

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: 22 (1965)

Heft: 7

Rubrik: Ennemis du sport

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: 18.02.2026

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

Ennemis du sport

Le doping

par le Docteur René Guillet

Professeur à la Faculté de médecine de Lyon, directeur de l'Institut régional d'éducation physique, le docteur René Guillet vient de publier, chez Masson, un ouvrage clair et précis sur « le doping » (chez l'homme et le cheval) qui fait le point, et de façon fort rigoureuse, sur une question à l'ordre du jour et très controversée. Où commence le doping, où finit-il en effet? Le docteur Guillet répond à ces questions. Sa condamnation du procédé est formelle.

Après avoir examiné les différentes définitions du doping, l'auteur ne s'arrête pas à la définition commune, proposée par un médecin italien, Lavaca: « Une substance excitante ou ergogénétique, non alimentaire, qui a pour but d'augmenter artificiellement le rendement. »

Le docteur Guillet précise à ce sujet: « Cette définition n'est pas tout à fait exacte, car certaines substances employées par les sportifs ne sont pas des excitants et nous savons que le rendement physique de certains sujets peut être amélioré par des drogues calmantes, dont le rôle est probablement de lever certaines inhibitions corticales. »

Il était nécessaire de faire cette distinction, le doping moderne ayant pris deux aspects, un de stimulant, d'excitation, et l'autre de tranquillisant tendant à provoquer un état euphorique de nature à faire « oublier » la fatigue.

Aussi la préférence du docteur Guillet va-t-elle à la définition établie au cours du colloque d'Uriage: « Est considérée comme doping l'utilisation de substances et de tous moyens destinés à augmenter artificiellement le rendement, en vue ou à l'occasion de la compétition, et qui peut porter préjudice à l'éthique sportive et à l'intégrité physique et psychique de l'athlète. »

De l'excitant au tranquillisant

Le docteur Guillet se livre ensuite à une étude très approfondie des « agents dopants », qu'il classe en plusieurs catégories:

1. Les excitants du système nerveux central: les amphétamines qui agissent au niveau du muscle, stimulent l'activité, diminuent la sensation de fatigue et le besoin de sommeil (...ils retardent ainsi « la réaction d'alarme au-delà de laquelle l'effort ne peut être poursuivi sans perturbation humorale grave»); la caféine, la strychnine, les tropéines, atropine et cocaïne, le camphre, la bémégride, l'heptaminol;
2. les tonicardiaques et les vasodilatateurs; la digitaline, la trinitrine;
3. les différents hormones de l'organisme; l'insuline, l'adrénaline, les hormones cortico-surrénales, les hormones sexuelles;
4. les dépresseurs du système nerveux central; produits calmants et tranquillisants;
5. les analeptiques biologiques favorisant l'effort physique; acide glutamique, acide aspartique, acide ascorbique, oxygénothérapie.

En ce qui concerne cette dernière catégorie, le docteur Guillet, qui sait en souligner les abus, reconnaît que, généralement, sous contrôle médical, ces produits peuvent offrir une médication valable dans la lutte contre l'apparition du syndrome de fatigue — il est plus réservé, pour les sportifs, sur la valeur de l'oxygénothérapie.

Démystifier le doping

Ce chapitre nous introduit à la notion de préparation biologique du sportif pour laquelle, en l'état actuel de nos connaissances, le docteur Guillet recommanderait des moyens scientifiques plus naturels que l'absorption de produits pharmaceutiques, diététique appropriée, repos, sommeil, massage, technique de relaxation, car, souligne-t-il:

« Il ne faut pas dissimuler que la recherche sur les „défatigants“ n'est encore qu'à ses débuts ». Le docteur Guillet craint que par le biais de la préparation biologique on risque de retrouver les mêmes problèmes médico-légaux que dans l'utilisation d'une drogue habituellement reconnue comme agent dopant.

Aussi toute l'étude du Docteur Guillet aboutit-elle à réglementer sévèrement le doping. Il insiste surtout sur le rôle du facteur psychologique dans la préparation et dans la réussite des athlètes de haute compétition. Et à cet égard son livre contribue à « démystifier » le doping, dont un de ses collaborateurs, le docteur Floquet, donne des précisions sur les moyens cliniques qui permettent de le détecter. C'est un ouvrage sain qui sera lu avec profit, non seulement par les médecins, mais par tous les éducateurs sportifs.

