minéraux et de vitamines. Cet inconvénient a disparu du fait de la guerre: la consommation de farine blanche et de pâtes se trouve réduite, le pain blanc remplacé par un pain ayant conservé toute sa valeur biologique grâce à une extraction de 90% lors de la mouture. Le rationnement a réduit sensiblement la consommation de sucre et de graisses raffinées, cependant que celle des pommes de terre, des fruits et des jus de fruits a augmenté, et celle des légumes presque doublé. Nos calculs quant aux substances minérales et aux vitamines apportées par notre nourriture de guerre donnent des résultats fort heureux. Cette nourriture contient, en effet, en quantité touojurs supérieure au minimum nécessaire, et parfois même à l'optimum, toutes les substances telles que calcium,

phosphore, fer, vitamines A, B_1, C et amide de l'acide nicotinique. Fait exception la vitamine antirachitique D, toujours déficiente dans la nourriture. La graisse du lait, notre aliment le plus riche en vitamine D, est loin de satisfaire aux besoins. Le thon et les sardines peuvent, dans une certaine mesure, compenser ce déficit, mais le principal fournisseur de cette vitamine, — l'huile de foie de morue — fait défaut. On doit donc avoir recours aux rayons solaires, qui nous fournissent cette vitamine gratuitement, ou encore à l'irradiation ultra-violette et à des spécialités pharmaceutiques.

L'étude des attributions d'aliments faites aux diverses classes d'âge et professions dépasserait le cadre de cet exposé; aussi nous limiterons-nous à préciser en quelques mots la tendance dont s'inspire l'EKKE. C'est intentionnellement qu'on a forcé quelque peu les rations pour enfants. Soigner un bébé, c'est un effort corporel; le surplus de la carte d'enfant revient à la mère. Si des économies alimentaires doivent être faites, c'est aux adultes à les supporter, et non pas aux enfants et aux adolescents, dont l'organisme en plein croissance est plus sensible aux privations.

Le rationnement différentiel a été introduit pour tenir compte des besoins spéciaux très réels des ouvriers de force; aussi, par suite de leurs moyens limités, le choix parmi les articles non rationnés est pour eux fort restreint.

L'EKKE a voué toute son attention à l'alimentation des malades, dont elle a cherché à satisfaire tous les besoins justifiés.

L'état de santé actuel de notre population est la meilleure illustration des résultats auxquels ont abouti les travaux de l'EKKE et de l'Oga. Ces résultats sont en partie positifs, en partie négatifs. De façon générale, l'état de santé est bon, la capacité de travail élevée, ainsi que la résistance aux maladies infectieuses. Les Caisses-maladie signalent une diminution des cas de maladie; les statistiques qui seront établies par la suite ne manqueront pas d'intérêt. Une seule épidémie a pris jusqu'ici une certaine extension, c'est l'hépatite épidémique, certainement dénuée de tout rapport avec l'alimentation. La carie dentaire est en regression marquée, notamment chez les enfants à l'âge scolaire. La diminution des affections hépatiques et biliaires, d'origine alimentaire, doit être attribuée, ainsi que nous l'avons vu, à une consommation moindre de graisse.

En revanche, les cas d'ulcères gastro-intestinaux sont plus fréquents. Il ressort d'une discussion qui a eu lieu au sein de la Société suisse de gastro-entérologie, à la suite de rapports présentés par MM. les Drs. Markoff et Demole, que la même hausse avait été observée déjà pendant la précédente guerre. Or, la période de paix consécutive à celle-ci ne vit pas diminuer, mais, au contraire, augmenter lentement le nombre des cas. Comme, en toure, leur fréquence augmente pendant la présente guerre même en Angleterre, où la nourriture n'a guère changé, et qu'il en est de même chez nos paysans suisses, on en a conclu que cet état de choses est dû non pas à des facteurs alimentaires, mais plutôt au surmenage physique et à la tension psychique provoqués par la guerre.

La tuberculose est aussi en augmentation; on attribue ce fait à des facteurs multiples dont nous ne mentionnerons que les principaux: la promiscuité, le surmenage, un dépistage meilleur et peut-être aussi notre faible ration de graisse.

Depuis plus de trois ans l'EKKE soumet à un contrôle médical périodique 600 personnes, adultes et enfants, choisis en grande partie dans les milieux ouvriers. Ce contrôle lui permet de sonder de façon objective l'état de santé et de développement général de la population. Les résultats enregistrés jusqu'ici sont fort heureusement satisfaisants.

Insistons sur le fait que l'état sanitaire actuel est bon, et probablement même meilleur qu'avant guerre, et ceci en dépit du fait que notre alimentation ne satisfait pas entièrement aux exigences théoriques. Pour être idéale, notre nourriture quotidienne devrait être complétée par environ 15 g de protéines, contenus dans 80 g de viande ou d'oeufs, et par environ 20 g de corps gras de valeur biologique élevée, à savoir graisse de lait et huiles non raffinées. Si, cependant, l'état de nutrition s'est maintenu, sinon amélioré, c'est parce que l'alimentation de guerre, qualitativement plus complète et de valeur biologique plus élevée, s'est substituée à l'alimentation carencée de la période d'avant-guerre.

Espérons que nous saurons en temps de paix conserver à notre alimentation les propriétés précieuses qu'elle possède aujourd'hui, améliorer, de la sorte, la santé de notre peuple et favoriser le développement de sa jeunesse.

Anstaltskrise? von E. Goßauer

In vielen Tageszeitungen lesen wir von einer Anstaltskrise. Von allen Seiten unserer Schweiz kommen Einsendungen über Erziehungsanstalten, Pflegeheime, Spitäler usw. Da wird nach Abhilfe gerufen, dort taugen die Vorsteher wenig, am dritten Ort fehlt es am richtigen Pflegepersonal. Insaßen und Zöglinge legen Zeugnis ab und suchen Mängel und Fehler an den Verwaltungen und den Mitarbeitern. Die Welle geht heute schon hoch und es ist möglich, daß sie noch höher schlagen werde, weil zu viele sind, welche die Anstalten „nicht leiden mögen" und sie am liebsten allesamt schließen würden, um die Räumlichkeiten „andern Zwecken" zugänglich zu machen.

In gar manchen Vorsteherherzen steigen merkwürdgie Empfindungen auf, denn bisher waren sie der Meinung, das „Beste" zu leisten, d. h. alles, was in ihren Kräften steht und nun kommen allerlei Anrempelungen von außen, die geeignet