

CLIMATISME EN UNA COMARCA DE BAIX ÍNDEX DE CONTAMINACIÓ OCEJA, ALTA Cerdanya

JOSEP DE TRAVY

«El Sol al servei de l'home»

La Cerdanya, i especialment l'Alta Cerdanya, és una comarca privilegiada per la qualitat del seu clima. Les virtuts curatives i preventives d'alguns climes són conegudes des de l'antiguitat. Ara bé, actualment existeix una presa de consciència universal del valor del medi natural per la vida i la salut dels homes.

A l'Alta Cerdanya, es dona un clima d'altitud els efectes benèfics del qual sobre l'organisme són incontestables. Les estadístiques demostren que les comarques de qualsevol part del món on es produeix una major longevitat tenen totes un punt comú: la seva situació entre 1.200 i 1.500 m d'altura. La morbiditat disminueix entre 1.000 i 2.000 m: es comprova que hi ha menys hipertensió arterial, menys casos de accidents vasculars cerebrals i menys accidents coronaris i s'hi troba un millor equilibri psíquic. Des de fa uns anys, molts atletes venen a preparar-se en Cerdanya de cara a les competicions olímpiques.

Tot i així, és particularment sobre l'organisme malalt que la Cerdanya pot aportar uns més grans beneficis. El clima de l'Alta Cerdanya és excepcional i contribueix eficaçment al tractament de les malalties respiratòries; les seves característiques particulars i el seu mode d'activitat fisiològica, determinen les indicacions de les estades a Cerdanya. Hom recomana estades d'una mitjana de 21 dies, *ex queis* estades d'un o dos mesos. Però, i el climatisme i la climatoteràpia?

– *El climatisme*: agrupa el conjunt de problemes que pertoquen als balnearis: higiene, organització, protecció del medi circumdant, terapèutica.

– *La climatoteràpia*: és la utilització de les propietats de diversos climes favorables al tractament de les malalties.

1. Característiques del clima de l'Alta Cerdanya (i d'Oceja en particular)

La Cerdanya és una vall glaciària situada en el vessant sud del Pirineu, entre els 1.200 i els

1.800 metres d'altitud, a 43° de latitud, latitud de Roma. Aquesta alta calma, ben protegida de tots cantons dels vents per l'entorn muntanyenc, es beneficia d'un asolellament màxim degut al fet que el seu gran eix és paral·lel a l'eix d'evolució del sol.

Dades meteorològiques

El clima d'Oceja ha estat estudiat de manera científica per mitjà d'una estació meteorològica amb el servei meteorològic nacional francès:

- l'altitud (1.250 m) determina un clima de muntanya amb variacions atmosfèriques dèbils;

- la temperatura: les variacions de temperatura màxima i mínima són poc importants al llarg de l'any i malgrat l'altitud, la temperatura mitjana és més dolça que en els altres llocs d'igual altitud a causa de la situació meridional de la comarca;

- l'asolellament: la durada d'asolellament és superior a 2.750 hores anuals amb una intensitat i una bona qualitat d'irradiació remarcable. Una prova és que a l'Alta Cerdanya hi ha implantats els forns solars experimentals del «CNRS» i de l'exèrcit, fins i tot la central solar TEMIS. Aquest asolellament és intens a totes les estacions de l'any.

A l'hivern, els dies són particularment temperats i la tardor és una estació especialment agradable pel seu caràcter dolç i sec.

- els vents: són dèbils i molt sovint absents.

- les precipitacions: els dies de pluja són escassos. La boira, inexistent (menys de deu dies l'any) i, per això, l'aire és molt sec.

- la contaminació i elements figurats de l'atmosfera. Els contaminants físico-químics són quasi inexistents (SO_2 , SO_3 , CO , NO , NO_2 - hidrocarburs) a causa de la no implantació d'indústries i aglomeracions urbanes. Per aquest motiu, es produeix la supressió de la irritació de les mucoses respiratòries i el millor rendiment de la funció ventilació/depuració pulmonar.

Les espores de les floridures i els àcars (Dermatofagoides) són absents en una altitud com la que la Cerdanya i, per això, no es produeixen reaccions al·lèrgiques per aquests al·lèrgens.

Els períodes de pol·linització són curts i tenen lloc unes sis setmanes més tard que en zones més humides (calendari pol·línic establert amb al concurs del CNRS).

Els agents nocius derivats de les concentracions urbanes (soroll, per exemple) són inexistents, de la qual cosa en deriva una millora de psiquisme. I, finalment, la contaminació microbiana és molt reduïda, així, la freqüència de les sobreinfeccions és atenuada.

Manera d'acció del clima cerdà i resultats de las cures climàtiques

El clima de la Cerdanya, en resum, és sec, asolellat i no contaminat i exerceix una influència altament beneficiosa sobre l'evolució dels malalts.

Durant l'estada d'un malalt en les condicions que la Cerdanya ofereix, la freqüència dels episodis aguts disminueix i, quan sobrevenen, són controlats més ràpidament, amb tractaments mèdics menys enèrgics que els efectuats al domicili (corticoteràpia, antibiòtics, β mimètics).

Després d'una estada a la Cerdanya, els pacients passen generalment un millor hivern, l'estació nefasta per als malalts respiratoris, amb tractaments més lleugers, i amb reducció de l'absentisme professional, disminució del nombre d'hospitalitzacions i normalització de l'escolarització.

A conseqüència de cures climàtiques repetides, ha estat possible d'estabilitzar, sense aport de medicaments, un bon nombre d'afeccions bronco-pulmonars l'evolució de les quals vers la insuficiència respiratòria semblava ineluctable. El malalt bronco-pulmonar troba en el clima sec i no contaminat un confort respiratori.

