



***HERBES  
REMEIERES: DE  
L'ÚS  
TRADICIONAL  
A LES APLICACIONS  
TERAPÈUTIQUES ACTUALS***



*Dedico aquest treball al meu avi, que mentre va viure, va creure fins a l'últim moment que la medicina natural el podria curar a ell i als altres.*

*Agraïments:*

*A Josep Terricabras*

*A Maria Dolors Mas*

*Als meus avis Dolors i Josep*

*A Joan Terricabres*

*A en Santi Jàvega, Xavier Bansell i als herbolaris de l'Herboristeria del  
Rei (Trinitat Sabatés i Joan Parés)*

*A la Montse Rabionet*

*A en Josep Guàrdia*

*A totes aquelles persones que m'han proporcionat informació i ajuda al  
llarg del treball.*

*“La medicina és com un lent aixecament d’una casa. Tenim sort si en el temps d’una vida som capaços de posar-ne una sola rajola. Si podem explicar la malaltia, algú que encara no ha nascut podrà trobar la manera de guarir-la”.*

Noah GORDON: *El metge*

*“La natura posseeix el més valuós laboratori químic que pugui ambicionar cap científic i també la més perfecta oficina de farmàcia que pugui imaginar el metge. Els productes d’aquest laboratori i d’aquesta farmàcia, sense retortes, ni matrassos, ni alambins, ni provetes, són les plantes, que constitueixen el regne vegetal”.*

Dr. V.L. FERRÁNDIZ

*“Quan es troben remeis dels que no fallen,  
gairebé sempre vénen per via popular”.*

Dr. Pius FONT I QUER

# **ÍNDEX**

0. Introducció .....	7
1. Objectius .....	10
2. Història universal de la medicina .....	11
3. Cultura i tradició herbolària a Catalunya .....	14
3.1. Herbes de les bruixes .....	16
3.2. Els curanderos .....	26
3.3. Els barbers-cirurgians .....	30
3.4. Sant Ponç .....	31
3.5. Manifestacions religioses: els goigs .....	33
4. Les trementinaires .....	35
4.1. Les dones trementinaires .....	35
4.2. “Anar pel món” portant salut .....	35
4.3. Algunes trementinaires .....	40
4.4. Per què se les anomenava trementinaires? .....	41
4.5. El declivi .....	43
5. Els herbolaris catalans .....	45
5.1. Temps ençà .....	45
5.2. D'on es provenien els herbolaris? .....	47
5.3. Les coses que venien els herbolaris .....	48
5.4. Alguns herbolaris de més renom .....	50
6. Curar de miracle .....	55
6.1. Remeis miraculosos .....	55
6.2. Altres remeis naturals: l'opoteràpia .....	64
7. La Farmàcia antiga i el medicament .....	71
7.1. Farmàcia Balvey .....	71
7.2. El medicament i el paper .....	74
8. Planta silvestre i fàrmac modern .....	81
8.1. Eficàcia dels tractaments amb plantes medicinals .....	83
8.2. La farmacognòsia, una ciència antiga .....	85
8.3. Plantes marines: un nou camp d'investigació .....	86

9. Identificació, recol·lecció, assecat, conservació i consum. Visita al Jardí del	
MATBC .....	89
9.1. Identificació .....	89
9.2. Recol·lecció .....	90
9.3. Assecat .....	92
9.4. Conservació i emmagatzematge .....	92
9.5. Preparació .....	93
9.6. Consum i administració .....	93
9.7. El Jardí del Museu Arxiu Tomàs Balvey de Cardedeu .....	99
10. Propietats de les plantes medicinals i vida sana .....	104
10.1. Propietats de les plantes medicinals .....	104
10.2. Consells per tenir una vida sana .....	106
11. Entrevistes .....	108
11.1. Entrevista a una iaia .....	108
11.2. Entrevista a un naturista .....	111
11.3. Entrevista a un herbolari .....	114
11.4. Entrevista als herbolaris de l'Herboristeria del Rei .....	118
11.5. Entrevista a un farmacèutic .....	123
12. Anàlisi de les enquestes sobre les plantes medicinals .....	127
13. Activitats pràctiques (recol·lecció, herbari, elaboració de remeis i receptari)	137
14. Conclusions .....	143
15. Fonts utilitzades .....	145



## **0. INTRODUCCIÓ**

El treball que us presentem a continuació pretén recuperar la tradició herbolària a Catalunya i l'ús de les herbes remeieres com a element bàsic de la nostra medicina casolana i per tant de la nostra cultura popular. En aquest sentit, hem intentat partir de la saviesa popular dels nostres avis i continuar cercant altres informacions paral·leles per rescatar de l'oblit, recuperar, reunir i ordenar tots els antics coneixements i costums dels nostres avantpassats i veure les seves aplicacions terapèutiques actuals.

La idea d'escollir aquest tema em va sorgir un dia mentre fullejava un llibre antic de la biblioteca de casa els meus avis. Entre aquelles pàgines groguenques, hi vaig trobar dos fulls de llibreta, escrits a mà, de la meva besàvia Núria, on hi havia remeis que ella preparava i aplicava utilitzant plantes medicinals. Aquells escrits em van cridar l'atenció, em van despertar l'interès i em van fer reflexionar que si les generacions actuals no deixem constància per escrit de tota la saviesa de les nostres arrels familiars, hi haurà un dia que aquesta cultura popular s'acabarà perdent, i aquests fulls quedaran abandonats i no seran res més que una pàgina històrica de l'evolució de la nostra terra.

L'evolució de la medicina, i més concretament de l'ús de les plantes medicinals a Catalunya és perfectament extrapolable a qualsevol indret del planeta: és el resultat de l'adaptació de l'home al medi. La riquesa botànica de la nostra terra ha estat un element decisiu perquè els habitants cerquessin en allò que bonament els oferia la natura, basant-se, entre d'altres coses, en herbes que han sabut fer servir de manera més o menys encertada amb finalitats medicinals. Per això trobem dites com:

*“No hi ha herba ni herbona que no tingui virtut bona”*

*“Si et fa mal el païdor, farigola és el millor”*

*“Qui amb herbes es cura, salut segura”*

El refranyer és ple de referències a les herbes remeieres, però, què són les herbes remeieres? “són aquelles herbes que contenen una o més substàncies (principis actius) capaces de prevenir, alleujar o curar determinades malalties o afavorir processos biològics. En general, quan parlem de plantes medicinals ens referim a les que contenen principis actius d'aplicació pràctica en medicina”, segons Maria José Alonso, autora del *Catálogo de plantas medicinales*.

L'aplicació de les plantes medicinals rep el nom de fitoteràpia.

Una mateixa planta pot tenir diferents tipus de propietats. Ser un bon remei per a problemes digestius i, al mateix temps, calmar els nervis. Generalment, l'estrès, la depressió o l'ansietat van sempre acompanyats de problemes digestius. Si llegiu aquest treball que teniu a les mans podreu conèixer algunes de les propietats més importants d'una bona part de les plantes medicinals que trobem a casa nostra.

En funció dels principis actius que es vulguin aprofitar s'utilitzen les diferents parts de la planta. La manera de fer servir i preparar les plantes és un art que s'obté amb coneixements i pràctica. Les tres formes més comunes de preparació són: infusió, decocció i maceració. També se'n poden fer xarops, ungüents, olis, essències,... Com diu Teofast, pare de la Botànica, "*cada planta té la seva virtut, el seu caràcter, i la seva història*". També cada persona és un ésser diferent, amb una personalitat i una sensibilitat úniques.

El meu treball consta de quatre parts:

- El treball pròpiament dit: *Herbes remeieres: de l'ús tradicional a les aplicacions terapèutiques actuals*, que comprèn:
  - una part teòrica on trobareu un breu resum de la història, la cultura, els costums, les tradicions i el folklore sobre les herbes remeieres.
  - una part pràctica on hi ha un recull d'entrevistes a diferents persones representatives dins l'àmbit de la medicina natural; les enquestes realitzades a persones de totes les edats per saber el nivell de coneixement i alhora el grau d'utilització i creença en les plantes medicinals; així com, l'explicació i la valoració de les activitats que jo mateixa he fet per la recol·lecció de plantes, l'elaboració de l'herbari, la preparació de remeis casolans i la realització d'un receptari propi.
- L'*Herbari de plantes medicinals de Catalunya*, on hi ha per ordre alfabètic dels noms científics de les 25 plantes que he tractat.
- El *Receptari de plantes medicinals catalanes*, que és una petita guia on hi ha una breu explicació de cada planta amb els seus corresponents remeis i aplicacions.
- El *Maletí de la trementinaire*, que simbolitza el farcell amb algunes de les herbes, ungüents, cremes, essències, olis, etc. que portaven les trementinaires (primeres dones herbolàries "ambulants") quan recorrien les cases de pagès i els pobles oferint els seus remeis per guarir i "anaven pel món" repartint salut.



Per ampliar els coneixements en aquest treball, vaig creure oportú, visitar el Museu Farmàcia Balvey de Cardedeu, on també s'hi troba una exposició de “*El medicament i el paper*” i el jardí del museu arxiu dedicat a les plantes remeieres i el seu aprofitament medicinal; visitar diferents herbolaris, entre ells l'herbolari de Sau i l'herboristeria del Rei de Barcelona; visitar diferents farmàcies com la Farmàcia Bansell de l'Esquirol, i visitar diferents fires de productes naturals, com és la Fira d'Herbes Remeieres i Productes Artesans de Vilanova de Sau i la Fira de Sant Nicolau del Mallo.

Doncs bé, desitjo que aquest treball que us presentem desperti el vostre interès, ja que quan parlem del poder curatiu de les herbes medicinals, hi ha gent que encara arrufa el nas perquè no hi acaba de creure. Això és comprensible perquè aquesta disciplina ha estat històricament lligada a supersticions, a beuratges de bruixes i bruixots, a antigues creences populars, a contes de la iaia, a un curanderisme passat de moda o a una antiquada medicina casolana. Però no hem d'oblidar que les plantes medicinals han estat una de les bases de la nostra actual medicina, i que encara formen part de la nostra farmacopea. L'ús de les plantes no acaba en els remeis casolans, sinó que alguns dels seus principis actius, un cop aïllats i farmacològicament mesurats, s'usen en farmàcia i en medicina clínica i fins i tot, poden salvar vides en moments crítics i això, és un fet inqüestionable.

## **1. OBJECTIUS**

- Conèixer les principals etapes i personatges que han anat deixant petjada al llarg de la història, i que han transmès els seus coneixements generació a generació fins als nostres dies.
- Conèixer les propietats curatives de les plantes (arrels, tija, fulla, flor i fruit).
- Entrevistar i recopilar informació dels nostres avis i a altres persones relacionades en l'àmbit de la medicina natural.
- Tenir consciència i coneixement de les plantes que podem trobar al nostre entorn.
- Saber reconèixer les plantes que es troben a la naturalesa.
- Saber preparar i administrar aquestes plantes elaborant cremes, olis, essències, infusions, ungüents...
- Ampliar els coneixements sobre les aplicacions terapèutiques de les herbes.
- Conèixer tractaments per a diferents malalties.
- Saber quan s'han d'administrar les herbes.
- Identificar, recol·lectar, assecar, premsar i elaborar un herbari amb les diferents plantes.
- Fer un receptari-guia amb les característiques i remeis de les diferents plantes.

## **2. HISTÒRIA UNIVERSAL DE LA MEDICINA**

### **ELS ORÍGENS**

No existeix una tradició oral o escrita que ens digui perquè l'home primitiu va emprar les herbes per a guarir-se, ni la manera com les emprava; per tenir-ne una idea ens hem de valer de les troballes arqueològiques, de la comparació amb certes manifestacions del món animal, de l'observació del que fan algunes tribus actuals en estat etnològic, de la nostra medicina popular, que conserva molts vestigis de la primitiva, i d'alguns actes instintius que porta a terme l'home civilitzat actual. No és gaire clar que l'home primitiu portés a terme actes curatius per imitació dels altres animals. És més probable que ho fes pel seu instint d'animal. Valent-se d'aquest instint i de l'olfacte, degué distingir les herbes més apropiades per guarir els seus mals. Si observem la reacció de qualsevol animal quan li oferim algun menjar, veurem que l'ensumaran abans, per enlairar l'aroma i saber (si és el cas d'una herba) si és bona per menjar i si els convé o els produirà malestar.

Els estudis arqueològics ens ajuden a saber quines plantes convivia amb l'home primitiu; el descobriment de pol·len d'algunes plantes o de llavors d'altres en diferents estrats de les excavacions, ens dóna una idea de quines espècies vegetals menjaven, empraven, emmagatzemaven, conreaven, etc. Si a més, hi afegim els resultats de la biologia molecular, a través de l'estudi de les restes interdental, podem saber quines plantes formaven part de la seva dieta o feien servir per sanar.

El número 9 de la revista *Natura Herbolari*, redactada i editada per Jordi Figuerola, herbolari de Reus, ens diu: "Els primers indicis els trobem en estudis arqueològics fets a Shanidar (actual Iraq), que indiquen que els homes que van viure allà, ara fa uns 60.000 anys, ja les utilitzaven". També hi ha indicis (grans de pol·len) que l'home Neandertal (fa uns 35.000 anys) feia servir les plantes per guarir-se. Lluís Martínez, en el número 3 del col·leccionable *L'era de la salut*, publicat el 12 de maig de 2002, afirma que "els especialistes en la prehistòria tenen proves que l'home primitiu ja se servia d'extrets vegetals, com la mandràgora, la mostassa, el tamariu i l'escorça de salze per pal·liar els mals".

"Va atiar el foc, hi va afegir més llenya i després va fer cap al rierol per omplir la tassa i arrencar l'escorça d'un salze. Va aturar-se un instant, va agafar l'amulet que duia i va agrair-ho als esperits. Sempre agraiïa als esperits la presència del salze i l'escorça que li calmava el dolor. No podia recordar quantes vegades

havia arrencat escorça de salze per preparar infusions [...]. Coneixia calmants més forts, però que li embotien els sentits. Les propietats analgèsiques del salze calmaven el dolor i rebaixaven la febre.”

Jean M. AUDEL: *El clan de l'os de les cavernes*

La paleobotànica ha demostrat que al nord d'Àsia i d'Europa escassejaven les plantes amb principis psicòtrops. En canvi, al territori que va des de la vall del Nil fins al Ganges, on vivien els pobles indoeuropeus, hi proliferava el cascall o herba adormidora, i el cànem, el qual sembla originari de la Xina o de Turquia.

Alguns estudiosos, interpretant les pintures rupestres del Cogul (les Garrigues), mencionen la possibilitat de rituals de reproducció, danses fàl·liques en què prenen plantes al·lucinògenes que ajudaven els membres de la tribu a entrar en un estat de consciència adequat. També hi ha indicis que l'home del Neolític recollia aranyoners; això és fàcil de comprovar ja que fa uns 8.000 anys l'home començà a ser sedentari, recol·lecta i emmagatzema en recipients de fang allò que la natura li ofereix, i en un d'aquests recipients s'ha trobat llavors d'aquest arbust. Sense moure'ns del Neolític, cal comentar que en un estudi d'arqueologia i guia de les Mines Prehistòriques de Can Tintorer de Gavà (Baix Llobregat) es va trobar restes d'opiacis en la dentadura d'un crani pertanyent a un home d'uns 30-40 anys i d'una antiguitat que oscil·la els 5.600-5.400 anys, i que justifica la presència d'aquesta substància (de rosella). No oblidem que la rosella (*Papaver rhoeas*) pertany a la mateixa família que el cascall (*Papaver somniferum*) d'on s'extreu l'opi, segurament l'única substància d'aquella època capaç de vèncer dolors produïts per “operacions” doloroses i que a la vegada produeixen efectes somnífers, hipnòtics, analgèsics, etc.

Durant milers d'anys, les propietats de les plantes no eren conseqüència de l'efecte de les substàncies químiques que les componien, sinó de les propietats màgiques i divines que els déus, els elements de la natura o altres entitats mítiques i sobrenaturals els atorgaven. Per això l'ús de les plantes ha estat durant molts segles íntimament lligat a les creences, la mitologia i els rituals de cada comunitat, monopolitzats pel bruixot de la tribu, nexa entre els mortals i els déus i/o elements de la naturalesa, l'únic coneixedor dels rituals de purificació, recol·lecció, etc. Tota una autoritat. Aquest mètode arcaic, encara avui dia el podem veure practicat per alguns xamans de tribus amazòniques, africanes, americanes, asiàtiques...

David Griñó, herbolari i estudiós, va escriure en l'article "*Història dels herbolaris*": "Així, per comparació, d'una manera empírica, [l'herbolari] va anar fent descobriments. Va observar que les herbes de flors blanques eren emol·lients i que les que les tenien grogues eren tòniques i que eren astringents les de color roig, i les de fort color blau o moradenc que són energètiques, acres, càustiques. És clar que seguint aquest sistema, molts cops s'errava, perquè algunes flors blaves eren emol·lients, mentre algunes de blanques eren tòxiques i estupefaents. Aquest desig d'ampliar



coneixements de les propietats de les herbes remeieres és el que va fer, amb el temps, que els babilonis i els egipcis exposessin a les portes dels temples les herbes desconegudes a fi que els transeünts diguessin amb quina s'havien guarit una malaltia.

Durant molts segles, tots aquests coneixements es varen transmetre oralment, per la qual cosa molts es van perdre, fins que alguns se'ls va ocórrer dibuixar els sons, les paraules, les idees.. La prehistòria va esdevenir història.

\*Fotografia extreta del llibre *La Botica de la Abuela*. Editorial Integral, Espanya, 1998. Pàgina 26.



Sant Cosme i Sant Damià, patrons de la Medicina.

\*Fotografia extreta de la revista *Presència* núm. 2012 i publicada del 17 al 23 de setembre de 2010.

### **3. CULTURA I TRADICIÓ HERBOLÀRIA A CATALUNYA**

“En aquell temps, per allà dalt aquelles foranques, a totes les cases es feien els remeis, a cada casa, deien, hi havia un curandero, bruixa o bruixot que curava tots els mals. Deien que l'amo d'aquella casa era un personatge un xic estrany, algú deia que era una mica bruixot.”

Jordi TORRES SOCIATS: “La ramada encantada”

*Camins amb memòria*. Lluçà, Solc, 2002

La cultura popular deu molt a la dona, que ha fet la casa. Però durant segles, la dona gairebé no sabia llegir ni escriure, i les receptes es passaven de generació en generació de viva veu. Barrejant antigues tècniques de curanderisme, ancestrals coneixements d'herbes remeieres i antigues creences populars han atès els fills quan tenien febre, han guarit les ferides que el marit s'ha fet a la sega, han donat herbes a les filles per ajudar-les en el part, i algunes n'han receptat per evitar-los.

Ramon Alberch ens ho explica així en el seu llibre *Històries de Catalunya*, concretament en la idea que es tenia de les dones durant l'edat mitjana: “Ara bé, que la dona no pogués estudiar o assolir llocs de relleu no vol dir pas que no reeixís en molts àmbits en què sobresortia gràcies als coneixements heretats de la tradició familiar.” La historiadora Teresa-Maria Vinyoles remarca que eren molt destres en la cosmètica i en la preparació d'ungüents i medecines, i amb aquesta finalitat comptaven amb una gran varietat d'estrís com fornells, ampolles i alambins. A partir de productes vegetals i animals, sobretot, però també espècies i resines, així com de farines, vins, lleixius i sabons, preparaven productes per tenyir-se els cabells, embellir i emblanquir la cara, depilar-se, així com nombroses cremes per a la pell. Alguns dels productes eren senzillament repulsius, com ara l'idea't per fer créixer la barba dels homes i que es componia de fems de gos i de rata que calia aplicar sense miraments per la cara del que suposem desesperat barbamec.

Amb tot, i malgrat disbarats com aquests, retem homenatge a aquestes infermeres sense estudis que ens han llegat aquests coneixements (encerts i errades), valuosos i imprescindibles per encaixar les herbes remeieres en la nostra cultura popular.

Com tota professió, l'ús de plantes medicinals amb finalitats terapèutiques ha experimentat una evolució basada en el seu àmbit d'aplicació i/o especialització.

Durant molts segles, la denominació i professió d'herbolari es va solapar amb la d'"especier". Aquest nom però va tendir a fusionar-se i/o a substituir-se durant el segle XVI per la d'"adroguer", també anomenat "mercader de drogues", tot i que es va conservar en indrets com Girona o Perpinyà, on constituïa una unió d'oficis des del 1360. A Barcelona tenien unes ordinacions fetes pels consellers, confirmades el 1562, i al segle XVII es constituïren en col·legi. De fet, el concepte modern de les plantes curatives ja havia començat a Europa un segle abans amb consolidació de la professió d'herbolari. Al segle XVII, però, la figura de l'apotecari (actual farmacèutic) pren una especial rellevància i desplaça en alguns aspectes l'herbolari; l'apotecari es professionalitza i s'especialitza en la preparació dels medicaments a partir de plantes que mescla amb substàncies extretes d'animals i/o de minerals. D'aquests processos surten els elements actius.

El segle XIX portà a gran part d'Europa, i també a Catalunya, la Revolució Industrial. Aquest esdeveniment socioeconòmic de transcendental importància dins la història moderna, també va repercutir de manera més o menys directa i immediata en els coneixements sanitaris, l'origen de les malalties, la salubritat i la higiene.

L'existència de metge i/o farmacèutic en alguns indrets de la nostra geografia, però, no va començar a generalitzar-se fins a final del segle XIX; fins i tot en nuclis importants era excepcional l'existència i/o assignació d'un facultatiu que, fins a principi del segle XX, encara feia servir els seus coneixements mèdics per guarir tant persones com bèsties, i a qui encara era normal pagar en espècies.

Durant el primer terç del segle XX, el progressiu declivi de les pràctiques de medicina tradicional i casolana, com ara l'ús d'herbes remeieres i la utilització i aprofitament dels recursos naturals, etnobotànics, per la vida quotidiana, sobretot a pagès, fou innegable. A això contribueixen dos factors fonamentals: d'una banda, la millora de les comunicacions, que va significar la fi de l'aïllament de moltes zones de la nostra geografia i la consegüent arribada de la medicina moderna; i d'altra banda, l'èxode del món rural cap a les ciutats, cada cop més industrialitzades, o sigui, riques i teòricament amb una millor qualitat de vida, més atractives i, al capdavant, amb més possibilitats.

En les últimes dècades, però, s'ha produït el reconeixement de les virtuts guaridores de les plantes i, en conseqüència, una recuperació d'aquesta teràpia natural, cosa que ha fet que tornem la mirada a algunes d'aquelles pràctiques curatives emprades pels nostres avantpassats, com és el cas de les herbes remeieres. Aquesta circumstància



ens ha dut a alguns a redescobrir la rica tradició herbolària d'aquest país, malauradament oblidada pel pas dels anys, i relativament devaluada i menys tinguda per la medicina oficial occidental, la qual, en els últims anys, però li està fent un merescut espai en la seva farmacopea. Així ho veu també Maria Àngels Bonet, etnobotànica de la Facultat de Farmàcia de la Universitat de Barcelona, quan diu “d'uns anys ençà, hi ha interès per recuperar aquests coneixements, tan fràgils pel fet que es transmeten per via oral. L'etnobotànica farmacèutica, paral·lela als corrents naturistes i etnològics avui de moda, pretén deixar constància escrita dels noms populars de les plantes i de les seves aplicacions remeieres i, si és possible, aprofitar-ne les propietats terapèutiques per a la farmacologia.”

### **3.1. HERBES DE LES BRUIXES**

Aquestes dones demonitzades, perseguides i mal dites bruixes (però més preferiblement definides com a curanderes rurals) moltes vegades van haver d'actuar des de la clandestinitat, però sense saber-ho van esdevenir un pont, en temps molt obscurs i perillosos, entre la medicina rural i part de la medicina moderna. Quan varen deixar de ser perseguides i injustament executades sota l'acusació de relacionar-se amb el dimoni i éssers malignes, els seus coneixements i les pràctiques d'aprofitament de determinades herbes varen permetre obrir línies de recerca a la incipient farmacologia del segle XIX.

- **PROTECCIÓ CONTRA LES BRUIXES:**

Les mesures contra les bruixes eren innumbrables, i abastaven des d'oracions fins a accions i gestos que avui ens semblarien irrisoris. Les plantes també jugaven un paper important (i de vegades contradictori) en la protecció contra les bruixes, dimonis i mals esperits. Entre les creences populars més antigues amb rerefons religiós, val a dir que al boix beneït el Diumenge de Rams se li han atribuït propietats protectores contra éssers malignes; així, en algunes comarques del nord del país el posaven a la porta per impedir l'accés a les bruixes. De manera general, contra qualsevol tipus de fetilleries es feia servir la xicoira, l'all, la betònica, la falzia, el fonoll, la menta, el matapoll i la ruda (o altrament dit “herba de bruixa”).

Les principals herbes que es feien servir el dia de Sant Joan per protegir la gent de les bruixes i éssers malignes eren l'espígol i la farigola, però especialment el pericó (quelcom semblant a “foragitador de dimonis”) i el romaní. Amb totes aquestes herbes es feia una creu que es penjava a la porta de casa durant tot l'any, des de Sant Joan fins al següent, que es tirava a la foguera i es substituïa per una de nova.

L'ortiga també era una herba temuda pels bruixots, pel record que antigament eren fuetejats amb manats d'ortigues.

També es feien servir les carlines com a elements impedidors de l'entrada de bruixes i mals esperits a les cases; aquest costum encara es manté en algunes comarques pirinenques de forma ornamental. A les portes també s'hi col·locava panotxes de blat de moro perquè les bruixes s'entretinguessin comptant els grans i no entressin. El cap d'ase (família de l'espígol) també tenia connotacions místiques i com bé diu el refrany: “el cap d'ase porta la sort a casa”. Posar fonoll al forat del pany o penjar-ne un manyoc a la porta, fer servir l'acònit, el ginebró i la falguera mascle també barrava el pas a les bruixes i espantava els mals esperits.

La centaura menor i la sàlvia s'empraven en els exorcismes. En l'antigor també es feia servir esfernallac (que havia de ser robat o pres) per espantar les bruixes, i per Sant Joan es posava al mig dels camps perquè deturava les adversitats climàtiques com ara els llamps, les tempestes, etc. Contra el mal d'ull, a part de la ruda, també es feia servir el cascall, l'all, l'alfàbrega, la betònica, l'heura, el llorer, el plantatge gros, la noguera, el roure o el matapoll.

Les bruixes no podien suportar la pudor d'all ni ser colpejades amb bastons de sanguinyol, avellaner o roure, que les feien partir d'allò més ràpid; eren arbres “antibruixes”.

- L'UNGÜENT DE BRUIXES:

“Per tota la zona de l'Alt Bergadà i Cadí creuen que en aquestes nits totes les bruixes de la rodalia s'untan amb untes de bruixa, s'enfilen xemeneies amunt i, a cavall de les escombres, fan cap al Pedraforca, on celebren una gran reunió.”

Isabel ARTERO: *Pedraforca màgic*

Segons un article de l'Associació Gençana a la revista *La Borrufa*: “Les bruixes sortien a última hora de la tarda a recol·lectar els ingredients dels seus ungüents i pocions per dos motius: en primer lloc, per la seva pròpia seguretat, així ningú les veia; i en segon lloc, perquè és a aquesta hora de la tarda quan les plantes acumulen la major quantitat de principis actius.

Molts estudiosos afirmen que les visions màgiques, individuals i col·lectives que algunes persones van tenir en aquesta època només serien el producte de la ingesta o preparació d'ungüents compostos per determinades plantes conegudes i guardades per uns pocs. Actualment, coneixem que certes substàncies tòxiques presents en aquests vegetals, en baixes proporcions, poden provocar grans al·lucinacions. La paraula “tòxic” deriva directament de la paraula grega *Toelkón* que vol dir “arc”, fent referència a l'ús que antigament es donava a algunes plantes que enverinaven les fletxes, matant així més ràpidament els seus adversaris. Així la farmacopea diabòlica recorria a les “hierobotanas”, plantes endevinadores. [...] Les pocions no eren més que brous en els quals es coïen les plantes amb el fi d'extreure les seves substàncies psicoactives. Un dels ungüents més utilitzats de les bruixes de la Península consistia a barrejar escorça de noguera amb greix de cavall i de serp i posar-ho a bullir. Una vegada fred, se l'aplicaven per l'engonal o les parts sexuals. És sabut que els alcaloides s'absorbeixen molt bé per les mucoses. Tenien somnis tan profunds que quan es despertaven creien que allò que havien somiat havia estat real”.

Un altre exemple d'ungüent és el que estava compost d'una barreja de: *Elaoselinum* sp., *Aconitum napellus*, *Popilis* sp., *Apium nudiflorum*, *Acorus calamus*, *Atropa belladonna* i altres substàncies menys efectives com sang de ratpenat o budells de llangardaix. Aquestes plantes eren barrejades amb un greix animal o vegetal. Les gemmes del pollancre contenen una resina que fixa algunes substàncies químiques. L'ungüent s'aplicava en zones amb mucoses sensibles i produïa estranyes visions.

A l'Edat Mitjana ja es feien servir plantes de la família de les solanàcies per provocar al·lucinacions i viatges al “món dels esperits”: en primer lloc al món dels dimonis. En aquestes orgies prenien part principalment dones, i s'aplicaven extrets de les plantes esmentades en la mucosa genital en forma d'ungüents concentrats. L'acció dels alcaloides derivats del tropà, produïa al·lucinacions barrejades de naturalesa sexual. En aquestes al·lucinacions apareixien sovint dimonis, i sants. En resum, les fantasies de l'home medieval, lligat per la religió i la superstició.

Sovint, les al·lucinacions donaven la impressió de moviment, com de muntar damunt d'una escombra.

En aquestes cerimònies hi assistien sobretot dones, les quals utilitzaven com a droga visionària un ungüent fabricat amb belladona, all, jusquià, haixix, clavíceps, cànem i opi, que se solia aplica a les mocoses vaginals amb un bastó, maniobra de la qual deriva la llegenda que les bruixes usaven escombres per aixecar el vol. Per això són erronis els gravats que representen les bruixes volant amb la part de l'escombra que toca a terra cap enrere.



Dibuix de Francisco de Goya titulat "Linda maestra" de la sèrie "Caprichos" on es pot apreciar com va dibuixar la posició correcta de la escombra segons les suposicions d'aquella època.

Durant molt temps es va creure que aquests ungüents eren fruit de la invenció de persones desequilibrades. Tanmateix, les investigacions actuals contradiuen aquestes afirmacions. Els ungüents, apòzemes i fumigacions de les bruixes eren reals i efectius. Les

nombroses receptes que d'aquests preparats han arribat fins a nosaltres reflecteixen amplis coneixements sobre les propietats de les herbes emprades i de les dosis adequades, segons el propòsit requerit.

- PRINCIPALS PLANTES PERILLOSES UTILITZADES EN BRUIXERIA:

La irrupció de la farmacologia durant el segle XIX va significar un pas decisiu en el coneixement dels principis actius d'origen vegetal i els seus efectes sobre l'organisme. Com a conseqüència, varen començar a descartar-se determinades herbes per al consum humà ja que contenen components extremament perillosos i que només són útils i segurs si s'administren en dosis farmacològiques, com les que veurem a continuació. Un gran nombre de plantes havia estat "patrimoni exclusiu" de bruixes per a "guarir" o fer encanteris, filtres d'amor, provocar al·lucinacions, etc.

Dues de les plantes que es consideraven demonitzades eren l'"arrel del traïdor" (*Alkanna Tinctoria*) o també anomenada "arrel del diable" i el tomàquet.

La primera va ser prohibida fa segles per la Inquisició pel suposat poder que tenia de convertir els líquids en sang... I en ser de color vermell només podia tractar-se de bruixeria! Sembla que amb aquesta herba i oli s'elaborava un ungüent que es feia servir per guarir ferides, cremades, clivelles a les mans i altres patologies

dermatològiques. Pel que fa a la segona planta, el tomàquet, també el consideraven del dimoni pel fet que pertany a la malèfica família de les solanàcies que engloba espècies verinoses i mortals com les del gènere *Datura*, o la belladona. No és estrany, doncs, que la societat europea s'ho pensés molt abans de consumir una planta de fruits cridaners, vermells com el foc ardent, germana de verins vegetals mortífers. Un altre factor per ser tan repudiada va ser l'olor amarga de la tomaquera.

D'entre la munió d'herbes que feien servir, cal destacar les següents: la dolçamara (*Solanum dulcamara*), les falgueres (*Dryopteris filix-mas* i *Pteridium aquilinum*), la cicuta, el mercurial (*Mercurialis perennis*), el tabac (*Nicotiana tabacum*), la briònia (*Bryonia dioica*), l'el·lèbor verd o veladre (*Helleborus viridis*), l'el·lebor fètid o marxívol (*Helleborus foetidus*), la zitzània (*Lolium temulentum*), etc.

I alguns bolets, com ara el pet de llop, l'artemisia i sobretot el reig bord.

“Al cim del Pedraforca es reuneixen totes les bruixes del Bergadà, del Cadí, de les Fonts del Llobregat, de la Cerdanya i d'altres paratges propers i fan un gran ball, al so d'una cançó que diu:

Alfàbrega i valeriana,  
menta i ruda  
salven tota criatura.  
Ruda i valeriana,  
menta i alfàbrega,  
tot ho cura i tot ho salva.  
Menta i alfàbrega,  
ruda i valeriana  
salven tota persona nada.  
Ruda i valeriana,  
alfàbrega i sàlvia  
tot el món salven.

I el mestre boc, que salta i balla al mig de la rodona, contesta en to de rèplica, a cada passada:

Més val l'orella d'ós,  
que ho cura i ho salva tot.”

Joan AMADES: *Costumari català*

- PRINCIPALS PLANTES MÉS POTENTS I PERILLOSES:

El biòleg Emili Blanco, afirma: “ens apropà, des de l’etnobotànica, al tema de les plantes psicoactives, anomenades també plantes dels déus, emprades per diferents cultures per a induir a estats alterats de consciència i que constitueixen un món de misteri en el que gairebé tot està per descobrir”.

La majoria d’aquestes plantes ja eren conegudes a l’antiga Grècia, i d’altres varen arribar amb el descobriment de noves terres i varen enriquir la “farmacopea” de tot aquell que es dedicà al coneixement de les herbes medicinals, incloent-hi les bruixes. El mèrit d’aquest col·lectiu rau en el fet que, gràcies a elles, aquestes plantes, o més ben dit, alguns dels seus principis actius, són actualment emprats amb èxit en la medicina i la farmacologia.

L’ús que llavors aquelles dones donaven a aquestes plantes era molt diferent del que se’ls dona de manera clínicament controlada: mentre que els seus preparats es feien amb dosis aproximades, avui dia es treballa en dosis mil·ligràmiques, la qual cosa es controla millor els efectes potencialment tòxics dels seus principis actius, i també es transformen uns efectes perillosos, indesitjats i, de vegades, descontrolats, en beneficiosos per a l’organisme; aquest és el cas de l’atropina, digitalina, etc.

Avui sabem que aquestes propietats no eren (ni són) fruit de la imaginació de societats menys avançades, sinó que, tot el contrari, responien a autèntiques realitats; això sí, provocades pels principis actiu d’algunes plantes amb propietats enteògenes (al·lucinògenes), capaces d’ocasionar fortes i irrepetibles al·lucinacions”.

El mot “enteògen” fou proposat durant els anys 70 per Carl A. P. Ruck per enquadrar totes les substàncies vegetals capaces de modificar en major o menor mesura els estats de consciència normals. Abasta, i intenta substituir termes com *al·lucinògens*, *psicomimètic*, *psicodèlic*, *psicoactiu*, etc. és a dir, alteracions de la serotonina (neurotransmissor que activa les endorfines) i la noradrenalina sobre el sistema límbic del cervell provocant al·lucinacions no patològiques (esquizofrènia, bogeria, paranoia...).

A continuació podeu veure la relació de noms i fotografies d’algunes plantes més perilloses, per la seva toxicitat, de les emprades en bruixeria. El seu marge terapèutic és molt estret, això vol dir que la diferència entre una dosi terapèutica i una dosi que resulti mortal pot ser microgràmica.

