

**Zeitschrift:** Panorama suizo : revista para los Suizos en el extranjero  
**Herausgeber:** Organización de los Suizos en el extranjero  
**Band:** 20 (1993)  
**Heft:** 5  
  
**Rubrik:** Impreso

#### **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:** 02.02.2026

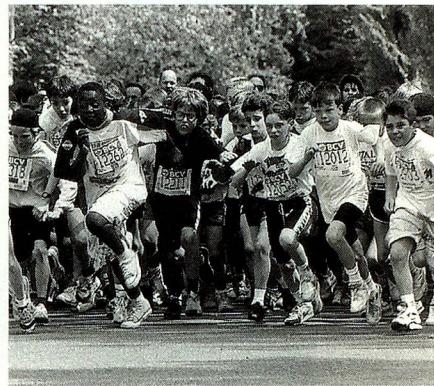
**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

## SUMARIO

## Foro

Puntos culminantes  
del año deportivo

## Juventud y Deporte



## Noticias Oficiales

Ayuda para los  
repatriados

## Dossier

Suizos en el África  
colonial

## Portada:

Varios deportistas suizos celebraron éxitos en 1993. Entre ellos, la corredora de vallas Julie Baumann, quien se ganó el campeonato mundial.

(Foto: RDZ)

I M P R E S O

Panorama Suizo, una revista para los suizos del extranjero, aparece en su 20<sup>a</sup> año en los idiomas alemán, francés, italiano, inglés y castellano, en más de 20 ediciones regionales y con una tirada total de más de 298.000 ejemplares. Las noticias regionales se publican cuatro veces al año.

Redacción: René Lenzin (RL), Secretariado de los Suizos del Extranjero (dirección); Heidi Willumat (WIL), Servicio de Suizos del Extranjero del DFAE; Pierre-André Tschanz (PAT), Radio Suiza Internacional; Giuseppe Rusconi (RUS), redactor del Palacio federal. Redactor de las comunicaciones oficiales: Paul Andermatt (ANP), Servicio de los Suizos del Extranjero del DFAE, CH-3003 Bern. Traducción: Anamaria Harris.

Editor/Sede de la Redacción/Administración publicitaria: Secretariado de los Suizos del Extranjero, Alpenstrasse 26, CH-3000 Bern 16, Tel.: (+41) 31 351 61 10, Fax (+41) 31 351 61 50, PC 30-6768-9. Impresión: Buri Druck AG, CH-3001 Bern.



En los años sesenta, tanto profesores como alumnos no hubieran dudado un segundo en responder que las clases de matemáticas eran bastante más importantes que las de gimnasia. Si se les hiciera la misma pregunta hoy, algunos titubearían y otros se decidirían por la hora de gimnasia.

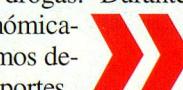
De ello se desprende que el entrenamiento físico ha ganado importancia en las últimas décadas. Tanto en el colegio como en la vida diaria, el practicar algún deporte para mantenerse activo se ha vuelto muy importante. Como prueba basta el creciente número de cursos para mantenerse en forma.

Sin duda, hay razones para que la opinión haya cambiado con respecto al deporte: una de ellas es que las familias disponen de más dinero (actualmente, con la recesión económica otra vez menos). Otra es que la máxima «Mens sana in corpore sano», o sea la idea de que sólo un cuerpo sano puede servirle de ámbito a una mente sana, se ha ido arraigando en la población. — La fe en esta máxima fue suscitada por una excelente campaña publicitaria, que demostró contundentemente que la salud física (a la par con la mental) es un bien que merece atención y cuidado. Quien aspira a ser una persona sana, debe llevar una vida sana y ordenada, lo que logrará sobre todo, practicando deportes.

El deporte es muy importante a cualquier edad. Hacer deporte significa a la vez juego y esparcimiento, dos cosas que el ser humano requiere para poder distraerse de la rutina diaria. El deporte juega un papel muy importante en la socialización, porque las actividades en grupo ofrecen una gran gama de experiencias en el plano de las relaciones humanas. El deporte fortalece la psique porque enseña autocontrol, disciplina, concentración y responsabilidad social, todas estas cualidades sin las que es imposible triunfar en la vida. La gimnasia matutina se presta idealmente para lograr estas metas.

Aparte del deporte en masa, utilizando como medio para mantenerse sano en cuerpo y mente, no debemos olvidar a los deportistas profesionales, quienes también juegan un papel muy importante. La gente se alegra mucho al ver que Manuela Maleeva Fragnière gana el torneo de tenis Swiss-Indoor en Zurich gracias a su fuerza e inteligencia o cuando Tony Rominger logra grandes triunfos durante la Tour de France. Por el otro lado, se desilusiona y no le perdona a deportistas como Maradona que tome drogas y critica a futbolistas que tienen exigencias muy difíciles de complacer. Los deportistas profesionales le dan un buen ejemplo a la juventud y hasta pueden convertirse en figuras ideales, como sucedió con Pirmin Zubriggen, que se ha vuelto en ejemplo moral. Si bien los deportistas pueden servir de ejemplo, no siempre lo son.

Es hora de ponderar a fondo las interrelaciones entre los jóvenes y el deporte. Los escolares, que practican deportes fuera de las clases obligatorias de gimnasia en el colegio, obviamente entienden la importancia de llevar una vida sana. Quien se encuentra en un gimnasio jugando a la pelota, o quien anda en esquís en las pistas nevadas, no se mantiene en locales llenos de humo y de mala reputación. En este sentido el deporte ha ganado ímpetu durante los últimos años como medio para fomentar la socialización de los jóvenes y como medida de prevención. El gobierno ha reaccionado muy bien, permitiendo que los niños de 10 años puedan ya participar en los programas que ofrece la organización «Juventud y Deporte». El deporte puede ser una gran ayuda en la lucha contra las drogas. Durante estos tiempos económicamente malos no debemos dejar de apoyar a los deportes.



*Quique Rusconi*

Giuseppe Rusconi