Michel Clare, « l'Equipe » du 27 janvier 1965

Cancer du poumon sur commande . . .

Dr Alton Ochsner

Président de l'Association Internationale de Chirurgie — Ancien Président de l'Association américaine du cancer.

J'ai été accusé d'être l'ennemi du tabac. Je le suis en effet et ne fais aucune difficulté pour le reconnaître. Partialité ? Non : souci d'hygiène physique et mentale. La seule raison qui me dresse contre le tabac, c'est le fait qu'il est contraire à la santé. L'unique valeur que je lui reconnaissse, c'est d'être, grâce à la nicotine qu'il contient, un destructeur parfait des insectes. Dès qu'il concerne l'organisme humain, il ne peut plus être question de valeur quelconque.

Il fut un temps, où, professionnellement parlant je n'étais ni pour ni contre le fait de fumer. Mon intérêt dans ce domaine s'éveilla voici 25 ans lorsqu'il me fut donné d'entrer en contact avec des personnes atteintes d'un cancer du poumon. Deux choses alors me frappèrent. Premièrement, je n'avais pas encore constaté cette maladie chez un non-fumeur ; deuxièmement, je n'avais pas encore vu de patient gros fumeur qui en fût indemne.

Le cancer du poumon se déclare entre 35 et 40 ans. Pourquoi précisément cet âge ? Simplement parce qu'il faut compter 20 années de tabagisme pour que se développe lentement chez le fumeur invétéré la maladie en question. Il est extrêmement rare de constater un cancer du poumon avant cet âge, ceci concernant les deux sexes, atteints indifféremment et avec une égale fréquence.

Au début de ma carrière, je m'intéressais à la chirurgie du thorax, ce qui me procura l'occasion de voir de nombreux cas de cancers du poumon, deux mille cinq cents jusqu'à ce jour. Et plus j'en vois, plus je suis effrayé de constater à quel point cette forme de cancer est dévastatrice. La moitié seulement des patients qui me furent soumis étaient en état de supporter l'opération et parmi eux, juste un tiers dont le poumon fut jugé extirpable. Dans 10 % de ces cas, le cancer était limité au poumon ; finalement, 6 % des opérés purent être considérés comme hors d'affaire 5 ans après l'intervention.

Le cancer du poumon est une maladie évitable, c'est dire qu'il n'a pas d'autre raison de se développer que par le moyen de la fumée de tabac. Cette plante contient deux substances nocives : la nicotine, qui n'a rien à voir avec le cancer lui-même, et le — ou les — goudrons qui provoquent le cancer. La nicotine est dangereuse dans le sens qu'elle s'attaque au cœur et aux vaisseaux sanguins. Le taux des décès dus aux maladies de cœur est, chez les fumeurs de cigarettes, de 115 % plus élevé que chez les non-fumeurs.

Les fabricants de tabac se déclarent intéressés par le problème de la santé publique et, pour appuyer leur théorie, s'empressent de vous offrir une cigarette garantie inoffensive. Il n'y a chez les magnats de l'industrie du tabac qu'une seule attitude qui corresponde aux faits, c'est leur désir de vendre leur marchandise. En dehors de cela je n'accorde aucun crédit à leurs déclarations.

Je me suis souvent posé la question de savoir dans quelle mesure le bout-filtre était utile et je suis arrivé à une con-

clusion : son utilité est évidente pour augmenter la vente des cigarettes. Le reste n'est que littérature ...
Je pourrais vous mettre au courant dans le détail des recherches auxquelles nous nous sommes livrés et qui ont consisté à comparer cinq cigarettes, une sans filtre et quatre avec bout-filtre, choisies parmi les marques les plus couramment vendues dans le commerce. En ce qui concerne la quantité des goudrons recueillis, nous n'avons noté absolument aucune différence entre elles.