**ACÒNIT (*Aconitum napellus*)**

**Sinonímia:** tora, tora blava, herba tora, matallops, escanyallops.

**Família:** ranunculàcies.

**Principis actius:** aconitina ( $C_{34}H_{47}NO_{11}$ ), napel·lina (arrel).

**Sobredosi i/o intoxicació:** pot paraitzar els músculs respiratoris i produir la mort per asfíxia.

**BELLADONA (*Atropa belladonna*)**

**Sinonímia:** tabac bord, tabac de paret.

**Família:** solanàcies.

**Principis actius:** alcaloides derivats dels tropans: hiosciamina, antropina ( $C_{17}H_{23}NO_3$ ), escopolamina.

**Efectes psicotròpics:** al·lucinògena i euforitzant (ganes de riure, ballar, augment de desig sexual), hipnòtica i sedant.

**Sobredosi i/o intoxicació:** excitació i fúria, al·lucinacions, vertígens, desmaís, inconsciència, deliris, sequedat a la boca, set, restrenyiment, impossibilitat d'empassar (els alcaloides paralitzen els nervis de la faringe). Pot accelerar el ritme cardíac i produir la mort. Els símptomes de les intoxicacions gastrointestinals atropíniques es manifesten aviat: entre una i tres hores després de la ingesta. Podem fer servir cafè per a neutralitzar una mica la intoxicació.

**CÀNNABIS (*Cannabis sativa* o *Cannabis indica*)**

**Sinonímia:** cànem, haixix, marihuana.

**Família:** cannabàcies.

**Principis actius:** el principal principi actiu és el THC que es troba a les flors de la planta femenina. Els alcaloides són a les fulles i en una resina protectora de les flors i llavors anomenada cannabina, d'efecte estupefaent. Conté entre 40-60 classes de cannabinoides, com el cannabinol i el cannabidiol (CBD), relaxants que es troben a la cannabina; tetrahidrocannabidol (THC, d'efectes psicoactius), tetrahidrocannabinol



(THC. Antivomitiu i antitumoral), dronabinol, oligoelements, àcids grassos omega 3 a les llavors, etc.

**Efectes psicotròpics:** estupefaent, somnolència o excitació cerebral, eufòria, midriasi (dilatació pupil·lar), etc.

**Sobredosi i/o intoxicació:** pot augmentar la freqüència cardíaca i l'aparició d'hipertensió/hipotensió (segons la persona),

malalties cardiovasculars, bronquitis cròniques i faringitis; pot afectar el sistema immunitari, provocar alteracions en el cicle menstrual i la producció d'espermatozous; rigidesa muscular i descoordinació motora, i també augmenta la gana i intensifica la set. En grans dosis pot generar apatia (desinhibició: dificultat per estudiar o treballar), depressió, tremolors, alteracions perceptives de l'espai i del temps, al·lucinacions, sensacions d'irrealitat, etc. També provoca episodis d'angoixa, indueix a estats psicòtics i/o esquizofrènics i deteriora la memòria i la manca de concentració.



### CASCALL (*Papaver somniferum*)

**Sinonímia:** herba dormidora, adormidora, pintacoques, cascall negre.

**Família:** opiacis (com la rosella).

**Principis actius:** morfina (somniafer) i altres derivats opiacis com l'heroïna ( $C_{21}H_{23}NO_5$ ), la metadona, la quetamina (antigament emprada com a anestèsic amb efectes secundaris com al·lucinacions); la narcotina, la codeïna ( $C_{18}H_{21}O_3N$ ), la narceïna, la tebaïna, la papaverina ( $C_{20}H_{21}NO_4$ ). Aquest és anomenat depressors de l'activitat del SNC.



**Sobredosi i/o intoxicació:** el seu ús continuat pot produir desordres psicofísics greus, com ara al·lucinacions, aturades cardiorespiratòries, etc. La morfina pot tenir un efecte vago tònic, és a dir, pot causar bradicàrdia (disminució del ritme cardíac) o bloqueig del cor. La síndrome d'abstinència de l'heroïna o, per contra, la seva sobredosi causen uns efectes fisiològics diversos i amplis, i van des de rampes, calfreds, suors, ansietat extrema i pèrdua de control fins a taquicàrdies i/o alteracions cardiorespiratòries i mort.

**DIDALERA (*Digitalis purpurea*)**

**Sinonímia:** herba didalera, digital, digital purpúria, didal/s, didal de la Mare de Déu, guanterera, guantelet, guant de Nostra Dona, guants de Maria, herba de Santa Maria, bragues de cucut i boca de llop.

**Família:** escrofulariàcies.

**Principis actius:** glucòsids (digitalina, digoxina, digitoxina, digitaleïna, digitoxigenina).

**Efectes psicotròpics:** visions de taques acolorides.

**Sobredosi i/o intoxicació:** nàusees, vertígens, vòmits, diarrea, desorientació, deliri, convulsions, problemes amb la visió, dificultat respiratòria, disminució de la freqüència cardíaca, arítmies, palpitations o fibril·lacions que poden esdevenir aturada cardíaca. Una sola fulla pot matar una persona.

**HERBA TALPERA (*Datura stramonium*)**

**Sinonímia:** estramoni, herba taupera, herba tauera, herba talpinera, talper, talpera, talpeneram herba de l'asma, herba de l'ofec, figuera d'infern, figuera infernal borda, pudent, herba pudent, castanya talpera, castanyer bord, orval, abret, curhotot bord, trompeta.

**Família:** solanàcies.

**Principis actius:** les llavors de l'estramoni contenen entre un 0,3-0,5% d'alcaloides derivats del tropà (L-hisciamina, atropina, escopolamina o hioscina). També conté flavoides i daturina (fulles).

**Efectes psicotròpics:** estupefaent, narcòtica, hipnòtica, delirògena i altament psicòtrota (altera la consciència i la percepció).

**Sobredosi i/o intoxicació:** els seus efectes tòxics són semblants als de la belladona: midriasi, excitació i fúria, al·lucinacions, confusió, vertígens, desmaís, deliris, fenòmens maníacs, inconsciència, somnolència, sequedat a la boca i la pell, set, tremolors, impossibilitat d'empassar (els alcaloides paralitzen els nervis de la faringe); en grans quantitats, paràlisi, coma i mort.



**JUSQUIAM NEGRE (*Hyoscyamus niger*)**

**Sinonímia:** jusquiam, tabac de paret, tabac bord, queixals de vella, herba queixalera, herba de santa Maria, herba de la Mare de Féu, gotets, herba cacauera, xuclamel.

**Família:** solanàcies.

**Principis actius:** alcaloides derivats del tropà (L-hiosciamina, escopolamina).



**Efectes psicotròpics:** narcòtic. Produïa una sensació de gran lleugeresa, una “sensació embriagadora de volar” i fins i tot quan s’aplicava en lavatives provocaven son i, un cop desperts, sensació de benestar.

**Sobredosi i/o intoxicació:** similars a la belladona, és a dir, excitació i fúria, al·lucinacions, vertígens, desmaís, deliris i inconsciència; també redueix la secreció salival i la suor, provoca sequedat a la boca, set, restrenyiment, impossibilitat d’empassar (els alcaloides paralitzen els nervis de la faringe); paralitza el peristaltisme i el sistema cardiovascular, o accelera el ritme cardíac, i pot produir la mort. A més, produeix espasmes dolorosos als músculs de la mandíbula i del coll. Pot produir lesions mentals irreparables. 20-30 llavors és la dosi mortal per una criatura; 100-150 llavors, per un adult.

**MANDRÀGORA (*Mandragora autumnalis* o *M. officinarum*)**

**Família:** solanàcies.

**Principis actius:** alcaloides (Hiosciamina, escopolamina, psedohiosciamina, escopoletina, atropina), principis amargs (mandragorina), àcid atròpic.

**Efectes psicotròpics:** somnífers i al·lucinògens.

**Sobredosi i/o intoxicació:** la mandràgora



provoca les mateixes reaccions que el jusquiam i la belladona, és a dir, excitació i fúria, al·lucinacions, vertígens, desmaís, deliris, inconsciència, sequedat a la boca, set, impossibilitat d’empassar (els alcaloides paralitzen els nervis de la faringe) i redueix la secreció salival i la suor. També paralitza el peristaltisme i el sistema cardiovascular, i pot accelerar el ritme cardíac i provocar la mort. A més, causa espasmes dolorosos als músculs de la mandíbula i del coll. Pot produir lesions mentals irreparables.

**En cas d'intoxicació amb plantes**

Cal provocar el vòmit (com més temps estigui l'agent tòxic al cos, pitjor), recollir mostres del vòmit o d'allò que s'ha ingerit (fulles, flors, llavors...), mentre es fa un trasllat urgent a un centre assistencial on administraran carbó activat (antídot universal) al pacient i li faran el corresponent rentat d'estómac. Mentrestant doneu-li aigua o llet (per diluir i neutralitzar l'efecte del verí) o cafè, que sembla que pot neutralitzar fins a cert punt els efectes de l'opi, la belladona o l'herba talpera.

**3.2. ELS CURANDEROS**

“Jo sóc curandero que em coneix tothom  
amb els meus remeis i cures m'he fet un renom,  
per alguns faig molts miracles, més que la verge de Lurdes  
i per això em paguen bé els cataplasmes i cures.

Curo la migranya, ulls de poll i grans,  
penellons, foruncles, llúpies i brions,  
curo disipela, anar a fer el sofregit,  
l'orella encerada i els oberts de pit.  
També sóc especialista de curar mussols dels ulls  
i en les dones sóc tan hàbil que en curo tantes com vull”

Versos facilitats pel Taller Ocupacional “Pallars Sobirà”

El fenomen del curanderisme rural, però, més o menys perseguit, més o menys tolerat, no va ser exclusiu del gènere femení. L'home també va participar en aquesta activitat, que, malgrat ser acceptada, necessària i assumida com a normal, no va quedar exempta de certa persecució legal. Aquests homes eren coneguts amb el nom genèric de *curanderos*, que abastava una àmplia gamma d'“especialistes”.

Segons la *Gran Enciclopèdia Catalana*, els curanderos eren persones (homes, en gran part), la majoria de procedència rural, molts d'ells pastors, que sanaven persones i bestiar. Sembla que s'especialitzaven a guarir “espatllats” (lesió que consisteix en tenir

un braç més llarg que l'altre o un esquinç, luxació o lesió traumàtica al tòrax) amb massatges i estirades de braços. No cal dir que els curanderos també feien servir les herbes per guarir determinades malalties, pràctiques que no deixaven de banda altres mètodes ancestrals, com ara les oracions, les imposicions de mans, etc.

Amb el pas dels segles, aquest curanderisme es fraccionà en diferents branques o especialitats segons la malaltia del pacient i/o les tècniques guaridores que feia servir el curandero, i així varen aparèixer els saludadors, els oracioners, els adobadors, etc.

El *diccionari d'Alcover-Moll* defineix el saludador com “un personatge conegut a totes les comarques entre gent rústica; abans tenia un gran prestigi, però actualment hi ha poca gent que hi cregui. Diuen que les circumstàncies principals que confereixen a una persona la qualitat de saludador són: haver nascut a les dotze de la nit de Nadal o de Sant Joan; tenir una creu, a vegades doble, sota la llengua; ésser el setè fill d'un mateix sexe tingut d'un mateix matrimoni”.

Pel que fa a pràctiques mèdiques de l'Edat mitjana, a banda dels coneixements en matèria botànica, els saludadors guarien ferides i fins i tot feien massatges. Però en molts casos, els seus mètodes tenien més a veure amb la fetilleria que no pas amb la medicina. Moltes vegades podien ocasionar grans perjudicis, com en el cas de receptar aquestes tres plantes que tenen una gran connexió nominal: “Conuselda, consolda i consolva” que trastocant alguna lletra pot variar l'herba i causa gran perjudici.

Tenint en compte que des del punt de vista històric, la religiositat i la medicina popular han estat molt lligades sempre, Joan Bellmunt ens diu a *Fets, costums i llegendes de l'Alt Urgell* (volum III) que en algunes comarques hi havia l'ancestral costum, que prenia especial força a la nit de Sant Joan, de guarir un nen amb un os trencat o herniat (“curar el trencat”) fent-lo passar pel mig d'un roure esberlat (o figuera) després d'anar a missa; mentre el padrí deia “trencat te'l dono”, la padrina el recollia a l'altra banda del tronc dient “cura't te'l prenc”; després s'unien les dues parts del tronc amb les robes amb què s'havia embolicat la criatura i, si al cap d'un temps aquest arbre es soldava, era senyal que el nen també es curaria. Aquestes pràctiques anaven acompanyades del corresponent ritual format de frases fetes i oracions, amb petites diferència segons els indrets.

“Sant Joan Baptista,  
apòstol i evangelista,  
per la virtut que Déu t'ha dat,  
fes-me curar la trencadura  
d'aquesta criatura”.

“Sant Pere de Roma,  
Sant Narcís de Girona,  
Sant Cosme i Sant Damià,  
el cop d'aire de fulano passeu a curar”.

Josep Romeu i Figueres  
*Materials i estudis de folklore*

Aquesta mateixa creença era també molt arrelada a l'Anoia, on havien d'intervenir familiars que es diguessin Joan, Pere i Pau. Joan Bellmunt afegeix que “encara que pugui semblar-ho, en aquest ritual no hi ha cap cosa extravagant. Cal tenir present que anys enrere la medicina rural era molt precària i l'home primitiu cercava remeis als seus mals de dos elements amb què quasi sempre s'havia guiat: l'ajut sobrenatural, Déu, per mediació de Sant Just, i un element de la natura, l'arbre, el roure en aquest cas. L'home primitiu sempre ha tingut admiració per les coses naturals (i en depenia)”. Als adobadors, endevinadors, cataplasmeres i curanderos caldria afegir els ja esmentats saludadors (o remeiers), senyadors, oracioners i trencadors (una variant d'aquests, que guarien orant o “trencant” el mal fent creus i signes cabalístics), endevinaires, xucladors (especialistes a guarir ferides gangrenades...), trementinaires, sanadors (barreja de veterinaris, curanderos que guarien fent massatges i especialitzats en el mal de coll, i de barbers, perquè també treien queixals) i entabanadors. El *diccionari de la llengua catalana* de l'Institut d'Estudis Catalans també recull l'expressió “medicinaire” o “mediciner” com a aquella “persona que cura malalts, prescriu medicines, etc. sense ésser metge, curandero”. Aquesta mena de curanderos-veterinaris també gaudien de poders màgics i endevinadors, per això en alguns llocs com ara el Rosselló s'associaven amb els anomenats “endevinaires” o a la Catalunya central amb els oracioners.

Pel que fa als oracioners, guarien malalties remugant oracions, moltes d'elles tretes del llibre *Crus de Caravaca*, molt comú a les cases ceretanes i andorranes. I aquells que s'autoproclamaven oracioners murmuraven, remugaven i xiuxiuejaven expressament les suposades oracions per tal de mantenir el misteri i (potser) amagar el seu desconeixement més absolut del que feien.

Com a exemple, reproduïm tres oracions que recull el llibre *La tradició remeiera de l'Anoia*, dirigit per Marta Bartolí i Romeu:



**Per al mal de ventre:**

“Oh, Esteve, oh estassat,  
maleït, banyat  
poca palla  
mal de ventre fuig d'aquí ben aviat  
que Nostre Senyor t'ho ha manat,  
que el mal de [nom del malalt]  
marxi ben aviat”

**Per problemes oculars:**

“Una brossa tinc a l'ull,  
si és de terra  
no la vull.  
Si és de gota de llet  
del pit de Maria Santíssima  
sí que la hi vull  
i que la vostra llet  
em renti el mal d'ull”

**Per tallar una hemorràgia:**

“Jesús, Josep i Maria,  
per la preciosa sang  
que el bon Jesús  
en la creu vessà  
es pugui aviat curar est[e] mal”

Es recorria als oracioners quan els procediments “normals” fallaven; així, eren cridats per guarir cremades, mossegades d'animals, cucs, mal de ventre, enclavadores d'animals produïdes per un ferrament deficient, ràbia, esquínços, angines, i fins i tot per “donar seguici” (per filtres d'amor).

L'entabanador era un altre personatge amb pretesos coneixements curatius que possiblement deu el seu nom als enganys que feia servir amb els seus pacients (o víctimes). Eren una categoria que agrupava entesos en hèrnies, extractors de pedres, arrabassaqueixals i extirpadors de cataractes. Molts eren persones sense escrúpols; d'altres persones molt hàbils.



### **3.3. ELS BARBERS-CIRURGIANS**

“Només els nobles i els mercaders rics pagaven els costosos serveis dels metges. La plebs apel·lava als cirurgians, i de vegades un treballador pagava mig penic a un cirurgià barber perquè el sagnés o li donés un tractament de dubtosa eficàcia. [...] James Farrow era l'únic cirurgià barber en l'extensa zona rural, deixada de la mà de Déu, que envoltava Matlock. A més d'aplicar lavatives purificadores i de tallar el cabell i afaitar, realitzava intervencions quirúrgiques i receptava remeis”.

Fragment ambientat a l'Anglaterra del segle XI

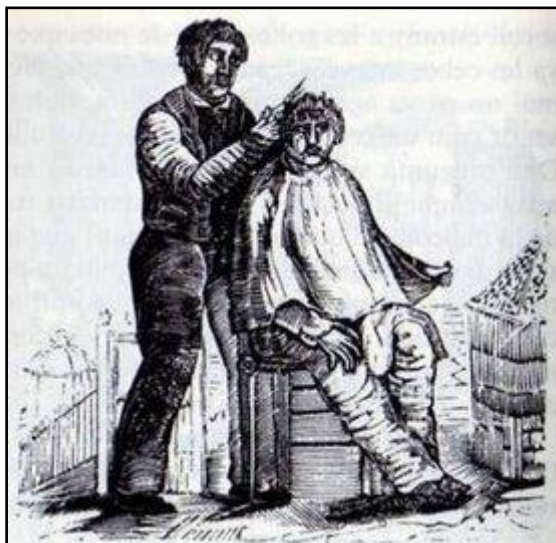
Noah GORDON: *El metge*

A l'Edat Mitjana a part de l'escàs nombre de practicants de la cirurgia (els barbers) hi havia a França dos ordes de cirurgians, cadascun amb el seu estatut propi: els de “roba llarga”, agrupats a la Confrérie o Collège de Saint Côme, capacitat per a tot tipus d'intervencions i autoritzats per a l'ensenyament [...], i els de “roba curta”, *chirurgiens-barbiers* o *barbitonsors*, el camp d'acció dels quals no passava de la cirurgia menor.

Luís Martínez, en el col·leccionable *L'era de la salut (Avui diumenge, 7-7-2002)* comenta que “la medicina i la cirurgia [...] van estar divorciades a Europa entre el segle XII i principi del XIX i, en aquest punt, ni Catalunya ni Espanya van ser una excepció. És clar que durant aquella època els cirurgians es contractaven igual que els segadors i els barbers a les places dels pobles, i el seu camp d'actuació es limitava a les fractures, les traqueotomies i les luxacions [...] La pràctica quirúrgica va quedar relegada a ser un ofici de segon ordre allunyat de les universitats (i per tant, propi de barbers i d'entabanadors), segregada de l'honorable exercici de la medicina, situació que es va mantenir ben bé fins a principi del segle XIX [...] Al segle XIV, per ingressar a la Facultat de Medicina de París, l'aspirant havia de jurar que mai practicaria la cirurgia. [...] el metge s'ocupava de les malalties i les intentava curar amb els seus recursos, però qualsevol actuació que suposés vessament de sang era menyspreada i quedava reservada als cirurgians. [...] una operació molt freqüent [...] era la sagnia, operació de la qual s'ocupaven els sagnadors, però també els barbers. Aquests, per distingir la seva condició laboral dels que només es dedicaven a les sagnies, identificaven els seus establiments pintant a la porta una successió de ratlles vermelles i blaves (colors de la sang) separades per franges blanques. Aquests colors encara persisteixen en algunes barberies, tot i que han perdut el seu significat original i pocs el coneixen”.

D'entre els artesans, els *sanguinatores* eren uns dels més sol·licitats. A causa de l'excessiva ingestió de greixos, moltes persones en patien els efectes al fetge. Per resoldre-ho, es practicaven sagnies, és a dir, punçons que descarregaven sang de determinades zones del cos. Moltes vegades les sagnies es feien al peu, ja que la gota estava mol estesa.

Les cures aberrants i vexatòries, mancades de rigor mèdic, eren perpetrades per cruels barbers que cremaven sense compassió les pústules aplicant-hi sofre i ferro. El vessant “mèdic” dels barbers va perdurar segles: treien queixals, feien untures, posaven sinapis i cataplasmes i provocaven avortaments. Als escassos clients intentaven vendre'ls-hi ungüents salutífers.



Barber de l'Esplanada segons un gravat vuitcentista de la *Enciclopedia de tipos y costumbres populares* (IMH)

El primer en unificar els estudis de medicina i cirurgia fou el català Pere Mata, al segle XIX. Amb tot, aquesta “tradició” s'arrossegà durant moltes dècades més.

### **3.4. SANT PONÇ**

De la mateixa manera que diverses religions i creences d'arreu del món atribueixen a alguns personatges de la seva mitologia determinats poders naturals o una íntima relació amb determinats aspectes de la seva vida, al món occidental (encara influenciat per la religió catòlica) succeeix el mateix. Així ens trobem que cada sant és patró d'alguna ciutat, poble, gremi, col·lectiu, grup social... En el nostre cas (siguem o no creients) retrem honors a sant Ponç, patró dels herbolaris, així com dels apicultors, estanquers i, en alguns indrets del nord del país com ara Alinyà (l'Alt Urgell), també dels segadors.

#### **Sant Ponç, Sant i Màrtir**

La relació de sant Ponç amb aquests gremis té a veure amb les diferents versions del seu martiri. La més propera als herbolaris és que fou arrossegat per un camp d'ortigues fins a la mort. Una altra, trobada en alguns goigs, indica que fou cremat viu dins d'una caldera d'oli bullent, o que fou llençat a les flames. La versió més acceptada,

però, és que, per ordre del pretor Valerià fou trossejat pels romans a Cemenelum (Niça); encara viu, li clavaren un clau al front per on li introduïren xinxes que li van menjar el cervell. Una variant d'aquesta versió és que li donaren un brou amb aquests paràsits. Hi ha qui afegeix un arrossegament final per un camp d'ortigues, fins a la mort. Fos la versió que fos... fou una aberració.

Aquestes versions fan que es consideri Sant Ponç com a patró dels herbolaris i que se l'invoqui contra els mals de cap i migranyes. A més, Sant Ponç és l'advocat contra les xinxes i altres paràsits que mortifiquen l'home; potser per això un dels noms populars del poliol sigui herba de Sant Ponç, ja que abans es feia servir per foragitar les puces, tot hi que el nom científic d'aquesta herba és *Mentha pulegium*. En aquest sentit, era costum posar herbes beneïdes sota el llit per allunyar aquests paràsits, així com resar al sant cada divendres un parenostre, ja que això "guarda la casa de mengia i d'insectes repugnants i ingrats".

El dia de Sant Ponç se celebra l'11 de maig, i en alguns indrets del nord del país es deia que els perfums d'herbes i remeis elaborats aquest dia eren els millors de tot l'any, com per exemple l'aigua-ros.

Els precedents més antics que tenim de quelcom que s'assembli a la fira de Sant Ponç els trobem a la *Crònica Universal del Principat de Catalunya* (s. XVI), de Dionís Deroni de Pujades, el qual defensava la teoria que aquest esdeveniment procedeix d'una mena de fira que els herbolaris de la Barcino romana (anomenats *herbarii*) feien a les portes del temple d'Esculapi, déu de la medicina, o d'unes antigues termes.



Fira de Sant Ponç, l'any 1934

## SANT PONÇ

Avui és ple de pageses  
el carrer de l'Hospital;  
ai les herbetes flairoses,  
ai la bella fira anyal.

Herbetes, bones herbetes  
que en jorn tan assenyalat  
amb les flaires sanitoses  
aromeu la ciutat,

Han baixat de la muntanya  
el bo i millor per guarí:  
la menta, la farigola,  
l'orenga i el romaní.

vers vosaltres vindran d'hora  
tots els mancats de salut  
car avui sou beneïdes  
I teniu doble virtut.

Han baixat cascalls i malves,  
la ruda, el fonoll i el bruc,  
el marduix i l'espígol,  
i plenté, i flor de saüc.

“Alter Ego”:

*Calendari Manelic, 1928*

### 3.5. MANIFESTACIONS RELIGIOSES: ELS GOIGS

Els goigs són manifestacions de lloança o alabança a determinats sants en forma de versos i poemes, alguns musicats i, de vegades, amb la imatge del sant. A continuació us presentem dos fragments de goigs dedicats a sant Ponç que considerem més representatius:

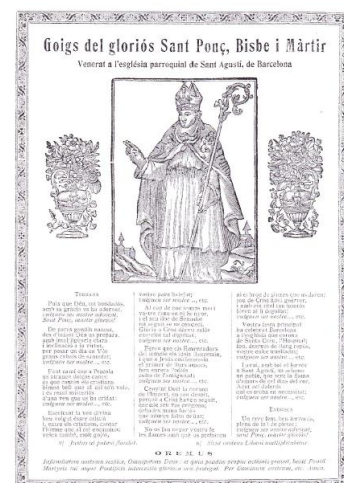
#### Goigs de Prades:

Tota herba que és beneïda  
lo dia de vostra mort,  
lleva a les xinxes la vida,  
les quals ens molesten fort.  
Contra elles sou reclamat  
amb humils submissions...

#### Goigs de Taialà (1946):

Vostres roses foragitin  
De les llars els dits insectes;  
I del cor a tots incitin  
A llençar els mals efectes  
Viure bo perquè portant,  
Sia un hom predestinat...

Però no solament el sant que es lloa és sant Ponç. El llibre *Herbes, remeis i creences de la Cerdanya del temps antic*, recull que a “Bellver, a l'ermita de Sant Roc es cantaven els Goigs al sant, advocat contra “lo contagi y pestilència”. A les Escaldes (Andorra), els Goigs de Nostra Senyora de Gràcia fan referència a l'aigua de la font calenta “que cura de molts mals als deseparats de remey”. També fa referència que l'aigua uns “la beuen” o altres “en lo bany prenen suor”.







A Queixans s'invoquen els Goigs dels "gloriosos metges y màrtirs Sant Cosme y Sant Damià". Sant "Policarpo" és cantat a Éller com a "advocat dels sorts y dels malalts d'orella" i Santa Eulàlia, també a Éller, és lloada.

**GOIGS EN LLOANÇA DE**

**SANT**


Bisbe i  
Patró dels





**PONÇ**

màrtir  
Herbolaris



Per Jesús, font de ventant,  
queheu servit fins al final.  
*Escampeu un goig i tanqueu  
que recull la Natura.*

Pulcrit aura resplendís  
dels la cell del cel pur.  
Quin estrany estroncadi  
tan bell cang de congia?  
De de Déu, la criatura,  
ans de néixer en ca el senyal...

Quin misteri fascina  
tan enc jove tan ardi?  
quina llum nova ha cregut  
i ample vol de la gavia?  
Cant celeste que us despi  
l'acolliu com un regal...

Senador, d'entre els patres,  
son per dir i zel adent  
en la Roma deradent  
equien d'ídols i vici.  
Quin recer pel qui en tiora,  
quia amic sempre lleial...

Com a bisbe us escollia  
tot un públic a ple consens,  
valorant el dot intencs  
de la vostra compungia.  
Vós galeu amb tot cura  
ben esota a ben veral...


Sou Dec, amb el martiri,  
assaltat amb el rim  
per camins de repugn  
i cadalles de mal lli.  
Ha florit la cel obscura  
i gaudie via eternal...

Beneixi amb la mà santa  
mures, moltes i ce-falls,  
funolls, raços i obrulls,  
arques, brues i tota planta,  
que en disques o en untans  
ens alleugiu de tot mal...

Quin esclat vostra diada,  
amb regat de mel i arrop,  
amb fregiments d'insop,  
d'herba santa i furoclat  
Cada infer de cell o altam,  
gru a vós, però l'orval...

Roma de s'èlora florien  
bé us escamen, sant Patró  
amb perfunles de turd,  
gentiana i sapitica.  
Encenen la vida obscura,  
cap amor men preceptu...

Sou, sant Ponç, gran segura,  
d'Herbolaris tota avul:  
*Escampeu un goig i tanqueu  
que recull la Natura.*



*Vl. Preguem per vós, sant Ponç*      *R. Perquè siguem dignes de les promeses de Crist*

**PREGUEM**

Déu responderà i etern, que concedien al bisbe i màrtir sant Ponç de vèncer els turments de la seva  
passió, daria als qui celebren el cel del seu triomf de ser invulnerables als ancs de l'enemic.  
*Per Crist Senyor nostre. R. Amén.*

Text: M. Joan Raga i Montserri.

Il·lustracions: Ricard Riera.

Melodie: Josep Mini i Llanç.

\*Fotografies extretes del llibre: GAUSACHS, Ramon. *Les herbes remeieres volum I. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*. Rafael Dalmau, editor. Barcelona, 2007.

## **4. LES TREMENTINAIRES**

En algunes zones rurals, on la pobresa i l'aïllament suposaven un impediment a l'obtenció de medicines, o de les mínimes atencions mèdiques, va destacar un col·lectiu essencialment femení que va desenvolupar un paper fonamental en la consolidació de l'herboristeria com a disciplina de medicina natural, popularitzant l'ús i el consum d'herbes medicinals i dels seus derivats. Ens estem referint a les trementinaires, que varen desenvolupar l'ofici principalment entre mitjan segle XIX i mitjan segle XX i forma part de la cultura popular del país.

### **4.1. DONES HERBOLÀRIES**

Aquestes dones procedien de les comarques pirinenques i prepirinenques, però especialment del sud de la serra del Cadí.

Fou principalment a la vall de Lavansa i Tuixén (l'Alt Urgell) on aquest fenomen arrelà especialment, fins al punt que al desembre de 1998 s'hi inaugurà el museu sobre aquest col·lectiu. Les trementinaires, però, també procedien d'Ossera, Cornellana, Fórnsols, Josa, etc.

Aquestes dones, mullers i mares de pagesos, traguers, pastors, carboners, etc., van heretar els coneixements transmesos oralment entre generacions de les virtuts i usos de les plantes medicinals, en especial de la trementina, substància que s'extreu de diferents coníferes i que els va donar el nom popular amb què eren conegudes.

La feina de les trementinaires era un exemple de la duresa de la vida a pagès, del dur contacte quotidià amb la natura, i més quan aquesta activitat no és cap passatemps ni es fa per entretenir, sinó que neix d'una necessitat vital, per sobreviure. Aquesta activitat barreja de recol·lecció de matèries primeres, elaboració de productes, transport, distribució i comercialització final, contribuïa al manteniment i a la subsistència de les famílies.

### **4.2. “ANAR PEL MÓN” PORTANT SALUT**

Aquesta activitat consistia no solament en la recol·lecció de les herbes medicinals i el seu transport, sinó també en l'elaboració dels remeis i la preparació per a l'ús; per això hi ha qui les definia com a portadores de la “salut de la muntanya”. A la primavera recollien les herbes i elaboraven els seus productes assimilats, com ara resines, el famós *oli d'ave*, i fins i tot moixernons. Ben entrada la tardor, un cop acabada la feina

de la sega i batuda al lloc d'origen, i abans que no arribés l'hivern, els baixaven a les ciutats i viles de les planes, la terra baixa i el litoral.

D'aquests viatges, les trementinaires en deien "anar pel món". Normalment els iniciaven a mitjan setembre i solien durar un parell de mesos; tornaven a casa, doncs, abans de Nadal. Els viatges es feien en parelles, la mestra i l'aprenenta, que acostumava a ser una filla molt joveneta o una veïna de confiança també molt jove; així es garantia la perpetuació dels seus coneixements i de la seva saviesa. Es repartien el material entre fardells, coixineres (a l'esquena) i llaunes, que es lligaven a la cintura. També duïen ampolles de vidre o potets de terrissa penjats en bandolera al davant, on duïen la trementina, l'oli de ginebre, l'oli d'avet, l'oli de tifus (elaborat amb herbes, escorpins, caps d'arengada i ous de formiga) i l'oli de llangardaix, elaborat el dia de l'Assumpció (15 d'agost).

### ALGUNS OLIS DE TREMENTINAIRES

#### OLI D'AVET

Les seves aplicacions són per guarir malalties pulmonars, dels ronyons i la uretra i per a les úlceres d'estómac. És diürètic i vulnerari.

#### OLI DE GINEBRÓ

Remei destacat per eliminar els cucs de la panxa, tant per persones com bestiar.

#### OLI DE LLANGARDAIX

Per elaborar-lo calia submergir el llangardaix viu dins un flascó ple d'oli d'oliva i deixar-lo macerar un temps. S'utilitzava per rebaixar inflamacions, reduïa les minoves (tumefacció dels ganglis limfàtics), el mal de ventre i guaria les pulmonies i el tifus.

#### OLI DE SERP BLANCA

La serp blanca seguia la mateixa sort que el llangardaix. A més a més, era molt apreciada dins la sopa o estofat. Servia per guarir ferides i punxades com les de l'arç blanc, l'argelaga o el roser salvatge. Al Pallars Sobirà feien servir la seva pell per guarir nafres i cremades lleus.

#### OLI D'ESCURÇÓ

Seguint el mateix procés d'elaboració que amb els olis anteriors, aquest es deixava macerar i s'emprava contra la picada d'escurçó i, en ús extern, contra el tifus.



**OLI DE GREIX DE SERP**

Per elaborar aquest oli calia espellar la serp i aprofitar-ne el greix, que es barrejava amb greix de porc confitat o amb oli o sucre, i se'n feia un ungüent que remejava el mal d'orelles, les punxades i les clivelles de la pell.

**OLI DE PERDIGONS**

Era una llarga maceració de perdigons en oli a fi que despenguessin el plom. Era un remei destacat pels "carns esqueixats".

**OLI DE TIFUS**

Es calcula que estava format per una cinquantena d'herbes, com ara carbassera borda, cogombre bord, tres unces de tabac negre, sava marina, peu de crist (altrament dit herba desinflamatòria o te de roca), set brots de presseguera borda, etc..., i a més tres escorpins, set caps d'arengada i ous de formiga... Es bullia en un litre d'oli d'oliva durant una hora fins a reduir-ho a la meitat i s'aplicava amb un drap a la cintura del malalt deixant-ho reposar tota una nit.

Hi havia la creença entre la gent que habitava aquests indrets que la serp era remei per a molts mals i era bo tenir-ne sempre a casa penjada (morta) per si convenia fer aigua de sopes o altres maneres i menjar serp per a guariment. Una vegada, la pigota borda [varicel·la] va afectar la població. La gent es posava a les crostes oli amb sofre i van quedar marcats. Els únics que no la van agafar foren aquells que menjaven sopa de serp; per a la grip, la serp també era medicinal

La vestimenta de les trementinaires era peculiar i senzilla: gipó, faldilla de sargil negre fins a les espatlles, mocador al cap i una bossa a l'esquena on hi duïen els productes i les herbes, entre les quals no hi faltava la pega aromàtica, que deixava una flaire inconfusible al seu pas i que tothom associava amb la figura de les trementinaires. A la mà duïen una canya llarga o un bastó que els servia de suport en caminar i que els donava una imatge de rodamón. Encara hi havia qui, al cap del sac o de la coixinera, hi posava un mocador de farcell amb una muda i la documentació. Amb tota aquesta mercaderia a punt, col·locada com hem dit o segons la necessitat de cada una, posat el mocador del cap, el davantal, i calçades unes espatlles, les trementinaires estaven llestes per emprendre la campanya de tardor o la d'abans de Pasqua. No hi faltava la romaneta, petita balança que pesava un màxim de nou lliures i

que diuen per mesurar les quantitats d'herbes que volien les clientes, i que venien a unces (1 unça: 33 grams) i lliures (1 lliura: 400 grams). En general però, els remeis no tenien preu, es pagaven segons el malalt i la malaltia.

Es repartien el territori per evitar la competència i cada temporada feien el mateix recorregut, que era mantingut en secret. S'aturaven en els mateixos allotjaments, amb els quals havien creat uns vincles generacionals i una clientela fixa que les esperava.

Algunes plantes més característiques que les trementinaires duien per vendre eren: l'orella d'ós (la seva aigua es bona per les morenes, per la tos i el constipat), el té de roca (se'n feina una infusió estomacal i purgant), el salsufragi (la seva infusió anava bé contra el mal de pedra dels ronyons), l'escabiosa (per depurar la sang i fer suar quan es té el xarampió), la sàlvia (per guarir malalties, clarificar la sang i curar ferides), l'hisop (dues cullerades de flor d'hisop "tornen la mare a puesto i la filla a lloc"), el tabaco negre (per guarir el *garrotillo* és a dir, la diftèria i el tifus).

