Zeitschrift: Revue syndicale suisse : organe de l'Union syndicale suisse
Herausgeber: Union syndicale suisse
Band: 5 (1913)
Heft: 2

Artikel: L'alimentation du prolétariat
Autor: Eckstein, Gustave
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-382969

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: 12.07.2025

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

(vive le patriotisme!) sont presque en majorité. Les autres sont de petits paysans ruinés par les hypothèques et qui, en désespoir de cause, se sont engagés dans ce bagne. Ils y demeurent, malgré tout. Le village les tient. Ils y sont nés. Pourtant leur vie est amère. Mouchardés par les contremaîtres, mouchardés par ceux qui désirent s'attirer les bonnes grâces des chefs, ils vivent constamment sous la peur. Sans métier, que pourraient-ils faire d'autre? Ils sont destinés à être victimes d'une indigne exploitation. Une quinzaine d'entr'eux, venus pour ma conférence, n'ont pas osé entrer dans la salle parce que plusieurs contremaîtres s'y trouvaient. Ils me l'ont écrit depuis, en cachette.

Une fois, jadis, excédés par le travail, dégoûtés de cette vie d'esclave, ils eurent un sursaut de dignité. Ils formèrent un syndicat. Deux jours après, les membres du comité étaient congédiés et l'ordre régnait à Varsovie.

Les bénéfices de la Société sont importants. Les actionnaires touchent un fort dividende. L'année dernière, il a été, sauf erreur, du 11 pour cent.

En songeant sans doute à la tristesse de leur existence, à ce qu'elle représente de douleur, d'oppression, d'ignominie, grâce à la méchanceté des hommes, à leur âpreté au gain, à leur satanique désir de domination, les ouvriers ont baptisé eux-mêmes la villa habitée par le directeur: « Le château des larmes ».

Ces camarades de Baulmes m'ont inspiré une profonde sympathie; jamais peut-être l'iniquité capitaliste ne m'est apparue aussi odieuse, aussi inhumaine. J'ai senti passer en moi, pour eux, une colère et une haine saintes. Ils m'ont dit: Aidez-nous. Ils me l'ont écrit, car, au cours de la conférence, je les ai exhortés à la révolte et à l'organisation. Mais si utiles que puissent être nos encouragements et nos conseils, c'est d'eux-mêmes que viendra la délivrance. Qu'ils agissent!

En attendant que souffle un vent libérateur qui les pousse à l'action, à l'entente, à l'entr'aide, il est bon de signaler à l'opinion publique et à la connaissance de la classe ouvrière ces bagnes industriels du canton de Vaud.

Celui de Baulmes n'est pas le seul. On nous en indique d'autres à Cossonay, usine Aubert-Grenier, à Yvonand, tuilerie Dutoit, et dans tous les centres industriels du pays.

C'est plus qu'il en faut pour nous donner un regain de courage et d'ardeur. La besogne nous attend, toute chaude. Et rien ne vaut le contentement que procure le travail accompli en vue de détruire un régime économique qui fait des créatures de toute richesse des parias privés de cela même qu'ils ont produit. *P. G.*

L'alimentation du prolétariat.

Notre camarade Gustave Eckstein a commencé, dans la *Neue Zeit,* une série d'articles entreprise, comme on le verra, à propos d'une publication belge. Nous croyons devoir la faire connaître à nos lecteurs, pour son importance documentaire et pour les conclusions auxquelles elle doit mener.

I.
L'Enquête.

Slosse a admis, dans ses recherches, les proportions trouvées par le physiologiste américain Atwater, portant que la femme consomme les huit dixièmes de ce qu'il faut à l'homme, un jeune garçon de 14 à 16 ans autant, une jeune fille du même âge, sept dixièmes, etc. Il est évident que ces chiffres, quoique reposant sur une riche expérience, ne coïncident pas avec les cas individuels, ne fût-ce que parce que les métiers exercés par l'homme et par la femme ne dépendent pas l'un de l'autre, en sorte que les besoins d'alimentation resteraient dans une proportion donnée. Une blanchisseuse mariée à un tailleur se contentera rarement des huit dixièmes de la portion de son mari.

