

Le lait au miel chez les enfants

L'antiquité n'a pas connu le sucre de canne, ni le sucre de betterave. Pour sucrer les aliments, pour faire des gâteaux, on se servait de miel. Pendant des dizaines de siècles, l'humanité n'a pas employé d'autre substance édulcorante.

D'autre part, les anciens savaient préparer avec le miel une liqueur fermentée, donc légèrement alcoolique, une bière connue sous le nom d'hydromel. Pour l'obtenir, on dissolvait le miel dans dix ou douze parties d'eau et on abandonnait le tout à la fermentation spontanée dans un milieu de température convenable.

Aujourd'hui, le miel ne joue pas, dans l'alimentation humaine, un rôle aussi important que jadis. Mais ce rôle n'est pas négligeable et l'on aurait tort de faire fi d'une substance riche en matières hydrocarbonées assimilables. Voici d'après Armand Gauthier (*L'Alimentation et les régimes chez l'homme sain et chez les malades*, Paris, 1904, 2e édition; Masson et Cie, éditeurs), la composition du miel, pour 100 grammes, on trouve:

Albuminoïdes.....	0 gr. 76
Matières non azotées.....	74 " 64
Sels.....	0 " 25
Eau.....	30 " 60

Sous le nom de matières non azotées, il faut entendre le sucre interverti (mélange de glycose et de lévulose) qui forme près de 75 p. 100 de la masse totale, c'est-à-dire les trois quarts environ. Ce produit est régurgité par les abeilles après qu'elles se sont nourries du nectar des fleurs. Séparé du gâteau de cire où il a été déposé, le miel se présente comme une substance visqueuse et demi-fluide, qui se concrète et durcit ensuite. A la glycose et à la lévulose indiquées plus haut, s'ajoute un peu de saccharose avec quelques principes parfumés et colorants.

Le miel qui se conserve indéfiniment, est légèrement laxatif, surtout dans les sortes très colorées.

Autrefois les médecins d'enfants savaient utiliser ces propriétés laxatives du miel, qu'ils prescrivait volontiers en tartines ou en cette espèce de brioche qu'on appelle pain d'épice.

Tandis que le miel blanc du Gatinais se présente à nous comme une mousse sucrée, sans couleur ni odeur particulière, ce qui permet de l'employer pour sucrer les tisanes, le miel foncé de Bretagne a une odeur forte et des qualités laxatives; pour les bébés, on l'utilisera en suppositoires (1 à 2 grammes), en lavement (30 à 40 grammes).

Les potions à base de miel, ce dernier servant d'édulcorant au lieu du sirop simple, sont connues en pharmacie sous le nom de mellites. Le miel rosat ou mellite de roses, servira à édulcorer les gargarismes astringents.

Quand le miel est associé à une solution acide, il forme une oxymellite. Le mélange de miel et de vinaigre scillitique constitue l'oxymel scillitique, employé chez les enfants comme chez les adultes.

Nous n'insisterons pas davantage sur les préparations miellées en usage dans l'ancienne pharmacopée, ayant pour but de souligner le rôle du miel en diététique infantine.

Dans la revue mensuelle *L'Apiculteur* de juin 1925 a paru un article de M. Victor Dumas, intitulé *La Régénération du Lait*. L'auteur se demande d'abord si le lait doit être consommé cru ou cuit. Evidemment, l'ébullition fait perdre au lait quelque chose: l'eau qui se vaporise, les substances vivantes, figurées ou non, dosables ou indosables, qu'il contient. Mais elle offre l'avantage de tuer les microbes pathogènes ou saprophytes que le lait peut contenir. Elle nous garantit contre la tuberculose bovine et contre les germes des maladies infectieuses qui ont pu accidentellement, après la traite, s'introduire dans le lait. Enfin, si le lait n'a pas été bouilli, il tourne, il se coagule et ne peut être conservé au-delà de quelques heures, et sur-

Douleurs et troubles au cœur. M. Wilfrid Mongrain de La Sarre, Qué., écrit: "Je souffrais de douleurs rhumatismales et de troubles au cœur; ce qui me rendait si faible que je pouvais à peine marcher. Plusieurs docteurs furent incapables de m'aider. Après avoir employé deux bouteilles de Novoro du Dr. Pierre je suis redevenu assez fort pour faire mon travail." Cette célèbre médecine herbeuse ne manque jamais de faire du bien pour n'importe quelle sorte de maladie. Ce remède est vendu directement mais pas dans les pharmacies. Ecrire au Dr. Peter Fahrney Sons Co., 2501 Washington Blvd., Chicago, Ill. Livré exempt de douane au Canada.

tout pendant la saison chaude. Tous ces arguments plaident pour l'ébullition ou la stérilisation du lait.