Aquestes dones i fadrines, feixugament carregades amb un sarró a l'esquena ple de trementina, oli de llangardaix, oli de cop, ungüent de serp, de belladona, greix de gallina, i tot un diccionari d'herbes remeieres de tota la flora pirinenca, cridaven en arribar als pobles. La gent en veure-les exclamaven: "Arriben les tuixentines, tenim el fred a sobre". Quan trucaven a la porta o passaven pels carrers cantaven la cantarella:

Voleu comprar pegui blanc,  
pegui negre, bona trementina,  
bo el seu esperit;  
cumí de tota mena,  
cumí xix,  
cumí del gros  
cumi marrà,  
no vos falti...  
argençana, valeriana,  
peu de colom,  
oli de ginebrí...  
tot heu de tení,  
res us pot faltí...

Mercè Valls, va sortir a la *Vanguardia* el 18 d'abril de 1941, i és de la fira de Sant Ponç de Barcelona.



Aquestes llargues travesses exhaurien el material que duien a sobre per això compraven amb un soci, amb qui havien quedat prèviament, que les abastia en determinats pobles pel seu recorregut. Un cop acabada la feina, després de dos o tres mesos voltant “pel món”, tornaven als seus pobles.

Les principals rutes que seguien eren:

- la ruta oriental cap a Girona: Berga, Gironella i Prats de Lluçanès, des d'on baixaven cap a la Plana de Vic o cap al Moianès; es dirigien cap al Vallès Oriental i les comarques gironines, per tornar finalment al Bergadà;
- la ruta per l'eix Llobregat: Sant Llorenç de Morunys, Berga, zona industrial del riu Llobregat (colònies) i, segons alguns indicis, fins a Barcelona, on fins i tot es creu que participaven de la famosa fira de Sant Ponç;
- la ruta de les Terres de Lleida i del Camp de Tarragona: la ruta es feia a la tardor i s'aprofitava per vendre bolets. El recorregut passava per la Seu d'Urgell, el Solsonès, Ponts, des d'on anaven a Tremp i a la Pobla de Segur, o a Balaguer, i d'allà a Cervera o al Pla d'Urgell, des d'on continuaven cap a la Conca de Barberà (Montblanc), el Baix Camp (Reus), el Tarragonès i el litoral.

Algunes freqüentaven al Pallars, la Vall d'Aran i fins a Aragó i el sud de França

#### LA TREMENTINAIRE

Dona valerosa i ferma,  
remeiera ambulat  
amb gran coneixença d'herbes  
i remeis tradicionals.

Anava molt ben vestida  
i, mai sola, amb companya  
generalment aprenenta  
a la qual un sou donava.

Sa parla expressiva i clara  
amb una memòria gran  
la feien tan agradable  
com un bell trinat encant.

Era molt ben acollida  
per tot arreu on passava,  
fins i tot com de família  
havia qui l'esperava.

Pels doctors qualificada  
com joia de la natura  
pel seu complement i ajuda  
en cures realitzades.

i sempre la seva conducta  
era sincera i formal  
i a les famílies més pobres  
No els cobrava ni un ral.

Pere SERRA PRAT  
Cal Catarí, Tuixén



### 4.3. ALGUNES TREMENTINAIRES

La presència i la integració de les trementinaires en la vida rural d'algunes comarques ha estat tan significativa que trobem exemples clars d'autèntic reconeixement popular. Aquest és el cas de Maria Noguera, popularment coneguda com "la Gasolana", natural de Berga. Anava per les cases guarint peus i braços amb les seves fregues i guarint l'"espatllat" i els *carns esqueixats* (esquinç). Mentre feia les pràctiques se senyava. Les activitats les combinava amb la venda de dolços, lllaminadures, fruits secs i tabac. La Gasolana era una gran amant dels animals, especialment dels gats.

Una altra trementinaire molt coneguda fou Sofia Montané i Arnau, de Cal Claudi, d'Ossera. Als deu anys va fer el seu primer viatge per les zones de l'Alt Urgell i la Vall d'Aran, com a aprenenta de la seva àvia materna. Es va casar amb Miquel Borrell, a qui va ensenyar l'ofici de trementinaire, fet no gaire habitual ja que era una professió reservada per les dones. Tots dos foren els últims trementinaires: realitzaren l'últim

viatge comercial l'any 1982, ell amb 66 anys i ella amb 74. Dos mesos caminant sense parar! El seu territori era el nord-est del Principat.

Una altra trementinaire famosa fou Maria Majoral, coneguda com “la Tamastima”. Començà “anar pel món” com a aprenenta de la Rosa Arnau, de Cal Xoriguer (Cornellana) als dotze anys i es retirà al 1957. Maria fou coneguda amb el sobrenom de “la trementinaire de les nenes rosses”, ja que anava acompanyada de les seves filles: la Càndida, la Maria i la Roseta, totes elles rosses.

Néta (i aprenenta des del set fins als setze anys) de Maria Majoral fou Emília Llorens, de Cal Peret, que és considerada l'última trementinaire viva de la vall de Lavansa, i que compartí viatges amb Paquita Ribes de Sant Pere.

Altres tremantinaires foren Antònia Costa i Coll, de Tuixén, mare de les trementinaires Maria i Josefa Camps; Maria Minguell, i Dolors Pla i Mercè Parramón, d'Ossera. Cal Veralet també “produï” importants trementinaires, com ara la Dolores de la vall del mig, i la Rosa, coneguda com la Veraleta o la Ponta, una excel·lent coneixedora de les plantes remeieres.



Parella de trementinaires d'Ossera (Alt Urgell): Dolores Pla i Mercè Parramón.

#### **4.4. PER QUÈ SE LES ANOMENA TREMENTINAIRES?**

Aquest nom prové de la trementina, que és un oli essencial amb propietats terapèutiques, elaborat per destil·lació de la resina de diverses espècies de pins, especialment del pi roig (*Pinus sylvestris*) i d'algunes altres coníferes, i que recollen des de la primavera fins a la tardor fent unes incisions inclinades en el tronc dels arbres i deixant-hi uns recipients penjats durant dies perquè s'anessin omplint. En funció de l'existència d'altres pins o coníferes, cada trementinaire feia de forma artesana la seva pròpia trementina, per això aquesta podria tenir diferents textures i colors.

A la vall de Lavansa, durant el mes de maig, recollien les boletes formades per la rentina (reïna, resina) secretada pel pi roig (pi roi, pi ros...) i per la pinassa (lora). A continuació les bullien, tenint cura que la rentina no s'encengués; una vegada liquada, s'hi afegia aiguarràs a fi que no es prengués. Després d'haver bullit una estona més i d'haver-se refredat ja podia guardar-se. El producte resultant era la trementina. A vegades s'obtenia a partir de la pega grega comprada a les botigues.

La trementina es localitza a l'escorça i a les capes mes exteriors del tronc. Antigament s'obtenia fent osques en el tronc del vegetal, per les quals fluïa al costat del mateix, recollint-se en un forat practicat a terra. Així resulta més bruta, encara que es filtri. Avui se segueix un procediment més racional. Es practiquen en el tronc dels pins, a diferents altures, incisions o osques longitudinals que s'allarguen cap a dalt cada quatre o cinc dies, i que penetren fins les primeres capes del tronc; sota elles es pengen cassoles de fang per recollir el producte que flueix, renovant-les a mesura que s'omplen. La recol·lecció dura des de principi de primavera fins a la tardor, i com que les ferides romanen obertes, hi flueix encara certa quantitat d'oleoresines que, solidificant-se a l'aire, constitueixen el galipot. A cada arbre es fan incisions durant quinze o vint anys.

Per destil·lació s'extreuen d'aquest suc natural l'essència de trementina, oli essencial, volàtil, i la colofònia (o pega grega), resina de gran poder hemostàtic i antiinflamatori. Aquesta substància, com les altres, també va tenir aplicacions industrials en la fabricació de vernissos i pintures; actualment, es fa servir per elaborar xiclets, laminadures, làtex, ceres, etc.

La trementina es presenta líquida i, encara que viscosa, de vegades gairebé tan fluida com l'oli, opalina després de ser sacsejada o acabada de collir; pel repòs, i millor dissipant la humitat que conté, resulta transparent i gairebé exempta de color.

La pega abans esmentada, es feia servir per guarir fractures, els trencats (herniats), els escanellats (trencadures).

Com el meu avi, Josep, ens ha explicat, la pega amb oli anava bé per treure punxes i guarir determinades cremades i ferides, ja que regenerava els teixits danyats. Josep afirma que un dia de jove se li va clavar una punxa d'arç blanc al dit, estava molt enfonsada i amb res l'aconseguien treure. En aquells dies, va passar la trementinaire per a casa seu, i els receptà aquest oli, se'n posà unes gotes al dit abans d'anar a dormir i l'endemà ja es va despertar amb el dit sense punxa. Encara ara reconeix, que aquestes dones haurien de mantenir l'ofici de trementinaire viu, ja que donaria el que

fos per tornar a tenir aquell oli tan “miraculós”.

Etimològicament, el nom de trementina prové de *terebentè*, un hidrocarbur que, juntament amb el pinè, és un dels principals components de l'essència de trementina (*Olium terebenthinae*), coneguda també amb el nom popular d'*aiguarràs*.

Les propietats medicinals de la trementina eren ja conegudes a l'edat mitjana, quan pelegrins centreeuropeus que feien el camí de Sant Jaume elaboraven una dissolució d'aquesta resina amb oli d'oliva o d'ametlla, i que donava com a resultat un oli actiu eficaç contra el reuma.

La terebentina és tan excel·lent que la podem anomenar bàlsam natural d'Espanya. Així doncs, les seves virtuts són balsàmica, vulnerària, diürètica i laxant. Es dona igual per a les úlceres dels pulmons, ronyons, de la bufeta, de les altres vísceres, càlculs i arenes dels ronyons i laxa al mateix temps el ventre. El licor terebentinaci és un dels principals bàlsams de la cirurgia per aturar, consolidar, encarnar i mundificar les ferides, per a contusions i úlceres pútrides, per a resoldre i enfortir el to nerviós i contra tota putrefacció.

Avui en dia no es recomana l'ús intern d'aquests productes, en especial l'essència de trementina; a tot estirar d'1 a 3 g al dia barrejats amb aigua, sucre o mel, un o dos cops al dia. Els bafes contra les afeccions bronquials encara es poden fer servir, però també en dosis petites.

#### **4.5. EL DECLIVI**

L'evolució comercial va anar deixant de banda aquestes herbolàries “ambulants”; l'aparició dels apotecaris i, més tard, de les farmàcies amb els seus medicaments més elaborats acceleraren l'extinció d'aquest col·lectiu durant la segona meitat del segle XX i les relegà al guariment d'animals. Les últimes van treballar més per guarir animals que no pas persones, així, els seus viatges es van limitar a les zones agràries i, a poc a poc, varen perdre prestigi.

Els darrers anys, la penicil·lina i tota altra mena de fàrmacs han irromput amb força, cosa que ha comportat que les bèsties es “medicinin” de manera molt diferent a com ho han estat fent fins ara.

Un altre factor que va incidir en la seva desaparició fou l'intrusisme, del que es queixava Maria Cols, trementinaire de Maçaners (el Bergadà), que ho fou fins que es va casar. Durant els últims anys, aparegueren unes persones que es feien passar per

substitutes de les trementinaires i que aprofitaven la confiança que hi havia entre aquestes i els amos de les cases on passaven la nit. Al matí següent desapareixien i, fins i tot, s'emportaven béns de la casa, com ara llençols, parament de la llar, etc.

\*Fotografies extretes del llibre: GAUSACHS, Ramon. *Les herbes remeieres volum I. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*. Rafael Dalmau, editor. Barcelona, 2007.



## **5. HERBOLARIS CATALANS**

“Per això, a vós, amic que m’heu acompanyat sempre en les hores bones i en les dolentes, seguint-me en el meu romiatge, i a vós, amic desconegut, us convido a endinsar-vos amb mi en el túnel del temps per trobar-nos asseguts a la rebotiga del vell “Herbolari del Pi”, avui desaparegut, i des de darrera el taulell veure desfilar aquests records d’un temps passat que no fou ni millor ni pitjor que el d’ara, però que nosaltres trobem més bo perquè era el de la nostra joventesa.”

David GRIÑÓ I GARRIGA  
*Història dels herbolaris*

### **5.1. TEMPS ENÇÀ**

Un manuscrit de David Griñó ens parla dels orígens dels herbolaris, i ens diu que al segle II dC “època en què s’havia obrat ja la separació de metges i de farmacèutics, en què aquests s’havien també subdividit en farmacèutics i herbolaris (*herbarii*), existien en la nostra ciutat (Barcelona) individus exercint aquesta professió, com així mateix a la resta de Catalunya. Amb la caiguda de l’Imperi romà, que tantes desfetes va portar, desapareixeria probablement la professió d’herbolari, en el sentit en què avui entenem aquesta professió, o sia, individu establert dedicat a la venda d’herbes”.

A l’edat mitjana, l’ofici d’herbolari era ambulant, sense botiga pròpia. Eren recol·lectors d’herbes remeieres, que després venien per les fires i els mercats que prolíficament celebrava la ciutat, com el que tenia lloc al costat de les tàpies del convent de les Magdalenes, amb motiu de la festivitat de santa Magdalena, patrona dels especiers. Però si els herbolaris no tenien establiment propi, sí que estaven subjectes a unes certes ordenacions del govern de la ciutat, ja que era totalment prohibida la recol·lecció d’herbes medicinals sense la prèvia autorització del veguer, que no era donada si el recol·lector no tenia el degut coneixement de les espècies que volia recollir.

Al segle XVII, la figura de l’apotecari (antic especier i actual farmacèutic) pren una especial rellevància, situació que es trasllada a Catalunya durant el primer terç del segle XVIII, i desplaça en alguns aspectes l’herbolari. David Griñó ens ho explica així: “Després del Decret de Nova Planta (1716), promulgat per Felip V, la rudimentària farmàcia química de l’època es va avergonyir de la companyia de les herbes i les arrels i es va produït un desdoblament de l’especier, pel qual els uns es convertiren en

farmacèutics i els altres, de fet, quedaren com a herbolaris, encara que no figuressin com a tals". Tot i així, "el segle XVIII donà els millors botànics catalans, i aquesta ciència féu grans progressos. «A la darrerria del segle XIII i començament del XIX, encara corrien per Barcelona uns venedors d'herbes medicinals que pregonaven a grans crits per carrers i places: "Malves, malví, romaní...! Plantatge, sàlvia i orenga...!, i acabaven amb un estrident: "Herbetes de Montserrat!" I eren molts els herbolaris d'aquesta mena que per encàrrec de cases d'elevada posició social anaven a recollir plantes medicinals, que els eren molt ben pagades. Així, apareixen un gran nombre d'herbolaris que van a recollir-les a Montserrat i recorren Barcelona portant les herbes en les sàrries d'un ruc i van pregonant la mercaderia. [...] No fou fins després de la guerra de la independència (1808-1814), que s'establiren els primers herbolaris amb botiga pròpia. Del primer de què en tenim notícies és de l'herbolari La Linneana, establert l'any 1818», del qual ja en parlarem més endavant. Després aparegueren altres herbolaris, com ara l'Herbolari del Pi, l'Herbolari de Santa Anna, l'Herbolari La Salvadora o l'Herbolari del Carme. Continua Griñó "Tots ells disposaven d'esplèndids jardins botànics i es dedicaven a la venda a l'engròs i a la importació i exportació, però també a la venda a la menuda [...] No constituïen gremi i estaven classificats, a efectes contributius, dintre l'apartat de "vagos", o sia, no agremiats". El Gremi d'Herbolaris, Apicultors i Dietistes de Catalunya no es crearà fins el 1983.

El comerç de les plantes medicinals, que ja havia començat a reconèixer-se a Espanya al segle XVIII, no va legislar-se fins el 1860: "Las plantas medicinales son géneros medicinales, siendo libre la venta al público, por los herbolarios o yerberos que pueden venderlas al por mayor o menor".

La segona meitat del segle XIX fou una bona època per als herbolaris gràcies a l'increment del comerç internacional de plantes medicinals entre les colònies americanes, el nord d'Àfrica i les Filipines, situant Espanya com a centre logístic d'aquest trànsit i distribució. Al darrer terç del segle XIX fou l'època d'esplendor dels herbolaris al detall, gràcies al sistema Rapail, segons el qual hom podia curar-se sense necessitat de metge i farmacèutic, ja que tots els seus tractaments eren gairebé a base d'herbes i productes que s'adquirien de l'herbolari.

La manca de documents testimonials és la primera i principal dificultat amb què ens trobem en voler fer un estudi de l'herboristeria catalana. L'ús de les plantes en medicina, base i fonament de la primitiva farmàcia, va anar decaient amb l'aparició de nous fàrmacs, que varen donar un nou impuls a la ciència mèdica i varen convertir l'herboristeria en la parenta pobre de la Medicina. I poc interessats els herbolaris en el seu ofici, mancats de base científica per evolucionar cercant nous camins i noves

aplicacions a les herbetes, no van tenir cura de conservar cap mena de document que deixés un rastre per a conèixer i saber del seu pas. Avui dia, arrecerats en carrerons de la Barcelona vella i del suburbi, són (tot hi que hi ha excepcions) cataus emparats per una contribució industrial on s'hi exerceix d'una manera descarada l'intrusisme, deshonorant una professió que molt bé podria avui dia ésser una eficaç col·laboradora de la farmàcia i desenvolupar una tasca beneficiosa, recol·lectant i subministrant tants i tants vegetals indispensables als laboratoris farmacèutics, a la perfumeria, a la licoreria i fins i tot a la majoria d'indústries, limitant-se a vendre al públic aquelles herbetes senzilles com ara la til·la, la camamilla i d'altres d'inofensives que poden reportar efectes beneficiosos en certs casos, estalviant-se el farmacèutic un lloc d'emmagatzematge necessari per altres coses.

En el segle XX el consum d'herbes va prendre importància, sobretot la venda al major, motivat per la guerra mundial (1914-1918), en què els països bel·ligerants es van veure obligats a comprar les herbes al nostre. Aquesta situació es va repetir durant el segon conflicte mundial (1939-1945).

A partir de la segona meitat del segle XX, les herbes remeieres foren relegades a un segon terme. Es va implantar la Seguretat Social, i la gent, en tenir medicaments gratuïts, no compraven tantes herbes. I això va passar factura, ja que Barcelona conserva una cinquantena d'establiments d'herbolari, però abans de la guerra n'hi havia molts més, que han desaparegut.

## **5.2. D'ON ES PROVENIEN ELS HERBOLARIS?**

Segons David Griñó, "Les herbes eren subministrades als herbolaris de la següent manera: les que procedien de les colònies espanyoles d'Amèrica i Filipines, s'adquirien als herbolaris majoristes especialitzats; les pròpies del país hom les adquiria del lloc que es recol·lectaven, als pagesos, i eren transportades a Barcelona pels traguers que feien servei regular. Pel subministrament d'herbes als herbolaris, cal tenir molt present les pageses del Baix Llobregat, sobretot les de Sant Climent i Sant Boi, que baixaven gairebé cada dia a Barcelona. En portaven, a més dels fruits de la terra, una bona quantitat d'herbes fresques cultivades. S'instal·laven a la Boqueria, en el lloc conegut per la Gardunya, i concorrien també als volts del Convent de Santa Caterina. Els herbolaris petits sortien de bon matí a recol·lectar les herbes fresques per a la venda del dia, d'aquelles que creixien als voltants de Barcelona. Les altres, les que venien de lluny o bé les que eren estrangeres, acostumaven a comprar-les als

herbolaris majoristes, l'Herbolari del Rei, l'Herbolari del Pi, etc.. En arribar el mes de maig era el moment de la recol·lecció de la flor de taronger, i aleshores la botiga de casa (Herboristeria del Pi), a la matinada, es veia plena de flor fresca que s'escampava sobre borrasses perquè no "s'escalfés", i repartida seguidament als laboratoris, farmàcies i destil·ladors d'aigües per a fabricar l'aiguanaf blanc (licor medicinal). El mateix passava amb les fulles o millor dit els pètals de rosa, la tarongina o melissa, la menta piperita i la menta comuna o de faves, la marialluïsa, etc. Això feia que durant el mes de maig hi hagués constantment una deliciosa flaire a tota la Riera del Pi. A casa criaven gats d'Angora, que servien per obsequiar les farmàcies clients. És per això que al segle XIX i bona part del XX totes les farmàcies de Barcelona tenien gats d'Angora. [...] En el segle actual, els herbolaris ja no sortien a recol·lectar les herbes fresques, sinó que es valien d'individus que s'havien especialitzat en aquesta tasca i que cada dia passaven pels herbolaris a subministrar-los malves, morella roquera, pales de figa de moro, farigola fresca, romaní, caps d'ase, caps d'esbarzer, plantatge, atzavares, etc. [...] També portaven sota encàrrec, llangardaixos, per a preparar l'oli de llangardaix, despulles de serp i serps per a preparar l'ungüent."

### **5.3. LES COSES QUE VENIEN ELS HERBOLARIS**

Amb el títol "Les coses que venien els herbolaris", David Griñó ens redacta "A més de les herbes medicinals, els herbolaris venien les sangoneres, que seguien en ordre d'importància. Jo encara he arribat a vendre deu mil sangoneres cada mes. A part de les herbes i sangoneres, era cosa d'herbolaris l'aigua de peixos, per la baba, l'oli de rates pel mal d'orella, el de llangardaix, l'oli d'histèric (o *oli de vesc*), aiguanaf blanc, mel de romaní, vinagre dels quatre lladres, farina de faves o farina de llobí per emplastres, cigarretes de taupera per l'ofec, cigarretes de regalèssia, cebes blanques per pegats per la inflamació, taronges amargues per fer agafar gana, breus o hebreus per a guarir l'enyorat despulla de serp per a portar sort, etc."

Durant el segle XVIII i XIX l'ús de les sangoneres era habitual en medicina. De fet, el nom científic d'aquests paràsits és *Hirudo officinalis*; *officinalis* o *officinale* era el mot que designava tot allò que dispensava les anomenades "oficines de farmàcia". Les sangoneres eren emprades no solament per herbolaris, sinó també per metges i barbers. Aquests anèl·lids es feien servir contra la hipertensió i perquè es creia que la majoria de malalties eren degudes a una infecció de la sang o a un excés

d'hemoglobina. En alguns indrets també s'han fet servir per xuclar la sang en zones gangrenades i amb l'esca es s'aturaven les hemorràgies i taponaven les ferides que deixaven les sangoneres.

Griñó segueix dient “entre els remeis que preparaven els herbolaris figuren: cataplasmes per a la pulmonia, lavatives pel tifus, juleps per a la tos (pocions calmants compostes d'aigua destil·lada i xarop) i tota mena de tisanes per guarir qualsevol malaltia. Tenia molta venda la “purga de mariner” per a combatre les malalties secretes, i s'administrava en nou paquets, per això era també molt conegut pels “Nou paquets”.[...] També tenien molta sortida l'encens mascle, molt emprat per a pegats, sobretot en casos de petites fractures o esquerdes d'ossos. [...] Una altra cosa que es venia eren els bulbs coneguts per “cabeces de mercuri” per a guarir les criatures trencades. Molta sortida tenien les herbes per fer perfums per a treure els mals esperits, i que eren: romaní, espígol, ruda, cap d'ase, encens, mirra i estorac (resina). I encara per a portar sort, les llavors de falguera. Aquestes la veritat és que no eren llavors de falguera ja que aquesta planta no grana, sinó que quan n'hi havia eren llavors d'una planta antillana coneguda per Jequiriti, i a manca d'aquesta prenen la llavor de figuera infernal o de ricí, o bé la llavor del mill del sol, que penjaven amb bossetes damunt del pit. [...] una altra cosa era també les cebes marines que hom adquiria per a guarir l'erisipela. Es posava sota el llit i quan floria, l'erisipela ja era guarida. [...] Les pales de figa de moro, s'obrien de cap a cap, s'hi posava sucre roig, es lligaven, es penjaven posant un plat dessota i el suc que queia era bo per a la bronquitis. El bàlsam de dits o del Perú es tallava a bocins, s'hi barreja amb sucre roig i els suc també era bo per a la bronquitis. I queda encara la venda de la pegadolça, regalèssia i el sucre candi. I finalment, la venda de cucs de seda, en venint Sant Josep, i la moreneta. A més a més, roses de Jericó pels parts, terra galga o galva per a l'escaldat dels infants, cotó de ble per a lligar el llombrígol. I encara l'aigua sedativa que la gent l'anomenava “sanativa”. [...] Oli de ginebra i trementina d'avet que portaven les trementinaires procedents del Cadí i del Pallars”.

Alambí que utilitzaven els herbolaris: servia per destil·lar els olis essencials de les plantes.

A la fotografia de la dreta, es pot observar un alambí destil·lant espígol a la Fira de Sant Nicolau del Mallol.



## **5.4. ALGUNS DELS HERBOLARIS DE MÉS RENOM**

Els hem classificat per ordre cronològic segons la data de la creació de l'establiment. Podeu trobar una breu explicació de les tres herboristeries que, segons el meu criteri, són importants: la de Llivia (per ser l'origen dels herbolaris catalans), Ca L'herbolari (per la seva anomenada i antiguitat) i L'Herboristeria del Rei (pel fet que vaig visitar-la i els seus propietaris em van proporcionar molta informació).

- **MUSEU FARMÀCIA DE LLÍVIA**

La història dels herbolaris catalans podria començar amb la Farmàcia Museu de Llivia, o Farmàcia Esteva. Originàriament (1415) fou una herboristeria que s'abastia gràcies a "l'existència, a les valls properes, d'una rica flora i vegetació de propietats medicinals adients per a preparar les fórmules que la medicina d'aleshores requeria". L'any 1594 el Protomedicat de Catalunya prohibí a Jaume Bosan, titular de l'establiment, l'exercici de la professió pel fet de no estar en possessió del títol d'apotecari. L'any 1651 fou regentada per Guillem Bosan, *pharmacopula* de Llivia. La farmàcia estigué tancada fins el 1704, data en què Joan Sala, farmacèutic de Puigcerdà, la "ressuscità". Quan morí, fou arrendada primer a la família Nicolau, metges i apotecaris de Bellver, i després a Joan Saguer, farmacèutic de Llivia. Anys més tard, Jernònima Sala (filla de Joan Sala) es casà amb Nicolau Esteva, botiguer de Bellver. El seu fill, Jaume Esteva i Sala, esdevingué farmacèutic, agafà les regnes de la farmàcia i inicià durant el primer terç del segle XVIII una nissaga que regentà l'establiment fins el 1942. A la farmàcia s'hi podia trobar tota classe d'eines que feien servir els apotecaris i farmacèutics de segles enrere: estris de laboratori, productes curatius, llibres, pots, recipients i capsos (del segle XVI) on guardaven les herbes medicinals, principalment de la Cerdanya, i fins i tot l'aparador de farmàcia, del segle XVIII.

Avui en dia però, el museu farmàcia resta tancat.

- **CA L'HERBOLARI**

El rebesavi de Jaume Bofill i Ferro, el nom del qual també era Jaume, s'establí a Viladrau l'any 1751, on comprà una pairalia que segle i mig més tard s'anomenà Ca l'Herbolari. Volia la finca com a parc botànic, i amb aquest objectiu hi va dur plantes d'arreu d'Europa, fins i tot de Rússia. Fou nomenat apotecari de cambra de Carles III. El seu fill, Jacint, es va establir a Barcelona, on va obrir una farmàcia l'any 1804, i fundà una coneguda nissaga de farmacèutics i herbolaris, entre els quals hi ha Agustí Garriga i Bofill, que va acabar dirigint l'emblemàtica Herboristeria del Pi, també a

Barcelona. El seu nét, Jacint Bofill i Bofill es dedicà a la comercialització de plantes medicinals, que foren venudes a totes les farmàcies del país i de les colònies espanyoles.

El nom de Ca l'Herbolari prové de Jaume Bofill i Ferro, fill d'en "Cintet" i anomenat l'Herbolari. Estudià la flora del Montseny i investigà les propietats remeieres de les plantes. Va estudiar la carrera de farmàcia i va regentar-ne una del carrer de Méndez Núñez de Barcelona

- LA LINNEANA – HERBORISTERIA DEL REI

L'herboristeria del Rei fou un dels primers establiments d'aquest tipus que hi hagué a Barcelona. És una de les tres botigues més antigues d'aquesta ciutat i fins i tot de les més velles d'Europa.

Aquesta herboristeria fou fundada el 1818 per Josep Vila, fill de la Catalunya del Nord, amb el nom de "La Linneana", en honor al naturista suec Carl von Linné. Situada inicialment al número 5 del carrer del Vidre, fou la primera herboristeria amb botiga oberta al públic. L'any 1823 fou traslladada a la banda del carrer Ferran, quan aquesta assolí el màxim apogeu comercial de l'època. El negoci prosperà fins a l'exportació d'herbes a l'estranger, a les colònies americanes i a les Filipines, d'on també n'importava.

Durant l'any 1840, Francesc Torras i Riera va treballar com a aprenent en aquesta herboristeria, i un any més tard va assumir la propietat de l'Herboristeria del Pi.

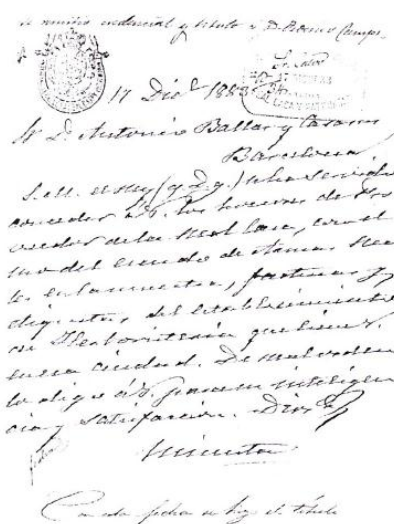
Joan Parés, actual propietari d'aquesta herboristeria, diu que "l'any 1857 fou afavorida amb el títol de Proveedor de la Real Casa, i el Sr.

Josep Vila, herbolari de la cambra de SSMM Isabel II d'Espanya, títols que el seu successor, l'Antoni Ballart Casasús va revalidar el 17 de desembre de 1883".

D'aquí ve el nom amb què s'ha conegut a partir d'aleshores: l'Herboristeria del Rei.

Des de la mort del Sr. Vila, l'herboristeria va anar passant de generació en generació fins el 1994, quan

Manuela Ballart, als 84 anys va morir i es va acabar la nissaga. A principi del 1997, Trinitat Sabatés va adquirir el negoci i va procedir a la restauració del local.



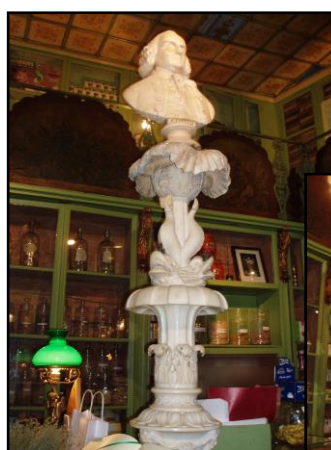
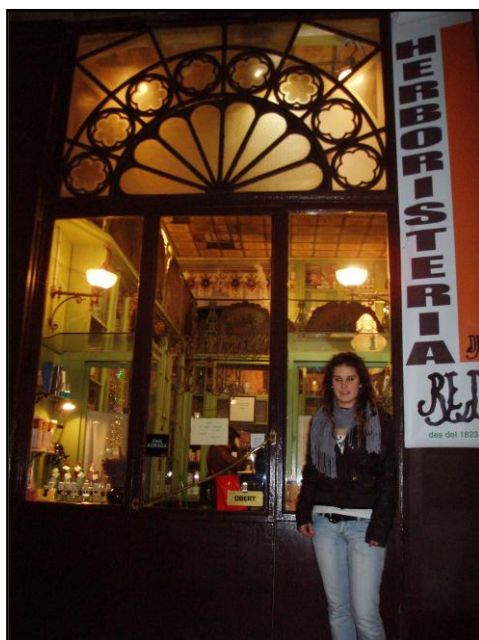
El 17 de desembre de 1883 la Linneana fou ratificada com a Proveedor de la Real Casa, fet pel qual va passar a ser coneguda com a Herboristeria del Rei.

\*Fotografia extreta del llibre: GAUSACHS, Ramon. *Les herbes remeieres volum I. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*. Rafael Dalmau, editor. Barcelona, 2007.



L'establiment és un clar exemple de botiga noucentista. A part de les aromes de les herbes cal destacar la riquesa mobiliària i la decoració del segle XIX, feta l'any 1858 per Francesc Soler i Rovirosa, que hi va fer servir l'estil isabelí, que impregnava en aquella època, i una harmoniosa barreja entre neoclàssic i gòtic. Cal destacar els caixonets de la planta baixa, les marqueteries i aquarel·les en miniatura, les portetes de vidre, la barana amb elements decoratius de ferro, el taulell de marbre i la columna coronada per la testa de Linné, també de marbre, amb una font on es conservaven sangoneres (i on actualment està plena de manats de farigola).

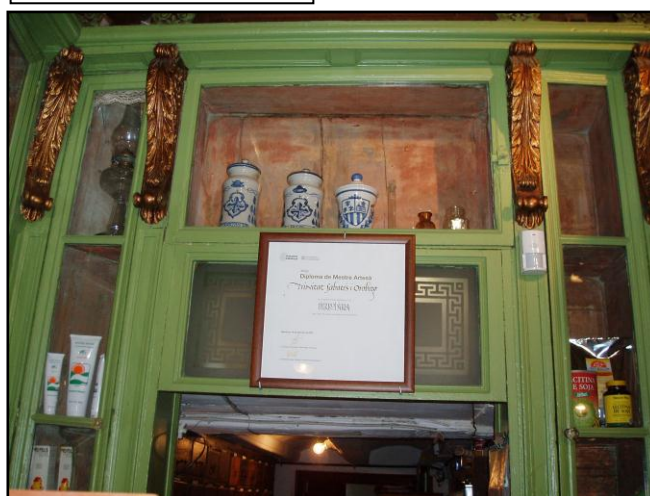
Durant molts anys, l'entrada fou decorada per l'escultura d'un indi americà, que contenia sangoneres i que indicava que s'hi venien productes de les Amèriques, símbol, que, fou adoptat per altres herboristeries de la ciutat, i que es va popularitzar amb el nom de "ninot".



Columna amb el bust de Linné



Herboristeria del Rei per fora (a l'esquerre)  
Herboristeria del Rei per dintre (a sota)







Placa situada a la rajola de davant la porta d'entrada a l'Herboristeria del Rei, en reconeixement a l'establiment per part de l'Ajuntament de Barcelona

\*Fotografies pròpies durant la visita a l'Herboristeria del Rei el dia 11 de desembre del 2010.

I altres herbolaris i herboristeries importants són:

- L'HERBORISTERIA DEL RUC - L'HERBORISTERIA DEL PI - LA FLORIDA
- JOSEP PEIX
- HERBOLARI BERTRAN
- HERBOLARI SANTA ANNA - L'HERBORISTERIA D'EN BALLÚS - LA BARCELONESA
- L'HERBOLARI CISÓ
- HERBOLARI CAN TIANET - CAN MAÑÀ - CAN TIANET
- HERBOLARI LLOBET
- L'HERBOLARI D'EN SANGONERES
- HERBOLARI LA SALVADORA - L'HERBOLARI DE BETLEM - L'HERBOLARI DEL CARRER DEL CARME
- HERBOLARI LA FLORA BOTÀNICA
- HERBOLARI DE LA PLAÇA NOVA
- HERBORISTERIA LA BONA HERBA
- HERBOLARI LA FLORA
- HERBORISTERIA PEDRO COMA - HERBOLARI ROSA COMA

- HERBORISTERIA SANT MIQUEL
- HERBORISTERIA LA FLOR DEL PIRINEO
- HERBOLARI FARRAN
- HERBORISTERIA MANANTIAL DE SALUT
- HERBORISTERIA MERCÈ

## **6. CURAR DE MIRACLE**

### **6.1. REMEIS MIRACULOSOS**

La fe en remeis miraculosos ve de lluny. Pel que fa aquesta idea Lluís Martínez Martínez dona la seva opinió en la revista "Presència" número 2012:

Per què fem més cas d'un anunci de la televisió que del metge? I alguns fàrmacs alternatius d'efectivitat dubtosa, per què tenen tant d'èxit? Ens hem tornat crèduls? No: la creença cega en la dimensió màgica dels productes associats a la salut enfonsa les seves arrels mil·lennis enrere, quan es creia que la malaltia era o càstig dels déus o el resultat de la possessió demoníaca.

