



MEL

La masoveria de Resclusanys: «De cara al sol i d'esquena al vent».

És saludable la vivenda rural gironina?

JORDI TURRÓ i GOULA

La pregunta s'escau dins del tema «educació per a la salut». Aquí i avui la casa rural està de moda, pateix una revaloració important. Per una banda els nostres pobles creixen i s'hi fan cases noves; per altra banda, la restauració de les velles és evident als ulls d'un observador. Unes i altres presenten característiques sanitàries que cal analitzar.

La salut també és un valor en alça, en puja. El grau de salut preocupa la societat gironina de manera important, i el món rural no és cap excepció.

De què o de qui depèn que la vivenda rural sigui el més saludable possible?

En construir una vivenda rural de

nova planta, en quins detalls sanitaris cal fixar-se?

En restaurar una masia vella, com fer-ho per millorar la salubritat?

Aquestes preguntes troben respostes «oficials» en la legislació sanitària actual en matèria de vivenda, però hi ha moltes qüestions que no són previstes. Hi ha el sentit comú de cada lloc, hi ha el «seny», hi ha el costum i la manera de ser pròpia de cada poble, i moltes altres variables.

En aquest escrit busco desvetllar inquietuds pel tema, i també reflexionar sobre aspectes concrets oblidats, i refrescar idees bàsiques sobre la salut i la vivenda rural.

Som-hi doncs!



«A pagès hi ha unes condicions naturals bones per a la salut que cal aprofitar».

Uns quants conceptes bàsics

VIVENDA RURAL: Casa al camp, per oposició a la casa de la ciutat.

Cal diferenciar la casa rural aïllada de la casa rural de poble. Casa a muntanya, a la plana, a marina. Casa rural uni o plurifamiliar. Casa rural vella o de nova planta o restaurada. Casa rural de primera o de segona residència.

VIVENDA SALUDABLE: Casa que ajuda a mantenir i/o a millorar la salut dels seus habitants, i a recuperar-la quan s'ha perdut.

SALUT: Absència de malalties i defectes físico-psíquics. Benestar físic,

psíquic i social.

Manera de viure autònoma, solidària i joiosa.

Tres maneres de definir la salut que tenen un valor històric.

Cal aprofundir una miqueta en la darrera, que és més actual. Manera de viure vol dir un estil de vida, una forma de viure determinada, que té unes característiques definitòries: autonomia, solidaritat, i joia.

Autonomia vol dir que no depenem de metges, medecines, tractaments, màquines sanitàries, etc.

Solidària vol dir que aquesta manera de viure autònoma, a més és solidària amb els altres; jo tinc salut si els altres també en gaudeixen, és a dir que la salut no és només meva sinó també dels altres.

Joiosa vol dir que la salut és una manera de viure alegre, amb joia. D'alguna manera, qui està trist no gaudeix de salut pròpiament.

Cal, doncs, contemplar la salut com un concepte dinàmic, no estàtic.

Cal anar conquerint la salut, cada dia.

No serà molt demanar, que la casa rural vetlli per la salut dels seus habitants, i ajudi a recuperar-la quan la perdin?

Exercici d'aplicació dels conceptes anteriors

Generalitats: La casa rural, per si mateixa, pot aportar condicions de bona salut per als seus estadants; se les anomena «condicions higièniques i sanitàries».

Llongarriu, a la vall del Bac. «La comuna encara és corrent a moltes cases rurals de muntanya».





Casa pairal dels Coldecarrera. «Avui la casa rural està de moda».

Vegem-ne algunes:

UBICACIÓ: El lloc on es construeix la casa té molta importància per a la salut. Això ja ve regulat per la legislació sanitària. Llocs humits, enclotats, mal ventilats, poc solejats, en el curs de les aigües, etc. són perillosos per a la salut.

Així ho entenien els antics habitants del món rural gironí, i només cal caminar per les nostres comarques i fixar-se on estan ubicades les masies antigues.

Quins llocs més ben pensats, repensats i triats!