Pendant longtemps, on a vécu sur cette notion que les aliments, pour soutenir les forces, assurer la croissance et maintenir l'équilibre vital des animaux devaient contenir en proportions définies l'albumine, les carbo-hydrates, les sels minéraux, etc. Ces substances représenteraient un certain nombre de calories qu'on pouvait évaluer d'après l'analyse chimique. Les données de la chimie biologique ont servi de base aux médecins et aux hygiénistes pour fixer la ration alimentaire des enfants et des adultes.

Cependant, certains faits d'observation auraient dû faire pressentir que la solution du problème n'était pas si simple que les chimistes et les physiologistes du dix-neuvième siècle l'avaient admis. Le scorbut des marins privés depuis longtemps d'aliments frais, des populations enfermées dans une ville assez élevée, des prisonniers nourris avec des salaisons et autres aliments de conserves, avait montré que la quantité des aliments fut-elle suffisante, que la composition chimique fut-elle conforme aux lois de la diététique codifiées par les savants du monde entier, la cachexie scorbutique finissait par se déclarer. Et pour guérir cette maladie d'origine alimentaire, il suffisait de faire absorber des légumes crus, des fruits crus, du jus de citron.

Donc, le chauffage, la stérilisation des aliments par la chaleur, la conservation par le sel, la dessiccation même, leur font perdre quelque chose, un élément impondérable, un principe vivant, indispensable à la santé, au métabolisme, à la croissance des animaux supérieurs.

Grâce aux découvertes de C. Funk et de ses émules, nous savons maintenant que les aliments de conserves manquent de vitamines: si l'on en fait un usage exclusif et prolongé, on s'expose à certaines maladies dont la cause aujourd'hui est dévoilée.

Voici la dernière classification des vitamines proposées par Funk:

- A. Vitamines proprement dites contenant de l'azote et se décomposant par les alcalis:
 1. Vitamine B ou antinévrétique.
 2. Vitamine C ou antiscorbutique.
 5. Vitamine D stimulant la croissance des levures.
 4. Vitamine P antipellagreuse.
- B. Vitastérines ne renfermant pas d'azote et résistant aux alcalis:
 1. Vitamine A ou entzérophthalmique
 2. Vitamine E ou antirachitique.
 3. Vitamine F agissant sur la reproduction.

Parmi ces vitamines, dont le nombre peut s'accroître encore, quelques-unes sont douteuses. Mais celle qui nous intéresse le plus, la Vitamine C, antiscorbutique, est bien déterminée. C'est elle qui se trouve dans le lait cru, c'est elle qui préserve les nourrissons du scorbut infantile ou maladie de Barlow, c'est elle que nous devons respecter ou récupérer dans l'allaitement artificiel pour écarter l'un de ces dangers.

La découverte des vitamines nous a permis de comprendre pourquoi un chien nourri exclusivement de viande très crue meurt alors qu'un chien nourri de viande crue vit et se porte bien. Une souris, nourrie au lait cru, garde toujours les apparences de la santé; si l'on remplace cet aliment vivant et naturel par un lait artificiel de même composition chimique, la souris ne tarde pas à succomber.

Le bruit fait autour des vitamines a donné un regain de faveur au lait cru, et ses partisans ont chanté victoire. Le lait bouilli est un lait tué, peu propre à la nutrition. Mais, dans ce lait tué, on peut répondre qu'il n'y a plus de microbes vivants, ce qui n'est pas un mince avantage. Comment concilier ces deux choses essentielles: alimentation naturelle et sécurité?

La traite aseptique produisant un lait aseptique a eu cette prétention. Mais pour obtenir en grand et à des prix abordables un lait cru inaltéré et inaltérable au moins pendant quelques jours, que de difficultés, pour ne pas dire d'impossibilité! Théoriquement, scientifiquement, la chose n'est pas impossible. Mais, commercialement, économiquement, sa réalisation est douteuse. Et c'est pourquoi les moyens pratiques et peu coûteux de récupération des vitamines doivent être accueillis avec faveur.

"Il n'y a qu'à commencer par faire bouillir le lait, dit M. V. Dumas; puis, lorsqu'il est refroidi, au-dessous de 60° (température limitée de destruction des vitamines), on lui restitue les vitamines détruites par l'ébullition en y incorporant

Vous devriez essayer le

CANADA THE VERT

Vous serez charmé de sa saveur.

quelque autre aliment indemne de microbes et riche en vitamines". Et il conseille de sucrer le lait avec du miel. Cet aliment, qui, dans l'antiquité, était la seule matière édulcorante reste très recommandable par ses vitamines puisées dans le pollen des fleurs et par la diastase invertin (0.5 à 1 p. 100) rénovatrice et stimulatrice de la flore intestinale. Il renferme, outre le sucre si précieux pour l'alimentation infantile, des phosphate de fer et de chaux (2. p 100), assimilables et de l'acide formique dont on a vanté les propriétés énergétiques.