Els metges grecs, els primers a trencar amb la màgia, afirmaven que el cos contenia quatre humors: la bilis, la bilis negra, la flegma i la sang. Emmalaltíem quan els humors es desequilibraven; i l'equilibri es restaurava canviant de règim, o sigui, de vida.

La teoria humoral va persistir molt temps. Encara al segle XIX els anuncis d'específics invocaven els humors. També es feien sagnies i s'aplicava calor als malalts. La sagnia, per purgar l'excés de sang; la calor per reduir el volum del fel.

La teoria humoral explica també algunes creences errònies que persisteixen en l'actualitat. Alguns refranys sobre la salut, que es repeteixen com a veritat santa, són en realitat l'adaptació d'aforismes grecs.

L'autèntica edat d'or dels medicaments patentats o específics que prometien eliminar malalties incurables va ocupar pràcticament tot el segle XIX i la primera meitat del XX, gràcies a l'aliança entre la preocupació per la salut i la propaganda impresa.

#### **Medicina panacea. Alcohol, coca i opi:**

Els remeis miraculosos acostumaven a ser polifàrmacs, és a dir, substàncies que prometien curar malalties diverses i sense cap relació entre elles. El mateix producte servia contra l'ansietat, la tuberculosi i la sífilis. Els anuncis de l'època exageren els efectes benèfics del fàrmac i minimitzen o ridiculitzen els dels competidors, que sovint tenien ingredients idèntics.

Els específics es poden classificar en tres categories: o bé eren inútils o bé eren pal·liatius (perquè contenien alguna droga) o bé eren perjudicials. Al costat d'aquests hi havia



Clarifono Subirà, un producte per a la gola

els que remeiaven alguns trastorns senzills gràcies a algun principi actiu contingut en un dels ingredients, sovint d'origen botànic. Fins que la química no va extreure els principis actius, la curació era una incògnita. Acostumaven a contenir una droga com a principi actiu: alcohol, coca o opi. Només donaven, doncs, una sensació enganyosa de curació al tractar els símptomes.

Els fabricants dels específics explotaven un nom i un símbol distintiu com a marca registrada per al producte. Es venien en envasos de disseny fix que duïen una etiqueta pròpia. Utilitzaven totes les argúcies de la publicitat i jugaven amb els ressorts psicològics per incentivar-ne la compra.

El segle XIX va representar un retrocés en relació amb les regulacions farmacèutiques de dècades anteriors. El rei Carles III d'Espanya havia emès una cèdula el 1788 en què es prohibien els fàrmacs amb formulació secreta. L'autor n'havia de revelar la recepta a un agent reial; però, per evitar còpies i imitacions, quedava dipositada en un arxiu reial fins a deu anys després de la mort de l'autor.

Al segle XIX va començar una lluita a mort per conquerir mercats, i això va incentivar la picaresca, les trampes, les falsificacions i les imitacions. Les normes de control que van dictar les autoritats van ser inútils, com ho prova la repetició crònica de les ordres instant dels alcaldes a fer perseguir els que fabricaven o venien medicaments sense permís.

El 1820, quan les aigües i les llimonades es venien a les farmàcies, es va construir a Barcelona una Associació Farmacèutica, un dels objectius de la qual era perseguir l'intrusisme.

Novament, a mitjan segle XIX, les autoritats van reiterar la prohibició de vendre específics amb fórmules secretes. El 1865, el governador civil de Barcelona va dirigir una circular contra "practicants, matrones, somnàmbuls, curanderos i xarlatans" que, sense ser apotecaris (però que podien ser metges o dentistes), anunciaven i venien medicaments.

Polifarmàcia. Un producte que serveix per curar tota classe de malalties, fins i tot les incurables.



### Pensament màgic:

Però si aquests fàrmacs que prometien cures radicals eren inútils, per què sempre hi havia algú disposat a comprar-los? Les raons són diverses. La primera, la persistència

del pensament màgic. Els estudiosos del folklore tenen identificades les fonts, els indrets i les pedres a les quals des de fa segles, i encara avui dia, s'atribueix propietat curatives. El pensament màgic també explica per què, en l'actualitat, hi ha tant d'interès per les medecines alternatives, millor com més lluny de nosaltres estigui el seu origen. Una altra raó per a tanta credulitat és que, durant segles, la humanitat ha conviscut amb la certesa empírica que la medicina tradicional era inútil i que no hi havia cap fàrmac realment eficaç. ¿Si tot és inútil, per què no provar alguna novetat exòtica?

Les fonts, les pedres, els remeis màgics, venien i venen, sobretot, esperança. No van ser pocs els pacients que es curaven, cert; però era perquè l'arrel de la malaltia no estava entre els virus i els bacteris, sinó en la ment.

El procés que va portar a la troballa dels medicaments moderns comença quan el metge i alquimista Paracels (1483-1541) va impulsar la farmàcia química. Segons Paracels, el desequilibri humoral era el resultat d'una agressió exterior, una idea insòlitàment moderna. L'equilibri es podia recuperar no amb un canvi de dieta o de vida, com recomanava la medicina clàssica, sinó ingerint algun producte químic.

Va ser ell qui va introduir el sofre i el mercuri per tractar la sífilis, i el làudan, una dissolució alcohòlica d'opi, per alleujar els dolors. També va ser el precursor de l'homeopatia i de la teoria de les signatures, segons la qual a prop d'una malaltia sempre hi havia el remei. Va relacionar els caràcters amb els sabors, una associació que persisteix en l'actualitat. Quan diem que una persona té un caràcter dolç o amarg estem utilitzant, sense saber-ho, categories de Paracels.

Un tercer motiu que explicava fa temps la fe cega en els fàrmacs miraculosos era el desconeixement de la naturalesa de les infeccions, que va continuar amagada fins que Louis Pasteur va determinar el paper dels microorganismes, l'any 1864.

També al segle XIX assistim a la transformació dels fàrmacs de mercaderia. A l'antiguitat clàssica, el fàrmac ben elaborat només estava a l'abast dels rics, mentre que els pobres s'havien de conformar amb els remeis tradicionals. D'aquest temps deriva la nostra creença que un medicament, com més car és, més efectiu resulta.



El liniment del Doctor Sloan, que contenia càmbora, *capsicum*, oleoresina i salicats diluïts en oli de pi per generar calor.



Entre els remeis populars i barats de l'antiguitat hi ha l'all, que Galè considerava un antídoto universal, la mel (fins al segle XVI), els cargols (contra la tuberculosi), les infusions de melissa, valorada durant segles com un remei per a totes les afeccions, i diversos olis de noms ben sonors, aquests ja per a gent amb diners.

## VENEREO.

Su curacion es pronta, radical y segura, sin mercurio, copaiba ni otras preparaciones perjudiciales, por medio del JARABE ANTI-VENEREO del Dr. CASASA.—Purgaciones, llagas, bubones, dolores, estrecheces, el venereo, en fin, en todas sus formas, por crónico que sea, se cura pronto y bien con este inimitable Jarabe, exclusivamente vegetal.—Véase el prospecto. Dirigirse al Dr. CASASA en su GRAN FARMACIA, plaza de la Constitucion, esquina a la calle de Jaime I.

Molts dels medicaments que es venien des de mitjan segle XIX prometien la curació de les malalties venèries, fins i tot la terrible sífilis, que no va tenir remei fins que va aparèixer el Salvarsan.

### Oli de guineu:

Hi havia, per exemple, l'*oli vulpino*, un poderós liniment antireumàtic que es fabricava amb els budells i els ossos de guineu barrejats amb sal, farina, herba de Sant Joan, vi blanc i sàlvia.

Els escorpins també eren útils, s'ofegaven en oli d'ametlles i se'n preparava una infusió que, es deia, era l'antídoto ideal contra les seves picades.

Un bàlsam especial escruixidor era el de cadells. Es preparava cuinant en oli tres gossos acabats de néixer, als quals se'ls afegia cucs, oli d'orenga, farigola, poniol, hipèric, marduix i trementina. Es deixava reposar quinze dies i, un cop filtrat, sembla que era un remei excel·lent contra les paràlisis i qualsevol afecció nerviosa. Amb els conills se'n feia un producte semblant. Tota aquesta explicació no vol dir que la medicina tradicional, sobretot la fonamentada en els ingredients vegetals, fos enganyosa o falsa, perquè hi havia un determinat percentatge de curacions. Aquest fet és el que va portar, a mitjan segle XX, a buscar principis actius entre les plantes, alguns dels quals es van revelar com a potents fàrmacs.

## EL PECTORAL DE CEREZA DEL DR. AYER



**CURA LA TOS Y LOS RESFRIADOS**  
Y LAS ENFERMEDADES DE LA GARGANTA Y LOS PULMONES.

Anunci d'un xarop amb morfina.

A partir de mitjan de segle XIX convivia productes pintorescs i sense cap efectivitat més enllà del tractament de símptomes amb fàrmacs que eren fruit de la investigació científica.

Si revisem la farmacopea dels hospitals dels Països Catalans de la primera part del segle XIX hi trobem xarops que contenien opi i quina, al costat de l'aigua de melissa, l'oli de lliris, l'aigua de plom (amb propietat astringents) i l'esperma de balena (en realitat greix del cap de catxalot) per tractar les diarrees.

### La triaca:

Els específics que prometien la curació de tots els mals també tenien èxit perquè queien en terreny adobat. No només pel pensament màgic. Des de l'antiguitat, els entesos en química i farmàcia buscaven un producte que havia de ser la panacea universal, el medicament que havia de curar tots els mals i servir d'antídoto per a tots els verins. Es tractava de la *theriaca* o triaca, un polifàrmac molt car del qual ja tenim notícia al segle II abans de Crist, que va viure el seu auge entre els segles XVI i XVII i que no va desaparèixer de les farmàcies fins a mitjan segle XX.

La triaca mai va funcionar, però ningú es va atrevir a criticar-la. Perquè la triaca ens parla dels dret a l'esperança. La triaca inaugura la història del fàrmac entès com a negoci, però també revela les aspiracions humanes d'aconseguir medicaments eficaços i segurs.

Les propietats de la triaca eren immenses. Era un antídoto universal, allargava la vida fins a la immortalitat, curava l'asma, la prostatitis, la còlera, la lepra, la ràbia, la disenteria i la sífilis; era profilàctic, estimulante, vermífug, cordial, aperitiu, laxant, diürètic i prevenia l'epilèpsia i les pedres del ronyó.

Els ingredients de la triaca eren pintorescos i responien, un cop més, als principis de la màgia simpàtica: carn d'escurçó, aigua de pluja, clorur amònic, farina, glàndules de castor, mel, vi, sulfat de ferro, betum de judes, argila ferrosa o terra *sigilata*, i així fins a una trentena de productes vegetals, entre d'altres d'opi.

Durant un temps, els escurçons havien de ser d'Egipte (en realitat eren del nord d'Itàlia), però al final els apotecaris catalans van apostar pels autòctons, més barats. Al segle XVI van tenir molta requesta els escurçons de Santa Coloma de Queralt. Els de Vilafranca de Morella es van fer famosos el segle XVII.



Tos. Ambarina Vehil, un dels productes farmacèutics del final del segle XIX que prometia la curació de la tos pulmonar i que alertava contra les imitacions.

### Medicina científica:

Els medicaments eficaços contra les infeccions van aparèixer fa poc més d'un segle. El primer de tots va ser el Salvarsan de Paul Ehrlich, contra la sífilis, que va anar seguit de les sulfamides de Gerhard Domagk i de la penicil·lina d'Alexander Fleming. Fins llavors no hi havia res a fer amb determinades malalties, més enllà de tractar-ne els símptomes. Els diaris dels segle XIX i de principi del XX, doncs, hi trobem un nombre creixent d'anuncis amb productes que, si ens els creiem, tractaven infeccions i malalties que era impossible que tinguessin cura. Fins i tot la penicil·lina no podia fer res contra la tuberculosi. Va caldre esperar a l'estreptomicina del doctor Waksman.



Aquesta caixa afirmava que contenia manà

### Fàrmac patentat:

La panacea de Swain va ser un dels medicaments patentats més lucratiu de començament del segle XIX gràcies a una gran companyia de publicitat. La suposada panacea era, en realitat, una dissolució d'oli de gaultèria en xarop de sarsaparilla a la qual s'atribuïen propietats antisifilitiques. la gaultèria és un analgèsic i antiinflamatori natural.

El 1834, per 4 reials, el farmacèutic Forns, al carrer de l'Espaseria de Barcelona, venia el vinagre antisèptic que, amb friccions, prometia prevenir i curar el tifus. El mateix any, els metges prometien la curació radical de les "malalties secretes" (sexuales) en pocs dies amb un mètode nou, però desconegut.



Tònics. Un anunci antic de l'Enofosforina Serra contra l'esgotament. Contenia diverses sals i una associació de vitamines B.

### Imitacions:

A mitjan segle XIX també trobem l'*Opodeldoc de Steers* (càmfora i acetat d'amoní), que prometia curar l'artritis, les úlceres, les neuràlgies, la debilitat, l'atròfia muscular,



les fractures, les contusions i les cremades. Hi trobem el vi de sarsaparrella i les boles d'Armènia de Charles Albert. Les boles d'Armènia, argila al capdavant, formaven part de la triaca amb el nom esotèric de terra *sigilata*. Les boles prometien curacions extraordinàries.

En un mercat poc regular, com passava durant tot el segle XIX i part del XX, les imitacions eren inevitables. Les marques competidores s'acusaven mútuament

De còpia descarada. Un cas que es pot seguir a la premsa és el litigi entre els propietaris del xarop curatiu de Seigel i el xarop curatiu de Bertrand.

A les prestatgeries dels estudiosos de la farmàcia, com ara els agrupats en la Concòrdia Farmacèutica de Catalunya, hi trobem l'elixir Calloll, que contenia fòsfor i nou de cola. Si hem de creure la propaganda del moment, aquest elixir servia tant per prevenir el raquitisme com per curar l'anèmia. Estava indicat per combatre la debilitat nerviosa o neurastènia. El mateix doctor Calloll també preparava òvuls pensats "per a determinades malalties de les dones" i supositoris de camamilla contra les hemorroides, de xantonina contra els cucs i de glicerina contra l'estrenyiment.

Durant un temps també es venien pomades que portaven ingredients retilians en la seva composició i que estaven indicades per a qualsevol afecció de la pell i de les articulacions: dels del dolor reumàtic fins a les cremades, els cops, la tos i la bronquitis. A Catalunya hi havia la pomada Serptuga i la pomada de la Serpiente. Totes prevenien contra els imitadors

### **La cort celestial:**

Un cas notable a la farmàcia antiga és l'ús dels noms dels sants en les etiquetes dels fàrmacs. Per exemple, hi trobem la fava de Sant Ignasi (*Strychnos ignatii*) una planta enfiladissa originària de les Filipines que conté diversos alcaloides com ara l'estricnina i la brucina. La llavor, de la mida d'una oliva, s'utilitzava com a digestiu. Ara s'usa en homeopatia per tractar malalties nervioses. L'estricnina s'utilitzava antigament com a raticida, i la brucina és un fort tòxic.

L'Aigua de la Verge de Montserrat era un producte molt popular abans de la Guerra Civil. Consistia en una dissolució alcohòlica d'olis essencials de romaní, farigola i espígol. La preparaven el laboratoris Demsa d'Arenys de Mar segons una fórmula del doctor Casadevall. S'utilitzava en friccions contra el reuma, les rampes, els fortunals i els penellons. També s'usava per tractar ferides.

Segons la propaganda del moment, l'aplicació de l'Aigua de la Verge de Montserrat feia desaparèixer les ferides petites en 24 hores i accelerava la curació de les grans

gràcies a que actuava com “antisèptic” i “tònic”. La propaganda assegura que era un gran profilàctic contra la grip.



L'aigua de la Verge de Montserrat, amb contingut alcohòlic, servia per tractar tota classe d'afeccions externes. En el seu moment també es va vendre com a poderós profilàctic contra el grip

Molt semblant a aquesta aigua era el Bálsamo de los Cartujos, una solució alcohòlica de 14 essències vegetals, entre altres farigola, espígol, menta, romaní i llorer. S'utilitzava per tractar tota classe de dolors i la feridura.

Un altre antireumàtic de fa una setantena d'anys era l'Elixir Vegetal de San Joaquín, que contenia betònica i extracte de menta, hisop, melissa i sàlvia.

També es prenia contra les pedres del fetge i del ronyó i per abaixar l'àcid úric. D'aquest elixir se'n van fer fins a cinc presentacions diferents per tractar la febre, les afeccions nervioses, els èczemes, el reuma i la feridura. Es va deixar de fabricar el 1957.

L'Elixir de Sant Vicente de Paul prometia al principi del segle XX curar l'anèmia en només 20 dies. Contenia citrat de ferro amoniacal amb tintures de ruibarbre, canyella, ratània, camamilla i escorça de taronges amargues. També estava indicat per a la neurastènia, el cansament i la convalescència.

La magnèsia, antiàcid i laxant, també apareixia associada a la cort celestial. A casa nostra es venia la magnèsia San Fernando i la San Pellegrino.

Santa Paraula. La invocació dels sants en les etiquetes dels fàrmacs era una fórmula molt utilitzada durant bona part del segle XX



Contra la tos, la bronquitis i l'asma es receptaven les pastilles de Santa Teresa, de composició desconeguda. Un parell d'anys abans de la Guerra Civil costaven seixanta cèntims.

Pulmons. Per seixanta cèntims es podia adquirir les pastilles de Santa Teresa, indicades per a totes les afeccions pulmonars, molt comunes a les ciutats.

Per tractar les mateixes malalties i altres d'origen respiratori hi havia les pastilles balsàmiques Maria, que contenien mentol, eucaliptol i fenol.

A mitjan segle XIX es van posar de moda els compostos de fòsfor i quinina o hipofosfits, que, segons es creia, eren capaços de curar la tuberculosi. A Catalunya es venien els Hipofosfits Sant Jordi.



Alcohol. Anunci de l'Aigua del Carme, una dissolució alcohòlica de diversos olis essencials d'origen vegetal.

Un altre producte de venda farmacèutica que encara té sortida és l'Aigua del Carme, un destil·lat d'hidroalcohòlic de melissa, camamilla, marialluïsa, til·la, flor, llavor de coriandre, escorça de taronja, canyella, arrel d'angèlica, nou moscada i hisop. S'aconsellava per tractar la colitis, els marejos, els desmaís, les diarrees, les feridures, etc. Algunes dones la utilitzaven com a tònic matinal.

Un tractament molt popular contra els dolors i els refredats eren els Parches Sor Virginia, dels quals hi havia diverses varietats. El producte contenia extracte de belladona, eucaliptol, llorer i pebrot picant, entre altres ingredients. Per a les afeccions de la vista hi havia l'aigua miraculosa de Sant Josep (sulfat de zinc). La pomada de Nuestra Señora de Lourdes, que contenia plom, oli d'oliva, ratània i anestèsia prometia la ràpida curació de les morenes.



Miracles, a Lourdes. La pomada de Nuestra Señora de Lourdes prometia la curació radical de les hemorroides. Només en tres dies. Contenia plom i anestèsia.

### Medicina atmosfèrica:

Una altra manera de tractar les malalties respiratòries que ara torna a ser moda són els papers que es cremen a l'habitació del malalt per purificar l'aire i fer circular substàncies terapèutiques.

El 1876, el doctor Andreu va començar a vendre a Catalunya els seus papers antiasmàtics, i també les cigarretes balsàmiques, que fins el 1914 contenien cànnabis entre els seus ingredients.

Actualment s'han posat en circulació els papers d'Armènia, originalment creats el 1885, amb finalitats antidepressives i desinfectants. El seu funcionament és el tradicional i el seu objectiu és crear una atmosfera sana. Els Papers d'Armènia ja es venien a Catalunya a principis dels segle XX, però la comercialització, segons es creu, es va suspendre a finals de la Guerra Civil.

Aquests paper contenen una resina balsàmica de benjuí.

\*Totes les fotografies anteriors són extretes de la revista *Presència* núm. 2012 i publicada del 17 al 23 de setembre de 2010

## **6.2. ALTRES REMEIS NATURALS: L'OPOTERÀPIA**

El centaure Quiró va enfortir el seu deïxeble Aquil·les, el més valent i àgil de tots els guerrers que van lluitar a la guerra de Troia, alimentant-lo amb moll de l'os de porc senglar i entranyes de lleó. Això és el que la mitologia i la literatura ens han fet arribar fins els nostres dies. Res d'extraordinari si tenim en compte que clàssics de la medicina com ara Cels, Dioscòrides, Galè i Juvenal també recullen en les seves obres algunes cites sobre l'ús d'òrgans d'animals amb finalitats curatives. Així, trobem que es recomanava prendre fetge de llop als adolescents, cervell d'esquirol contra l'epilèpsia, cervell de mussol contra el mal de cap o d'ovella per combatre l'insomni. El cor de cérvol s'indicava en els casos de malalties cardíques i els pulmons de guineu, per a la tuberculosi. Qui volia augmentar la potència sexual o bé volia un part més fàcil havia de prendre testicles de llebre, de corbs, de cavalls o de porcs.

Aquests eren alguns dels principis actius que defensava l'opoteràpia o organoteràpia més primitiva. Del grec *opos* ("suc"), ens referim a la teràpia a base de sucs o extrets provinents de teixits o d'òrgans animals, sobretot de les glàndules endocrines. La seva utilització i la creença que eren efectius per guarir malalties, tant anímiques com físiques, és tan antiga com algunes civilitzacions. Uns 1500 anys abans de Crist se sap que els xinesos ja utilitzaven tiroides crus d'animals per curar el goll endèmic. I al món occidental, a les persones que tenien anèmia perniciosa se'ls recomanava menjar fetge de bou cru i carn el menys feta possible.

Què els portava a fer servir òrgans d'animals per guarir? "Ho utilitzaven a partir de supersticions i creences; pensaven que aquell òrgan duia les propietats o tenia les

característiques de l'animal del qual procedia" diu Isis Figuerola, directora del Museu de la Farmàcia Catalana.

L'opoteràpia, com l'homeopatia més primerenca, creia en aquell principi de Hahnemann. "*Simila smilibus curantur*". És a dir, alguns remeis curen per similitud. Paracels deia: "El cor cura el cor", i així feien ingerir cor de cérvol als que tenien problemes de cor.

Tot i les experiències empíriques que hi va haver amb algunes malalties, la veritat és que al principi molt pocs homes de ciència es van interessar per demostrar els efectes de l'opoteràpia. Va caldre esperar ben bé al segle XVIII, coincidint amb la Il·lustració, perquè el metge francès T. Bordeu (1775) digués, referint-se a les secrecions internes: "Cada òrgan actua com una fàbrica i un laboratori d'un humor específic...que passa a la sang". No obstant això, les seves paraules tampoc van ser gaire tingudes en compte. Encara haurien de passar uns anys més perquè T.W.King (1836) avancés l'activitat endocrina de la glàndula tiroide sobre el metabolisme general i perquè, pels seus treballs, fos considerat el pare de l'endocrinologia.



**CERVIDA:** la seva composició constava d'extracte concentrat a baixa temperatura i al buit de cereals i llegums i extracte de cervell medul·lar i múscle de bou. Indicacions: reconstituent, nutritiu, anorèxies, estats febrils, embaràs, enteritis, etc. De contraindicacions i efectes secundaris no considerats. Preu: 8,80 pessetes.



**CITORETINA:** elaborat a base de pituitària i porció cortical de la càpsula suprarenal, era un producte estimulante de l'anabolisme cel·lular i de les defenses antibacil·lars a través de l'aparell reticuloendotelial.



**CORTICAL:** les indicacions d'aquest medicament, compost d'extracte de cortical suprarenal fresca de bòvids en solució estèril, no estaven descrites. Es deixaven a criteri del professional mèdic.

### Cap a les hormones:

Malgrat tot, si hi ha un nom que cal destacar en el desenvolupament modern de l'opoteràpia és el de Charles-Eduard Brown-Séquard (1817-1894). Físic i psicòleg francès, va fer importants recerques sobre la fisiologia i patologia de les càpsules



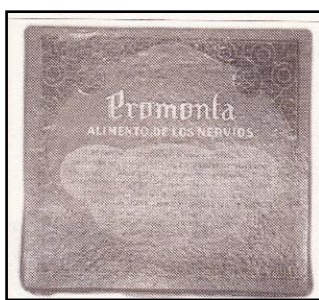
suprarenals i ell mateix es va convertir en el conillet d'índies dels seus experiments. El 1889, Brown-Séquard es va auto administrar injeccions de material testicular procedent de testicles de gossos joves per donar fonament científic a la creença de l'eficàcia terapèutica dels òrgans animals. El seu objectiu era comprovar els efectes rejuvenidors del material que s'administrava. "Va emulsionar teixit de testicles de gossos i ho va utilitzar per al seu propi estímul", ratifica Figuerola. Estava convençut que una sèrie d'òrgans, no només els testicles, contenien secrecions que podien ser útils per tractar malalties. Per això, amb 72 anys, el dia 1 de juny de 1889 va presentar davant la Societat de Biologia de París els resultats de la seva auto-experimentació, els quals van tenir efectes immediats. Abans que acabés aquell any, centenars de metges ja aplicaven el líquid de Brown-Séquard i molt metges, alguns sense formació i aprofitant l'emoció del descobriment, van administrar macerats o extractes d'òrgans d'animals. A partir de llavors hi va haver un fort impuls a l'estudi de l'endocrinologia, és a dir de les glàndules de secreció interna i les hormones.

La primera hormona que es va identificar és l'adrenalina. "Però no té una importància mèdica gran. En realitat, la primera que sí que es va demostrar que tenia un valor terapèutic notable era la del tiroides", apunta Manuel Subirà, president de la Fundació Concòrdia Farmacèutica. Amb el temps es va descobrir que l'hormona del tiroides no era una de sola sinó diverses, dues de les quals tenien un especial efecte directe sobre el metabolisme. Més endavant vindria el descobriment de les hormones dels òrgans sexuals masculins i femenins, i de mica en mica tota la resta. A partir de 1930, doncs, l'ús d'òrgans frescos o d'extrets de teixits es va anar substituint gradualment pels principis actius, és a dir, per les hormones, responsables dels efectes terapèutics.



**PROMONTA:** "Aliment dels nervis. Hiperalimentació en tots els estats de debilitat". Aquest medicament del 1926 contenia en un 4% massa cerebral dessecada i en un 77% vitamines de civada. Dosificació: 12 comprimits al dia.

estomac i pancreas.



**PLACENTOZIMASA:** el 1921, aquestes gotes es feien servir en casos d'insuficiència en la secreció làctica, dismenorrees, hemorràgies ovàriques, anèmia, etc. Estava compost per extracte total de placenta.





EUKINASE: provenia de França i se'n conserva poca informació. Els comprimits d'aquest medicament, presentat en flascó de vidre amb tap metàl·lic, estaven fets a partir de pols de mucosa duodental. No hi consten les indicacions ni les contraindicacions ni la data, però se sap que el laboratori preparador era H. Carrion de París.

### Descobrir la insulina:

Entre els avenços més importants que va propiciar l'opoteràpia moderna destaca l'aïllament de la insulina. L'estiu de 1921, Frederick Grant Banting i Charles Best van poder demostrar els efectes hipoglucèmics d'aquesta hormona. La insulina se suposava que era la que controlava el metabolisme del sucre a la sang i la seva eliminació per l'orina. De manera que les persones que tenien una manca d'insulina tenien un excés de secreció urinària. Els primers intents per suplir la deficiència d'insulina amb l'administració d'extractes de pàncrees als pacients van fracassar fins que Banting i Best ho van provar amb animals. Van lligar el conducte pancreàtic de diversos gossos i van obtenir extracte de pàncrees lliure de tripsina. Un cop van haver provocat una diabetis experimental en altres gossos, van comprovar que l'administració d'aquell extracte de pàncrees dels primers anul·lava la glucosa dels segons. Per aquest descobriment van obtenir el 1923 el premi Nobel de medicina.

Quan es va aïllar la insulina i es va purificar, ja mai més ningú va prendre suc de pàncrees, perquè de fet podia normalitzar alguns símptomes de la diabetis però aquest suc ni molt menys la curava. En cultures, com ara la xinesa, la diabetis va ser descoberta a partir del que ells anomenaven "orina dolça", ja que les seves anàlisis només podien ser visuals, olfactives i gustatives.

Un cop les hormones van ser aïllades, purificades i sintetitzades, ja ningú va parlar més d'opoteràpia, però va deixar un gran nombre d'especialitats preparades per prestigiosos laboratoris, des de preparats d'opoteràpia esplènica, gàstrica, ganglionar, hemàtica, hipofítica, prostàtica o ossi medul·lar.

### Animals a l'abast:

Els animals dels quals s'aprofitaven més òrgans variaven segons la cultura. Normalment els extreïen dels animals que tenien més a l'abast. Vedell, porc i vaca



eren els més sacrificats i els més barats al món occidental. Els òrgans s'utilitzaven no només per a preparats d'opoteràpia sinó també per a altres finalitats, com ara l'obtenció d'aigua de peptona per al preparat de brou pel cultiu dels microbis. Per fabricar la vacuna antidiftèrica i l'anticolèrica, per exemple es feia servir l'estomac d'animals morts.

El procés que se seguia per aconseguir un preparat d'opoteràpia solia ser el següent. Primer l'òrgan es netejava i se'n treia tot allò que era sobrer. Tot seguit es posava a macerar, procurant conservar-lo en un ambient refrigerat. A continuació es podien seguir dos mètodes: o bé l'espremuda o bé la dessecació i polvorització. L'extracció de les hormones dels sucus o dels productes actius es podia fer de diverses maneres. Una de les més habituals era fer-ho amb un dissolvent a base d'aigua i glicerina, per exemple. Aquell dissolvent es feia passar a través d'un embut gran on es posava l'òrgan o la pols i, un cop hi havia passat, es recollia el concentrat. Una vegada s'havia obtingut de nou, el líquid s'havia de filtrar, xuclant o amb pressió, per treure'n les impureses.



**HEPASEROL:** era un vi que es receptava en cas d'anèmies, intoleràncies arsenobenzòliques, al·lèrgies i hepatitis. La seva composició incloïa extracte sec de fetge fresc. La dosificació era de tres a sis cullerades al dia, abans dels principals àpats, i el laboratori preparador era Laboratorios Instituto Ulta de Saragossa. Valia 15,40 pessetes.



**OPOCALCIUM IRRADIADO:** des de l'essència de mandarina i vainilla fins a ergosterina irradiada, paratiroide, hipòfisis, surrenina, timus i fluorur de calis, entre altres components. Eren els elements que es barrejaven en aquest granulat per combatre problemes com raquitisme, creixement, dentició, tuberculosi, fractures, embaràs, lactància...



**GLÁNDULA PINEAL:** contenia glàndula pineal dessecada. Es presentava en pastilles, cadascuna de les quals equivalia a 0,04 grams de glàndula fresca. Les indicacions no estan descrites, però data del 1921.

### De dubtosa conservació:

Una de les persones que van fer tot un estudi al voltant d'aquest procés i que van deixar-lo escrit és el doctor Antoni Novellas Roig (Barcelona 1897-1951). Llicenciat en

Farmàcia, va ser propietari d'una coneguda apotecaria situada a la rambla de Catalunya de Barcelona. Al cap de 25 anys se la va vendre a la família Bulós i a partir de llavors es va dedicar al laboratori d'especialitats farmacèutiques Antonio Novellas. L'any 1906, amb la publicació del treball *Nous mètodes de preparació de medicaments opoteràpics* i amb la preparació de diverses especialitats, es va convertir en un dels principals coneixedors de l'opoteràpia de l'Estat espanyol.

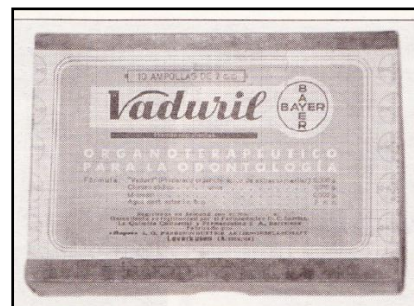
Els elements que s'utilitzaven en l'opoteràpia s'havien de treballar amb cura, ja que fàcilment es podien deteriorar. Amb l'oxidació de l'aire o amb els dessecament es podien inutilitzar els principis actius de l'acció terapèutica. En aquelles suspensions o emulsions de teixits vius era molt difícil que les propietats es poguessin transmetre bé, en condicions òptimes. A finals del segle XIX i principis del XX, moltes vegades ni constava a l'envàs una data de caducitat. En el termini de temps que passava entre la preparació i l'administració era possible que els principis actius es fessin malbé. Evidentment, la incorporació d'algun conservant com ara l'àcid fènic o el formol podia destruir l'efecte terapèutic. Per tant, poques vegades se n'hi posava. També sobta, el fet que les indicacions eren d'allò més variades i curaven patologies molt diverses. Per aquest motiu, es relativitza la importància que ha tingut l'opoteràpia en la història de la medicina. "va ser un pas important que va ajudar a adonar-se que realment en els òrgans hi ha productes molt i molt actius, i que tant la seva absència com el seu excés produeixen alteracions. De totes maneres, tinc les meves sospites que les seves propietats curatives eren baixíssimes", comenta Figuerola.



**TIRO-OVARINA:** aquestes gotes es feien servir el 1921 per curar problemes d'amenorrees, dismenorrees, obesitat, reumatisme crònic i mixedema. Es tracta d'un fluid total dels principis actius de les glàndules ovàriques i tiroides. Era un medicament de Productos Puy i valia 6,80 pessetes.



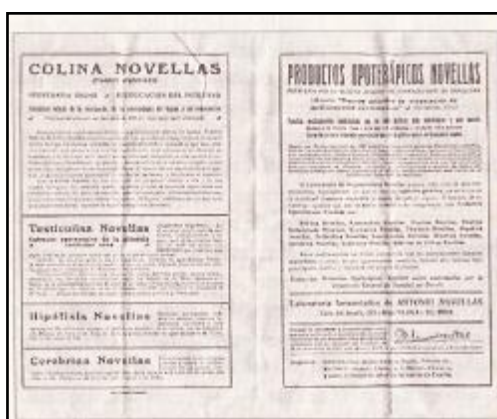
**POUDRE ORCHITIQUE:** els comprimits d'aquest medicament francès estan fets a base de pols de testicles, però no se'n conserven les indicacions ni la dosificació que se n'havia de prendre. Es presentava en un flascó de vidre dins una capsa de cartró i el laboratori preparador era H. Carrion de París, el director tècnic del qual era V. Borrien.



**VADURIL:** preparat organoteràpic d'extracte maxil·lar, indicat per a casos d'hipertensibilitat dels colls dentals descoberts, càries progressives humides, etc. Era un injectable de la casa Bayer (Alemanya).

## Aparells indispensables:

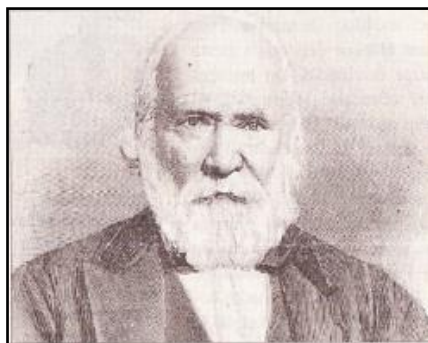
És curiós el tipus d'aparells i instruments que es van utilitzar en la pràctica de l'opoteràpia. Un era el destil·lador de Behring, per concentrar, al buit i a baixa temperatura, productes de fàcil descomposició. El *kitasato* (per rebre el filtrat d'l'extracte opoteràpic), l'autoclau (per a l'esterilització d'instruments i recipients) o l'embut Bruchner (de porcellana amb placa filtrant per poder depurar els extractes), són altres utensilis que es feien servir. També s'han d'esmentar la trompa metàl·lica, per crear el buit, utilitzada en el procés de filtració dels macerats dels òrgans en els dissolvents; la bugia filtrant Chamberland, de porcellana porosa per esterilitzar per filtració, i l'embut de bola, entre altres estris.



**PRODUCTES OPOTERÀPICS NOVELLAS:** Antoni Novellas va publicar el treball *Nous mètodes de preparació de medicaments opoteràpics* i al seu laboratori va preparar diverses especialitats que va fer populars.