Alguns casos molt severos recuperen una activitat sub-normal i un nombre important d'asmàtics, que eren classificats de llarga malaltia, recuperen una vida normal i veuen desaparèixer completament les crisis.

En general, la climatoteràpia és estimulante, euforitzant, amb millora de l'estat general.

Estudis científics han confirmat aquests resultats i expliquen en part el mode d'acció del clima cerdà: hom ha fet atenció especialment a les taxes d'IGE, a la recerca i la identificació dels àcars, al desenvolupament ponderal i estatural de l'infant asmàtic. Dels resultats dels treballs en resulten les indicacions dels sojorns climàtics d'altitud tant per a infants com per a adults.

2. Indicacions dels sojorns climàtics

En l'infant, la indicació principal és l'al·lèrgia respiratòria a tots els nivells: rinitis, sinusitis, faringitis, laringitis, traqueïtis i, sobretot, l'asma, o, amb més propietat, l'asma greu, abans de l'aparició d'estralls anatòmics irreversibles, abans de la instauració de tractaments simptomàtics perillosos, de greus seqüeles en l'adolescència i abans d'efectuar corticoteràpia prolongada.

Com a corol·lari de la indicació respiratòria de l'al·lèrgia, i del fet de llur coexistència i de les possibilitats tècniques, constitueixen també una indicació de la cura climàtica:

- totes les altres localitzacions de l'al·lèrgia: cutània, oftàlmica, digestiva, etc...
- la patologia infecciosa respiratòria,
- les indicacions clàssiques, encara vàlides: anèmia, astènia, convalescència, retards de creixença, etc...
- a més, un equip especialitzat permet d'acollir hemofílics, diabètics, infants que presenten malalties clàssiques o necessiten tractaments ortopèdics.

En l'adult, les malalties cròniques o subagudes de l'aparell respiratori són les principals indicacions (malaltia asmàtica, BC, bronquiectàsies, malalties oto-rino-laringològiques, etc...)

Les estades climàtiques tenen una acció guaridora important però, sobretot, és important l'efecte preventiu: retarden l'evolució vers la insuficiència respiratòria crònica greu i la invalidesa.

La tuberculosi pulmonar, degut a l'evident retrocés de la malaltia, només és indicació de cura climàtica en certs casos particulars.

A més de les afeccions respiratòries, altres aspectes de la patologia poden beneficiar-se d'estades climàtiques: anèmies, convalescències, etc... o processos quirúrgics, i, també, afeccions lligades a un medi urbà malmès (esgotament, depressió nerviosa, etc...)

Sovint són acusades, les cures climàtiques, d'infondre en el malalt la idea d'un handicap definitiu. És un error: al contrari, l'objectiu de les estades climàtiques és permetre als malalts de recuperar una vida sòcio-professional normal (funció preventiva) o, en el cas que la malaltia no sigui compatible amb la professió del malalt, reintegrar-lo professionalment a la societat a través d'una altra orientació ben desenvolupada a OCEJA i a d'altres vilatges cerdans.

3. Infraestructures i acolliment

L'Alta Cerdanya disposa de múltiples recursos destinats a les cures climàtiques (Font Romeu, Les Escaldes, Dorres, Oveja, etc... Només a Oveja, la capacitat d'acolliment és de

350 llits d'adults i de 300 d'infants i adolescents, repartits en diversos establiments. La Perle Cerdane, i el Joyau Cerdan creat per l'ALEFPA, rep infants de 6 fins a 18 anys, en una estructura socio-pedagògica solida tant d'ensenyament primari com secundari i tècnic; els centres de bronco-pneumologia per a adults de més de 17 anys, afectats de malalties pulmonars: La Solane - El Soleil Cerdan - Villa de Travy - Charles et Madona, casa de repos i convallescència per a adults a partir de 18 anys; Le Parc, centre de formació professional amb orientació, formació i perfeccionament tècnic en especialitats d'electricitat, mecanografia, comptabilitat, tapisseria, etc...).

A Oceja, els establiments de cura climàtica s'han unit a fi de crear un centre d'estudis bioclimatològic i també un centre socio-mèdic: l'AMSO, que disposa d'un conjunt tècnic ultramodern de diagnòstic i tractament integrat per: un servei de radiologia, un laboratori d'anàlisis biològiques i al·lèrgològiques, un laboratori d'exploració funcional respiratòria (espirografia, gasos en sang, proves d'esforç, etc...), un servei de reeducació funcional i fisioteràpia, una sala d'endoscòpia bronquial i digestiva, un servei psicotècnic, un servei d'assistència social, un centre mèdico-psicopedagògic i serveis de les especialitats d'eventual necessitat (oto-rino-laringologia, oftalmologia, ginecologia, ortopèdica, cardiologia, neuropsiquiatria, dermatologia).

4. Informacions pràctiques

Tots els establiments han estat aprovats i són convencionats pels organismes de salut: Seguretat Social, Mútua Agrícola, etc... que, mitjançant uns fàcils tràmits burocràtics es fan càrrec de les despeses de la cura.

Els preus de la jornada en cada establiment comprenen les prestacions i serveis següents: tractaments mèdics i paramèdics i de farmàcia, animació i esbarjo i escolarització.

Com a conclusió podem dir que la climatoteràpia en comarques de tan baix índex de contaminació com l'Alta Cerdanya, en estacions ben equipades a l'estil, per exemple, d'Oceja, és un element indispensable en el quadre de la salut pública.

Tinguem present que, en aquests moments, a només a França, hem comptabilitzat 2.500.000 bronquitis crònics, 700.000 casos d'asma i 500.000 altres malalts respiratoris.