Recordo les masies de la Vall del Bac, quin exemple d'ubicació de les masies! (l'Om, la Badosa, la Coma, Martí Noi, el Triadú, Sant Miquel, la Coromina, Llongarriu, el Ferrer, etc.).

Per contra, conec una casa rural de nova planta en un poble a dotze quilòmetres de Girona, que ha estat construïda a dins el fossat de l'antic castell. El castell ja no existeix, però sí el fossat. I és clar, quan plou, les aigües omplen el fossat i la casa de nova planta pateix inundacions.

Triar el lloc és important per a la salut, però a vegades el motiu no és només la salut.

He esmentat la Vall del Bac a la Garrotxa. A la capçalera de la vall hi ha una masia memorial: El Mariner.

Una rondalla d'en Verdaguer ens explica els seus orígens, que va bé per això de triar el lloc.

Qui va construir El Mariner era un pescador a qui el mar arrabassà casa i família. L'home, desesperat, decideix viure lluny del mar.

Pren el poc que tenia a la tartana

i se'n duu un rem.

Fuig de marina cap a la muntanya. Quan arriba a un poble, s'atura a la plaça, i mostrant el rem pregunta als vilatans «què és això?» «Això és un rem», li diuen. Ell que sí, agafa la tartana i el rem i cap a un altre poble.

Ve a la Garrotxa, però encara coneixen el rem. L'home puja el Capsacosta i arriba a Sant Pau de Segúries.



L'Om, a la vall del Bac. «La restauració de les cases velles és evident als ulls d'un observador».



El Pairé. «La casa rural és saludable si permet de viure de forma autònoma, solidària i joiosa».

A la plaça de la vila ja no coneixen el rem, i li diuen: «Això és una pala del flequer». El nostre home, satisfet d'aquella resposta que li feia oblidar el mar, s'hi quedà i féu bastir la preciosa masia de Cal Mariner.

ORIENTACIÓ: «Casa on no hi entra el sol, hi entra el metge».

Així diu el refrany del poble, i quina raó que té!

Aprofitar el màxim d'hores de sol, sí que és una condició de bona salut per als seus estadants.

El sol és el millor agent de la salut. El sol és el nostre gran protector còsmic, d'ell ens ve la llum i l'escalf. Per això, el món rural viu de cara al sol. No així el món urbà, que tot sovint exigeix més diners per vivendes orientades al sol.

De cara al sol i d'esquenes al vent. Així és a l'Empordà. Allà les masies tenen finestres petites i poques obertures al nord, perquè la tramuntana no s'hi esmunyi.

Si aneu a la Vall del Bac, no deixeu de visitar la masia de Llongarriu. Hi veureu la millor orientació possible, d'una masia de muntanya: grans finestral i galeries cobertes a llevant, poques obertures a nord, i tota la masia orientada cap a la vall.

CONSTRUCCIÓ: Els materials amb què està feta la masia tenen la seva importància per a la salut, no només per a l'economia.

La distribució interior, espais amples, habitacions i alcoves airejades i seques són font de salut. Per això es diu: «Casa humida, el metge crida».

Un dia caminant per l'Alt Empordà vaig visitar un mas molt vell, però encara habitat. Era de planta baixa i pis, però no hi havia cap escala de graons, només unes rampes de fusta per anar al pis de dalt. Havent preguntat el perquè d'aquella falta d'escalas, em van explicar que la casa havia estat feta per una família on hi havia tres persones impossibilitades. Vet aquí un cas de com la casa s'adaptava a les condicions de salut dels seus estadants. Cal dir que el mas fou construït al segle XVI.

SERVEIS SANITARIS: Aquest és un capítol molt discutible, ja que hi ha serveis sanitaris del tot imprescindibles, i d'altres no ho són tant, i fins i tot n'hi ha de superflus. La vivenda rural també està sotmesa, com la urbana, a modes comercials del moment o de l'època en què vivim.

Tots estarem d'acord que tenir aigua corrent a la casa contribueix directament a la salut dels seus habitants. En canvi, el bidet o la banyera de cos sencer, ja no és tan clar, per a alguns.