**DE LA TESTICULINA A LA TIROIDINA:** productes opoteràpics Novellas: testiculina, hipòfisis, cerebrina, suprarenina, ovarina, hepatina (extracte de fetge), tirovarina, pancreatina, nefrina (extracte de glàndula renal), tiroïdina...



**CHARLES-EDUARD BROWN-SÉQUARD** (Port-Louis, Illa Maurici, 1817-París, 1894). Físic i psicòleg francès, va donar fonament científic a l'eficàcia terapèutica dels òrgans animals. Considerat com un dels precursors de l'endocrinologia.

\* Fotografies extretes del diari *Presència* publicat del 26 de gener a l'1 de febrer del 2007 (pàgines 16, 17, 18 i 19).

## **7. LA FARMÀCIA ANTIGA I EL MEDICAMENT**

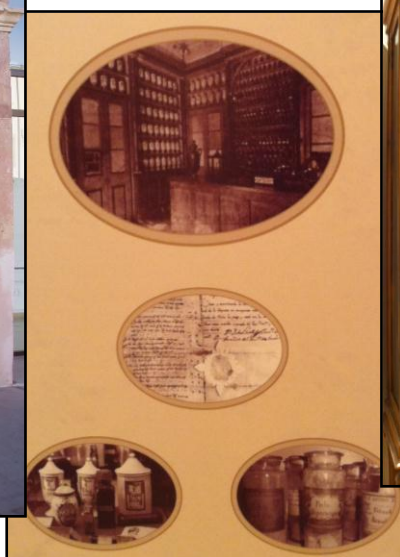
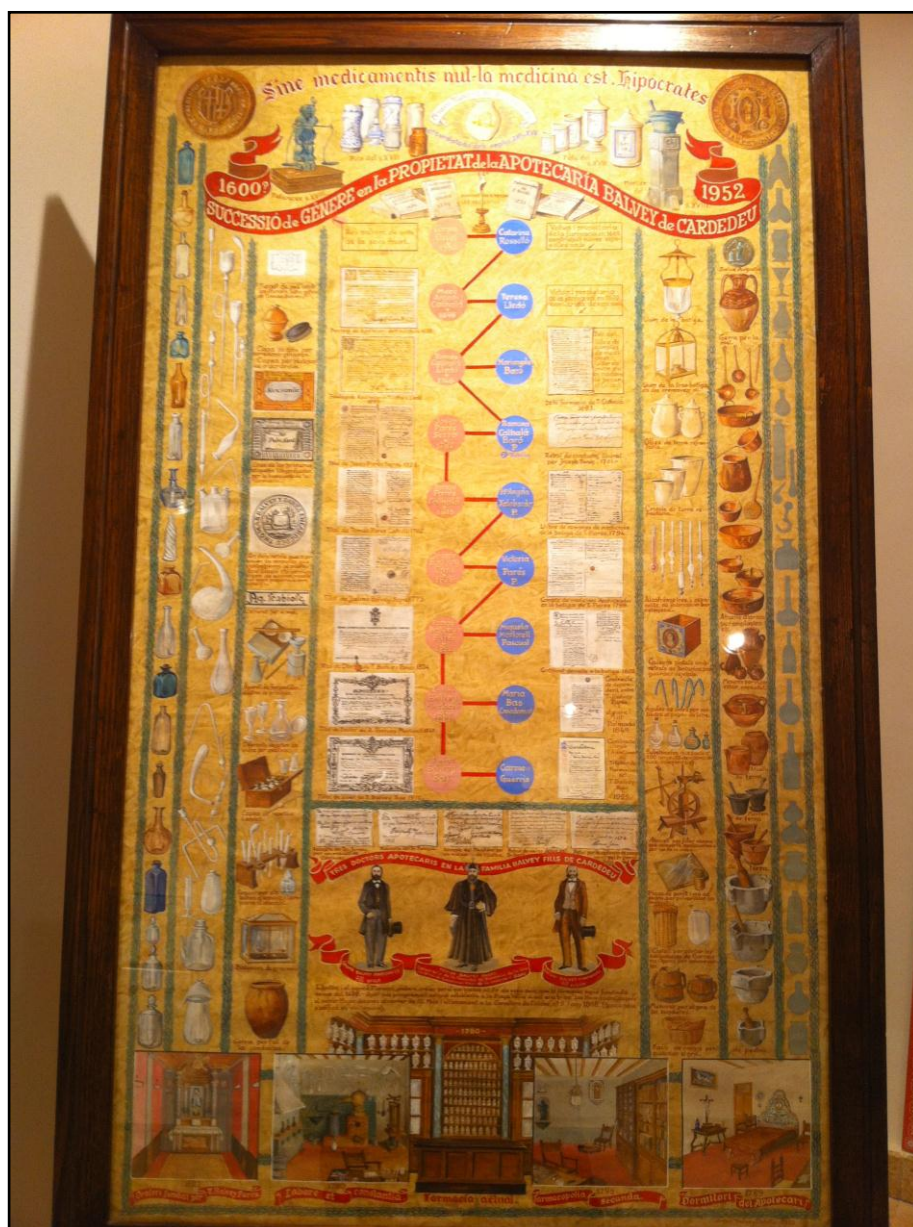
### **7.1. FARMÀCIA BALVEY**

La Farmàcia Balvey és l'antiga apotecaria d'una llarga nissaga de farmacèutics vinculats al municipi de Cardedeu. La primera referència documental és de la farmàcia Osset fundada abans de 1660.

El 1664 passa a la família català i posteriorment, el 1748, en va assumir la titularitat en **Josep Parés Serra**, casat amb la pubilla de la farmàcia català.

Aquell mateix any, la botiga es va traslladar de l'antic carrer de sant Mus –avui carretera de Cànoves- a l'antic carrer Major –avui Teresa Oller, moment en que es va encarregar el mobiliari actualment conservat. La farmàcia va continuar a càrrec del fill **Tomàs Parés Català** fins el 1810, any de la seva mort que va passar a mans de **Jaume Balvey i Sans**, casat amb la filla i pubilla de Tomàs Parés, Victòria Parés. El seu fill **Tomàs Balvey i Parés**, va ser fundador del Col·legi de Sant Victòria de Farmàcia de Barcelona i va regentar l'apotecaria de Cardedeu des del 1828 fins el 1852, i en va promoure la renovació, encarregant els actuals pots i flascons. L'hereu, **Antoni Balvey i Martorell** va continuar al capdavant de la farmàcia i a la seva mort, el 1880, se'n va fer carrer Tomàs Balvey i Vas, fundador del Museu Arxiu. **Tomàs Balvey i Bas** començà a treballar a la farmàcia amb quinze anys, arran de la mort del seu pare i visqué amb una dedicació exclusiva al seu ofici, a la millora de les condicions de vida dels cardedeuencs i a l'activació de la cultura i de la recuperació de la història local. La farmàcia Balvey, va estar en ús fins el 1943 i es va incorporar al fins del museu fundat pel propi Tomàs Balvey, gràcies a un intercanvi amb les nebodes de Tomàs Balvey i Bas l'any 1956, dos anys després de la mort de Tomàs Balvey. **La Farmàcia Balvey** està formada pel mobiliari original, datat del 1780, encàrrec del farmacèutic Tomàs Parés Català. El moble de farmàcia es troba equipat amb més de 200 pots de ceràmica, datats de 1827 segons encàrrec i compra de Tomàs Balvey i Parés. Són pots d'estil imperi, en forma de copa amb peu alt i tapadora, i estan decorats amb una cartel·la rectangular en forma de draperies que contenen la inscripció resumida del contingut. A més d'aquests pots també es conserven prop de 20 pots cilíndrics, més grans i amb igual decoració, i flascons i ampolletes diverses, de vidre amb etiquetes de la Farmàcia Balvey. La majoria de pots, flascons i recipients conserven encara les substàncies antigues al seu interior.







Antiga Farmàcia Balvey de Cardedeu. En ús fins el 1954.  
Mobiliari i pots de finals del segle XVIII-primers del segle XIX



\*Fotografies pròpies durant la visita a l'antiga farmàcia Balvey que es troba al Museu Arxiu Tomàs Balvey de Cardedeu el dia 12 de desembre del 2010.



## 7.2. EL MEDICAMENT I EL PAPER

El paper és un dels invents més antics i més transcendents de la història de la humanitat i també un dels que, a pesar de tot, encara perduren.

Pel que fa al medicament, el paper ha estat, està i estarà sempre present en totes les

operacions del procés a què està sotmès: preparació, coneixement, conservació, prescripció i dispensació.

A continuació explicaré els diferents papers distribuïts segons els seus usos: receptes mèdiques, sobrets per a guardar-les, etiquetes de medicaments, cartells i jocs publicitaris, i un llarg etc. de curiosos papers presents al llarg dels anys en el món del medicament i la farmàcia.



- LA PUBLICITAT DELS MEDICAMENTS:

Des del segle XVIII, els anuncis en premsa escrita, els cartells a paret, de taulell o aparador, els vanos o ventalls, jocs per a infants i entreteniments, calendaris, portals i un llarg etc, empren el paper o el cartró com a suport.



Pel bé que els actuals mitjans d'informació fan cada cop menys ús del paper per donar a conèixer les propietats dels medicaments, es podrien comptar però, els milions de tones de paper que des de la invenció de la impremta s'han emprat en la confecció de llibres, revistes, anuncis, cartells i tota mena d'elements publicitaris.



La publicitat dels medicaments, en especial la dirigida als metges, ha emprat tota mena de mitjans per fer conèixer i sobretot per fer



recordar el nom de les medicines i les seves virtuts als qui les han de prescriure. Les postals, els anuncis en revistes, etc. configuren un món que, a més de l'estrictament farmacèutic, té importants connexions amb el de l'art en totes les seves vessants, sobretot en la de les anomenades "Arts gràfiques".

Diuen que "una imatge val més que mil paraules", aquest principi bàsic de la publicitat ha estat present en tota la producció de paper que contenia notícies sobre les qualitats del medicament. Els cartells grans de paret, els mitjans per posar a l'aparador o els petits de sobre el taulell, just als anomenats "punts calents", en són una bona mostra.



El paper ha servit de suport a moles substàncies i productes emprats per a guarir o alleujar les afeccions més diverses.

La fragilitat del paper pot donar-se fàcilment augmentant la seva consistència o superposant-ne diverses capes, vet aquí el cartró, un material bàsic i universalment emprat per al condicionament i conservació de gairebé tot, en especial dels productes farmacèutics, a fi que puguin arribar a l'usuari en les millors condicions possibles.

És evident que per a la dispensació de les fórmules magistrals, que tanta importància tingueren als segles passats, calia disposar dels envasos adients per a contenir-les. Tret de les formes líquides –disposades en flascons de vidre- totes les altres (píndoles, catxets, paperets, pólvores, supositoris, injectables, etc.) precisaven d'embolcalls idonis, generalment de cartró i de base rodona o rectangular i de totes les mides, sempre amb la identificació de la farmàcia preparadora i, sovint, amb la del metge prescriptor.



Les formules magistrals seques, o sigui les pólvores que no absorbeixen la humitat, es dispensaven en bossetes de paper o en paperets plegats a mà. Els capellets de paper prisat o *pinotxo* de colors vius, s'usaven per cobrir i precintat les fórmules magistrals líquides.



Bossetes de paper per les pólvores i capellets de paper prisat per les fórmules magistrals líquides.



Diferents tipus d'etiquetes dels medicaments.

En tots els envasos hi ha de constar la identificació del seu contingut, del seu preparador, del seu ús etc. Aquest és la funció de l'etiqueta, un altre element de paper prou característic, on s'hi veuen reflectides les modes tipogràfiques i artístiques del moment.

Les etiquetes d'ús, petits rètols adhesius, servien per completar, de forma clara, l'ús per al qual s'havia preparat el medicament o com s'havia d'aplicar.

Durant molts segles, les receptes es van escriure amb tinta, que calia assecar curosament. Aquesta necessitat donà lloc a l'aparició del paper assecant, un dels primers elements que foren aprofitats per a sostenir publicitat farmacèutica.



Els medicaments, en general, cal que siguin prescrits pel metge que diagnostica la malaltia, i dispensats pel farmacèutic que els prepara. Dos altres camps en els que el paper hi té un paper important, des de la recepta, escrita sovint en lletra difícil d'entendre, fins al paper d'embolcar, sovint amb missatges sanitaris.

La recepta de paper ha estat, fins ara, el suport per escriure l'ordre que el metge dóna al farmacèutic respecte del medicament que creu més adient per guarir el malalt. Aquest document ha estat objecte de nombroses normes relatives a les seves característiques i el farmacèutic les ha d'enregistrar en el llibre receptari, especialment les que són fórmules magistrals o les que prescriuen determinats medicaments. Generalment es retornen als clients dins d'uns sobres o d'unes carteretes amb publicitat de l'Oficina de Farmàcia.



Des de sempre, qualsevol medicament ha d'anar acompanyat d'algun tipus d'informació que en precisi una colla de circumstàncies: composició, dosis, precaucions, acció, etc. En el decurs dels temps s'han anat precisant i fins i tot legislant tots els punts que, necessàriament s'hi ha de tractar, però els més antics



solien emprar frases i conceptes grandiloqüents que constitueixen divertits exemples d'una literatura pseudocientífica i popular, molt en boga des dels inicis del segle XIX.



Diversos prospectes que acompanyaven qualsevol medicament.



Les antigues farmacopees i formularis, contenen una llarga llista de “papers medicinals” l'activitat terapèutica dels quals, era deguda als principis actius que, prèviament dissolts, s'impregnaven o s'adherien al paper.

La mantega de paper, és una fórmula magistral o preparat galènic, bastant comú al segle XIX. Apareix en les “Tarifes” del Col·legi de Farmacèutics de Barcelona, edicions de 1842, 1846, 1878, 1891, etc. amb el nom de “Butyrum papyri” i amb el preu en rals i maravedissos, primer, i en pessetes, després. En l'obra de Fors i Cornet, edicions de 1841 i de 1876, s'hi explica la composició i la forma d'obtenir-la.

L'activitat terapèutica dels papers anomenats medicinals, es pot dur a terme, bàsicament de dues maneres: una, en què el medicament, en general pólvores vegetals, està adherit al paper i això permet aplicar-lo directament sobre la pell, és el cas dels sinapismes, del paper mostassa, etc. i l'altra en què el paper serveix de combustible per anar cremant el medicament sense flama, de manera que el fum resultant produeixi l'acció requerida, és el cas dels papers antiasmàtics, balsàmics, de les cigarretes medicinals, etc.



Diferents tipus de papers medicinals.

En el camp publicitari s'ha procurat, sempre, que la perdurabilitat i la utilitat dels elements de propaganda fossin el més llargues possible. Un dels fòtils o objectes per a obsequiar els clients més usats en les nostres latituds caloroses, són els vanos o ventalls, que de totes formes, tipus i mides, havien estat els precursors dels models d'aparell d'aire condicionat.



Altres cartells d'anuncis publicitaris són els següents:





\*Fotografies pròpies durant la visita al museu "El medicamento i el paper" que es troba al Museu Arxiu Tomàs Balvey de Cardedeu el dia 12 de desembre del 2010.

## **8. PLANTA SILVESTRE I FÀRMAC MODERN**

El mot *fàrmac* prové del grec *pharmakon*, que no és només un remei, sinó segons el Dr. Pius Font i Quer “tot allò que és capaç d’alterar o modificar l’ésser o l’estat del cos humà, i de la seva ànima, naturalment. Per la qual cosa, no és sinònim de remei o medicament, que només hom cerca per remeiar o sanar; sinó que hi ha fàrmacs nocius i fins i tot funestos”. Així mateix ho recull i explica Umberto Eco en la seva novel·la *El nom de la rosa*, ambientada l’any 1327 en un monestir del nord d’Itàlia, en un episodi en què un herbolari recorda al protagonista que “el límit entre la metzina i la medicina és bastants vaporós, i els grecs de totes dues coses en diuen *pharmacon*”.

L’any 1980, l’OMS va inventariar unes 20.000 plantes medicinals. Aquesta organització distingeix dos grups de plantes medicinals. Per una banda, hi ha aquelles de les quals s’obtenen els seus components actius per a l’elaboració del medicament. “Es tracta d’ingredients amb una altíssima activitat farmacològica, però que també van acompanyats d’una certa toxicitat, i la seva manipulació ha d’estar sotmesa a una sèrie de controls”. En el segon grup es troben els preparats fitoterapèutics que no s’han elaborat amb el principi actiu aïllat, exempts de qualsevol altre producte que contingui l’espècie. Aquí trobem les plantes medicinals d’ús tradicional, amb una baixíssima toxicitat, que poden adquirir-se en herbolaris o parafarmàcies. Actualment, una gran part dels principis actius que abans es treien de les plantes, s’obtenen, s’aïllen, es processen i se sintetitzen als laboratoris per fer medicaments més potents, i és per tot això que hi ha qui diu que les plantes medicinals són un pont entre la tradició i el fàrmac. Però és un procés llarg i costós, de cada 10.000 molècules estudiades, només una esdevé fàrmac, i amb un cost de molts milions d’euros.

Els avenços científics, la química i la farmacologia ha fet que cada dia coneguem més espècies vegetals i, en conseqüència, millor les seves bases moleculars, les seves estructures i composicions químiques, els seus principis actius i en quina mesura aquests poden esdevenir fàrmacs.

La biofarmacologia comença a veure les plantes com petites fàbriques i laboratoris químics. Michael Balick, director de l’Institut de Botànica Econòmica del Jardí Botànic de Nova York, diu que “hi ha almenys 300 nous principis actius esperant ser descoberts i es troben a les selves tropicals.”

El reportatge “Poison!” elaborat el 2001 per a *National Geographic Television* exposa que “els científics preparen el 50% dels nostres medicaments a partir de fonts naturals. Cada setmana, els investigadors examinen milers de plantes i animals, i tot i així fins



ara només han analitzat el 5% de totes les espècies”. El documental *La farmàcia del planeta* emès per La 2 el dia 5 de gener de 2003, explica que “més de la meitat de totes les espècies (vegetals) del món habiten a l'interior de la jungla, i la major part romanen encara desconegudes per a l'home, amagant l'important paper que tenen en l'equilibri de la vida, i potser els compostos químics que podran guarir algunes de les malalties que arrasen la humanitat”.

L'Amazònia l'últim gran pulmó del planeta, s'ha revelat en aquestes últimes dècades com una autèntica mina de vegetals medicinals. De les 270.000 espècies de plantes catalogades arreu del món 2/3 parts (180.000) es troben a les zones tropicals, i d'elles 60.000 es concentren a la selva amazònica, però només l'1% ha estat investigat. I les companyies farmacèutiques no són aliens a aquest fet, i el seu olfacte empresarial s'ha estès en aquestes últimes dècades cap a aquestes meravelloses zones encara verges. Així, a la revista *Integral* (juny 2003) amb l'article “Les medicines de la selva” hi havia l'afirmació: “Més de 200 companyies farmacèutiques, institucions governamentals i centres d'investigació mèdica de tot el món cerquen en els boscos tropicals una cura per al càncer, per a la sida o per a altres malalties. Com la nord-americana Diagnostic Chemicals.

Els investigadors saben que qualsevol indígena pot identificar plantes amb propietats medicinals, però només el sanador tradicional posseeix els coneixements precisos sobre quina és la millor planta per tractar una malaltia greu o poc comuna. Les estadístiques mostren que la informació d'origen etnomèdic pot incrementar aproximadament unes deu vegades la probabilitat d'èxit en la recerca de nous medicament. [...] Ray Cooper, químic de l'empresa californiana Shaman Pharmaceuticals, la primera que es dedica a treballar exclusivament amb plantes per desenvolupar fàrmacs, ho explica en el seu mètode de treball: “No recollim plantes a l'atzar; en comptes d'això, ens centrem en una malaltia, recopilem plantes que fan servir els curanderos tradicionals i les provem en sistemes biològics als nostres laboratoris per confirmar el que diuen els xamans”. Aquest procés obeeix a una concepció industrialitzada, i no és més que una variant racionalitzada d'antigues receptes.

Per això, l'ús medicinal de les plantes no acaba en els remeis casolans (infusions, cremes, ungüents...). Alguns dels seus principis actius són tan potents que, un cop aïllats i farmacològicament mesurats, s'usen en farmacologia i en medicina clínica, i fins i tot poden salvar vides en moments crítics.

## **8.1. EFICÀCIA DELS TRACTAMENTS AMB PLANTES MEDICINALS**

Hauríem de començar a diferenciar les herbes remeieres d'ús casolà de les que no ho són, ja que si bé la majoria poden administrar-se, sense riscos, per via digestiva mitjançant senzills mètodes casolans (infusions, coccions, maceracions...) gràcies a la seva relativa innocuïtat, n'hi ha que no: han de ser administrades en dosis mil·ligràmiques, o sigui, farmacològiques o clíniques, ja que un excés en l'administració d'algun dels seus compostos no solament no guareix el malalt sinó que pot produït un efecte contrari al desitjat i, fins i tot, la mort. Ens estem referint als principis actius (o drogues vegetals, tal i com els anomenen els metges i farmacèutics) com ara l'aconitina, la digitalina o l'atropina, principalment alcaloides i alguns glucòsids. Els països desenvolupats, després d'un cert temps en el qual les plantes medicinals foren relegades als prestatges davant de l'imparable empenta dels productes de síntesi, han tornat a recuperar el lloc que en la terapèutica tingueren i es mereixen: les herbes remeieres són medicaments i, com a tals, han de ser observats, no solament pels professionals de la salut sinó per la pròpia població.

La revista *Integral* (juny 2003) en l'article "Les medicines de la selva" exposa que "el 50 % dels medicaments actuals van tenir el seu origen en productes naturals, i les plantes continuen essent la principal font de nous medicaments. Com a exemple, la meitat dels més de 60 fàrmacs anticancerígens desenvolupats durant l'última dècada pel National Cancer Institute dels Estats Units, un dels centres d'investigació més importants del món, són productes naturals o bé substàncies basades en una estructura natural". El taxol, principi actiu que s'extreu del teix del Pacífic (*Taxus brevifolia*), és l'antitumoral més emprat del món.

Eulalia Sacristián, en el reportatge sobre les plantes medicinals publicat a la revista *Muy interesante* de juliol de 2004, diu: "la fitoteràpia està consolidant les seves posicions com una opció terapèutica més entre metges i pacients d'Europa i dels Estats Units, després que s'estigui realitzant i publicant estudis científics que demostrin l'eficàcia de moltes plantes per al tractament d'una àmplia i variada patologia".

Partint de la base que, com deia el Dr. Pius Font i Quer, "tot és química", i que qualsevol element químic (natural o sintètic) introduït en un organisme viu produeix un efecte que pot ser beneficiós o tòxic, segons la dosi i la forma d'administració, a més d'altres factors, com ara els hormonals, metabòlics, gènics, etc., que fan que l'individu

sigui més o menys receptiu i sensible a les propietats terapèutiques o tòxiques d'aquestes substàncies, com ara algunes al·lèrgies (alimentàries o farmacològiques) que poden ser més o menys severes i arribar a produït un xoc anafilàctic i la mort, si no s'hi posa remei. És ben sabut que hi ha gent al·lèrgica a l'aspirina, un dels medicaments més emprats i eficaços del món i que, per cert, té els orígens en l'àcid salicílic que trobem en dues espècies vegetals: la ulmària (*Spiraea ulmària*) i el salze blanc (*Salix alba*). La penicil·lina, un dels grans descobriments mèdics de tots els temps, i que ha salvat milions de vides, i que també té els seus orígens en un fong (*Penicillium*), un element "menor" del regne vegetal, també produeix al·lèrgies que poden arribar a ser mortals. Estudis realitzats sobre la toxicitat d'aquesta, estima que aproximadament una persona de cada 30.000 pot sofrir un xoc anafilàctic a causa de la penicil·lina.

Un altre exemple el tenim en el cafè (*Coffea canephora*, *Coffea arabica*). El cafè és un excitant susceptible d'augmentar la tensió, fer perdre la son i fins i tot provocar palpitations en les persones sensibles, tot i que els efectes varien molt segons el consumidor. En algunes persones pot arribar a tenir un efecte tranquil·litzador. Per això se'n fa la modificació genètica d'aquest fruit, per crear-ne de descafeïnat.

El consum d'herbes medicinals, com de qualsevol altre medicament, ha d'estar supervisat pel corresponent facultatiu: herbolari, diplomad en botànica medicinal, farmacèutic, metge, biòleg, etc. Tenint en compte les nostres característiques, sexe, constitució, edat, simptomatologia, historial mèdic i medicaments que estem prenent, ens aconsellarà el remei més adequat, més innocu, més eficaç, menys agressiu i amb menys efectes secundaris i/o interacció amb altres medicaments que puguem estar prenent.

Hem d'assumir que l'efecte farmacològic dels principis actius de les herbes medicinals aptes per a l'autoteràpia o ús casolà és limitat, i està en funció del pacient, del grau de concentració de principis actius de cada herba i que de vegades no és tan potent, i és per això que el tractament fitoterapèutic requereix una mica de constància i una mica de paciència, ja que els resultats poden trigar un cert temps a aparèixer. Aquest tipus de teràpia, però, té l'avantatge de no ser tan agressiva per al nostre organisme, és més innòcua i té menys efectes secundaris o contraindicacions. D'altra banda, preses de manera habitual, ja sigui en forma de tisanes, píndoles, xarops o herbes medicinals tenen els següents avantatges:

- Tenen un ampli marge terapèutic: encara que superen la dosi normal, difícilment causen cap efecte advers;

- Tenen un efecte terapèutic global, ja que els seus principis actius interactuen per exercir una acció benèfica integral sobre l'organisme; és el que es coneix com *efecte sinèrgic*;
- L'efecte pot ser polivalent, ja que una mateixa planta pot ser útil contra diverses malalties o alteracions;
- Són elements preventius de malalties, de desequilibris de la salut i depuratiu de l'organisme;
- Els seus efectes són més duradors;
- El seu ús és molt més assequible econòmicament que no pas el de medicaments de farmàcia;
- Els seus efectes secundaris, quan es manifesten, són més menors que no pas els que produeixen els fàrmacs de laboratori;
- Són menys agressives envers l'organisme, cosa que les fa especialment interessants en casos de malalties cròniques i tractaments prolongats.

Fent referència a aquest últim punt, Maria Àngels Bonet (etnobotànica de Barcelona) explica que “tots aquests medicaments que han sortit van més ràpid però, de vegades, per massa de pressa, trenquen una cosa. I tot el que s'ha de curar prenent pastilles, curen per un cantó i espatllen per l'altre (a ell, un medicament per a l'artrosi va perjudicar-li l'estómac). En canvi, les medicines per fora, no fan tan mal. L'herba, generalment, no és tan forta”.

Si som conscients que un percentatge elevat de medicaments actuals encara s'elabora amb plantes, ens veiem gairebé obligats a preguntar-nos fins a quin punt podem considerar la fitoteràpia o l'etnofarmacologia una medicina alternativa. Tal i com explica el Centro de Investigación sobre Fitoterapia (INFITO): “La fitoteràpia és una opció terapèutica validada per nombrosos estudis científics i cents d'anys d'experiència en milions de persones”.

Les plantes medicinals han de ser tractades com a autèntics medicaments, ja que són efectives en determinats tractaments i poden evitar la utilització de fàrmacs més actius.

Hi ha plantes per a tota mena de problemes, entre aquests hi ha fàrmacs per a la circulació, la hiperplàstia benigna de pròstata, psoriasi, problemes hepàtics i biliars, n'hi ha de laxants i un llarg etcètera.

## **8.2. LA FARMACOGNÒSIA, UNA CIÈNCIA ANTIGA**

L'estudi dels medicaments naturals forma part del nucli més exclusiu de la farmàcia.

Com ja hem dit anteriorment, considerem fàrmac, tota aquella substància capaç de modificar la funció fisiològica, normalment amb propòsit curatiu.

Hi havia una època en la que dir fàrmac i fàrmac d'origen biològic o "natural", era el mateix. Avui en dia això no és possible ja que una gran part dels fàrmacs són sintètics.

La farmacognòsia, una de les ciències més antigues que hi ha, és la part de la farmacologia que estudia les drogues amb utilitat terapèutica.

Anomenem droga, tota aquella matèria primer d'origen biològic que es fa servir per a la preparació de medicaments, és a dir, que s'obtenen d'un ésser viu com plantes superiors, algues, fongs, bacteris o animals.

La farmacognòsia doncs, estudia la droga des de tots els punts de vista: origen; identificació; producció; qualitat; composició i variabilitat; activitat i avaluació i propietats i ús terapèutic.

Com ja hem dit moltes vegades, més de la meitat dels fàrmacs moderns provenen, ni que sigui de forma indirecta, de l'antiga pràctica d'utilitzar plantes i d'altres productes naturals per a controlar malalties. Durant molts segles, la farmacognòsia ha evolucionat paral·lelament a la farmacologia; és tracta de la mateixa ciència fins que apareix la síntesi orgànica a la primera del segle XIX.

Així, s'aïlla la morfina de l'opi, la quinina de la quina, l'estricnina de la nou vòmica, la glicirizina de la regalèssia, la salicina del salze, la digitalina de la digital, etc.

Modernament, els IECA que tenim a les farmàcies provenen de l'estudi del verí de l'escurçó *Bothrops jaracaca*. La lovastatina prové d'un metabòlit de *Aspergillus terreus*. Les plantes són una de les principals fonts de substàncies bioactives.

Hi ha un creixement explosiu de l'ús de remeis vegetals, les fitomedicines, la qual cosa fa que la farmacognòsia es trobi en continua expansió. Només un 15% de les plantes superior han estat estudiades per al composició química que presenten.

Vora el 75% de les substàncies bioactives derivades de plantes que s'utilitzen arreu del món es van descobrir per la transmissió dels coneixement etnofarmacològics dels grups humans primigenis.

### **8.3. PLANTES MARINES: UN NOU CAMP D'INVESTIGACIÓ**

Els darrers segles l'home ha trobat indicis de fàrmacs en alguns organismes marins. Fa unes tres dècades, calia treure quilos i quilos d'aquests elements presumiblement útils per poder experimentar-hi. Ara les tècniques han millorat i no cal malmetre els litorals o els fons marins.

Algunes algues són riques en proteïnes (aminoàcids), vitamines del grup B, betacarotè, i vitamina E, fibres, greixos omega-3 i minerals com el potassi, coure, ferro, sodi, magnesi, clor, calci, fòsfor i sofre, però especialment iode, molt adequat per al bon funcionament de la glàndula tiroide i per guarir el goll. Són antibacterianes i anticoagulants, i recentment se'ls ha descobert certa capacitat anticancerígena. Si s'ingereixen, però, en molta quantitat, el sodi, el clor i el potassi poden jugar en contra dels hipertensos. En canvi, les algues són bones per als diabètics ja que tenen pocs sucres i escauen a les dietes hipocalòriques.

Una de les primeres espècies vegetals marines que es va fer servir amb finalitats terapèutiques fou l'alga negra comuna (*Fucus vesiculosus*). Descoberta com a medicinal durant el segle ZVIII, fou emprada un segle més tard, pel seu alt contingut en iode, en la lluita contra el goll (inflamació de la tiroides per manca d'aquest element), com a estimulant metabòlic, nutritiu i enfortidor. També forma part dels protectors solars. Una altra alga també rica en iode, en proteïnes i carbohidrats és l'enciam de mai (*Ulva rigida*), que és comestible i es troba a la desembocadura dels rius i prop dels desguassos, ja que necessita molta matèria orgànica per desenvolupar-se.

Hem sentit a parlar de les interessants propietats vitamíniques, nutricionals i, fins i tot, medicinals d'altres algues marines, com ara l'agar-agar, un producte obtingut de la barreja d'algues vermelles que esdevé substància gelatinosa rica en calci i fibra que protegeix el còlon contra l'absorció de colesterol i toxines, i d'efecte laxant gràcies al seu contingut en mucíl·lags.

Altres algues importants en el món medicinal són la molsa irlandesa (*Irish moss*), l'hiziki (*Hizikia fusiformis*), la cochayuyo (*Durvillea antarctica*), l'alga coral·lina (*Lithothamnium calcareum*), la *Laminaria digitata*, la *Palmaria palmata*, la *Ulva lactuca*, la microalga espirulina (*Spirulina màxima*), etc.

Els éssers marins ens poden ajudar a desintoxicar-nos de totes aquelles substàncies que embruten, malmeten i enverinen el nostre organisme a través de la ingesta alimentària, com ara toxines o metalls pesants; en conseqüència ens ajuden a depurar-nos i netejar-nos. Com és l'exemple de la *Chorella pyrenoidosa*.

“El Mediterrani és un microcosmos dels oceans mundials. No repetim amb el mar els errors comesos amb el continent”, afirmà Frédéruç Briand, secretari general de la Comissió Internacional per a l'Exploació Científica del Mediterrani (CIESM); l'augment dels recursos pesquers, la neteja il·legal de sentines de vaixella i, la destrucció i/o pèrdua de la biodiversitat com una amenaça directa contra futurs remeis mèdics obtinguts a partir d'algues.



## **9. IDENTIFICACIÓ, RECOL·LECCIÓ, ASSECAT, CONSERVACIÓ I CONSUM. VISITA AL JARDÍ DEL MATBC**

Les plantes que hem recollit per la pràctica del treball pertanyen a un ambient climàtic propi de la nostra comarca, però no totes provenen del mateix lloc. Hi ha un grup de plantes adaptades al cultiu al costat de casa, són plantes de cultiu senzill que es poden trobar en qualsevol jardí o hort, algunes d'aquestes són la marialluïsa, l'alfàbrega, la menta o la camamilla. Altres plantes les he trobat en els boscos i muntanyes d'aquí Osona, concretament del Collsacabra. Algunes adaptades a lloc més secs, a insolació elevada i amb poca disponibilitat d'aigua, com poden ser la farigola, l'espígol, la sàlvia o el romaní; i algunes altres adaptades a lloc més ombrívols, frescos i amb disponibilitat d'aigua la major part de l'any com el saüc, l'herba fetgera o la pulmonària. Pel que fa l'eucaliptus i el pi són espècies que no són originàries de la zona però que es poden trobar al nostre entorn.

Anar al bosc i recollir plantes medicinals per a l'elaboració d'herbaris i remeis pot ser tota una aventura; no obstant, hem de tenir en compte unes consideracions importants ja que la recollida d'herbes remeieres té a més, unes conseqüències mediambientals. No podem anar a recollir herbes de manera irrespectuosa, arrencar-les, enduent-nos qualsevol cosa que s'assembli a allò que hem vist en tal llibre o que ens han explicat. És aconsellable recollir-les amb un bon assessor que les conegui perfectament o amb un bon manual que en permeti identificar les que ens interessin.

### **9.1. IDENTIFICACIÓ**

“Com un verí, com una espasa, com un foc, com un tro actua el remei de plantes que no ha estat ben identificat. Només quan l'aplicació és exacta actua com un nèctar d'immortalitat.”

Màxima ayurvèdica

Per ajudar-nos en la identificació de les herbes, a part del reconeixement visual i tàctil hem d'acostumar-nos a ensumar-les, i ho farem estrenyent les fulles; així aconseguirem trencar els pèls glandulars, elements situats al revers de les fulles, maniobra que provoca la volitització dels olis essencials. D'aquesta manera, la seva olor es fa més intensa i la identificació és més segura.

També ens hem de guiar pels consells dels mestres que coneixen cada planta. Per adquirir experiència s'ha d'anar per camps, muntanyes, boscos, per tot arreu, i fer

excursions botàniques amb experts en la natura o científics. Quan trobem una planta, amb l'ajut del mestre que ens aclarirà tots els dubtes, la collim, l'examinem i la classifiquem, i la guardem per anar formant el propi herbari. Les lliçons apreses, no s'oblidaran mai més.

## **9.2. RECOL·LECCIÓ**

La recol·lecció a petita escala, per a l'autoconsum o consum local, rarament implica problemes d'amenaça per a les espècies; és la recollida a gran escala realitzada per multinacionals, cases de majoristes i intermediaris amb les seves xarxes de recol·lectors, les que causen la desaparició del recurs. Així doncs, per fer la recol·lecció individual per a ús propi hem de tenir present la màxima d'un herbolari apareguda al *Butlletí del Parc de Collserola* (núm. 63, primavera 2004): "La planta cal dividir-la en tres parts: una la collim, per a nosaltres, una altra la deixem per a la planta, i la darrera per qui la vulgui collir després". Per això només recol·lectarem aquelles herbes que necessitem per al nostre consum personal, i ho farem tenint en compte els següents punts:

- Només ho farem en indrets on la recol·lecció estigui permesa o autoritzada.
- Només collirem aquelles herbes que coneguem perfectament
- Només collirem les que de segur farem servir
- Només collirem espècies abundats
- No pelarem totalment una mata: això podria significar la seva mort; sempre és preferible agafar-ne una mica d'una i una mica d'una altra.
- Evitem les herbes que estiguin a la vora dels camins, ja que acostumen a acumular la pols i el plom que desprenen els tubs d'escapament dels automòbils.

