

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:	14 (1957)
Heft:	2
 Artikel:	Sport et alcool
Autor:	Azzeletti, René
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-996715

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: 01.02.2026

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

Sport et alcool

par René Azzeletti

Notice rédactionnelle. Une fois de plus, notre revue aborde ce sujet capital « Sport et alcool ». C'est dire l'importance que nous lui attachons. Les pertinentes et très objectives considérations de notre collaborateur apportent un élément nouveau dans ce débat : celui du climat qui entoure, généralement, les « alcooliques en puissance » que nous sommes presque tous. Avec l'auteur, nous pensons que les sportifs — en tant que premiers intéressés — devraient réagir de toute leur force contre cette funeste mésalliance « Sport — alcool » en excluant sans ménagement toute boisson alcoolisée de leur régime d'entraînement sportif.

Fr. Pellaud.

Tous les médecins et les champions sportifs le savent : l'alcool a une influence néfaste sur l'organisme. Il est faux de prétendre que l'alcool « remonte », qu'il est un élixir de Jouvence... sportive, et que le danger n'est pas grand si on n'en abuse pas ! Voire !...

On a calculé que la population suisse a dépensé en moyenne, ces dernières années, trois fois plus pour des alcools divers que pour le pain, deux fois plus pour des boissons alcooliques que pour le lait. La Suisse, on le sait, si réputée pour sa stabilité et l'excellence de ses institutions, détient pourtant un record peu enviable ; c'est un des pays du monde qui consomme le plus d'alcool par habitant (8,3 litres d'alcool par an). Les hôpitaux psychiatriques enregistrent chaque année un millier de premières admissions de patients alcooliques, sans compter ceux qui y sont admis pour de fréquentes rechutes. Le nombre des nouveaux alcooliques est plus grand que celui des malades guéris, si bien que le mal ne fait que croître et que de nombreux médecins désignent l'alcoolisme comme la maladie sociale numéro 1 de notre pays. Ce sombre tableau est malheureusement confirmé par des rapports de l'O.M.S. Un quart des décès par maladie de cœur, neuf dixièmes des décès par maladie du foie et des voies biliaires, la moitié des décès par néphrite, par pneumonie et par tuberculose pulmonaire sont dus à une alcoolisation moyenne excessive. Sa responsabilité dans de nombreux suicides est lourde. L'alcoolisme joue un rôle néfaste dans bien des cas de divorce et personne ne peut nier que l'ivresse caractérisée, sur la route, ne soit pas la cause directe de trop d'accidents mortels.

* * *

Etre maître de son corps et de son esprit ; avoir le courage de ne pas s'exposer à des tentations inutiles ; avoir un bon moral dans toutes les circonstances de la vie où il faut faire preuve de fermeté, n'est-ce pas là un idéal magnifique ? Garder une forme physique saine, pratiquer régulièrement une gymnastique élémentaire d'assouplissement, avoir une hygiène attentivement réglée (alimentation, sommeil, soins corporels), jusqu'au soir de notre existence, est-ce vraiment si difficile ? Et pour nous, skieurs, n'est-ce pas une ligne de vie, belle et harmonieuse, qui s'offre à nous, loin des tentations perverses dues à l'alcool ? Même si nous ne pratiquons notre sport favori qu'avec plus ou moins de bonheur, même si nous ne sommes pas des compétiteurs, même si nous ne sommes QU'UN parmi tous nos frères qui parcourent la montagne, skis aux pieds, nous devons être celui, ou ceux, qui donnent l'exemple, puisque nous sommes en constante communion avec la nature.

Certes, de grands efforts ont été faits dans notre pays pour lutter contre ce fléau qu'est l'alcoolisme. Comment se fait-il alors que les résultats ne soient pas plus satisfaisants ? C'est que le climat général, malheureusement, leur est souvent contraire. Un exemple typique, cité par Mlle Eliane Lavarino, dans un

article paru dans la « Tribune de Genève » du 24 octobre 1956, fera mieux comprendre quel peut être ce climat : « On a le droit, chez nous, sans courir le risque d'être interpellé à ce sujet, de porter un chapeau ou de n'en point porter, de commander le mets de son choix, de se vêtir à sa guise... Mais on ne peut pas boire, ou boire sans alcool, sans que quelqu'un vous demande ouvertement, ou indirectement, la raison de cette attitude « anormale » et, le plus souvent, se moque de vous plus ou moins gentiment. Se soucie-t-on de ceux pour qui l'alcool est un danger ? Pas le moins du monde ! On invite à boire ; on paie « une tournée » ; on insiste pour faire boire. Dans les clubs et les cafés, à l'occasion des fêtes, dans les réceptions, etc., on offre, en premier lieu, des boissons alcooliques ; il faut s'informer spécialement pour obtenir une boisson sans alcool. Une sorte de réprobation générale pèse sur celui qui ne boit pas « comme tout le monde ». Qu'en dites-vous ? Ce n'est pas juste ? Qui pourrait se targuer de n'avoir jamais été, un jour, en butte aux quolibets de ses camarades ? Chacun de nous devrait réfléchir à sa responsabilité et comprendre où est son devoir de vrai sportif ?

Loin de nous, pourtant l'idée de proscrire d'une manière absolue toutes les boissons alcooliques. Un verre de bon vin, une liqueur chatoyante, une « fin goutte » de derrière les fagots, parfois, vous procurent une joie certaine. Mais attention aux abus ! L'euphorie sournoise et trompeuse — factice aussi — due à l'usage immoderé des boissons alcooliques conduit vite à la récidive. L'alcoolisme provoque tout autant la ruine de la santé que la ruine sociale. Comment pourrait-on affirmer alors que le sport et l'alcool peuvent faire bon ménage ?

* * *

Devant un danger aussi réel et aussi grave, il est donc nécessaire de réagir vigoureusement. Il y va de l'avenir de notre jeunesse qui doit être rendue attentive aux conséquences directes et indirectes dues à une alcoolisation de l'organisme. Les constatations faites dans les hôpitaux sont bien propres à confirmer cette opinion. D'après le professeur M. Roch, de Genève, on découvre des lésions alcooliques chez près de la moitié des patients hommes, âgés de 20 ans et plus, qui entrent à la Clinique médicale de cette ville ! Dans 30 pour cent des cas, il s'agit d'alcoolisme grave. D'autres observations faites dans les sanatoriums révèlent que 80 pour cent environ des hommes devenus tuberculeux à plus de 40 ans sont des alcooliques. Comment ne pas être effrayés par de telles révélations ? Peut-on encore prétendre qu'il suffit d'être sportif pour ne pas être classé dans cette triste catégorie de malades alcooliques, alors que l'intéressé, par ailleurs intelligent, sait très bien qu'il ne peut refuser de boire son apéro, son petit verre ou son café-kirsch jour après jour ? Evidemment, il n'est pas un poivrot incorrigible, il n'est pas ivre pour autant, mais c'est précisément là que gît le mal.

* * *

Trop noir, ce tableau ? Non quand on sait quelles peuvent être les souffrances de tous ceux qui sont la proie de ce dieu tentateur qu'est l'alcool. Alors, tirons-en la conclusion qui s'impose : Sport et alcool = mensonge.

La répétition d'un acte crée l'habitude; l'habitude qui avait d'abord la fragilité d'un fil d'araignée, finit par être aussi solide qu'un câble d'acier. Smiles.