Zeitschrift: Jeunesse forte, peuple libre : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Herausgeber: École fédérale de gymnastique et de sport Macolin

Band: 13 (1956)

Heft: 2

Artikel: Le problème du doping dans le sport moderne [suite]

Autor: Giroud, Cl.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-996756

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

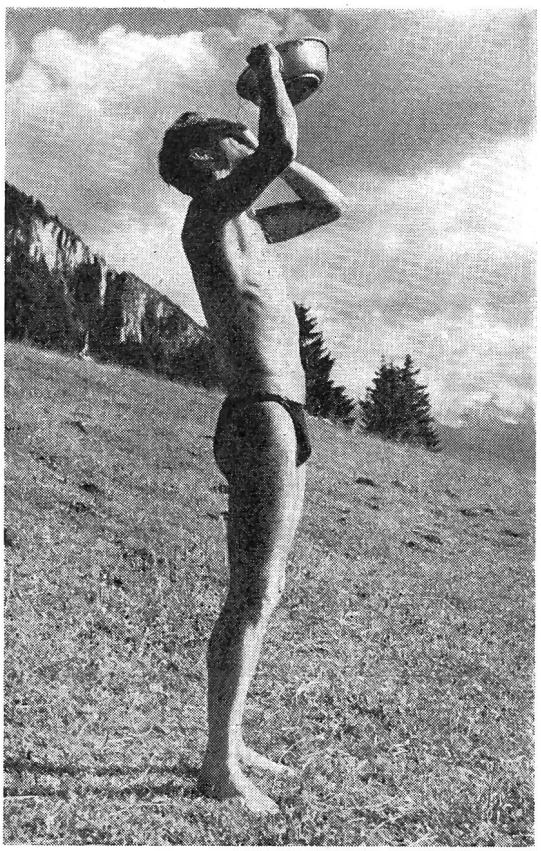
Download PDF: 10.12.2025

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

Le problème du doping dans le sport moderne (suite)

Cl. Giroud, prof. (Voir No 12/1955

Il arrive périodiquement que des compétiteurs recourent au doping pour améliorer, c'est du moins leur conviction, leur performance sportive. Quelle que soit la forme du doping, elle est contraire à l'éthique du sport et, de plus, la voie ouverte pour l'altération de la santé.



Le meilleur et le plus naturel des dopings: une hygiène corporelle où l'eau fraîche à sa large place.

La santé est un don de la nature qu'il faut cultiver par des moyens naturels. Le doping est à rejeter d'emblée. Une seule méthode est valable en compétition pour se hisser à la forme physique supérieure, au niveau de brillantes performances: l'entraînement régulier avec toutes ses exigences, en portant l'accent sur sa propre spécialité.

La forme la plus anodine du doping est l'habitude prise de prendre du thé ou du café très fort. Leur effet stimulant dure jusqu'à une demi-heure au cours d'un effort violent. Dans plus d'un pays d'Europe, on peut se procurer des tablettes de caféïne très concentrée dont l'effet est de même ordre que la strychnine. Elles accroissent tous deux la vitesse du temps de réaction de la contraction musculaire (temps de latence) ainsi que l'acuité visuelle et auditive. Le temps de réaction, chez l'être humain, peut être enregistré. Il est de quelques dixièmes de secondes, variable selon la situation, la nature de l'effort. Un système musculaire aux réactions plus vives, une faculté visuelle ou auditive plus réceptive, sont des facteurs de poids dans l'enjeu d'une compétition. Mais à la longue, l'absorption de drogue, pareille à une lame de fond, désagrège l'édifice qu'est l'état général du sportif, l'obligeant à devoir écourter, malgré lui, le cours de sa carrière athlétique et sportive.

Les exemples de cas de sujets dopés sont à relever à plus d'une reprise dans le monde étrangement bigarré du sport moderne, tant dans le sport individuel que dans le sport d'équipe. On a en mémoire le nom de tel ou tel athlète jeune, dont les performances de classe ont meublé temporairement dans une large part les colonnes des journaux de sport. Sujets dopés. Leur éclat est de courte durée; ils partent d'une attaque cardiaque ou d'une affection de plus longue échéance. L'examen médico-légal révèle un usage abusif de drogue.

En 1948, aux Jeux Olympiques de Londres, un jeune champion olympique gagnait la médaille de bronze, bien que, aux yeux des spécialistes, il s'était avéré qu'il avait absorbé de la drogue. Mais comment le prouver ?

C'est une chimère — les faits sont là pour corroborer cette parole — que de vouloir déterminer la vérité. Toute accusation ouverte aurait pu impliquer une action pour dénigrement. Dans le cas particulier, l'entraîneur de l'athlète en question déclara à ce moment que tous deux conjugueraient leurs efforts afin de tendre à la victoire, à n'importe quel prix. Pensaient-ils un instant que cette victoire serait la seule d'un palmarès athlétique naissant ? L'athlète, au seuil de sa carrière sportive, obtint le titre, et ne devait jamais plus côtoyer ses résultats suprêmes. Il était certes un athlète exceptionnellement doué, en ce temps, de classe mondiale, que l'usage de la drogue fit peu à peu rétrograder dans les coulisses du sport. Cette image devrait servir à tous ceux qui seraient tentés d'être des familiers du doping.

Les alcools de distillation figurent dans la liste des stimulants. Ils ont une action nuisible sur le foie, qui entraînent toute sorte de troubles digestifs. Avant la compétition du ski, surtout dans les courses de fond, la boisson idéale reste, à notre sens, un plein verre d'eau tempérée, auquel l'on ajoute un citron ou une orange pressé, du miel ou du sucre à volonté, et une demie cuillerée à café de sel. Boisson à la fois nourrissante et rafraîchissante, qui vous donnera le sentiment psychologique d'une large désaltération.

Nous savons que l'énergie dépensée ne peut pas être remplacée de la même manière. Une nourriture prise à un moment précis ne sera pas une nouvelle source d'énergie pour quelques heures. L'organisme ne peut pas, en fait, digérer simultanément les aliments et fournir un effort violent.

Tournons à ce propos nos regards sur la personne de Jim Peters, athlète de valeur, coureur du marathon et détenteur du record du monde. Dans cette épreuve de course à pied d'au-delà 40 km., Jim Peters n'humecte pas même ses lèvres, ne prend aucune nourriture tout au long de la course, ne faisant appel qu'à la réserve d'énergie qu'il a emmagasinée dans son organisme, surtout dans le réservoir du foie, depuis les semaines précédentes. Ce qui est déterminant pour lui, est la nourriture qu'il use pendant l'entraînement en vue de la course de marathon.

Un point intéressant à souligner: la sensation de fatigue et de faim que Peters éprouve après son effort de longue durée. Quelques heures durant, il ne trouvait aucune boisson qu'il pût avaler sans être mal. En définitive, il étancha sa soif par un mélange de sirop de cassis, additionné de sel et d'eau.

Les douleurs dans le dos

Il arrive parfois dans le ski de fond, comme dans d'autres sports d'endurance, qu'au sentiment de fa-