Les herbes remeieres s'han de recol·lectar durant el dia, que és quan contenen la concentració més elevada possible de principis actius, i preferiblement a mig matí quan estiguin totalment obertes, abans del migdia: així evitem l'evaporació d'olis essencials i la humitat que deixa la rosada; per això tampoc no interessa recollir-les en un dia ennuvolat, humit o amb boira. Si ha plogut, cal esperar uns tres dies per recollir les flors, fulles i tiges i una setmana després de les últimes pluges, en el cas de les arrels. No oblidem que la mateixa planta pot variar la seva composició segons habiti en climes o terrenys diferents.

Les millors èpoques de l'any per recollir-les són, per regla general, la primavera i la tardor; aleshores és quan la circulació de la saba, sigui de pujada o de baixada, és

més intensa. No oblidem, però, que hi ha llocs on floreixen o maduren abans que en altres; per exemple, al nord del país, la floració arriba més tard que no pas a les zones meridionals.

Per recol·lectar les herbes utilitzarem, preferentment, una navalla, tot i que també podem fer servir unes tisores o una cisalla: qualsevol cosa que impedeixi malmetre l'herba, arrancar el matoll, deixar-lo amb les arrels enlaire, etc. Per tallar les herbes les trementinaires empraven una mena de falç petita, anomenada *podallet*.

És recomanable separar les herbes recollides en un cistell de vímet, ja que això permet l'assecat de la planta.

### PARTS RECOL·LECTABLES

Segons Jordi Mary, del parc de la Pedra Fosca de la Garrotxa, precisa que les parts baixes de la planta (arrels, rizosomes i bulbs) és millor recol·lectar-les en lluna nova o minvant, ja que, segons es creu, hi ha una relació entre el cicle del nostre satèl·lit i la concentració de principis actius: quan la llum de la lluna és baixa, els principis actius també es concentren a les parts baixes de la planta. I, al contrari, la recol·lecció de les parts aèries (tiges, fulles, flors...) és millor fer-la en lluna creixent o plena, ja que els principis actius “pugen” a les parts altes.

**Arrels i rizosomes:** hem de tenir present que la recol·lecció d'aquestes dues parts significa el sacrifici de la planta. Per evitar-ho es pot deixar una part de l'arrel. No obstant, si per qualsevol motiu l'hem de recol·lectar, és preferible fer-ho a la tardor, tot i que hi ha arrels que és millor collir-les a la primavera. Val a dir que és millor recollir les arrels al capvespre, que és quan estan més seques.

**Bulbs:** es recullen principalment a la tardor, però n'hi ha altres (com el fonoll) que es recullen a la primavera.

**Escorça:** es recol·lecta a la tardor, ja que és quan menys mal es causa a l'arbre, i s'ha de tenir la precaució de no treure'n gaire quantitat, no fos cas que danyéssim el tronc. També convé espolsar-la i netejar-la per treure'n la molsa i els líquens.

**Flors:** és l'element de la planta més carregat de principis actius, i el millor moment per recollir-les és quan apareixen, o sigui, durant la floració. S'han d'assecar ràpidament per conservar-ne els principis actius.

**Fruit:** cal recollir-lo abans que maduri del tot, llevat de les nous verdes.

**Fulles i tiges:** convé recollir-les en la plenitud de les fulles, rebutjant les que estiguin deteriorades pels insectes, fongs, etc.

**Llavors:** cal collir-les madures. En alguns casos, com ara l'espígol, convé aplegar les llavors o flors seques fent un farcell que col·locarem dins d'una bossa de roba o paper (mai de plàstic) i que penjarem cap per avall; així les llavors cauran al cap d'uns quants dies i quedaran recollides a la bossa.

### **9.3. ASSECAT**

L'objectiu principal de l'assecat és la deshidratació. Amb la pèrdua d'aigua evitem fermentacions, putrefaccions i/o descomposicions que afavoreixin la proliferació dels bacteris o fongs contaminants; és a dir, facilita que la planta es conservi bé.

També podem utilitzar l'herba tendra o fresca, però aleshores n'hem de fer servir cinc vegades més.

**Arrels, rizomes i escorces:** primer les raspallarem per treure'n tota la terra i si cal, les rentarem. Després, les trossejarem, i finalment, les posarem en un lloc assolellat i airejat, sobre roba de sac. Triguen dues setmanes a assecar-se.

**Flors, fulles i tiges:** les assecarem en un lloc airejat i ombrejat, i ho podem fer de deus maneres: damunt d'un sac o paper sec, o fent-ne farcells de gaire grans, amb tija i tot, i penjats cap per avall.

**Fruits:** s'assequen al sol. Cal girar-los de tan en tan perquè s'assequin de manera homogènia.

### **9.4. CONSERVACIÓ I EMMAGATZEMATGE**

Tradicionalment les herbes remeieres s'han guardat en capsos o calaixos on figurava el nom de la planta, o decorats amb dibuixos o al·legories relacionades amb el seu contingut, o en pots de ceràmica, molts dels quals d'estil àrab amb monocromats en blau. També s'han fet servir els bons pots medicinals: utilitzaven terra del pla, del riu i greda. Aquests vasos, també anomenats urcèoles, tenien diferents formes en funció

del contingut. N'hi havia de monocromats, de policromats, i a vegades presentaven motius florals i/o el nom del seu contingut. També hi havia els de majòlica, els de “faixes o cintes”, els “del julivert” (per guardar-hi ungüents).

Els líquids normalment es guarden en ampolles opaques per evitar l'alteració d'alguns principis actius. O bé s'emmagatzemen en pots de vidre, de ceràmica o en flascons amb tancament hermètic per evitar l'entrada d'aire, que podria oxidar i alterar els principis actius.

Es recomana no trencar les fulles per al seu emmagatzematge, ja que d'aquesta manera es conserven millor les propietats.

I finalment, no ens hem d'oblidar d'etiquetar els pots amb el nom de l'herba i la data d'assecat.

Amb tot això, la planta es pot conservar durant un any.

## **9.5. PREPARACIÓ**

Les preparacions herbàries s'elaboren tenint en compte diversos factors: els principis actius que vulguem extreure, si són hidrosolubles o liposolubles, si són per a ús intern o extern, si han de ser consumides immediatament o es poden emmagatzemar, etc. Depenent d'això, farem servir un preparat o un altre.

El procediment més universal d'administració casolana és mitjançant la tisana. Etimològicament prové del grec *ptisáná* (“beguda d'ordi batut”) i fou recollida per Hipòcrates amb un significat diferent del d'ara, que és qualsevol preparació aquosa: infusió, decocció o maceració d'herbes.

De l'adequada preparació depèn l'eficàcia del preparat: una preparació equivocada pot produir efectes contraris als desitjats.

## **9.6. CONSUM I ADMINISTRACIÓ**

Les tisanes s'han de consumir el mateix dia que es preparen, excepte aquelles que contenen tanins, que poden ser consumides l'endemà.

Les herbes es poden prendre soles o es poden combinar per reforçar-ne o complementar-ne l'efecte terapèutic i/o per millorar-ne el gust.

Segons la tradició herbolària recomanava que molts tractaments es fessin per durant un nombre senar de dies (els senars es consideraven màgics), especialment nou dies, la xifra més màgica de totes, que era el que es coneixia com “una novena” o nou “passos”.

**Edulcorant:**

La millor manera i la més sana d'edulcorar una tisana és afegint-hi una o dues cullerades de mel, un element de valor alimentari i medicinal. També es poden edulcorar amb sucre morè, de canya o amb sucre de rosa (barreja de sucre de canya en pols amb pètals de rosa). Una altra manera és afegint-hi un tros de regalèssia, molt útil en cas de diabetis i úlceres gàstriques, però no en cas d'hipertensió. També es poden endolcir amb xarop de flors de saüc.

Un cop elaborada, arriba el moment de gaudir del plaer, escalfant-nos a l'hivern o refrescant-nos a l'estiu.

**ELABORACIÓ I DOSIFICACIÓ DE TISANES**

La dosi de plantes per a una persona adulta és d'una cullerada sopera (equival a una unça = 33 grams) per tisana. Els nens, les dosis es redueixen segons l'edat: de 6 a 12 anys la meitat d'un adult; de 2 a 6 anys la tercera part; i fins a 2 anys una vuitena part.

Les més emprades són:

**Infusió:** És la manera més habitual de prendre plantes medicinals. La intenció és provocar un xoc tèrmic que alliberi els principis actius de l'herba i passin a l'aigua. Aquest mètode es fa servir amb les parts toves de les plantes, o sigui les flors i les fulles. La infusió es fa barrejant aigua bullent amb un grapat d'herba, normalment seca. Es tapa la barreja per impedir que es volatilitzin alguns principis actius i es deixa reposar uns cinc minuts. Després es cola, preferiblement amb un colador de roba o de filtre de paper i ja es pot prendre o aplicar tòpicament.

**Cocció:** també s'utilitza l'escalfor perllongada de l'aigua per donar temps que els principis actius de les plantes passin a l'aigua. Aquest mètode es fa servir per extreure els principis actius de les parts dures (arrels, tiges...). El desavantatge d'aquest mètode respecte de la infusió és que provoca la pèrdua de principis actius volàtils.

Per la cocció es posa un grapat d'herba seca en aigua freda, i es va escalfant en un recipient preferiblement de porcellana o de fang amb tapa ajustada, fins que arrenqui el bill, que mantindrem tan de temps segons si son: flors, fulles i tiges = 2-3 minuts; arrel o escorça triturada = 7 minuts; arrel o escorça sencera i llavors = 10 minuts.

En acabat es tapa i es deixa reposar cinc minuts. Es cola abans de prendre.

**Maceració:** s'utilitza les parts dures de les plantes. El procediment consisteix a submergir totalment l'herba, en aquest cas fresca, en aigua, oli, alcohol, aiguardent, vi,

etc. Les fetes amb aigua són vàlides durant dos o tres dies, o en el cas d'altres líquids, de més dies, setmanes o mesos. Normalment cal sacsejar-les de tant en tant i es deixen a sol i serena, que vol dir que es deixen al sol i a la humitat i frescor de la nit, perquè els canvis tèrmics estimulin l'alliberament de les substàncies al líquids. Les maceracions es guarden en ampolles fosques en lloc secs i foscos i sempre es filtren abans de servir.

No és convenient perllongar el tractament de les tisanes més enllà de tres setmanes: per evitar sobredosis, intoxicació, efectes secundaris, etc., és convenient que ho consulte amb el metge. Tampoc és aconsellable fer-ne ús durant l'embaràs, ni en nens menors d'un any.

### ALTRES PREPARATS:

**Aerosol:** tipus de fumigació.

**Aigua de...:** se sol entendre que una infusió és el mateix, però sembla que hi ha menys concentrat: en una olla de 3-5 litres d'aigua s'hi posa un grapat d'herba, es fa na cocció de 5 minuts i es tapa.

**Aplicació directa:** cal aplicar directament un preparat líquid sobre una zona determinada, amb ferida o sense. Si n'hi ha, s'ha de fer preferiblement amb una gasa. Si no n'hi ha, cal deixar la roba sobre la zona perquè vagi fent efecte.

**Argila:** s'ha de barrejar herbes (tisanes, olis essencials, extrets...) en argila (freda, tèbia o calenta) i s'apliquin sobre la pell: aleshores els seus minerals i oligoelements travessen la barrera de la pell. No s'ha de mantenir l'argila més de vint minuts i s'ha d'esbandir amb aigua. Serveix per guarir afeccions dèrmiques i en alguns llocs s'ha fet servir per guarir angines.

**Bafs:** posem l'herba en un recipient amb aigua bullent, ho tapem durant un minuts i ens hi inclinem a sobre per inhalar els vapors emanats. Per ajudar-nos a fer més eficaços aquests bafs, ens cobrim amb una tovallola tant de temps com puguem i respirem pel nas i per la boca. Això ho fem tres cops al dia, sobretot abans d'anar-nos a dormir. Les sessions de bafs duraran fins que comencem a suar.

Les inhalacions es fan servir per combatre afeccions respiratòries, rinitis, refredats, bronquitis, tos... ja que la calor i la humitat del vapor d'aigua desembussen els



conductes respiratoris, fluïdifiquen les mucositats i l'essència de les herbes fa un efecte descongestiu i expectorant.

**Banys:** utilitzarem una tisana per aplicar-la a la part del cos afectada de manera directa i prolongada, com els banys de mans o peus. El bany durarà una hora i la temperatura de l'aigua serà de 35° a 40°. Els banys amb olis essencials (hi afegim 8-10 gotes) serveixen per a la pell i per les vies respiratòries.

**Caramel:** per guarir o alleujar malalties que afecten a la boca o al tracte respiratori i digestiu superior. En un suport sòlid i de gust agradable, el caramel es va desfent a poc a poc i lliurant els principis actius medicinals, donant temps que facin el seu efecte damunt la zona afectada. Una fórmula és: abocar en un recipient pots de la planta que en interessa, 250 grams de sucre, un quart de got d'aigua i remenar-ho fins que agafi consistència; es tira al foc i es deixa refredar en recipients petits.

**Cataplasma:** cal embolicar l'herba, calenta, en un drap de fibra natural, i aplicar-lo sobre la pell. Es fa servir pel tractament del reuma, l'artritis, les lumbàlgies, les contractures, els cops, etc. o per facilitar l'expectoració en patologies de l'aparell respiratori.

**Cigarreta:** una altra forma és fumada, ja que les propietats d'algunes plantes, es transmeten de manera transcutània.

**Col·liri:** és una aplicació d'un preparat aquós en un ull. S'ha d'anar molt en compte, filtrant amb un colador de paper per evitar que la més petita brossa passi a l'ull. S'aconsella afegir-hi sal pel seu efecte astringent.

**Colònia:** és una maceració d'herbes aromàtiques en alcohol. El vodka és un producte molt emprat com a base alcohòlica per a fer colònies.

**Compresa:** consisteix en mullar una gasa, apòsit o compresa amb el líquid resultant d'una infusió o decocció, fred o calent, i aplicar-la directament sobre la pell o la ferida. Serveix per desinfectar i/o cicatritzar ferides, nafres i úlceres, i per alleujar els dolors articulars, musculars, etc.

**Crems, gels, pomades i ungüents:** antigament la base era greix animal, llard o sagí, greix de serp, oli o cendra. Avui però, s'elaboren amb vaselina, parafina, glicerina, lanolina, cera d'abella, oli d'ametlles, etc. depenent de la consistència que vulguem donar-los i de la part del cos on els haguem d'aplicar. Aquests excipients seran el suport i vehicle a través del qual les propietats medicinals actuaran sobre la zona amb una acció transcutània. Per regla general, la barreja es fon al bany maria, per no cremar alguns dels principis actius, i hi afegim aigua segons la consistència que volem que agafi. Es remena a foc lent durant una estona. Després es cola i es guarda en un pot on comença a espessir-se. Poden durar uns tres o quatre mesos.

**Emplastre:** preparació que actua transcutàniament, i consisteix en l'aplicació de l'herba triturada, fresca o cuïta sobre la inflamació o ferida. El subjectarem amb un apòsit o gasa, el fixarem amb un embenat i el canviarem un parell de cops al dia.

**Enolit:** tipus de licor

**Extret:** és qualsevol maceració en fred d'una droga en una solució líquida. Amb aquest tipus de preparat sempre coneixem la quantitat del principi actiu que farem servir.

**Fang:** tipus d'argila.

**Foments:** tipus d'aplicació directa.

**Fum:** tradicionalment s'ha fet servir el fum o vapor produït per la combustió de diverses parts d'una planta per guarir principalment lesions dèrmiques: es posava la part afectada damunt el fum o el vapor, i s'hi mantenia durant una estona.

**Fumatge:** amb finalitats de guarir una lesió localitzada buscant un efecte transcutani a través de les mucoses respiratòries.

**Fumigació:** per aromatitzar i desinfectar cambres. Podien ser seques o humides. Les seques consistien a llençar herbes damunt de brases; i les humides consistien a abocar-les en paelles o recipients amb un líquid i que bullissin mentre desprenien la seva aroma.

**Gargarisme:** serveix per guarir molèsties, infeccions o malalties de la gola i de les amígdales. La temperatura del preparat no ha de superar els 35°.

**Glopejos:** són rentades de la boca amb finalitat higiènica o per guarir alguna lesió estomatològica. S'aconsella afegir una mica de sal.

**Inhalacions:** tipus de bafs.

**Lavativa:** infiltració d'una solució líquida a través del recte.

**Licor o vins:** els dos procediments emprats són la destil·lació i la maceració, i el que ens interessa a nosaltres és l'últim. Les maceracions es fan amb vi o alcohol de consum humà que té una graduació de 50° i 70°; alcohol de fruites i almívar. També es pot utilitzar aiguardent on no cal afegir-hi almívar. Es fa una maceració de 40 dies de pell de llimona en alcohol; un cop passat aquest temps s'hi afegeix un almívar elaborat amb 400 grams de sucre morè en 1 litre d'aigua, s'escalfa fins que agafi consistència i color i es deixa refredar; un cop afegit aquest almívar s'hi aboca el suc d'una llimona, o dues taronges, o d'altres fruits; i es deixa reposar un temps. Els licors més coneguts són els rosolis, que pot ser de diferents herbes, l'anomenat *Licor de Montserrat*, i la ratafia.

**Liniment:** preparat que serveix per fer fregues i acostuma a ser un producte elaborat amb alcohol o oli; l'objectiu principal és alleujar molèsties i desinflamar lesions de l'aparell locomotor sempre que no hi hagi fractura o luxació. Es poden fer servir productes alcohòlics com a elements vasodilatadors.

**Loció:** per referir-nos a una infusió o a una cocció per al tractament del cabell.

**Olis:** barrejant plantes o olis essencials diluïts (5 ml) en una base (45 ml) d'oli d'ametlles dolces, de gira-sol, de sèsam o de germen de blat. Els olis s'utilitzen per fer massatges per relaxar, tonificar o activar. Abans d'aplicar-los, sacsegeu-los bé i empreu-ne un parell de culleradetes.

**Olis essencials:** són extrets concentrats de les plantes que s'aconsegueixen mitjançant la destil·lació. En ús extern mai no s'apliquen sense reduir, ja que la seva

concentració pot ser perjudicial i pot provocar petites cremades o al·lèrgies. Utilitzats en banys tenen finalitats antisèptiques, dermoprotectores i relaxants.

**Pediluvis:** banys de peus principalment amb finalitat relaxants, antiinflamatòries o antisèptiques. Normalment s'hi fa servir aigua calenta o bullida en la qual prèviament s'ha abocat un grapat d'herbes. Es deixa que es refredi una mica i hi posem els peus uns 10-30 minuts.

**Pegat:** tipus d'emplastre.

**Perfum:** tipus de colònia.

**Perles:** són càpsules de gelatina que contenen substàncies herbodietètiques.

**Pols:** també rep el nom extret sòlid sec i consisteix a triturar les plantes seques fins a reduir-les a pols. Podem barrejar-les amb les menges, diluïdes en suc o aigua, comprimides o empassades després d'embolicar-les en un paper al més prim possible.

**Sabó:** pasta que resulta de la combinació de diversos productes amb propietats netejadores. Les matèries primeres que s'empraven en l'antigor eren greixos animals i olis, però avui es fa servir sosa càustica, glicerina, greix vegetal, etc. El sabó pot contenir essències florals terapèutiques i ser un producte amb propietats dermoprotectores i/o dermocoscètiques.

**Suc:** extracció del suc de la planta fresca.

**Tintura:** maceració en què es barreja l'herba fresca (400 grams) o seca (200 grams) en un litre de solució alcohòlica durant dues setmanes. S'ha de guardar en pots de vidre fosc, en un lloc sec i s'ha de sacsejar sovint; no pot conservar-se més de dos anys. Per prendre-la cal filtrar-la i diluir 30-40 gotes en un got en aigua o en suc de fruites.

**Untura:** tipus de cremes, gels, pomades i ungüents.

**Vins:** tipus de licor.

**Xarop:** solució balsàmica per a la gola. Per preparar-lo s'escalfa mig litre d'una infusió o decocció, s'hi afegeix mig quilo de mel o de sucre sense refinar, i es remena lentament sobre el foc sense parar fins que es dissolgui i tingui la mateixa consistència que l'almívar. Un cop s'ha refredat, s'introdueix en una ampolla de vidre fosc i es tapa amb un tap de suro. Tenen una vigència de tres mesos. Té propietats sedants i balsàmiques per a la gola, i és expectorant, remineralitzant, reconstituent, desinfectant, etc.

### **9.7. EL JARDÍ DEL MUSEU ARXIU TOMÀS BALVEY DE CARDEDEU**

El jardí del Museu Arxiu està dedicat a les plantes remeieres i espècimens d'aprofitament medicinal, alhora que exemplifica part de la flora pròpia de l'entorn comarcal. Hi ha plantes medicinals que s'utilitzen, pels seus principis actius, en l'activitat farmacèutica i terapèutica, i que, a més, són plantes d'ús popular.

El jardí es presenta com una sala més del museu, a l'aire lliure, i amb el qual es complementa la temàtica central del museu dedicada al món de la salut i dels remeis entorn la farmàcia Balvey.

El jardí està organitzat i distribuït en cinc ambients que permeten reunir en grups les plantes que pertanyen a un mateix ambient. Aquests són: l'ambient de plantes cultivades, l'ambient mediterrani sec, el mediterrani humit, l'ambient d'esqueixos i roquissars i l'ambient de basses i estanys.

Una de les dificultats pel bon estat del jardí radica en les diferències d'àmbits ja que cada un necessita d'unes particularitats concretes pel que fa a la llum i al reg. És per això que el sistema de reg, que és visible, s'adequa a les necessitats de cada àmbit pel que fa a la freqüència i quantitat d'aigua.

#### **Ambient de plantes cultivades:**

Aquest ambient està presentat en petites feixes de cultiu amb tres o quatre rengles d'herbes i plantes de les que se solien cultivar als horts, totes d'aprofitament medicinal en la nostra tradició remeiera. L'ordenació en rengles no vol imitar cap situació típica d'un jardí, hort o pati, sinó que serveix per reforçar la idea que són plantes domesticades, adaptades al cultiu al costat de casa. Aquestes plantes són: marialluïsa, ruda, alfàbrega, cebollí, tarongina, julivert, estragó, cascall, cànem i equinàcia.

**Ambient mediterrani sec:**

És l'ambient de les plantes que trobem en els boscos i erms més secs, on la disponibilitat d'aigua és limitada en algunes èpoques de l'any i la insolació és elevada. Són plantes molt ben adaptades a situacions d'eixut estival, de coloracions de fulles griseses, amb flors petites i nombroses, fulles endurides i resistents, i són les següents:

borratja, gavarrera, orenga, fonoll, farigola, espígol, murtra, camamilla, aranyoner, sàlvia, romaní i esparreguera.

**Ambient mediterrani humit:**

És l'ambient més humit de la vegetació mediterrània, situat en muntanyes més ombrívols i fresques i amb disponibilitat d'aigua la major part de l'any. Al Museu es presenten setze espècies pròpies d'aquest ambient, caracteritzades per ser plantes més tendres, amb creixements anuals importants i ben adaptades a situacions d'insolació indirecta i d'ombres intermitents:

ginebró, poliol, trepó, berbena, marfull, milfulles, maduixera, vinca petita, pixallits, arboç, valeriana, saüc, menta, ortiga, galzeran i herba de Sant Joan.

**Ambient d'esqueis i roquissars:**

Els ambients d'esqueis a la muntanya mitjana són els barrancs rocosos, els estimbals i els llocs on hi ha poca vegetació arbòria, i la riquesa vegetal està formada per un seguit de plantes d'extensió i desenvolupament limitats.

Moltes d'aquestes plantes són crasses, molt ben adaptades a la manca general de nutrients i d'aigua característica d'aquests espais tan al límit de la supervivència vegetal. Són aquestes espècies les que s'han intentat aclimatar al jardí del Museu, amb sis exemples d'ús tradicionals:

plantatge, malví, herba de Sant Jordi, crespínell blanc, fabària i matafoc.

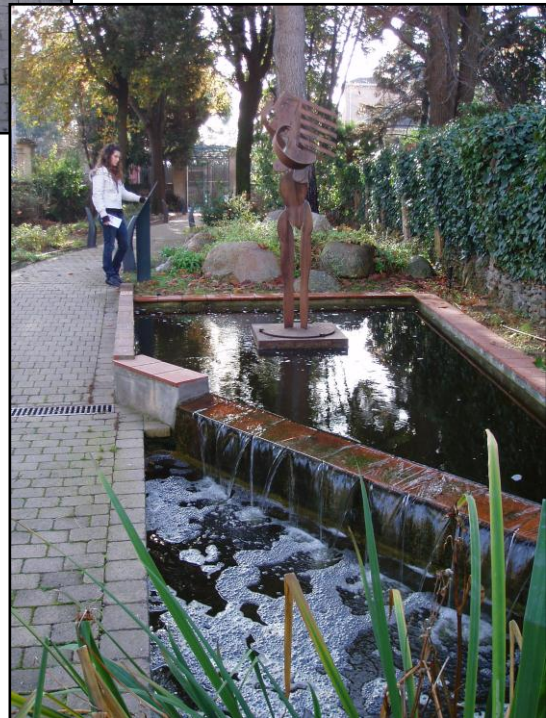
**Ambient d'estanys i basses:**

És l'ambient propi dels espais mig negats: marges naturals de rieres i recs, i també de basses i estanys. S'hi fan plantes que per viure requereixen ambients molt humits: viuen directament dins l'aigua o en zones de nivell freàtic elevat. Són plantes flexibles, tendres i de creixement ràpid. Al jardí de Museu s'ha reproduït l'ambient humit amb la construcció d'una bassa artificial en dos nivells de profunditat i amb una selecció de set espècies vegetals pròpies d'aquest ambient, algunes de les quals, com ara l'heura i l'alloc, ja eren presents en l'antic jardí. A més hi ha:

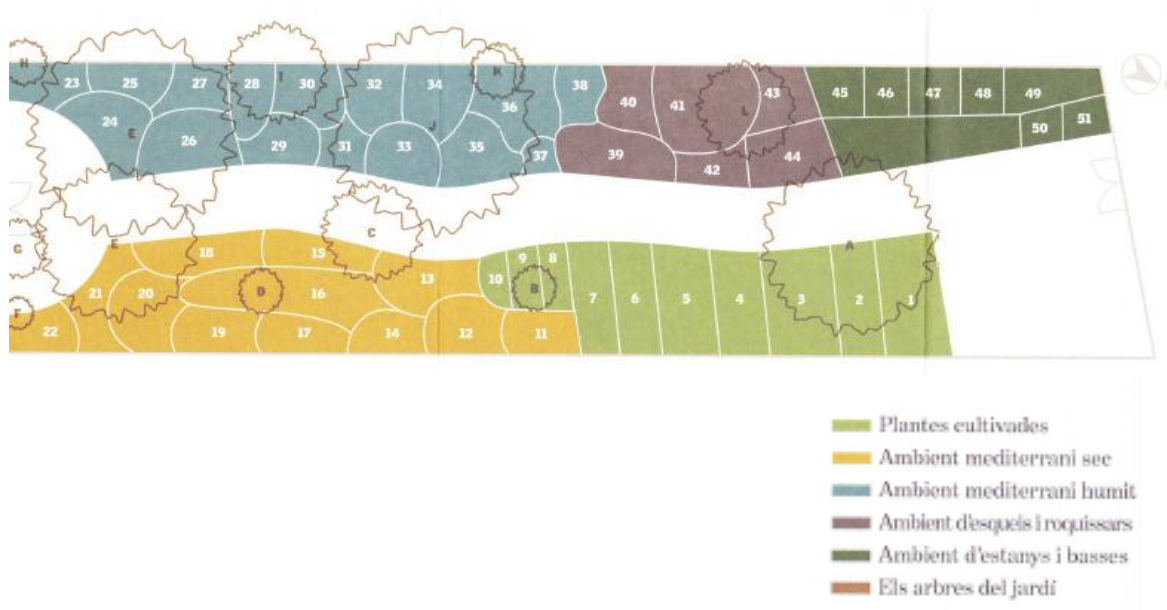
heura, picardia, creixen silvestre, cua de cavall petita, aloc, lliri groc i jonc d'estores.

Aquest ambient es complementen amb els arbres originals del jardí del Casal Dr. Daurella. Són, en general per fer ombra. La majoria són espècies de la flora local i tenen aplicacions medicinals.

El Jardí ha esdevingut un espai agradable, i també és un marc on cada any s'elaboren preparats, licors i productes tradicionals que tenen com a base les plantes medicinals. Cal destacar-ne, com a producte singular, l'elaboració de la Ratafia de la iaia Maria de Cardedeu, un licor de confecció artesana que ha recuperat una recepta tradicional, amb l'anís i les nous tendres com a ingredients principals, i un seguit d'espècies i plantes aromàtiques pròpies del nostre entorn.







\*Fotografies pròpies durant la visita al jardí del Museu Arxiu Tomàs Balvey de Cardedeu el dia el dia 12 de desembre del 2010.

## **10. PROPIETATS DE LES PLANTES MEDICINALS I VIDA SANA**

### **10.1. PROPIETATS DE LES PLANTES MEDICINALS**

Una mateixa planta pot tenir diferents tipus de propietats, i aquestes són les principals.

**Antiinflamatori:** que relaxen la inflamació i calmen el dolor. Algunes tisanes de plantes malva, espígol, etc. tenen entre les moltes propietats, la de ser excel·lents antiinflamatoris. Estan especialment indicades en casos de infeccions o contusions.

**Antiespasmòdic:** que intenta prevenir espasmes nerviosos, sedant, calmant i tranquil·litzant.

**Antimenorràgic:** que redueix menstruacions excessives.

**Antipruriginós:** que alleuja la picor.

**Antisèptic:** que neteja les ferides dels gèrmens patògens que produeixen infeccions.

**Antitumoral:** anticancerós.

**Antitussigen:** que treu l'impuls de tossir, bèquic.

**Aperitiu:** que obre la gana.

**Astringent:** que restreny els teixits orgànics afavorint, en alguns casos, la cicatrització i la desinfecció; que deshidrata el teixit o, si més no, el drena amb una acció antiinflamatòria; que contrau la mucosa d'òrgans interns, dels intestins, etc.; que asseca les femtes.

**Balsàmic:** que suavitza o calma malestars o adoloriments.

**Bèquic:** que calma la tos o treu l'impuls de tossir.

**Carminatiu:** antiflatulent, que evita la formació de fasos intestinals aturant el desenvolupament de bacteris responsables de les fermentacions, o que n'afavoreix l'expulsió relaxant la musculatura intestinal. El fonoll per exemple, és adequat per aquest tipus de trastorns.

**Coadjuvant:** que es pot emprar com a ajuda o complement en el tractament contra una malaltia.

**Demulcent:** antiinflamatori, emol·lient.

**Depuratiu:** que neteja el medi intern i la sang de substàncies tòxiques, per la qual cosa té efectes sobre el fetge i el ronyó; aquesta desintoxicació també pot tenir un efecte sobre la pell i netejar-la d'impureses.

**Dermatològic:** que té cura de la pell o guareix algunes de les seves malalties, dermatoprotector.

**Diaforètic:** que activa la sudoració.

**Digestiu:** que serveix per la digestió, ajuda o facilita la digestió.

**Diürètic:** que activa l'eliminació d'orina; és indicat per persones amb problemes de ronyons o de les vies urinàries. Entre les més conegudes destaca la cua de cavall.

**Emètic:** que provoca el vòmit.

**Emol·lient:** antiinflamatori, demulcent, que estova, relaxa i desinflama els teixits.

**Expectorant:** que facilita l'expulsió de mucositats i la brutícia en els pulmons i vies respiratòries.

**Febrífug:** que redueix la febre, antipirètic, antitèrmic.

**Fungicida:** que combat els fongs, antifúngic.

**Galactogen:** que estimula la secreció de llet a les mares, galactagóg.

**Hemolític:** que destrueix els glòbuls vermells.

**Hemostàtic:** que detura les hemorràgies.

**Hipertensor:** que augmenta la pressió sanguínia.

**Hipnòtic:** que indueix a la son, soporífer, narcòtic.

**Hipocolesterolemiant:** que redueix els nivells de colesterol.

**Hipoglucèmic/emiant:** que redueix els nivells de sucre a la sang.

**Hipotensor:** que rebaixa la tensió arterial.

**Homeostàtic:** que regula l'equilibri del medi intern.

**Laxant:** que estimula els moviments peristàltics, regula el trànsit intestinal i facilita l'evacuació dels excrements.

**Mucolític:** que dissol el moc; que disminueix les viscositats de les secrecions mucoses a les vies respiratòries altres.

**Normotensor:** que compensa o anivella la pressió arterial.

**Oncolític:** anticancerós, antitumoral.

**Pectoral:** que va bé pel pit, és a dir, expectorant, antitussigen, antisèptic bronquitis i/o pulmonar, antiasmàtic...

**Purgant:** que accelera l'evacuació dels excrements de manera més o menys dràstica (amb irritació del còlon).

**Relaxant:** que tranquil·litzen, relaxen la musculatura i actuen com a sedants. Les fulles de taronger i de valeriana són dos bons exemples.

**Sedant:** que relaxa el Sistema Nerviós Central (SNC)

**Soporífer:** que fa venir son.

**Tònic:** que revifa, estimula i tonifica l'organisme.

**Vasoprotector:** que protegeix els vasos sanguinis (artèries, venes i capil·lars).

### •CURIOSITATS•

**FLORS DE BACH:** les essències de flors de Bach, que es venen en farmàcies i herbolaris, són remeis d'essències de flors i aigua de roca que alleugen els sentiments i estats d'ànim negatius. S'indiquen en molts tractament de medicina alternativa i homeopàtica. El doctor Bach va trobar en aquestes 37 flors i en l'aigua d'una roca una font de salut per tractar els desequilibris psíquics i prevenir malalties.



\*Fotografia extreta del llibre *La Botica de la Abuela*. Editorial Integral, Espanya, 1998. Pàgina 15.

## **10.2. CONSELLS PER TENIR UNA VIDA SANA**

Tal i com el refranyer exposa: “Val més prevenir que curar”, hauríem de tenir en compte alguns consells bàsics per dur a terme una vida sana i no haver de prendre mai herbes medicinals.

“El secret per allargar la vida es basa en no fer coses que puguin escurçar-la”.

A continuació exposarem alguns suggeriments per tal d'aconseguir-ho:

- **AIRE PUR:** les activitats agradables a l'aire pur fan que el nostre cervell generi endorfines, potent analgèsic bioquímic que produeix sensació de benestar, optimisme, eufòria, etc.
- **GAUDIR DEL PLAER DE L'EXERCICI:** és un antiestressant natural ja que estimula el funcionament de la serotonina (neurotransmissor que activa les endorfines, hormones que procuren benestar i son); ens fa assimilar el calci i enforteix els ossos; ja que expulsen toxines i ens fa beure força aigua, cosa que ens manté hidratats, aspecte especialment beneficiós per als ronyons. Unes curtes caminades diàries (de 1/2 h a 1h) enforteixen el cor, redueixen el risc de patir malalties cardíaques i coronàries, ens ajuden a aprimar-nos i ens ajuden a dormir. Un passeig diari després dels àpats, afavoreix la digestió.
- **NO PRENDRE SUBSTÀNCIES TÒXIQUES:** es pot ser flexible i reconèixer els efectes saludables del consum moderat del vi o de la cervesa, rica en vitamines del grup B, àcid fòlic i amb propietats diürètiques, cardiovasculars, hipocolesterolemiant, hipnòtiques i antioxidants, i per tant, els dietistes aconsellen un gotet diari de vi als adults sans. Però en el cas del cànnabis (una

droga que causa dependència sobretot entre els adolescents si se'n fa un ús abusiu, i pot arribar a ser nociu) si és consumit per persones amb determinades patologies pot ser molt perillós.