L'enquête engagée par l'Institut Solvay et menée par A. Slosse s'est proposé d'éviter dans la mesure du possible, les erreurs des méthodes tant directe qu'indirecte en employant l'une à contrôler l'autre.

1250 ménages d'ouvriers ont été soumis à l'enquête. L'Institut s'est adressé pour cela à des représentants des mouvements syndical et coopératif, qui lui indiquèrent des ménages s'y prêtant et, de plus, veillèrent à la tenue consciencieuse des livres de ménage par les ménagères. Dans les livres mis à leur disposition, elles devaient inscrire jour par jour, avec toute la précision possible, le détail des quantités d'aliments achetés, non d'après le prix, mais d'après le poids, en y ajoutant la mention exacte du genre de chaque produit, par exemple, pour la viande, la qualification du morceau. Les hommes de confiance fournissaient en outre les renseignements suivants: la profession, la nature du travail, exécuté en plein air ou en espace clos, le temps de travail, le salaire de l'homme et, s'il y a lieu, les autres ressources de la famille, l'âge, etc.

Sur les 1250 livres rendus, 1065 ont été utilisables. Ce nombre est évidemment très élevé. Mais il s'explique par trois faits: la durée de l'enquête n'a été que de 14 jours; les ménages choisis ne se composaient ordinairement que de l'homme et de la femme, celle-ci tenant le ménage; enfin un contrôle sérieux était exercé par les hommes de confiance.

Il faut le reconnaître, ce choix altérait un peu l'image des conditions d'alimentation; car seul un

ménage fort bien tenu peut rendre possible une tenue de livres aussi régulière et aussi détaillée au sujet de tous les achats. Disons encore que la durée de deux semaines est bien courte, mais une pareille tenue de livres n'était guère réalisable pour un temps plus long.

Parmi les ménages enquêtés, 605 avaient un revenu de 3 à 6 francs par jour, 322 un revenu de 5 à 8 francs, 138 un revenu de 8 francs et au-dessus. Dans 516 cas, le salaire était la seule ressource du ménage. La durée du travail était, pour 410 ouvriers, inférieure à dix heures et demie; pour 231, comprise entre dix heures et demie et onze heures et demie; pour 381, supérieure à onze heures et demie. Les auteurs croient être ainsi, en se fondant sur les statistiques professionnelles de 1896, arrivés à constater la moyenne des salaires et des conditions d'existence des ouvriers belges. L'enquête s'est étendue à toute une série de professions tant de l'industrie usinière que de la manufacture, du travail à domicile, des mines et de l'agriculture, et aux diverses parties du pays. Outre la capitale, elle comprenait les régions très industrielles de Verviers et de Liège, le district charbonnier de Charleroi et les provinces agricoles des Flandres et du Luxembourg.

Mais l'enquête ne s'est pas bornée à ces données indirectes. Un contrôle a été assuré: 33 ouvriers bruxellois ont été soumis, par M. Slosse et ses auxiliaires, à une enquête physiologique approfondie, tout en continuant leurs occupations ordinaires. Et les résultats de ces données directes ont coïncidé avec une exactitude suffisante avec ceux des données indirectes.

On peut ainsi accorder aux conclusions de cette enquête toute la confiance qu'on est autorisé à donner à des recherches de ce genre dans l'état actuel de la science et de la technique physiologique en général.

II.

Les Conditions physiologiques.

L'absorption des aliments a deux fonctions importantes à remplir pour le corps. Elle doit: 1. remplacer les quantités d'énergie consommées dans l'opération de la vie; 2. restituer à l'organisme les matières qu'il a employées à son travail intérieur et extérieur. L'alimentation doit donc comprendre à la fois des matériaux de combustion et de construction. A la première fonction peuvent servir l'albumine, les graisses et les hydrates de carbone (amidons et sucres); pour la seconde, ce qui vient en considération avant tout, c'est à côté de l'eau et de certains sels, l'albumine, la substance constructive de beaucoup la plus importante du corps. En cette qualité, l'albumine ne saurait être supplée par aucune des autres matières alimentaires, tandis que, sans albumine, ces dernières sont en état de procurer au corps les quantités d'énergie nécessaires.

