

**Fondation Nationale pour la Promotion de la Santé  
et le Développement de la Recherche Médicale**

**FOREM**

**FIBRES  
ALIMENTAIRES**



**2-613-40-1**

**OFFICE DES PUBLICATIONS UNIVERSITAIRES**

## INTRODUCTION **TABLE DES MATIERES**

<b>Effets métaboliques et recommandations nutritionnelles</b>	<b>7</b>
<b>Effets digestifs et fonctionnels des fibres alimentaires</b>	<b>23</b>
<b>Méthodes de dosage des fibres alimentaires</b>	<b>25</b>
<b>Dosage des fibres alimentaires dans les épinards</b>	<b>35</b>
<b>Les enquêtes alimentaires</b>	<b>43</b>