«L'aigua corrent fa viure la gent» ens diu el refrany del poble. Cal, però, que l'aigua sigui potable, no contaminada. I això, no sempre és així, sobretot a cases rurals aïllades.

Moltes fonts, deus i pous de les nostres comarques pateixen una greu contaminació bacteriana. Cisternes i dipòsits bruts que mai es netegen, amb tapadores trencades o sense haver-n'hi, canonades en mal estat, sifons insuficients, filtracions dels femers, abocadors d'escombraries incontrolats, estabulacions de bestiar no aïllades,



Llongarriu. «La casa pairal, per si mateixa, pot aportar condicions de bona salut per als seus estadants».

pous sèptics no impermeabilitzats.

Tot això és un greu perill per a la salut dels habitants de la casa rural entre nosaltres.

El wàter ha representat, pertot arreu, un avenç important per a la salut, sobretot a pagès; però cal que hi hagi un bon servei de clavegueres. I on van a parar les femtes i orines humanes, i les aigües residuals de cuines i lavabos i dutxes o banys? És un misteri per a moltes cases rurals aïllades, i per a algunes de poble, que encara no han connectat amb el clavegueram públic. És evident que les cases rurals de nova planta tenen menys problemes d'aquesta mena.

Jo encara conec l'ús actual de la comuna a moltes cases rurals de les nostres muntanyes.

Els lavabos i les piques d'aigua a la cuina també són importants, però és clar, cal fer-los servir, i mantenir-los nets.

Diríeu que la nevera o el frigorífic són un avenç per a la salut? I els congeladors?

I tenir aigua calenta? I l'ús del gas butà?

També caldrà tenir en compte les estufes per a l'hivern.

I, què dir del foc de llenya?

A mi em sembla que ens estem passant. Cert que molts aparells sanitaris són útils, però necessaris ja no ho sé.

I, què dir de tants aparells electrodomèstics, que sota l'etiqueta de sanitaris, van envaint la vivenda rural o urbana?

Tornant al tema. La cambra o habitació del bany pot arribar a ser perillós per a la salut. Banyeres o plats de dutxa que llisquen, terres de gres o rajoles

massa llises, manca d'agafadors per entrar i sortir de la dutxa o banyera, són exemples perillosos, sobretot per a la gent d'edat.

A voltes hi ha manca de neteja i d'higiene personal, però a vegades ens tornem maniàtics de la neteja. Temps enrere a pagès només hi trobaves sabó i prou. Ara a qualsevol casa rural hi ha una col·lecció de productes per a la neteja: sabons, xampú, detergents de tota mena, desengreixants, desincrustadors, lleixiu, salfumat, clorex, etc.; jo em pregunto si tot això és un avenç per a la salut?

Per acabar aquest apartat, vull dir que els serveis sanitaris són necessaris fins a un cert punt, però que no ho són tot; que la salut dels habitants de la casa rural depèn dels serveis sanita-

«La Badosa, quin exemple de bona ubicació de la masia!»



ris i de moltes altres qüestions que anirem analitzant.

A continuació, presento a la vostra reflexió algunes dites populars, que fan referència al tema:

Aire, sol, all i llimona, poca feina al metge dóna.

Casa amb ruda al balcó, ni hi entra el doctor.

Qui no riu, no viu.

Planta, sembra i cria, i viuràs amb alegria.

Qui té salut i llibertat, és ric i no ho sap.

Home de banys, home de pocs anys.

Menja bé, caga fort i no temis la mort.

La salut no és coneguda fins que és perduda.

Quan un ha d'anar a l'altre barri, són en va metges i apotecari.

Quan cou, cura, quan pica, madura.

No mengis cru, ni vagis peu nu.

No beguis aigua de basses, ni d'olives mengis massa.

Hem vist i considerat fins ara com la salut dels habitants de la casa rural depenia de certes condicions de la pròpia casa. Cal, però, considerar també, com els mateixos habitants condicionen la seva pròpia salut. També depèn d'ells.