- UNA BONA ALIMENTACIÓ
- REDUIR EL CONSUM DE SAL, ja que és un potent hipertensor. En el seu lloc podem fer servir orenga o una barreja amb anet, caputxina i api, assecat i triturat.
- BEURE UNS 2 LITRES D'AIGUA AL DIA és el millor diürètic natural, ens manté hidratats i fa que els ronyons funcionin.
- HIGIENE general, sexual, dental, domèstica, postural, etc. Mantenir-nos nets ajuda a mantenir-nos sans.
- GAUDIR D'UNES RELACIONS SEXUALS SANES, i segures. Ho té tot: diversió, plaer, *relax* i exercici.
- PROCURAR-NOS UN BON DESCANS DIARI de 8 hores, per recobrar forces i mantenir l'equilibri físic, mental i nerviós.
- RIURE. Els exercicis de risoteràpia augmenten la pressió de la part baixa de l'abdomen; l'humor produeix una activació general del cervell, amb un augment en la concentració de neurotransmissors relacionades amb el benestar.

## **11. ENTREVISTES**

### **11.1. ENTREVISTA A UNA IAIA:**

Al llarg de tota la història, sempre hem tingut la presència d'unes protagonistes excepcionals: les dones. Elles, en ocupar-se de les tasques casolanes, moltes vegades han desenvolupat el paper d'infermeres de la casa, i han transmès els seus coneixements de generació en generació, de mares a filles.

La meua entrevista doncs, està realitzada a la meua iaia Dolors.

#### **1. Recordo que des de petita ja em donàveu remeis naturals, de qui els va aprendre?**

De la meua mare Núria.

#### **2. A casa seva sempre els heu utilitzat ?**

Sí, ara no tant, però abans sempre.

#### **3. Quins són els mals més fàcils de curar amb remeis casolans?**

Els constipats ja que diuen que amb la medicina duren una setmana, i sense, vuit dies, s'ha de deixar fer el seu curs; i també els mals de panxa.

#### **4. Sempre i amb tothom van bé?**

Hi ha persones que ho toleren més que d'altres.

Per exemple al teu avi, l'aigua de camamilla o marialluïsa que es pren pel mal de panxa no se li posa bé, i li provoca un mal de panxa més fort encara.

#### **5. La base d'aquests remeis són sempre plantes?**

No sempre, ja que s'utilitzen molts olis fets amb animals. Pel constipat i el mal de panxa si que s'utilitzen herbes, però per exemple pel mal d'orella era freqüent fer servir oli d'oreneta (fabricat amb oli d'oliva i una oreneta viva i confitada a dintre); l'oli de llangardaix (fabricat amb el mateix procés que el d'oreneta) per les inflamacions, les pulmonies i el mal de ventre; l'oli de serp blanca servia per guarir ferides i punxades de rosers, arç blanc o argelagues; l'oli d'escurçó eficaç contra la picada de l'escurçó; l'oli de greix de serp, aquest elaborat aprofitant el greix de la serp i greix de porc confitat amb oli i remeiava el mal d'orella, punxades i clivelles a la pell.

Per fer bavar als nens petits, en canvi, s'agafava una serp blanca viva, s'arrencava el fibló, s'assecava i amb una bosseta i agulla es col·locava al pit del nadó.

**6. També recordo que dalt les golfes hi ha un assecador de plantes, i sempre està ple, quines són les que mai hi falten? I per què?**

La flor de Tei, l'eucaliptus, l'hisop i els brots de pi, perquè els utilitzo per curar els constipats. L'herba prima, la marialluïsa, la camamilla i l'herba blava perquè serveixen per el mal de panxa; els cabells de blat de moro i el mill gruà, per fer orinar i la farigola per desinfectar ferides i mal a la boca o tan sols per beure.

**7. Les cull vostè? I de quina zona de Catalunya són?**

Si, de la comarca d'Osona mateix.

**8. Quina part de la planta utilitza bàsicament?**

Depèn. Del Til·ler i de l'hisop, utilitzo la flor. De l'eucaliptus, la fulla (per fer infusions) i la càpsula (pels bafs). Després de l'herba prima i la camamilla també n'agafo la flor; en canvi de la marialluïsa, la fulla i de l'herba blava es podria dir que tota sencera, tija, fulles i flor, ja que és menuda i s'aprofita tot.

**9. Els remeis que coneix són amb plantes seques o n'hi ha amb plantes tendres?**

Segons el mètode de fabricació del remei, però generalment és indiferent i moltes vegades barrejat.

**10. Quina part de l'any fa la recol·lecta?**

Depèn, principalment a la primavera. Però existeixen plantes com ara la farigola, el llorer i l'eucaliptus que se'n poden trobar tot l'any.

**11. Coneix remeis per tots els mals?**

Home, hi ha mals incurables!

**12. Segons la seva experiència, quin és el que recomanaria a tothom abans d'anar a la farmàcia?**

Remeis pels constipats i mals de ventre.

**13. Creu que hi ha algun mal que sigui impossible de curar amb remeis casolans?**

Si, els refredats repetits que originen pulmonies o problemes respiratoris greus, i també algun mal de panxa que ha acabat amb diarrea incontrolada.



**14. Sap si tenen efectes secundaris aquests remeis?**

Jo diria que no, si no se n'abusa, és clar.

**15. Actualment, un problema molt freqüent entre les persones és el colesterol, sap la maneres de pal·liar-lo?**

Naturalment, prendre una infusió de fulla de lledoner i flor d'arç blanc cada matí a l'en dejú.

**16. A la memòria segur que recorda algun remei que de petita l'havia vist utilitzar i que li ha cridat sempre l'atenció. Ens en podria dir algun?**

I tant! El fet de ser la petita de deu germans he vist i pogut comprovar de tot a la vida, ara la memòria comença a fallar però bé, els que recordo amb més intensitat són dos. Per a les cremades amb foc, abans, s'agafava una patata, la tallàvem per la meitat i rascàvem la part de dintre fins a obtenir una mena de pasta bastant compacte i la col·locàvem sobre la part de la pell afectada, i aquella pasta blanca produïa una sensació de frescor que calmava i cicatritzava a la vegada.

I el que em sembla més curiós, personalment, és el remei per les llagues d'estómac. Es menjàvem un cargol cru a l'en dejú començant pel dia 1 del mes, i s'havia de repetir cada dia senar (3, 5, 7, etc.) fins arribar a 9. Jo recordo que al tercer dia ningú aguantava el fàstic de menjar-se'!

També puc fer memòria d'una cosa que sempre em va cridar l'atenció de la mare, tot i que era amb llorer i no per fer remei curatiu, te l'explicaré. Abans les cases de pagès teníem camps molt i molt grans, s'havia de segar, i comportava molta feina, i si s'esperava massa es perdia la collita i els diners que comportava allò, per tan, el fenomen meteorològic més temut per els pagesos eren les turmentes, i la mare quan veia que se n'acostava una de grossa, feia cremar llorer dintre la xemeneia, per fer molt fum negre i espantar els mals esperits. A casa no sempre funcionava, però almenys ho havien intentat.



Fotografia pròpia amb la meua iaia Dolors Vilalta

## **11.2. ENTREVISTA A UN NATURISTA:**

L'entrevistat és Joan Terricabres, naturista autodidacte.

### **1. Quina és la teva opinió sobre la medecina natural?**

La meua opinió és que la medicina natural és menys agressiva que la medicina al·lopàtica i sobretot per la majoria de casos, tant aguts com crònics té més bons o millors resultats que aquesta última.

### **2. Abans et refies d'un remei casolà o de la farmàcia convencional?**

D'un remei casolà, sobretot si l'he fet o conec la procedència de qui l'ha fet.

### **3. Quines herbes medicinals consumeixes habitualment?**

Romaní, farigola, hipèric, stèvia, card marià, maria Lluïsa, tarongina, menta, til·la, etc.

### **4. Quines malalties creus que són més fàcils de curar amb la medecina natural?**

Les més habituals, com refredats, gripes, gastroenteritis, conjuntivitis, dolors articulars, contusions, cremades, luxacions..

### **5. Sempre i amb tothom van bé?**

Hi ha malalties que requereixen un tractament de cirurgia (per exemple, extracció d'apèndix) i que amb herbes tindrien mal pronòstic. I, respecte si van bé per tothom, la resposta és que no, perquè depèn bàsicament de 3 variables: la qualitat de les plantes que intervenen, la barreja (proporcions) que facis entre elles i l'anatomia (des de massa muscular, edat del pacient..) del receptor.

### **6. La base d'aquestes remeis són sempre plantes?**

No, hi ha ingredients que provenen del món animal (com per exemple serp blanca, sagí de porc, etc.) i d'altres del món mineral (com cristalls de quars, etc.)

### **7. Quines plantes no falten mai a casa teua?**

Les que he dit anteriorment en el punt 3.

### **8. D'on obtens les plantes?**

La majoria de conreu propi, ecològic i la resta de l'entorn pròxim.

Considero que és més avantatjós consumir plantes de l'entorn més pròxim, ja que aquestes (segons estudis recents) són capaces de generar substàncies que les protegeixin de canvis en el medi on estan, en conseqüència, si el receptor consumeix

plantes de proximitat es beneficia (per un efecte sinèrgic) d'aquest plus de principis actius.

#### **9. Quina part de la planta utilitzes bàsicament?**

Depèn, principalment la fulla, en segon lloc la flor, en tercer lloc el fruit i les arrels i en darrer lloc, l'escorça. Sempre dependrà de cada planta utilitzada.

#### **10. Els remeis que coneixes són sempre amb plantes seques o també n'hi ha amb plantes tendres?**

Depèn, en la majoria és indistintament, però hi ha algunes excepcions que només es poden consumir seques (per exemple l'herba fetgera o la pulmonària).

#### **11. Coneixes remeis per a tots els mals?**

No, aquests no existeixen. El que sí conec són remeis que tenen un ampli espectre de tractaments.

#### **12. Hi ha algun mal que sigui impossible de curar amb remeis naturals?**

Sí, és clar!. De la mateixa manera que hi ha tractaments al·lopàtics que són molt perjudicials a llarg termini.

#### **13. Saps si tenen efectes secundaris?**

La gran majoria dels remeis naturals no en tenen, cosa que no es pot dir de la medicina al·lopàtica, de la qual sovint s'autoritza la seva comercialització, sense haver passat estudis mèdics prou llargs en el temps per concloure que no tenen efectes no desitjats.

#### **14. Quan et vas començar a interessar per la medecina natural?**

És un procés gradual. Sempre m'havia cridat l'atenció el coneixement i l'esforç de divulgar aquestes tècniques que havia fet el meu avi Joan.

#### **15. D'on obtens la informació?**

Fonts diverses en aquest moment: bibliografia, amistats, cursos, compartir receptes amb gent del món rural, etc.

**16. Recordes si de petit a casa teva ja hi havia aquesta tradició? (els teus avis, pares..)**

Sí, encara que no molt estesa.

**17. Segons la teva experiència, quin és el remei que recomanaries a tothom abans d'anar a la farmàcia?**

Depèn del mal, però potser un dels més bàsics és que davant d'una infecció lleu, amb una simple infusió de farigola es resol sense més problemes.

**18. Penses que qui no fa ús de la medecina natural s'equivoca?**

En la majoria de casos sí, perquè moltes dolències tindrien millor pronòstic sense tan cost econòmic (de diner públic), ni tants efectes secundaris.

**19. Quins consells bàsics donaries a una persona escèptica en aquest tema?**

Donat que pràcticament no hi ha efectes secundaris, el millor és provar-ho perquè es convencin de la bondat de la majoria dels tractaments.

**20. Pel que fa el tema que ens ocupa, com et definiries?**

Com un autodidacte, amb molt respecte per l'amplitud dels coneixements que s'amaguen darrere del món vegetal, animal i mineral, i amb molt respecte també per les persones que porten més anys experimentant diverses alternatives, ja que gràcies a ells la resta podem progressar més ràpidament.

**21. Em podries dir algun punt negatiu**

En determinats tractaments l'ús perllongat de certes plantes pot produir efectes secundaris i en altres casos el cos pot reaccionar acomodant-se (com si fossin unes crosses) en aquest suport i per tant no s'estimula l'auto curació.



Fotografia pròpia amb  
Joan Terricabres

### **11.3. ENTREVISTA A UN HERBOLARI:**

Aquesta entrevista està enfocada des del punt de vista de l'opinió de l'herbolari de Sau, Santi Jàvega, sobre la medicina natural.

#### **1. Quina és la teva opinió sobre la medecina natural?**

És tant o més important que la convencional sobretot perquè no presenta gairebé mai efectes secundaris. M'interessa molt més perquè està més lligada amb el medi natural, i si busquem un equilibri és molt més propera.

#### **2. Abans et refies d'un remei casolà o de la farmàcia convencional?**

No s'ha d'excloure mai una cosa de l'altra, si són trastorns habituals acostumo fer servir remeis casolans, però són dues coses completament compatibles.

#### **3. Quines herbes medicinals consumeixes habitualment?**

Rosella, malva, poliol, tarongina, menta, sàlvia, centaurea, card marí, carxofera, camamilla dolça i amargant, flor de taronger, herba freixurera, tussílag o pota de cavall, cua de cavall...

#### **4. Quines malalties creus que són més fàcils de curar amb la medecina natural?**

Refredats i d'altres trastorns respiratoris, problemes digestius i fins i tot determinats problemes de fetge.

#### **5. Sempre i amb tothom van bé?**

No, existeixen plantes que hi ha gent que no les tolera. Les plantes són fàrmacs i no tots els organismes els toleren de la mateixa manera. Per exemple la valeriana que el seu principi actiu que pot provocar mareig.

#### **6. La base d'aquests remeis són sempre plantes?**

La majoria sí que són plantes, però també s'utilitzen derivats de les abelles com la mel, el pròpolis; i en àmbit mineral, com l'argila, els derivats del magnesi, etc.

#### **7. Quines plantes no falten mai a casa teva?**

La sàlvia, la tarongina, la farigola, l'orenga, la sajolida, el llorer, el fonoll. Tan per fer medicina com per cuinar.

**8. D'on obtens les plantes?**

Del bosc, allà on creixen, però algunes com la flor de taronger que no n'hi ha per aquí, em veig obligat a comprar-la.

**9. Quina part de la planta utilitzes bàsicament?**

Depèn de la planta: s'usa l'arrel en la valeriana i en l'angèlica per exemple, n'hi ha que la fulla, com la tarongina; pel que fa a la flor, tenim la til·la; l'escorça, de l'alzina o el roure; i casos que només es fa servir la tija, com la dolça mare. Finalment hi ha els fruits com els de l'arç blanc, l'aranyó, el mirtil, etc.

**10. Els remeis que coneixes són sempre amb plantes seques o també n'hi ha amb plantes tendres?**

De les dues maneres, n'hi ha que es poden fer servir tant seques com tendres, o d'altres que si es prenen tendres poden produir trastorns gàstrics com l'herba fetgera que conté una substància anomenada anemonol que és tòxica. I també hi ha l'herba d'all o al-liària, que només podem utilitzar-la tendra perquè seca perd els seus principis actius i queda inutilitzable.

**11. Coneixes remeis per a tots els mals?**

Jo crec que ningú els coneix, i si algú diu que les herbes ho curen tot, és que li falta molt per aprendre.

La medicina natural té les seves limitacions igual que la convencional.

**12. Hi ha algun mal que sigui impossible de curar amb remeis naturals?**

Si, com l'artritis, la psoriasis (malaltia de la pell), entre d'altres.

Aquests casos ni la medicina natural ni la convencional; això sí, hi ha pal·liatius però és incurable.

**13. Saps si tenen efectes secundaris?**

Algunes sí, i sobretot efectes que molta gent desconeix, que són les interaccions amb els medicaments.

Un exemple és l'hipèric que no es pot prendre si es consumeix anticonceptius; o el romaní, que és incompatible per la gent amb hipertensió; o bé la til·la, que actua en efecte contrari a l'anterior.



**14. Quan et vas començar a interessar per la medecina natural?**

Deu fer exactament 36 anys, als 16 anys, degut a un problema de salut que tenia vaig conèixer un metge naturista que me'l va solucionar en qüestió de pocs dies comparat amb el que portava prenent medicaments farmacèutics. Aquest fet em va semblar sorprenent i vaig començar a estudiar i endinsar-me més a fons en aquest món tan interessant i per mi força desconegut fins el moment.

**15. D'on obtens la informació?**

Els meus grans mestres han set gent gran de pagès, tot hi haver treballat amb biòlegs, botànics, etc. la major part de la saviesa de les plantes està en els avis, i per desgràcia gran part d'aquesta s'està perdent o ja s'ha perdut.

També s'ha de dir que sóc un viciós dels llibres.

**16. Recordes si de petit a casa teva ja hi havia aquesta tradició? (els teus avis, pares..)**

Sí, sobretot l'àvia i m'agradava molt anar a comprar a l'herbolari amb ella, per la seva característica olor a plantes seques.

**17. Segons la teva experiència, quin és el remei que recomanaries a tothom abans d'anar a la farmàcia?**

La fulla de noguera per a la pell i la boixerola per infeccions d'orina. Crec que mai han fallat.

**18. Penses que qui no fa ús de la medecina natural s'equivoca?**

No, és una opció com una altra, jo els recomanaria però que no cal excloure'n ni l'una ni l'altra, pot existir un equilibri entre totes dues.

**19. Quins consells bàsics donaries a una persona escèptica en aquest tema?**

Primer de tot que provi la medicina natural per problemes lleus de salut, perquè així evitaria introduir determinats tòxics a l'organisme.

Recordo que fa temps per un refredat es receptava un antibiòtic, i ara amb la medicina natural amb un període mes curt es pot curar.

També els recomanaria que evitessin fer prejudicis, molta gent ho associa amb supersticions, bruixeria, i crec que si no es prova no se sap.

**20. Pel que fa el tema que ens ocupa, com et definiries?**

Molta gent em diu botànic, molta gent naturista, però el que més m'agrada és herbolari, ja que es el que s'ha dit tota la vida i no s'ha de ser presumtuós.

**21. Em podries dir algun punt negatiu de la medicina natural?**

N'hi ha bastants, sobretot la gent que barreja creences pseudoreligioses amb el que és senzillament un tipus de medicina, i determinats comportaments sectaris, és un món no tant oficialitzat i s'hi barregen persones que intenten captar addictes. Hi ha una tendència a fer aquestes coses i s'hauria de separar una cosa d'la altra.



Fotografia pròpia amb l'herbolari de  
Sau, Santi Jàvega

#### **10.4. ENTREVISTA ALS HERBOLARIS DE L'HERBORISTERIA DEL REI:**

Aquesta entrevista està enfocada des de l'opinió dels herbolaris, Trinitat Sabaté i Joan Parés, propietaris d'una herboristeria.

##### **1. Quines herbes medicinals consumeix habitualment?**

Principalment pròpolis i equinàcia. També prenem vitamina C, menjant fruites com el kiwi, aliments naturals.

##### **2. La base d'aquestes remeis són sempre plantes?**

Si, tot i que també s'extreuen productes naturals, de manera controlada i per tant existeixen ingredients minerals. Si per exemple, ens fixem en el pròpolis, que és fabricat per les abelles (per tant, indirectament és animal), i aquestes han utilitzat la resina dels arbres o el pol·len, que és vegetal, el principi de tots els remeis és la natura, per tant, les plantes.

##### **3. D'on obteniu les plantes?**

Exportades, les comprem a majoristes en garantia de qualitat.

##### **4. Quina part de la planta utilitzeu bàsicament?**

De moltes plantes s'utilitza la flor, d'altres la planta sencera, però també n'hi ha que en són útils la seva escorça, les arrels, les fulles i fins i tot les llavors. Segons la planta, té propietats a diferents llocs.

##### **5. Els remeis que coneixeu són sempre amb plantes seques o també n'hi ha amb plantes tendres?**

Sempre seques, les herbes que tenim a l'herboristeria per curar, són sempre seques, ja que les tendres costen de conservar durant molt de temps. Si la gent vol les així, després les va a comprar a la Boqueria.

##### **6. Coneixeu remeis per a tots els mals?**

No hi ha ningú que ho sàpiga. Els remeis es coneixen per tradició, i n'hi ha infinits, per tant, si l'àrea de malalties no és reduït, hi ha infinites possibilitats.

També hem de dir, que hi ha plantes que no estan analitzades, per tant moltes d'elles podrien utilitzar-se com a base de molts remeis.

**7. Hi ha algun mal que sigui impossible de curar amb remeis naturals?**

És clar! El més rellevant és el càncer. Les malalties clàssiques, com refredats o mals de panxa, si que són més fàcils de curar amb remeis naturals.

La medicina, investigant certes herbes, pot arribar a trobar la cura de moltes malalties a partir de nous medicaments, però amb això ja hi ha modificacions químiques.

**8. Sabeu si tenen efectes secundaris?**

Generalment no en tenen, això si, n'hi ha de tòxiques.

Existeix una llista que consta de totes les plantes reconegudes tòxiques, venenoses i molt actives. Cap d'elles es pot vendre legalment, ja que els tres tipus de plantes són perjudicials per la salut.

**9. D'on obteniu la informació?**

Estudiant, anant a escoles d'herboristeria, excursions botàniques, llegint llibres. D'Internet també, però s'ha de saber triar bé la informació vàlida de la que no ho és. El llibre base per excel·lència dels herbolaris és el Pius Font i Quer.

**10. Quan us vau començar a interessar per la medecina natural?**

Perquè ens agradava. A mi sobretot (Trinitat) perquè tenia els avis pagesos, i de petita vivia a la ciutat. Quan arribaven les vacances d'estiu, anava al poble i m'ho passava molt bé amb la natura, disfrutava molt observant les plantes dels boscos i vaig anar descobrint la passió que tenia amagada.

**11. Em podríeu dir algun punt negatiu de la medicina natural?**

El fet que no existeixin cursos especialitzats en herboristeria oficialment reconeguts. No tenir drets i deures com una farmàcia. La farmàcia i l'herboristeria són dues especialitats diferents, i és un error que elles també barregin la venda de fàrmacs amb herbes.

Tampoc estem d'acord amb el fet que no hi hagi la carrera d'herbolari, si és la "professió" que fa més de 100 anys que es manté viva i hauria de ser-hi igual que qualsevol altra.

**12. Fent referència a l'herboristeria, quin és el seu origen?**

Aquest establiment és una de les botigues més antigues de Barcelona, datada de l'any 1823, i va ser la primera herboristeria com a comerç fix. Pel que fa a la seva història, l'any 1818, la primera botiga estava situada al carrer d'una mica més amunt d'on està

avui en dia. El 1823, el carrer Ferran va arribar a la rambla i era més comercial, per tant es va traslladar al lloc actual. El seu nom original era la Linneana, en honor a Carl von Linné, després va ser canviat per Herboristeria del Rei, quan el 1858 la reina Isabel II va nomenar-la "Proveedor de la Real Casa". L'altre únic període que es va tornar a dir la Linneana va ser en temps republicans i prou.

### **13. D'on prové l'antic nom de la Linneana?**

Quan Josep Vila l'any 1818 va fundar aquesta herboristeria, va anomenar-la "La Linneana" en honor al naturista suec Carl Von Linné, que va idear la classificació de plantes anomenat taxonomia.

### **14. Quin valor històric i artístic té el local?**

La decoració data del 1860, quan la reina Isabel comercialitzava molt i va decorar el sostre de l'herboristeria amb plaques de vidre pintat al fresc i pa d'or. Posteriorment ho van tapar, però. També cal destacar els caixonets, el taulell de marbre i la columna coronada pel bust de Linné.

### **15. S'hi conserven documents i objectes de valor històric?**

L'herboristeria va ser de la mateixa família fins el 1994, any que va morir l'últim propietari sense descendència; després nosaltres vam adquirir la propietat, i els únics elements que s'hi conservaven eren els pots per posar cafè, els barrils metàl·lics per importa herba a Sud-Amèrica (de més de 50 anys), el molinet pel cafè, el rellotge de pèndol, l'estàtua en honor a Carl Von Linné i la seva font de marbre i la decoració en general.

### **16. Quina és la història sobre l'estàtua de marbre?**

En honor, com l'antic nom de la Linneana, a Carl Von Linné, botànic suec del 1700. L'estàtua és de marbre, i la va construir Faust Baratta Rossi, escultor italià de Carrara que va venir a viure al Maresme i va construir altres fons com la del Palau entre l'estació de França i el cementiri.

Antigament, la font estava plena de sangoneres per vendre; avui en dia, en canvi, hi tenim manats de farigola.

### **17. Em podríeu explicar alguna experiència curiosa de l'herboristeria?**

S'hi han rodat diferents pel·lícules, la més famosa, el *Perfum*, novel·la escrita per Patrick Süskind. Es va gravar l'estiu de l'any 2005, per recrear una perfumeria del

París del segle XVIII de cara a l'adaptació cinematogràfica de Tom Tykwer. Van estar-hi 12 dies per reformar la botiga; 8 dies per col·locar una làmpada especial sense danyar el sostre de valor històric; 8 dies més filmant i 2 per desmuntar-ho tot.

**18. Segons la seva experiència, quin és el remei estrella que recomanaríeu a tothom abans d'anar a la farmàcia?**

No n'hi ha un, depèn de cada persona i malaltia. Per les clàssiques, la camamilla, la marialluïsa, la til·la i el poniol. I per exemple, l'anís verd, va molt bé per els mals de panxa.

**19. Si poguéssiu tornar enrere, canviariéu la vostra trajectòria o tornariéu a escollir ser herbolaris? Per què?**

Faríem com hem fet, ser herbolaris fins ara. Perquè ens agrada i ho portem a dintre.

**20. Penseu que qui no fa ús de la medicina natural s'equivoca?**

Sí, perquè la medicina natural té la seva importància dintre de la medicina a nivell baix, segons el grau de la malaltia, per exemple un constipat, primer de tot s'hauria de prendre unes herbes abans d'acudir al medicament de farmàcia.

També és veritat, que no tenen la toxicitat dels medicaments, per tant això ja hauria de ser un punt a favor per fer-ne ús.

**21. Quins consells bàsics donariéu a una persona escèptica en aquest tema?**

És molt difícil aconsellar. Primer de tot, però, els hi recomanaríem que ho provessin, per poder observar-ne els resultats i si veuen que són favorables i han millorat, hi creuran per ells sols.

**22. Quin nivell de receptivitat veieu entre la societat en la medicina natural?**

El moviment ecològic que hi ha actualment, retorna a la gent tant jove com gran, de tot tipus i de totes les categories socials. Abans es creia que era ridícul fer ús de les plantes com a medicina i anar a les herboristeries, però ara la gent s'està adonant que serveixen per moltes coses. Per tant, podem dir que ecològicament la societat és més conscient, i això és gràcies a la influència d'Internet; abans la gent creia en el metge, en canvi ara es fiquen als buscadors d'Internet i com que la curiositat pot molt, s'informen i es diagnostiquen ells mateixos (això sí, malalties poc greus).

### **23. Pel que fa el tema que ens ocupa, com us definiríeu?**

Una ajuda a la gent que ho necessita, igual que les mares ajuden amb els seus coneixements a les seves filles. Nosaltres recomanem el que pensem que per a nosaltres ens serviria, després ja és criteri de cadascú, fer-ne cas o no.



Fotografies pròpies amb els herbolaris  
de l'Herboristeria del Rei, Trinitat  
Sabatés i Joan Parés.



## **11.5. ENTREVISTA A UN FARMACÈUTIC:**

L'entrevista està realitzada al farmacèutic de la Farmàcia Bansell de l'Esquirol, Xavier Bansell i Bigas.

### **1. Quina és la seva opinió sobre la medecina natural?**

És la mare, és l'origen de la medicina actual, fins el segle XIX la farmacognòsia (conèixer ven bé el fàrmac) i la farmacologia eren el mateix però a partir d'aquest segle amb el descobriment de com aïllar substàncies de les drogues, (segons la farmàcia una droga es qualsevol cosa que ingereixes i provoca un canvi fisiològic) es comencen a separar els dos conceptes.

### **2. Abans es refia d'un remei casolà o de la farmàcia convencional?**

Depèn de la gravetat, si amb un remei casolà pots passar tampoc cal fer ús del fàrmac; no són pas exclusius, es complementen.

### **3. Consumeix herbes medicinals habitualment? Quines?**

No amb infusió sino amb extracte sec (una càpsula de valeriana, l'arrel ven petita) i fluid (tintura de valeriana), n'hi ha la mateixa quantitat però diferent volum, n'hi ha el mateix que en una infusió però l'hem anat assecant.

### **4. Quines malalties creu que són més fàcils de curar amb la medecina natural?**

Moltes, excepte casos aguts, infecciosos. No hem de dubtar i prendre antibiòtic, si el metge no ho prescriu. La natural és més efectiva.

### **5. Sempre i amb tothom van bé?**

Cadascú és diferent, som individuals, no es pot fer una formula general, sinó adequada al metabolisme de cada persona. Cadascú actua diferent davant un principi actiu segons el seu metabolisme.

### **6. La base d'aquestes remeis són sempre plantes?**

Majoritàriament sí, un 90%, n'hi ha d'origen animal (verí d'escurçó, els medicaments per la pressió més utilitzats son els IECA provenen d'un verí d'escurçó), i mineral sal de magnesi , alumini, antiàcids.

**7. Quines plantes no falten mai a casa seva?**

El llorer, l'eucaliptus, camamilla, per cuina, i altres plantes que no fem servir en infusió sinó en càpsules d'extracte sec (pel colesterol i pressió)

**8. D'on obté les plantes?**

De proveïdors que ens les porten a la farmàcia. Recol·lecció pròpia i en el meu cas, també farmàcia.

**9. Quina part de la planta utilitza bàsicament?**

Depèn de la planta, cada planta té la seva droga des del punt de vista farmacèutic.

**10. Els remeis que coneix són sempre amb plantes seques o també n'hi ha amb plantes tendres?**

En el meu cas, seques, perquè utilitzo l'extracte sec.

**11. Coneix remeis per a tots els mals?**

No, tan de bo! Utilitzem bibliografia per buscar aplicacions de les plantes, remeis, com prendre-les, efectes secundaris, interaccions..

**12. Hi ha algun mal que sigui impossible de curar amb remeis naturals?**

N'hi ha que són casos aguts, processos aguts que millor aplicar un remei més potent.

**13. Sap si tenen efectes secundaris?**

Sí, i tant! Les plantes són laboratoris químics fantàstics, carregats de química, i tot producte químic que sintetitzen té interaccions, efectes secundaris, i també cura.

**14. D'on obté la informació?**

Bibliografia de molts tipus que tenim i alguna cosa d'internet, també.

**15. Em podria dir algun punt negatiu de la medicina natural?**

En alguns casos aïllats la falta de potència que poden fer que la malaltia progressi i empitjori el pacient.

**15. Quan es va començar a interessar per la farmàcia? I per la medicina natural?**

De petit m'atreia la possibilitat de tenir la meua pròpia farmàcia quan fos gran i, la medicina natural a partir del segon curs de farmàcia on hi ha botànica.

**16. Fent referència a la seva farmàcia, quin és el seu origen?**

Fa 25 anys que sóc aquí, però ja es parlava que de joves ja tenien farmàcia al poble.

**17. Quin any es va fundar?**

No ho sé.

**18. S'hi conserven documents i objectes de valor històric?**

No, perquè va anar passant d'un a l'altre i s'ha perdut tot.

**19. Quines peces són les més antigues?**

Peces que hem anat comprant ara o trobant.

**17. Podria explicar-me alguna experiència en la farmàcia?**

Deu fer uns 10 anys, que un monitor de colònies va venir a la farmàcia amb una planta dient que un seu alumne s'havia menjat els fruits negres d'aquella planta perquè els seus amics li havien dit que seria més valent; volia saber quina planta era i jo em vaig quedar en blanc. Ja que havia fet botànica al curs de farmàcia, vaig voler tornar-ho a repassar i tenir conceptes perquè no em tornés a passar. Aquella planta era senet de pagesos i era altament purgant.

**18. Segons la seva experiència, quin és el remei que recomanaria a tothom abans d'anar a la farmàcia?**

No hi ha un de remei per a tothom, però cal escoltar el teu cos, que avui en dia això està molt abandonat, saber interpretar què et vol dir el cos.

**19. Si pogués tornar enrere, canviaria la seva trajectòria o tornaria a escollir ser farmacèutic? Per què?**

No sabia ser res més que ser farmacèutic, o almenys és la meva impressió. Perquè no m'imagino fent una altra cosa.

**20. Pensa que qui no fa ús de la medecina natural s'equivoca?**

S'ha de buscar la complementarietat de les dues medicines.

**21. Quins consells bàsics donaria a una persona escèptica en aquest tema?**

Que les plantes són laboratoris químics fabulosos, i que la farmacologia actual no fa més que intentar copiar als processos químics que succeeixen a dintre les plantes.

Fabriquen remeis per a tots els nostres mals gairebé, i en queden molts per descobrir, origen marí, vegetal...

## **22. Pel que fa el tema que ens ocupa, com es definiria?**

Des de l'experiència de fa 10 anys, busco l'equilibri entre les dues tendències, la medicina convencional i la natural.



Fotografia pròpia amb el farmacèutic  
la farmàcia Bansell de l'Esquirol,  
Xavier Bansell Bigas.

## **12. ANÀLISI DE LES ENQUESTES SOBRE LES PLANTES MEDICINALS**

La mostra que hem pres és d'un total de 120 persones enquestades d'edats compreses entre 10 i més de 70 anys.

S'han enquestat 30 persones de les franges d'edats següents: de 10 a 30 anys, de 30 a 50 anys, de 50 a 70 anys i de més de 70 anys. En paritat de sexes en tots els casos. Així doncs en total s'han enquestat 60 homes i 60 dones de totes les edats.

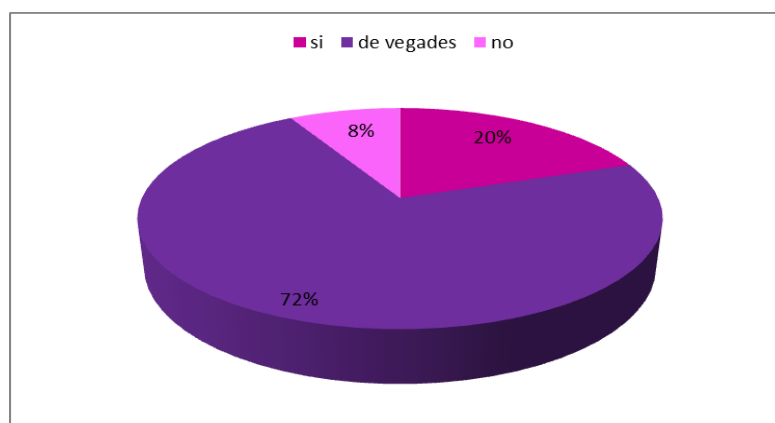
Amb els resultats d'aquestes enquestes, pretenem valorar el coneixement que la societat té de la medicina natural, les herbes medicinals més conegudes i l'ús que se'n fa, i, en cas de malaltia, a què s'acudeixen abans, a la farmàcia convencional o a un remei casolà.

Els enquestats formen part de totes les classes socials, i les persones tenen formacions i professions diverses. També he tingut en compte que hi haguessin enquestats de nacionalitat catalana i d'altres de fora de Catalunya.

**Pregunta 1)****Creus en la medicina natural?**

☐ Si, sempre      ☐ De vegades      ☐ No, tampoc m'interessa

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: si	2	3	2	5	12
Dones: si	2	3	4	3	12
<b>Total si</b>	4	6	6	8	<b>24</b>
Homes: de vegades	10	11	14	9	44
Dones: de vegades	13	11	11	9	44
<b>Total de vegades</b>	23	22	25	18	<b>88</b>
Homes: no	3	1	0	1	5
Dones: no	0	0	0	3	3
<b>Total no</b>	3	1	0	4	<b>8</b>



En general, un 73,3% dels enquestats han respost que creuen en la medicina natural només de vegades; pel que fa al 20% dels enquestats, han respost que hi creuen sempre; i només un 6,6% dels enquestats han respost que no i que ni tampoc els interessa.