Un Américain du Nord, le professeur George E. King (Illinois), cite l'exemple de la Suisse: à Amden (canton de Saint-Gall), il existe un sanatorium auquel est attachée la doctoresse Paula Enrich, où les enfants faibles et malades sont fortifiés par une diète au lait et au miel. A cet établissement, nommé Frauenfelder, on donne aux enfants du miel dans le lait chaud mais cru, à doses croissantes de 1/2 cuillerée à café à une cuillerée à soupe deux fois par jour, sans autre aliment ou médicament. A l'heure actuelle deux cents enfants ont été traités ainsi, avec résultats excellents (augmentation du poids et de l'hémoglobine et tolérance parfaite).

D'après la doctoresse P. Enrich, ces résultats doivent être attribués principalement aux vitamines contenues dans le miel. Le professeur E. King conclut nettement en faveur de la diète au miel chez les enfants. Le besoin de matière sucrée pour la formation du corps, lors de la

croissance des enfants, sera mieux rempli par le miel que par toute autre espèce de substances sucrées. Car le miel contient en abondance la vitamine B, stimulatrice de la croissance.

Il semble donc établi par la science et par l'observation clinique que le lait sucré avec du miel doit jouer un rôle de plus en plus grand en puériculture.

(Arch. de Médecine des Enfants).

Dr J. C.

Le miel de Québec est le produit le plus succulent et le plus doux au monde. Lorsque vous achetez du miel, exigez que ce soit du miel de Québec.

L'EPARGNE DU CULTIVATEUR

Le cultivateur doit placer ses épargnes dans sa ferme d'abord.

S'il lui en reste, il les placera en OBLIGATIONS, première hypothèque, des industries qui font vivre l'agriculture, en commençant par celles de sa province, ou en titres d'emprunts, émis par le gouvernement, les municipalités, les fabriques, les écoles de cette même province.

Pour toutes indications et suggestions utiles, s'adresser à la maison qui a le plus fait pour l'émancipation économique du Canada français:

Versailles - Vidricaires - Bonhais, (limitée), Montréal, rue St-Jacques, Immeuble Versailles.

Restent allumés,
quel que soit le vent.
Ne fument pas.

FANAUX BEACON SMP

EN VENTE PARTOUT

UN REMÈDE EFFICACE POUR LES MALADIES DES FEMMES DIX JOURS DE TRAITEMENT GRATUIT

"Orange Lily" est un remède efficace pour toutes les maladies des femmes. Il s'applique localement et est absorbé dans les tissus douloureux. La matière morte défectueuse de la région congestionnée est expulsée, donnant un soulagement immédiat, mental et physique; les vaisseaux sanguins et les nerfs sont tonifiés et renforcés; la circulation redevient normale. Comme ce traitement est basé sur des principes strictement scientifiques et agit sur la localité actuelle de la maladie, il ne peut qu'être bon dans toutes les formes des maladies féminines, y compris la menstruation retardée et douloureuse, leucorrhée, descente de matrice, etc. Prix \$2.00 la boîte, suffisante pour un traitement de 30 jours.



Un traitement d'essai gratuit de 10 jours valant 75c. sera envoyé gratuitement à toute femme souffrante qui m'enverra son adresse. Envoyez 3 timbres et votre adresse à Mme Lydia W. Ladd, Dept. 57, Windsor, Ontario.

Vendu partout par les principaux pharmaciens

L'APICULTURE
A P
MAG



EST TO
FIA
LA CIE EW
TORONTO MON

De la bioch

On a signalé dans "Lancet" (27 décembre) ses qualités du miel. La composition est très grandement selon le contenu aqueux peu sucré atteignant 12 trente analyses de s'est établie comme: dextrose, 39.2; dextrose, 0.40; acide malique, 0.30; acide lactique, 0.90; protéines, 1.8 éléments indéterminés.

Le miel est éviscéré compliqué de carbo-hydrates pour plus grande part. Les prises ensemble y fois la dextrose et la tenant relativement calorique est très élevée correspond à cent calories autant que la même canne pur.

De l'origine de ces sécutifs on sait peu et dans un certain nombre sont tirées directement de la plante. L'origine est obscure; mais elle est absorbée tout de suite. Les protéines des plantes. La cire spécifique du métabolisme Sa production et l'inversement. La pr



GRA
Magnifique se
14 morceaux. (Vale
avec

Le TH
MIK
VERT, NO
EN VENTE PA
DEZ-LE A VO
GLOBE
309 Notre-Dam
Tél. M