Comença a ser coneguda per molts, la doctrina Delounde. Delounde fou ministre canadenc de Sanitat als

anys seixanta. En un informe sobre l'estat de salut dels canadencs va fer una descoberta important: la salut dels canadencs depenia més de la seva manera de viure, que no pas del nombre de metges i hospitals o dels serveis farmacèutics o sanitaris.

Aquest criteri, universalment acceptat, el podem aplicar al món rural nostre: «La salut dels habitants de la casa rural, depèn més del seu estil de vida, de la seva forma o manera de viure, que no pas de les condicions higièniques o sanitàries de la casa».

La família rural té uns costums, una manera de fer les coses, de menjar, de beure, de dormir, de treballar, de reposar, de relacionar-se, de fruir, de prendre's la vida, etc., que condiciona la seva salut de forma definitiva. La salut del pagès depèn molt més de com, quan i què menja, de com treballa i quan treballa, etc., que no pas de si té cambra de bany amb aigua calenta a casa. Els serveis sanitaris de la casa, certament ajuden a la salut dels seus estadants, però aquests emmalalteixen o es guareixen quan es modifica, per bé o per mal, el seu estil de vida.

A pagès hi ha unes condicions naturals bones per a la salut que cal saber aprofitar, però és l'estil de vida del pagès el que té l'última paraula en qüestions de salut.

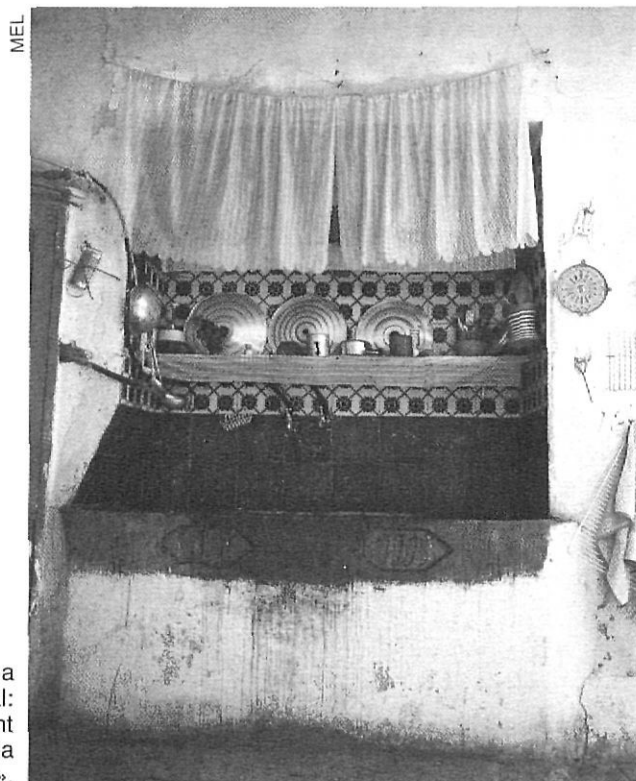
La casa rural esdevé saludable per als seus estadants quan ofereix unes condicions que els permeti viure de forma autònoma, solidària i joiosa. Això és la salut. Però, toca al pagès espavilar-se tot buscant aquesta forma de viure autònoma, solidària i joiosa. Això no és pas fàcil, ni feina d'un dia, és feina de cada dia.

Ens cal que la nostra casa rural tingui bones condicions higièniques i sanitàries, però ens cal molt més, i sense comparació possible, que els pagesos de les nostres comarques tinguin estils de vida saludables. Millorant els pagesos, tota la societat gironina millorarà.

Començava aquest escrit amb una pregunta: És saludable la vivenda rural gironina? La contesta està en l'escrit.

Vull acabar-lo amb una altra: És saludable el teu estil de vida. La resposta la tens tu, amic.

Les fotografies publicades en aquest **dossier** que no porten indicació d'autor són de **Joan i Josep Segur**.



Aigüera d'una cuina rural: «L'aigua corrent fa viure la gent».

Jordí Turró i Goula és metge rural.