A la vérité, l'organisme ne pourrait subsister avec cette alimentation seule ou même avec une alimentation trop pauvre en azote; car l'opération de la vie consiste dans la destruction et la reconstitution continuelle de la substance vivante du corps, le protoplasma, constitué par l'albumine. Si les matériaux nécessaires à cette reconstitution ne sont pas fournis au corps en quantité suffisante, le déficit causé par la destruction de l'albumine ne peut plus être compensé, l'équilibre de l'économie organique est rompu. Le corps perd alors plus d'azote qu'il ne lui en est rapporté par l'alimentation albumineuse; le poids du corps, sa capacité de résistance et de travail décroissant. On peut bien rétablir un nouvel état d'équilibre en réduisant la dépense d'énergie intérieure et extérieure et en ralentissant par conséquent, l'échange de matière, une moindre proportion de l'albumine apportée au corps dans l'alimentation étant employée au remplacement de l'énergie et une plus forte portion restant par là disponible pour servir à la reconstitution.

Mais cet état d'équilibre inférieur est lié à une diminution de force vitale, à une augmentation du danger de maladies et une nouvelle rupture de cet équilibre ne peut plus être compensée par des réserves. Car celles-ci ne sont plus à la disposition du corps, qui ne noue plus les deux bouts que grâce à la plus rigoureuse économie, qui est obligé de réduire la destruction de l'albumine au strict minimum, n'ayant plus qu'en faible proportion de matériaux de remplacement. Mais une destruction accrue d'albumine est liée, comme l'a démontré le célèbre physiologiste Pflueger, à une capacité de vie accrue, assurant la victoire dans la lutte pour l'existence

On voit par là de quelle importance capitale est l'albumine pour l'alimentation, de quelle importance il serait donc, pour se rendre compte des conditions d'alimentation, de savoir avec quelle quantité minimum d'albumine * l'organisme non

*Par albumine, graisse et hydrates de carbone (amidons et sucres), on entend ici et dans ce qui suit les substances chimiquement pures contenues dans les aliments. Un kilogramme de viande de bœuf contient en moyenne 720 grammes d'eau, 210 g d'albumine, 50 g de graisse et 20 g de sels. Un œuf de poule contient 75 centièmes d'eau, 12 d'albumine, 12 de graisse, 1 de sels. Le lait de vache contient 87,3 parties d'eau, 3 d'albumine, 4 de graisse, 5 d'hydrates de carbone, 0,7 de sels. Le beurre se compose d'eau, d'albumine, de graisse, d'hydrates de carbone et de sels dans les proportions moyennes de 14 : 1 : 83 : 1 : 1. Dans le pain de froment, les chiffres correspondants sont 41 : 6 : 0,2 : 51 : 1; dans le pain de seigle, 41 : 6 : 0,5 : 48 : 1,2. Un kilo de pommes de terre contient 788 grammes d'eau, 20 d'albumine, 200 grammes d'hydrates de carbone (amidons), 10 de cellulose et 10 de sels. (D'après Gad et Heymans), *Manuel de Physiologie humaine, p. 489.)*

seulement pourvoit à ses besoins, mais peut se maintenir en pleine vigueur et santé. Seulement, les réponses que la science donne à cette question varient.

III.

Les Résultats.

Les aliments n'ont pas à jouer seulement un rôle chimique et ne sont pas exclusivement destinés à se transformer en carbone, en azote, en oxygène et en eau, pour livrer aux tissus les éléments qui les reconstituent. Avant d'être devenus, sous l'action de divers sens digestifs, des substances susceptibles d'être assimilées et employées par l'organisme, ils exercent sur les muqueuses et sur le système nerveux de l'estomac une action directe et immédiate. Cette action diffère, suivant les aliments, d'intensité et probablement aussi de genre. Chacun d'eux exige de l'estomac une quantité déterminée de travail, chacun d'eux exerce sur le *plexus solaire* (le centre nerveux de l'estomac) une excitation déterminée, la viande plus que le poisson, le poisson plus que les légumes, les légumes plus que le lait. *

Les physiologistes ont une tendance à négliger cette fonction des aliments comme excitateurs. Dans quelle mesure, d'ailleurs, l'activité intellectuelle et notamment l'attention dépendent-elles de cette excitation par les aliments? Quelle action exercent en particulier chacun des aliments, le volume des portions consommées et la durée du travail de digestion exigé par elles? Là-dessus, les points de repère nous manquent presque complètement: ce sont des questions que la physiologie a jusqu'ici à peine effleurées.

