

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: 19 (1962)

Heft: [12]

Artikel: Hygiène sportive : quelques cigarettes fumées...

Autor: Giroud, Cl.

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-996238>

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](#)

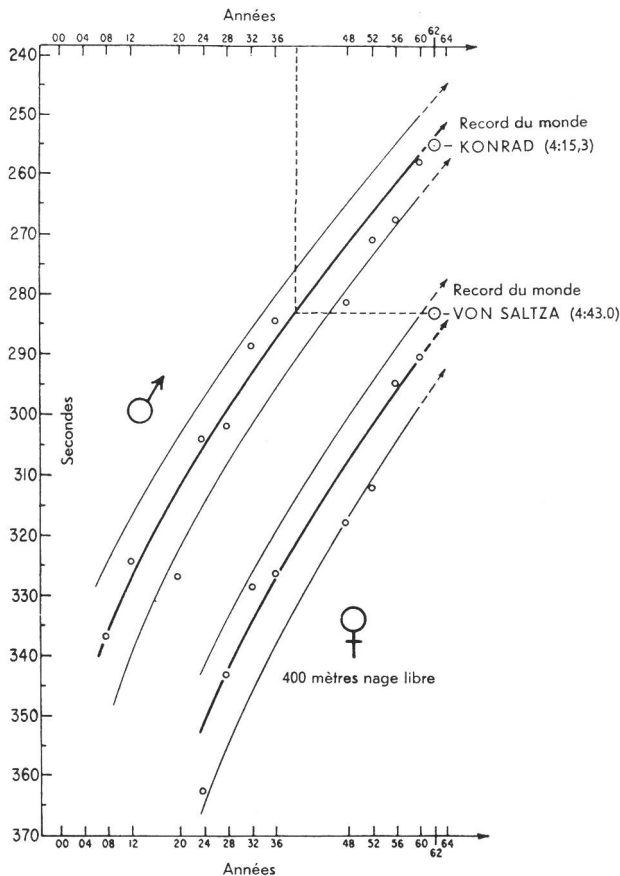
Terms of use

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: 13.01.2026

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

femmes, des qualités spirituelles, clairement exprimées dans Saint-Matthieu, 11 : 29, « Discite a me, quia mitis sum et humilis corde ».



Ce schéma montre la courbe du 400 m. nage libre depuis les premières années du XXe siècle. Elle est établie d'après les records olympiques dames et messieurs. Les records du monde actuels sont entourés par un cercle plus grand. L'indice de progression des courbes permet de prédire le niveau de futurs résultats. La performance de Mlle Chris Von Saltza surpasse tous les records messieurs antérieurs à 1936.

(Tiré de l'Amateur Athlete).

Participation olympique significative

L'analyse sociologique qui vient d'être faite sur l'état actuel des femmes dans le sport, a révélé un renseignement dont le sens dépasse de loin les limites du secteur empirique duquel il est dérivé. Dans nos enquêtes sur l'olympisme, nous avons montré que les groupements sociaux ne présentant pas des femmes en compétition aux JO révèlent également des conditions défavorables en ce qui touche la mortalité infantile, le taux de maladie, de mortalité en général ; aussi bien que la longévité.

A. L. Banks, de Londres, a dit récemment qu'environ le 1/6 de la population du monde est actuellement en santé, aux ressources normales, bien qu'il y aurait une parenthèse à ouvrir sur le point des valeurs spirituelles et du taux de la natalité. Cette fraction bénéficie d'une nourriture, d'un logement, de soins médicaux adéquats. Il est néanmoins très important de se rendre compte que les femmes, dans ce 1/6 privilégié, ont réussi à élargir le champ de leur indépendance. Le bien-fondé de ce jugement a été démontré par les résultats d'une enquête médicale que nous venons de mener.

Dans un groupe total de 543 femmes pratiquant les sports tels que l'athlétisme, le hockey, le tennis, la natation, la gymnastique, nous n'avons pas enregistré un seul cas sérieux de troubles menstruels. Par contraste, la majorité de 702 jeunes filles âgées de 15—20 ans qui durent, pendant la deuxième guerre mondiale, effectuer du travail physique sous la contrainte, réagirent par des symptômes anormaux majeurs. La grandeur de l'effort physique imposé par le travail physique auquel étaient soumises ces jeunes filles, représentait une partie négligeable, comparé à l'énorme dépense neuro-musculaire fournie par les 543 femmes pratiquant le sport.

Mais une femme qui pratique le sport le fait de son plein gré. La liberté n'est pas seulement un concept moral, mais elle représente aussi un besoin intérieur physique et psychique qu'éprouve toute femme cultivée et sensible.

Cette remarque vient incidemment renforcer un élément caractérisant le sens du sport moderne dans ce qu'il a de meilleur, à savoir : le but final du sport n'est pas dans une identification quantitative, mais il fait partie du monde de l'esthétique, des valeurs sociales et éthiques.

Dr Ernst Jokl.

Amateur Athlete, Mai 1962. Adaptation française de C. Giroud.

Hygiène sportive : quelques cigarettes fumées ...

« Le tabac est toxique, c'est un fait. Il est dangereux et il faut faire comprendre aux enfants, aux jeunes, la nécessité de ne pas fumer ».

L. Grollet, Secrétaire général de la Société de Pathologie Comparée, Paris.

Le Dr Lieb a consacré sa vie à étudier les effets du tabac, au sujet d'un fumeur qui a vu tomber son poulx d'une moyenne de 85 à 72, lorsqu'il a cessé de fumer. Ce qui permet au Dr Lieb d'affirmer :

« Son cœur se contractait 10 000 fois de plus par jour quand il fumait que quand il ne fumait pas... Il n'est pas nécessaire d'être physiologiste pour comprendre ce qui signifie le gaspillage d'une telle énergie. Le premier mécanicien venu peut vous dire ce qui se produit lorsqu'un moteur est surmené ».

Le Dr Hymie Gordon, Afrique du Sud, en conclusion d'une étude parue dans le South Africa Medical Journal, écrit :

« Aujourd'hui, la situation est semblable à celle de 1753. Cette année-là, James Lind démontrait l'efficacité du jus de citron dans la prévention de scorbut, mais il fallut 41 ans d'attente avant que ces recommandations ne soient mises en pratique. Durant ces 41 ans, pour la plus grande honte de la profession médicale, des milliers de personnes moururent sans que l'on préconisât une prévention utile de la maladie.

Si la profession médicale aujourd'hui veut échapper à une telle ignominie, il faut prendre la détermination de faire en sorte que soit annihilée l'emprise de la cigarette et que soient ainsi évités des milliers de morts inutiles du cancer du poumon. -d.