(ALERTE)

Dr Ochsner

La vie à l'école au mois d'août

Cours de l'Ecole

- 2.-14. 8. Cours pour candidats maîtres et maîtresses de gymnastique et de sport I étudiant à l'Université de Bâle et à l'Ecole Polytechnique de Zurich. 80 participants.
6.-27. 8. Stage Pilote « A » pour la formation d'éducateurs sportifs non professionnels dans le cadre de l'activité du Conseil de l'Europe.
20.-28. 8. Stage Pilote « B » pour moniteurs d'éducation physique et sportive non professionnels. Stage pour Experts.
4.-5. 9. Journées de l'EPGS.
Rassemblement de 200 moniteurs méritants qui s'adonneront selon leur choix aux disciplines suivantes: athlétisme, course d'orientation, entraînement de condition physique moderne, football, handball, basketball et volleyball.
6.-11. 9. Cours d'instruction de base 1 réservé au Romands.

Cours d'Associations

- 1.- 7. 8. Stage national pour Juniors (Association Suisse de Football).
2.- 7. 8. Camp pour Juniors (Association Suisse de Tennis).
9.-14. 8. Camp d'entraînement pour Juniors à l'Artistique (S.F.G.).
23. 8.-4. 9. Cours de moniteurs pour sport des Invalides (Association Suisse de Sport pour Invalides).
28. 8.-4. 9. Stage national pour Juniors (Fédération Suisse de Basketball Amateur).
31. 8.-4. 9. Stage de formation pour entraîneurs (Fédération Suisse de Basketball Amateur).
Ainsi que de nombreux cours organisés durant le week-end.



Bibliographie

Le Plongeon

par P.-R. Guilbert. Ed. Education Physique et Sport, 11, avenue du Tremblay, Paris. — 264 pages. 147 figures. — Prix: 18 F. P.-R. Guilbert est plongeur, professeur d'E.P.S., Prix de Rome de peinture. Qui, mieux que lui, pouvait parler de la technique, de la pédagogie et de la beauté du plongeon? Après quelques généralités (Historique et règlements), P.-R. Guilbert aborde dans son livre l'étude technique du plongeon: on retrouve dans une analyse simple mais complète et précise le vocabulaire propre aux plongeurs (ex. « l'enlevage », le départ « en chute », le « chassé », etc.). Cependant, P.-R. Guilbert accorde la place prépondérante à la pédagogie du plongeon. La « formation des plongeurs » est pour lui le chapitre le plus important. Avant de songer à lancer les aspirants plongeurs entre ciel et eau, il recherche « un perfectionnement systématique de toutes les qualités nécessaires à la pratique du plongeon »: c'est la préparation physique.

Un long chapitre est consacré à l'« étude progressive des figures en piscine ». C'est la première fois que je vois une progression précise, logique, parfaitement graduée, claire et simple des figures à apprendre. Et parce qu'il sait que les plongeurs « sentent plus qu'ils ne „voient“ leurs plongeons, mon ancien condisciple réclame de l'entraîneur „la formule magique correctrice qui correspond exactement à la sensation de l'élève au moment de son départ“ ». C'est dans ce chapitre que j'ai retrouvé avec bonheur les expressions que nous employions, les procédés, les « trucs » même qui seuls

peuvent faire « sentir » au débutant le geste à exécuter. En parlant, par exemple, du départ d'un plongeon retourné, Guilbert dit qu'il faut avoir l'impression de « rentrer les épaules dans la planche ». Plus que tout autre entraîneur, l'entraîneur de plongeon emploiera cette formule: « Ayez l'impression de... ». Jusqu'à présent, seuls ceux qui avaient beaucoup et bien plongé pouvaient, parce qu'ils connaissaient « intérieurement » le plongeon, utiliser ce procédé pédagogique. L'ouvrage de P.-R. Guilbert livre notre « langage secret » à tous ceux qu'intéressent le plongeon et son enseignement. Enfin, parce qu'il est lui-même un éducateur, P.-R. Guilbert étudie un plan annuel d'entraînement qui ne laisse dans l'ombre ni la mise en condition physique, ni la préparation de la « série » ni les facteurs psychiques de la forme, ni la conduite à tenir au moment des concours. Les nombreuses et remarquables illustrations complètent parfaitement les explications, les descriptions des figures, aussi complexes soient-elles. Dans un livre sur le plongeon, les illustrations sont certes indispensables, mais il ne me semble pas avoir encore vu des dessins d'une telle qualité.