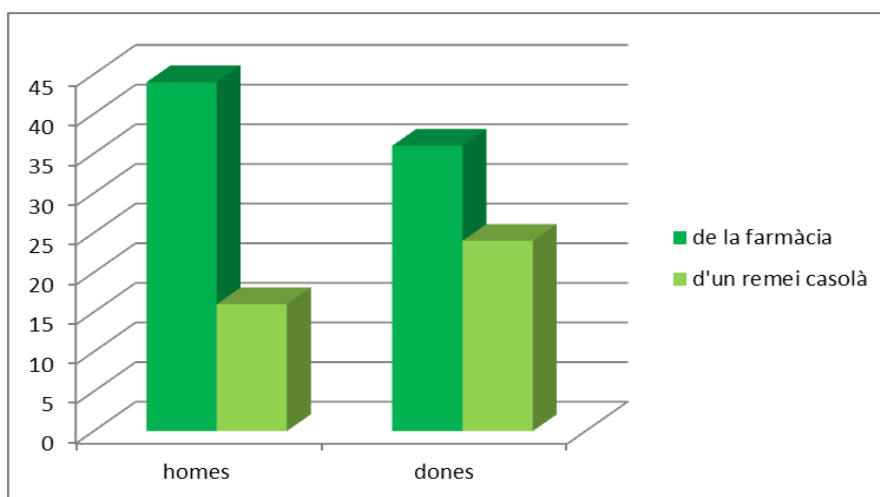
Si ens fixem en el sexe dels enquestats i els resultats obtinguts, podem veure clarament que no hi ha diferència entre dones i homes, ja que en el nombre de “si” i “de vegades”, és exactament el mateix entre homes i dones. L'únic que varia és la resposta del “no”, que hi ha un 1,6% més d'homes que l'ha escollit.

Si ens fixem en les edats dels enquestats i els resultats obtinguts, podem observar que el % més elevat de persones que creuen en la medicina natural i les que no hi creuen es troba en les persones de més de 70 anys; en canvi la resta d'edats tenen el % més gran en “a vegades”. Per tant, la gent gran, o confia molt en la medicina natural, o no hi confia gens, ja que a la resposta del “de vegades” té el % més baix.

**Pregunta 2)****Creus abans et refies de la farmàcia convencional o d'un remei casolà?**
☐ De la farmàcia convencional

☐ D'un remei casolà

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: de la farmàcia	10	9	13	12	44
Dones: de la farmàcia	10	9	8	9	36
<b>Total de la farmàcia</b>	20	18	21	21	<b>80</b>
Homes: d'un remei casolà	4	5	3	4	16
Dones: d'un remei casolà	5	5	7	7	24
<b>Total d'un remei casolà</b>	9	10	10	11	<b>40</b>



La majoria de la població acudeix abans a la farmàcia convencional que als remeis casolans; especialment els homes, en un 36,6%. Malgrat que el % de dones que abans es refien de la farmàcia també és més alt que les que acudeixen a un remei casolà el % és més baix que el dels homes (20%) per tan hi ha més dones que utilitzen remeis naturals.

El fet que el nombre de dones que creuen en els remis casolans sigui més elevat que el dels homes és degut a que des de sempre, les dones de pagès s'han hagut de fer càrrec de les malalties dels seus familiars; elles, en quedar-se a casa a cuinar, netejar, etc., van anar adquirint coneixements de medicina a partir de l'experiència, i aquestes l'han anat passant de generació en generació femenina, fins el dia d'avui.

Pel que fa a les edats, en totes les franges es refien abans de la farmàcia convencional que d'un remei casolà.



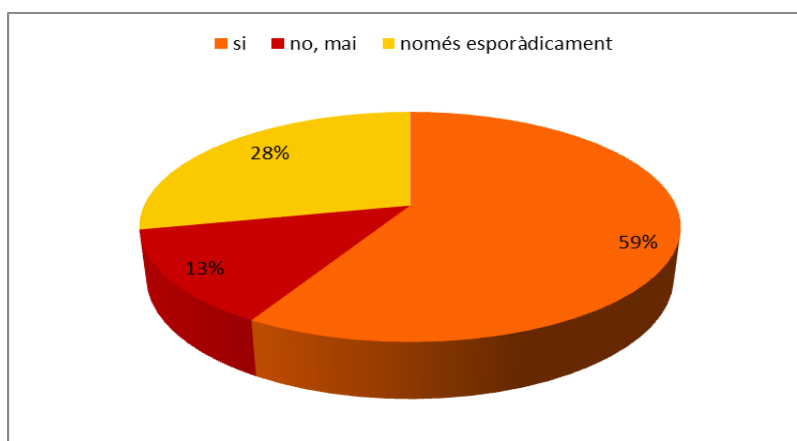
**Pregunta 3)****Consumeixes habitualment alguna herba medicinal?**

☐ Si → Quina? ☐ Camamilla. ☐ Til·la. ☐ Menta. ☐ Farigola

☐ Eucaliptus ☐ Romaní ☐ Espígol ☐ Altres

☐ No, mai ☐ Només esporàdicament.

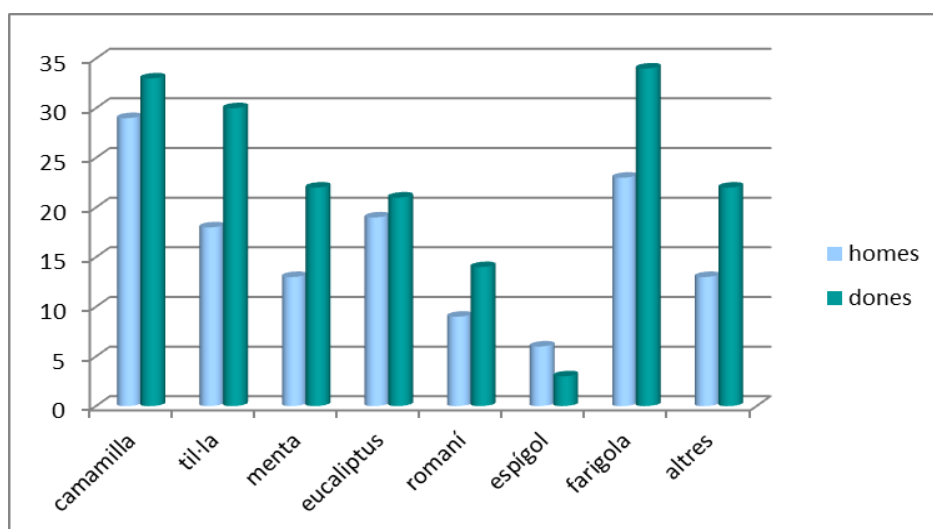
	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: si	7	6	10	12	35
Dones: si	8	10	15	10	43
<b>Total si</b>	15	16	25	22	<b>78</b>
Homes: no mai	3	3	1	1	8
Dones: no	1	0	0	3	4
<b>Total no</b>	4	3	1	4	<b>12</b>
Homes: només esporàdicament	5	6	4	2	17
Dones: només esporàdicament	6	5	0	2	13
<b>Total només esporàdicament</b>	11	11	4	4	<b>30</b>



Malgrat que gairebé la majoria de la població acudeix abans a la farmàcia, en aquestes enquestes es demostra que molta gent, en concret un 59%, consumeix habitualment alguna herba medicinal de les més conegudes. Del total que ha respost que mai en consumeixen, és el % més petit, un 13%. I el nombre de gent que les consumeix només esporàdicament, és d'un 28%.

Pel que fa a les edats, les persones compreses entre 50 i 70 anys són les que habitualment consumeixen més herbes medicinals. Segurament això és degut al fet que abans les plantes eren considerades remeis de moltes malalties, ja que ni la medicina ni el fàrmac no estaven tan desenvolupats ni potenciats/promocionats com ara.

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: camamilla	6	4	9	10	29
Dones: camamilla	7	8	10	8	33
<b>Total camamilla</b>	<b>13</b>	<b>12</b>	<b>19</b>	<b>18</b>	<b>62</b>
Homes: til·la	2	1	7	8	18
Dones: til·la	6	6	9	9	30
<b>Total til·la</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>48</b>
Homes: menta	1	3	6	3	13
Dones: menta	4	6	7	5	22
<b>Total menta</b>	<b>5</b>	<b>9</b>	<b>13</b>	<b>8</b>	<b>35</b>
Homes: eucaliptus	3	3	4	9	19
Dones: eucaliptus	4	7	3	7	21
<b>Total eucaliptus</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>7</b>	<b>16</b>	<b>40</b>
Homes: romaní	1	1	1	6	9
Dones: romaní	0	4	5	5	14
<b>Total romaní</b>	<b>1</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>11</b>	<b>23</b>
Homes: espígol	1	0	1	4	6
Dones: espígol	0	0	2	1	3
<b>Total espígol</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>9</b>
Homes: farigola	3	5	6	9	23
Dones: farigola	7	6	11	10	34
<b>Total farigola</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>57</b>
Homes: altres	3	1	3	6	13
Dones: altres	4	4	9	5	22
<b>Total altres</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>11</b>	<b>35</b>



De les herbes remeieres més populars, les més usades per la població enquestada són la farigola i la camamilla, tant per homes com per dones. Seguides de la til·la (més

preferida per les dones), la menta, l'eucaliptus el romaní i finalment l'espígol amb un 7,5%. És curiós observar que en totes les herbes la columna més alta és la de les dones, excepte l'espígol, que malgrat que és el que es consumeix menys, la columna més alta és la dels homes.

Val a dir, que l'herba més consumida entre els joves (de 10 a 30 anys) és la camamilla; les més consumides per la gent de 30 a 50 anys són la camamilla i la farigola; mentre que les preferides per les persones de 50 a 70 anys són la camamilla, la farigola i la til·la; i, les més usades pels més de 70 anys són la camamilla, la farigola, la til·la i l'eucaliptus.

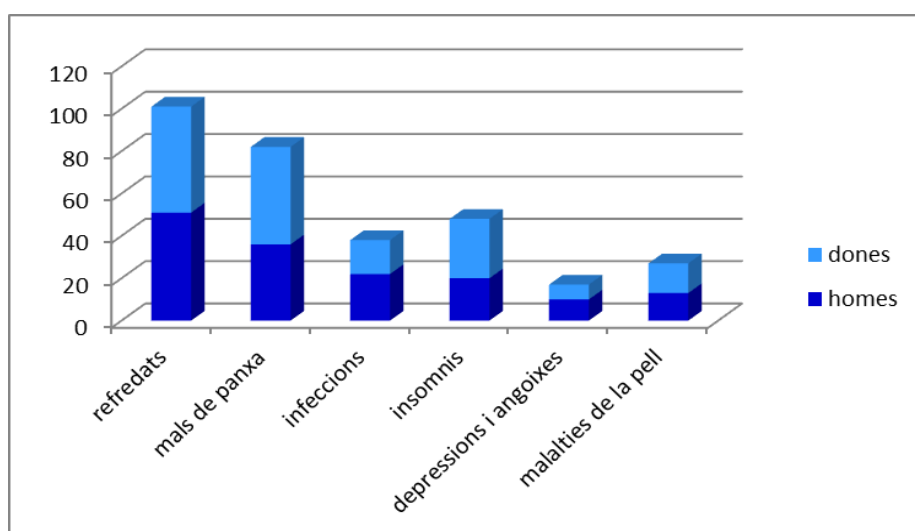
Es poden veure les propietats curatives de cada planta al *Receptari de plantes medicinals catalanes* que s'adjunta amb aquest treball.

**Pregunta 4)**

**Quines malalties creus que són més fàcils de curar amb la medicina natural?**

- |  |                                     |  |
|--|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Refredats     | <input type="checkbox"/> Infeccions | <input type="checkbox"/> Depressions i angioixes |
| <input type="checkbox"/> Mals de panxa | <input type="checkbox"/> Insomnis   | <input type="checkbox"/> Malalties de la pell    |

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: refredats	14	9	15	13	51
Dones: refredats	12	13	13	12	50
<b>Total refredats</b>	<b>26</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>25</b>	<b>101</b>
Homes: mals de panxa	9	7	9	11	36
Dones: mals de panxa	9	15	12	10	46
<b>Total mals de panxa</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>82</b>
Homes: infeccions	4	7	6	5	22
Dones: infeccions	3	4	7	2	16
<b>Total infeccions</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>13</b>	<b>7</b>	<b>38</b>
Homes: insomnis	5	5	5	5	20
Dones: insomnis	9	7	8	4	28
<b>Total insomnis</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>9</b>	<b>48</b>
Homes: depressions i angioixes	2	4	2	2	10
Dones: depressions i angioixes	3	1	2	1	7
<b>Total depressions i angioixes</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>17</b>
Homes: malalties de la pell	3	2	3	5	13
Dones: malalties de la pell	0	4	5	5	14
<b>Total malalties de la pell</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>27</b>



Tant la població masculina com la femenina creuen que les malalties més fàcils de curar amb la medicina natural són els refredats, seguides dels mals de panxa; i de més

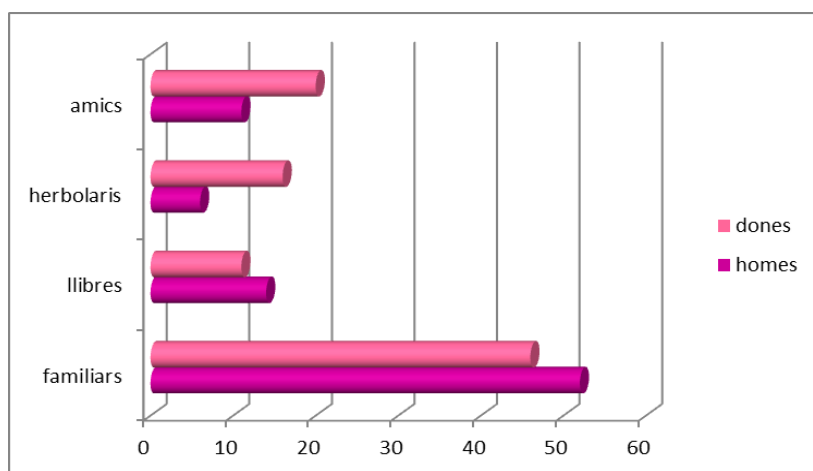
lluny, dels insomnis. El que menys curem amb plantes són les depressions i les angoixes. Puc deduir que tan els homes com les dones estan en paritat d'opinions en tots sis casos.

Si ho mirem per edats, totes les franges també estan bastant d'acord, i el que més es pot curar amb herbes remeieres són els refredats, seguides dels mals de panxa i insomnis; i el que joves i grans creuen que no són fàcils de curar amb herbes són les depressions i angoixes i les malalties de la pell.

Referent als enquestats, la gent va ben encaminada en relació a les plantes que més es consumeixen i les malalties que creuen que curen, com és el cas de la camamilla i la farigola, que van bé per els mals de panxa i els refredats respectivament.

**Pregunta 5)****D'on has obtingut la informació?**☐ Familiars☐ Herbolaris☐ Llibres☐ Amics

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: familiars	13	13	13	13	52
Dones: familiars	13	11	10	12	46
<b>Total familiars</b>	26	24	23	25	<b>98</b>
Homes: llibres	4	1	7	2	14
Dones: llibres	2	3	6	0	11
<b>Total llibres</b>	6	4	13	2	<b>25</b>
Homes: herbolaris	2	0	4	0	6
Dones: herbolaris	3	5	6	2	16
<b>Total herbolaris</b>	5	5	10	2	<b>22</b>
Homes: amics	2	3	1	5	11
Dones: amics	4	6	6	4	20
<b>Total amics</b>	6	9	7	9	<b>31</b>



La font principal d'informació de la gent enquestada són els familiars, tant pel que fa als homes com les dones. Seguit dels llibres pels homes, i dels amics i els herbolaris per les dones.

Pel que fa a l'edat, des dels més joves fins als més grans, la majoria han obtingut la informació dels familiars, seguit amb diferència dels llibres i dels herbolaris. I per últim, amb un % molt baix, dels amics.

Vistos els resultats, és important que les tradicions i els coneixements de la gent gran de cada família es vagin transmetent de generació en generació, ja que sinó hi haurà molta saviesa remeiera que es perdrà.

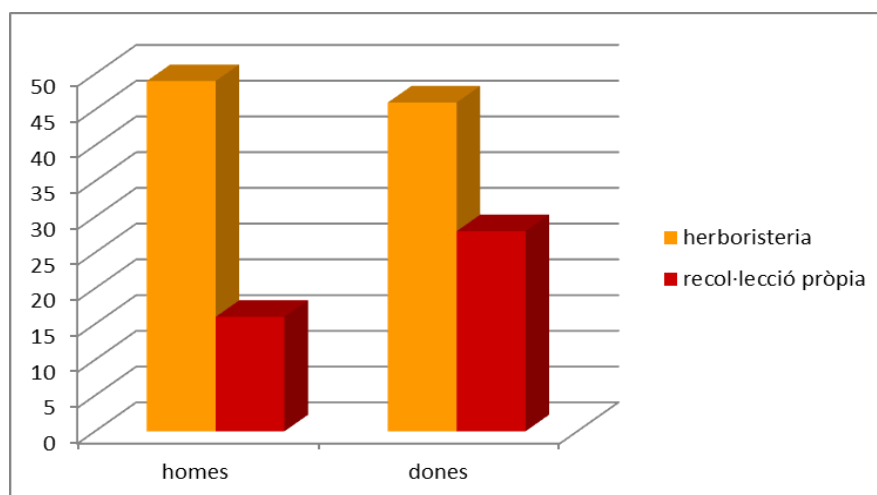
**Pregunta 6)****D'on obtens les plantes?**☐

Herboristeria

☐

Recol·lecció pròpia

	entre 10-30 anys	entre 30-50 anys	entre 50-70 anys	més de 70 anys	Total
Homes: herboristeria	15	12	11	11	49
Dones: herboristeria	12	13	13	8	46
<b>Total herboristeria</b>	27	14	24	19	<b>95</b>
Homes: recol·lecció pròpia	1	3	5	7	16
Dones: recol·lecció pròpia	5	8	7	8	28
<b>Total recol·lecció pròpia</b>	6	11	12	15	<b>44</b>



En general, tant homes com dones acudeixen majoritàriament a l'herboristeria per obtenir les plantes. Cal destacar però que les dones tenen el % més alt pel que fa a la recol·lecció pròpia. S'ha de dir que alguns dels enquestats contestaven que obtenien les plantes dels dos llocs, com és el cas de moltes dones.

Segurament, la opció d'anar a l'herboristeria és la més còmode i fàcil, ja que molta gent o no té temps per anar al bosc, o no tenen prou coneixements sobre les plantes i no volen equivocar-se ni jugar-se-la amb la salut. El fet d'informar-se per identificar les plantes, el temps de recol·lecció, assecat i conservació és llarg, i gran part de la societat no vol "perdre el temps" d'aquesta manera, per això opten per anar a la botiga.

Fent referència a les edats, els més joves, d'entre 10 i 30 anys, són les que compren més a l'herboristeria; mentre que els més grans, de més de 70 anys, són els que més recullen ells mateixos les plantes. D'això en puc deduir, que la gent més gran, els avis, són els que saben identificar les herbes.



### **13. ACTIVITATS PRÀCTIQUES (RECOL·LECCIÓ, HERBARI, ELABORACIÓ DE REMEIS I RECEPTARI)**

#### **A) INTRODUCCIÓ**

Simultàniament a la recopilació d'informacions teòriques sobre el tema que he escollit, he anat portant a terme un treball de camp que consisteix en la identificació, recol·lecció i conservació de plantes remeieres, l'elaboració de l'herbari, la realització d'un receptari i la fabricació d'alguns dels remeis seguint les indicacions que m'han anat donant els avis.

#### **B) OBJECTIUS**

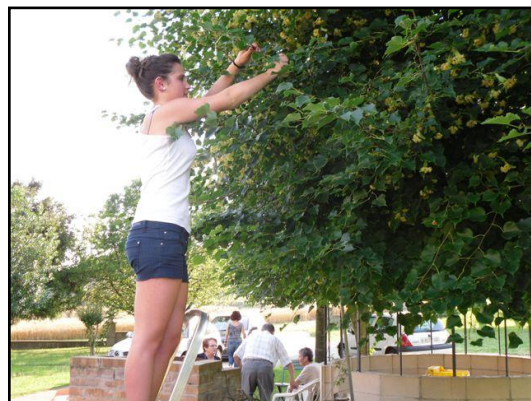
- Saber identificar *in situ* (al bosc, als marges dels camins o a les prades) les 25 plantes que he tractat.
- Fer-ne na recol·lecció apropiada, sense arrencar les arrels ni malmetre la planta.
- Assecar-les en un lloc ventilat per afavorir-ne la seva deshidratació i la bona conservació dels principis actius per poder fer-ne ús.
- Premsar correctament les plantes per poder-ne fer l'herbari.
- Buscar informació de les 25 herbes, els seus remeis i les aplicacions.
- Transcriure aquesta informació per elaborar el meu receptari.
- Fer i cercar fotografies per il·lustrar tots els apartats del receptari.
- Elaborar alguns dels remeis que s'expliquen al meu receptari.
- Construir i omplir un maletí amb bossetes de les 25 plantes assecades; quatre ampolletes amb oli de donzell, oli de cop, essència de saüc i esperit de romaní; i quatre potets amb ungüent de calèndula, ungüent d'espígol, ungüent de romaní i ungüent de donzell.
- Intentar simbolitzar amb aquest maletí, els productes que portaven les trementinaires al seu farcell per guarir mals de manera "ambulant".
- Aplicar tòpicament l'esperit de romaní (al meu braç adolorit), i l'ungüent de calèndula (a una ferida del dit del meu pare) i comprovar-ne els resultats.

#### **C) MATERIALS I MÈTODES**

##### **1) Mètode:** identificació i recol·lecció d'herbes

- Material:**
- llibres, webs i revistes científiques
  - informació oral de diferents persones entrevistades

- fotografies per a la identificació
- bosses, capsos i tisores



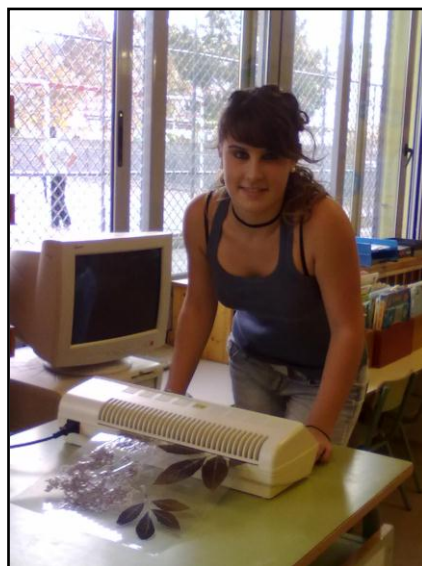
## 2) Mètode: assecat i conservació d'herbes

- Material:**
- herbes remeieres
  - bosses i capsos
  - premsa de fusta
  - papers secants o de diari

## 3) Mètode: elaboració de l'herbari

- Material:**
- herbes remeieres premsades
  - fulls DIN A3
  - plàstics DIN A3
  - plastificadora
  - etiquetes





#### 4) **Mètode:** elaboració del receptari

**Material:** - llibres, webs i fotografies  
- cartolines DIN A4 i cordó

#### 5) **Mètode:** preparació de remeis casolans

Essència de saüc: s'agafa una olla i es tapa amb un drap net damunt del qual s'hi posa flors de saüc tendres i sobre les flors, un braser amb cendra i brasa barrejat; les brases generen prou calor perquè, al cap d'una estona, les flors de saüc desprenguin la seva essència líquida (l'oli essencial), que caurà filtrada



dins l'olla: aquest líquid és el que hem de beure. Quan la flor sigui seca, se n'afegeixen més i així fins a obtenir tanta essència com desitgem.

**Material:** - una olla, un drap net, unes brases i flors de saüc tendres  
- una ampolleta de vidre  
- una etiqueta, cordonet i un tros de drap



Oli de cop: s'elabora macerant flors de pericó acabades de collir en oli d'oliva (o millor d'ametlles, ja que és més ric en vitamina E) o alcohol durant 21 dies, o bé un mes o fins i tot un any, i s'ha d'anar xarbotejant el pot de tant en tant. També s'hi pot afegir gallarets.

**Material:** - oli d'oliva, flors de pericó tendres  
- una ampolleta de vidre  
- una etiqueta, cordonet i un tros de drap

Espirit de romaní: consisteix en la maceració d'una branca de romaní en alcohol 90° durant 40 dies a sol i serena. També s'hi afegeix un tall de llimona i un de pastanaga.

Una altra manera de fabricar-ne, és agafant una branqueta sencera de romaní, una cullerada d'espígol, flors de pericó i un got de suc de llimona i deixeu-ho tres dies en maceració en alcohol; amb això obtindrem una barreja d'*esperit de vi* i d'*oli de cop* amb propietats dermatològiques.

**Material:** - alcohol 90°, una branca de romaní tendra, llimona i pastanaga.  
- una ampolleta de vidre  
- una etiqueta, cordonet i un tros de drap

Oli de donzell: s'elabora macerant fulles de donzell acabades de collir en oli d'oliva durant 21 dies, o bé un mes o fins i tot un any, i s'ha d'anar xarbotejant el pot de tant en tant.

**Material:** - oli d'oliva, donzell tendre  
- una ampolleta de vidre  
- una etiqueta, cordonet i un tros de drap

Ungüents de calèndula, espígol, donzell i romaní: barregem 1 litre d'oli d'oliva, 300 grams de flors de calèndula, fulles i flors d'espígol, fulles de donzell o flors de romaní fresques, 125 grams de cera verge, unes gotes de llimona; es cou l'oli amb les flors i fulles durant una hora a foc lent, s'extreuen les flors i les fulles, filtrem l'oli i afegim cera verge i gotes de llimona; un cop dissolta la cera s'aboca en recipients on es deixa refredar i els tanquem, protegint-los de la llum, la calor i la humitat

- Material:**
- oli d'oliva, calèndula, espígol, donzell o romaní
  - quatre potets de plàstic
  - quatre etiquetes, cordonets i trossos de draps

Bosses amb flors i fulles seques: posem en bosses de cel·lofana les fulles i les flors que hem assecat de les 25 plantes.

- Material:**
- fulles i flors seques
  - 25 bosses de cel·lofana, 25 etiquetes i cordonets

#### 6) **Mètode:** construcció del maletí de la trementinaire

- Material:**
- maletí de fusta i llistons de fusta
  - fil de niló
  - bosses, potets, ampolletes i altres utensilis antics dels meus avis



#### D) RESULTATS

Els resultats de les activitats pràctiques són l'herbari, el receptari i el maletí que us adjunto en aquest treball.

#### E) COMENTARI

El procés d'elaboració d'aquest treball l'he anat portant a terme al llarg de tot l'any. En primer lloc, vaig buscar informació per a la identificació de les plantes per poder fer la recol·lecció a la primavera i a l'estiu, que és l'època adequada.

Per l'assecat i la conservació em va anar molt bé les golfes dels meus avis, perquè és un lloc ventilat, freqüent i fosc, i les herbes s'han deshidratat de forma idònia, durant el període de temps que requereixen.

Per la confecció de l'herbari, el premsat l'hem fet sense cap problema, amb una premsa de fusta que vaig construir jo mateixa. Però per plastificar algunes plantes de tiges gruixudes o llavors amb volum, se'ns han presentat certes dificultats perquè s'encallaven a la plastificadora. En general, però, els resultats finals han estat satisfactoris, i he pogut fer una làmina per a cada una de les 25 plantes treballades.

El receptari l'he anat confegint amb l'ajut de bibliografia i de la saviesa dels avis, i cercant en llibres antics fórmules miraculoses (secrets màgics per curar).

La maceració i l'elaboració dels remeis (olis i ungüents) els he anat fent mica en mica amb la col·laboració i supervisió dels meus avis, que en tot moment em deien si els resultats eren els esperats.

Pel que fa a l'obtenció de l'essència de saüc, la vam haver de repetir una vegada, perquè el primer cop el drap amb la flor torrada va tocar a l'essència, la va enterbolir i va quedar fosca, quan en realitat ha de quedar transparent. La segona vegada ho vàrem tenir en compte i l'essència ens va quedar tal com esperàvem.

Referent a la presentació de tot aquest material, ens va costar decidir com exposar-ho; finalment, vam optar per aquest maletí de fusta, on hi hem col·locat tot els remeis i altres objectes antics, relacionats amb la medicina que s'utilitzava en les cases de pagès quan els meus avis eren petits.

Finalment, haig de constatar que els resultats de l'aplicació de l'esperit de romaní per el meu braç adolorit van ser positius, perquè al cap de dos dies de fer-me fregues i massatge amb aquest preparat, el dolor va desaparèixer. Pel que fa la ferida del dit del meu pare, que s'hi va posar ungüent de calèndula, també ha cicatritzat bé.

## **14. CONCLUSIONS**

Amb tota la informació que he rebut elaborant aquest interessant treball podem afirmar que les plantes medicinals són els remeis més antics de la humanitat. Totes les cultures han utilitzat recursos vegetals per tractar malalties i afeccions de forma natural. I també hem pogut comprovar que no només estan interessats a investigar les seves propietats els partidaris de la medicina alternativa, sinó que també ho estan els grans laboratoris farmacèutics, perquè més de la meitat dels fàrmacs que trobem al mercat estan elaborats amb plantes medicinals: *“Gairebé tots els grans remeis farmacològics són obtinguts del regne vegetal”*.

Bona part del treball de camp que he anat fent prové d'allà on es troben les plantes, la mateixa naturalesa. Els boscos i les prades són la nostra esperança de salut, ja que és on creixen les plantes medicinals i purifiquen l'aire de les gran ciutats. Per aquesta raó, ja en l'antiguitat, els grecs i els romans consideraven el bosc com a residència d'Esculapi, déu de la medicina.

He pogut comprovar que el medi rural permet desenvolupar més habilitats que els ambients més massificats, i és on la gent creu més en els remeis casolans i on les àvies encara tenen el poder per fer infusions i cataplasmes per curar. En general, estem fent una societat molt medicalitzada, cada vegada som menys tolerants al dolor i volem que el medicament ho acabi arreglant tot, sense intentar de recórrer abans a solucions més naturals.

Realitzant aquest treball de recerca m'he adonat que hi ha una gran diversitat de designacions populars de les plantes, per exemple un mateix nom popular es fa servir per identificar espècies diferents, especialment amb les herbes amb noms de sants i santes; i per altra banda, una mateixa planta pot tenir més de 40 noms diferents. Per això cal conèixer el nom científic de les herbes, ja que ens pot indicar algunes característiques de les plantes i ens pot estalviar problemes en la identificació, i això, tractant-se de plantes medicinals pot evitar posteriors disgustos. També he pogut constatar que molts noms originaris de les plantes són desconeguts per la gent jove i no tan jove, i que s'està perdent una nomenclatura pròpia de la nostra llengua i del nostre país.

“El desballestament del món rural, unit als grans moviments de població dels nostres temps, ha arraconat aquella nomenclatura, fins al punt que les nostres generacions l'assimilen gairebé al folklore de pagès i s'oblida tanta significació com atresora. [...] El que vull dir, en definitiva, és que, si en el passat aquests noms obeïen a una raó pràctica, avui dia som a un pas d'una regressió



irreversible. Ben greu, perquè semblen oblidar que aquella terminologia popular és un tros substancial de la història natural, i que, com a tal, és part de les humanitats”.

Josep CUELLO I SUBIRANA: *Natures i romanços del Pirineu*

I, per acabar, m'agradaria fer constar que m'ha agradat passejar pels nostres boscos, pels nostres camps, per les voreres dels nostres camins, i recollir-ne les herbes, herbes verdes, herbes discretes, herbes minúscules, herbes de les àvies, herbes nostres: romaní, espígol, farigola, camamilla, malves, herba prima, hisop, pericó..., herbes que ens acosten a la terra, herbes que ens treuen els dolors, herbes que ens apropen a la gent gran, herbes que m'han fet aprendre molt, herbes que m'han fet gaudir fent aquest treball.

I ja, m'acomio amb unes branques de llorer, símbol d'Èxit i Alegria; un ram d'olivera, símbol de Pau; i amb unes fulles d'eucaliptus, símbol de la Salut, que és el que tots nosaltres volem.

## **15. FONTS UTILITZADES**

### **BIBLIOGRAFIA**

A.A.V.V. *Gran Enciclopèdia Catalana*, S.A. Barcelona, 1980

A.A.V.V. *Guía Práctica de las Plantas Medicinales y la Salud*. EDITORS, S.A., Barcelona, desembre 1983.

A.A.V.V. *La Botica de la Abuela*. Editorial Integral, Espanya, 1998.

BERDONCES, Josep Lluís. *Gran Enciclopedia de las Plantas Medicinales*. Ediciones Tikal, Barcelona, 2000.

FERRAN, Josep i FERRANDO, Trinitat. *Els remeis de l'àvia*. Editorial La Llar del llibre, Berga, 1987.

FONT QUER, Dr. Pius. *Plantas medicinales. El dioscórides renovado*. Editorial Labor, S.A., Barcelona 1980.

GAUSACHS, Ramon. *Les herbes remeieres volum I. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*. Editorial Rafael Dalmau, editor. Barcelona, 2007.

GAUSACHS, Ramon. *Les herbes remeieres volum II. De la cultura popular al fàrmac. Una aproximació etnobotànica*. Rafael Dalmau, editor. Barcelona, 2007.

RIPOLL, Lluís. *Herbes i remeis casolans*. Editorial H.M.B., Barcelona, 1985.

### **ARTICLES:**

AGUILAR, Anna. *Remeis molt animals* al *Diari Presència*, Santa Eugènia, publicat del 26 de gener a l'1 de febrer del 2007, pàgines de la 16 a la 19.

MARTÍNEZ, Lluís. *Remeis miraculosos* a *Revista Presència* núm. 2012, Santa Eugènia, publicada del 17 al 23 de setembre de 2010, pàgines de la 6 a la 13.

MIRALLES, Mercè. *Ha passat el metge* a *Revista Presència* núm. 2023, Santa Eugènia, publicada del 3 al 9 de desembre de 2010, pàgines de la 6 a la 13.

## **WEBGRAFIA**

Asturnatura (fotografia acònit, pàgina 22 del treball)

<<http://www.asturnatura.com/especie/aconitum-napellus-subsp-vulgare.html>>

[consulta 5/12/10]

Didalera (fotografia didalera, pàgina 24 del treball)

<<http://www.cifeaccion.com/noihaquienspari/Botanica/Plantas/didalera.htm>>

[consulta 5/12/10]

El pas de les trementinaires pels pobles catalans

<<http://www.xtec.cat/ieslabisbal/recerca03/trementinaires/iniciorganitzacio.htm>>

[consulta 29/11/10]

JUSQUIAM NEGRE (fotografia jusquiam negre, pàgina 25 del treball)

<[http://www.narcismunso.com/website/comentarios.asp?id=412&tema=c\\_plantes](http://www.narcismunso.com/website/comentarios.asp?id=412&tema=c_plantes)>

[consulta 5/12/10]

Mandràgora (fotografia mandràgora, pàgina 25 del treball)

<<http://mikiub.blogspot.com/>>

[consulta 5/12/10]

Mañana lo dejamos (fotografia cànnabis, pàgina 22 del treball)

<<http://adicciones-josegarciajomez.blogspot.com/2010/12/guia-visual-de-la-drogas-ii.html>>

[consulta 5/12/10]

Mot a mot (fotografia herba talpera, pàgina 24 del treball)

<<http://mingoforever.wordpress.com/2010/11/02/castanyacastany-castanyada-castanyer-a-castanyer/>>

[consulta 5/12/10]

Plantas de las brujas (fotografia belladona, pàgina 22 del treball)

<<http://www.comprarshiseido.com/plantasdelasbrujas.html>>

[consulta 5/12/10]

Plantes medicinals

<<http://www.botanical-online.com/medicin.htm>>

[consulta 18/11/10]

Txiqui Navarro (fotografia cascall, pàgina 23 del treball)

[http://txiquinavarro.blogspot.com/2007\\_09\\_01\\_archive.html](http://txiquinavarro.blogspot.com/2007_09_01_archive.html)

[consulta 5/12/10]

Remedios caseros

<<http://www.mis-remedios-caseros.com/>>

[consulta 3/12/10]

Salut i vida

<<http://www.salutivida.com/category/herbes/>>

[consulta 27/12/10]

## **ALTRES FONTS**

Farmàcia Bansell de l'Esquirol (Xavier Bansell i Bigas)

Fira d'Herbes Remeieres i Productes Artesans de Vilanova de Sau.

Fira de Sant Nicolau del Mallol.

Herboristeria del Rei.

Joan Terricabres Tió, naturista autodidacte.

Museu Arxiu Tomàs Balvey de Cardedeu (El Jardí del MATBC; la Farmàcia Balvey; i l'exposició "*El medicament i el paper*").

Santi Jàvega, herbolari de Sau.