Mais justement ce point est d'une importance décisive; car on peut y signaler une seconde faute fondamentale commise d'ordinaire par les physiologistes dans leurs recherches. Rutner, Voit, Pettenkofer, Meinert, Wolpert ont soumis à leurs enquêtes des personnes qui, dans leur laboratoire, se fatiguaient à manœuvrer l'*ergostat*, appareil servant à mesurer le travail fourni. Or, ce serait une erreur de transporter simplement ces expériences aux conditions de l'ouvrier de l'industrie moderne. Chez celui-ci, en effet, ce qui entre en ligne de compte, ce n'est pas seulement l'activité musculaire, mais en première ligne l'attention soutenue. Ce ne sont pas les muscles qui supportent la tension la plus forte, ce sont les nerfs et le cerveau. Or, l'importance physiologique de cette activité nerveuse et musculaire n'est actuellement point mesurable, bien loin qu'elle soit étudiée. La science n'est par conséquent pas en état de contester sérieusement l'importance supérieure de la consommation de la viande pour l'ouvrier d'industrie; mais le fait que les travailleurs de toutes les nations sont unanimes à rechercher avant tout la viande prouve évidemment qu'ils y trouvent des qualités que d'autres aliments ne leur offrent pas, mais qui leur sont nécessaires. Que des ouvriers ayant à fournir un travail purement mécanique des muscles, comme pour l'ergostat, puissent subsister même sans viande, cela ne prouve rien du tout pour les ouvriers de l'industrie moderne.

« Chaque type d'organisation sociale, dit Waxweiler (p. 184), a ses besoins propres: l'espèce humaine n'aurait sans doute jamais vu les époques qui constituent son histoire si, dans les temps reculés où elle cessa de se nourrir de fruits crus, elle avait écouté les paroles des théoriciens qui lui auraient exposé les dangers d'une nourriture artificielle, recourant au feu dont les humains venaient de découvrir l'usage.»

Et il continue:

« Un danger incontestable menace toute nation qui serait amenée à combattre systématiquement le penchant des ouvriers à faire une grande consommation de viande ou qui ne reconnaîtrait pas résolument ce que ce penchant a de profondément justifié.»

Du reste, l'addition de la viande à l'alimentation a encore un autre effet, que Waxweiler ne signale pas, malgré son importance. Il montre, à la vérité, que « l'usage de la viande paraît lié à une plus grande variété dans l'alimentation » (p. 166) et il apporte des exemples caractéristiques du fait. Mais il néglige de signaler quel effet a la monotonie sur la consommation d'alcool. Dans son livre le *Danger de l'alcool* *, Emmanuel Wurm observe sur ce sujet si important:

« Moins une alimentation comporte de viande, plus elle se réduit aux pommes de terre, à la bouillie ou au pain, plus fort devient le besoin d'éveiller l'appétit par un excitant... et c'est à ce genre de consommation qu'appartient l'alcool (p. 86 et suiv.).»

Ces considérations seules donnent leur pleine portée à la démonstration, donnée par Waxweiler, que dans les régions industrielles où il se consomme le moins de viande, l'uniformité de l'alimentation est la plus grande. Ces régions-là sont donc celles qui présentent, à tous égards, les conditions d'alimentation les plus irrationnelles.

(Le Socialisme.) *Gustave Eckstein.*

* Depuis, les recherches du professeur Pavlov et de ses élèves ont exposé d'une façon approfondie et convaincante l'importance extraordinaire de ces excitations pour l'action digestive, particulièrement pour la répartition des sucs digestifs dans la bouche, l'estomac et l'intestin.

* Paru en allemand chez Erdmann Dubber, à Hambourg, en 1912.