N. Darrigrand-Pélissard

Le Crawl

Natation pour les jeunes

Education Physique et Sport, 11, avenue du Tremblay, Paris (12e). — 20 pages 21 x 27, 60 photos. — Prix: 4 F.
Par Mme Boulin, MM. R. Catteau, P. Rateau, P.-R. Guilbert, J. Letessier, Cl. Magnin, M. Menaud, F. Oppenheim, avec la collaboration de P. Parazols.

Préface de Maurice Herzog, Secrétaire d'Etat à la Jeunesse et aux Sports.

Résultat d'une longue expérience, cette brochure met en valeur certes, les ressources originales du crawl au niveau élémentaire de l'enseignement, mais elle veut surtout attirer l'attention sur les problèmes essentiels que le futur nageur doit résoudre pour devenir un véritable nageur.

Flottaison, respiration, propulsion constituent les chapitres clés du processus d'apprentissage qui permet d'arriver à la maîtrise du comportement dans l'eau, même dans les situations difficiles, car tel devrait être en effet l'objectif principal de tout enseignement de la natation.

Sommaire: Avertissement, Plan méthodique de l'Enseignement, Tableau des étapes successives, Conduite de l'apprentissage, La flottaison, La respiration, La propulsion, Quelques mots d'histoire, Instructions pour l'enseignement de la natation scolaire.

(Les deux analyses qui précédent sont tirées de la revue française « Education physique et sport ».)

Psychologie et psychopathologie du sport, par F. Antonelli. 358 pages. Prix: Lit. 5500.—. — Edit. scient. Leonardo, Rome, 1963.

La grande importance du facteur psychologique dans l'évaluation, dans la conduite et le rendement de l'athlète est connue au loin; mais jusqu'à présent, la littérature scientifique était privée encore d'un texte, capable d'en offrir une vision claire et complète. Or, cette lacune a été remplie par le livre en question, qui sans doute, sera apprécié par les médecins sportifs, les psychologues et les médecins en général — ainsi que les dirigeants sportifs, les athlètes eux-mêmes et qui-conque se trouve intéressé au sport — étant donné que cet argument actuel a été uni par l'auteur à une rigide interprétation scientifique et à une exposition instructive et claire. Le professeur Antonelli, Rome, psychosomatique connu et rédacteur en chef du périodique « Medicina Psicosomatica », a mis dans cette œuvre l'expérience de plusieurs années des examens psychologiques, auxquels furent soumis de nombreux athlètes d'intérêt national, analysée avec sa compétence dans la psychiatrie, la psychothérapie et la psychosomatique. Il a su rédiger la matière afin de faire de ce livre un traité de valeur scientifique élevée et un manuel de consultation pratique.

La première partie du livre considère: les éléments psychologiques du sport, la synthèse du jeu, du mouvement et surtout de l'antagonisme, les aspects éthiques et sociaux, hygiéniques et mentaux, psychopédagogiques et psychothérapeutiques du sport; les premières observations sur quelques sports, entre autres football, boxe, cyclisme, etc.; des notes concernant la psychologie du spectateur, de l'arbitre, de l'organisateur, de la femme sportive.

La seconde partie est, pour ainsi dire, un résumé de la psychopathologie en général: fonctions psychiques, psychoses, névroses, réactions psychogènes, personnalités psychopathiques, concepts de psychodynamique et psychothérapie, orientations psychopharmacologiques.

La troisième partie contient une description de psychopathologie sportive (syndromes de peur de non-succès, tendance à l'accident sportif, fatigue, etc.; réflexion sur la neuropathologie du sport, maladies neuropsychiatiques contre-indiquant l'activité sportive, critères d'assistance psychologique et psychopharmacologique aux athlètes).

Le volume inaugure la nouvelle « Collana di monografie di medicina dello sport e dell'educazione fisica », dirigée par le professeur Venerando, président de la « Federazione Medico Sportiva Italiana ».

Dr B. Luban-Plozza, Grono