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: 21 (1964)

Heft: 3

Rubrik: Notre lutte contre le tabac

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: 17.07.2025

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

Notre lutte contre le tabac

Affligeante inconscience

Un reporter du journal « Die Woche », illustré paraissant à Olten, y a publié, le 19 juin 1963, les résultats d'une enquête fort opportune et vraiment intéressante. Depuis deux ans, la population de notre pays est constamment l'objet d'articles stigmatisant les ravages du tabac, décrivant les énormes difficultés qui entravent le combat mené contre le tabagisme et soulignant la nécessité de préserver au moins les adolescents de la funeste habitude de fumer. Si les informations diffusées jusqu'ici n'ont porté que de modestes fruits, on pensait au moins se trouver à cent lieues d'encourager les enfants à fumer ; on s'imaginait bien plutôt arriver à les en empêcher.
Ce reporter a donc choisi comme cobaye un gentil garçon de 14 ans, élève d'une école secondaire, dont la voix et l'aspect extérieur étaient vraiment ceux d'un enfant. Lui ayant remis un paquet de cigarettes, il l'a envoyé quémander du feu auprès des adultes. Le « succès » fut inespéré. En effet, aucun des adultes ainsi abordés n'a hésité, ne serait-ce qu'un bref instant, à donner au gosse ce qu'il demandait. Allumettes, briquet ou même cigarette allumée, tout servit à accéder au désir de l'enfant. Le reporter suivit discrètement l'expérience, photographiant ces scènes typiques.
« A chacune des provocations ainsi échafaudées, écrit le reporter, il ne s'est pas trouvé un seul adulte pour dire son fait au gosse qui, de sa voix enfantine, demandait du feu pour allumer sa cigarette. » A la fin, cigarette allumée, le gamin s'est rendu dans un restaurant-jardin situé au centre de la ville. Et là, bien qu'il soit strictement interdit de servir aux enfants des boissons alcooliques, il a commandé une bière brune. « Sans le moindre commentaire, la sommelière (une Suissesse !) apporta la bière demandée. Si, agissant ainsi, le gamin n'avait pas simplement servi de cobaye pour un reportage caractéristique de notre époque, nul doute qu'il serait maintenant persuadé que les tribunaux et les interdictions n'existent que pour être ignorés. » Et le reporter d'ajouter : « C'est nous qui sommes coupables de cette évolution ! »

« Rauchen ? », no 59 /1963
Traduction : Noël Tamini

La femme et le tabac

... Tous les médecins savent que la fumée augmente la pression sanguine et accélère les battements du cœur, en resserrant les petits vaisseaux. Les pieds et les mains reçoivent moins de sang et se refroidissent de 6 degrés en moyenne, selon les observations faites par le Dr Roth sur 500 fumeurs. Fumer une cigarette augmente de 20 les pulsations par minute pendant toute la durée de l'absorption de la fumée, et l'effet persiste encore pendant les 20 minutes suivantes.
Dans son livre consacré à la tabagie (« Safer Smoking »), le Dr Lieb, éminent spécialiste de la question du tabac, rapporte le cas d'un fumeur qui, ayant cessé de fumer, avait vu son pouls tomber de 82 à 75 par minute. Un rapide calcul montre que, chez cet homme, l'habitude de la cigarette provoquait 10 000 pulsations supplémentaires par jour. Et le spécialiste de déplorer ce qu'il appelle un véritable gaspillage d'énergie.
Pour dissuader les femmes de fumer, le Dr Lieb sait trouver des accents convaincants : « Regardez cette jeune débutante de moins de 20 ans, dont les lèvres exagérément peintes en rouge tirent sur une cigarette. Observez comment elle avale la fumée, profondément, jusqu'au dernier repli de ses poumons roses et tendres, l'y retenant des secondes, et la soufflant ensuite paresseusement à travers ses narines blanches de petit lapin, comme si elle voulait que les dernières particules gazeuses pénètrent tout son organisme ! Oui, regardez-la bien à présent, jouissant de toutes les prérogatives de la jeunesse ! Mais si vous pouviez la voir, d'ici deux décennies ou davantage, prématurément grisonnante, nauséeuse et vieillie, vous constateriez qu'elle paie ainsi le prix inévitable des années pendant lesquelles elle a avalé la fumée du tabac. »
Aucune femme ne devrait ignorer les graves dangers que l'habitude de fumer prise par la mère fait courir aux enfants à naître. Le Dr Winea Simpson, cité dans la revue « Concours médical » (30 juin 1962), a trouvé, chez les femmes fumant par jour

35 cigarettes : 33,38 % de prématurés
25 cigarettes : 25 % de prématurés
15 cigarettes : 13,6 % de prématurés

pouvant aller jusqu'à déterminer une fausse couche.
La même revue, citant les travaux du Dr Poucel, relève qu'une cigarette fumée par la future mère augmente de 5 battements le rythme du cœur du fœtus, et qu'avec plusieurs cigarettes cette accélération peut atteindre 40 battements supplémentaires par minute.
Si une mère qui fume met en danger la vie ou la santé de l'enfant à naître, le même danger subsiste après la naissance. Une mère qui fume transmet, en allaitant, de la nicotine à son bébé. Enfin, l'atmosphère enfumée d'une chambre est également dangereuse. Des expériences ont prouvé en effet qu'un non-fumeur adulte qui a séjourné quelques heures dans un local enfumé est aussi intoxiqué que s'il avait fumé 7 ou 8 cigarettes. On devine comment peut alors réagir l'organisme d'un tout petit enfant !
Pour rompre avec l'habitude de la cigarette, il faut, le plus souvent, un motif très profond. Pour la femme qui fume, le motif le plus puissant qui l'aidera à se passer de sa ration quotidienne de tabac, c'est certainement l'amour maternel.

Extraits d'un article paru dans « Coopération » du 18 janvier 1964

Les responsables de jeunesse et la cigarette

Le problème de la cigarette met les responsables de jeunesse devant une situation difficile. Interdire de fumer au club va naturellement y faire régner une atmosphère scolaire contraignante. D'autre part, si l'on autorise la cigarette, pourquoi le club n'en vendrait-il pas ? Or, il faudrait la combattre, puisque de l'avis unanime des spécialistes mondiaux elle est nocive et coûteuse.
Ce qui est certain, c'est que l'avis et l'exemple d'un responsable de jeunesse estimé sont susceptibles de concurrencer avec succès la publicité la plus coûteuse et la propagande la plus tenace. Il convient d'exploiter les occasions de discuter franchement avec les jeunes de l'usage du tabac, et peut-être surtout avec les jeunes qui ne s'y adonnent pas encore.
Il faut aussi savoir faire preuve d'imagination dans la « contre-publicité ». Associer le fait de ne pas fumer avec la santé, la beauté, la vitalité, le charme plutôt que d'associer tout le temps le fait de fumer avec la maladie et la mort. Insister aussi sur l'argent que le fumeur gaspille en fumée.

« Youth Service », Londres, novembre 1963