

JOSEP DEL HOYO, CONDUCTOR DE «CURAR-SE EN SALUT»

Al cor de l'Àfrica

El programa mèdic de TV3 *Curar-se en salut*, dirigit pel doctor Josep del Hoyo, ha guanyat divuit premis de diverses categories. És una sèrie que ha aconseguit d'unir l'interès científic amb el divulgatiu. El doctor del Hoyo té una trentena d'anys, és casat i té una filla de sis mesos.

Ja n'ha fet més de cent capítols, i ell i el seu equip encara creuen que en poden fer uns quants més, però entenen que la sèrie ha de tenir una fi. Una vegada tractats, els temes no s'han de repetir, tret d'alguns casos puntuals, com la donació de sang.

El seu viatge a l'Àfrica

Josep del Hoyo, abans de treballar a la TV, va fer un viatge per Àfrica. Volia acomplir un somni de la seva infantesa. Juntament amb la que ara és la seva esposa i un company metge de les Illes, van recórrer el continent durant tretze mesos. Van fer més de cinc mil quilòmetres a través de sorra, pedres, sol i petits oasis. Van conviure amb els «senyors del desert» (els tuaregs), els somba, els massai, els pigmeus, i molts d'altres. Al cor de l'Àfrica es van trobar amb tota mena d'entrebancs i sorpreses: guerra al Txad, rituals animistes, accident amb el Land-Rover, bruixots que els predeïen desgràcies, missioners i monges catalans...

Ja a Barcelona, parla amb els responsables de TV3 i aconsegueix que s'aprovi el seu espai de divulgació mèdica. *Curar-se en salut* es va emetre per primera vegada el 10 de setembre de 1983 en el programa pilot de la televisió catalana.

—*I Quins premis li han fet més il·lusió?*

—Els dos que més il·lusió m'han fet han estat el concedit per l'Òmnium Cultural i el de l'Associació Catalana de Vídeos. El primer, per considerar-lo el millor programa en català de l'any. I el segon, per considerar el nostre programa molt reeixit tècnicament.

També m'ha fet molta satisfacció el premi que ens han concedit des de Madrid. Aquest premi atorgat pel Ministeri està molt ben dotat econò-

Un viatge en canoa durant els tretze mesos d'estada a l'Àfrica.

És conegut arreu per un programa estrella en la TV3. El doctor Josep del Hoyo, però, fa una imatge distinta fora de la pantalla, apassionat dels animals en la vida natural i enamorat decididament del continent africà.

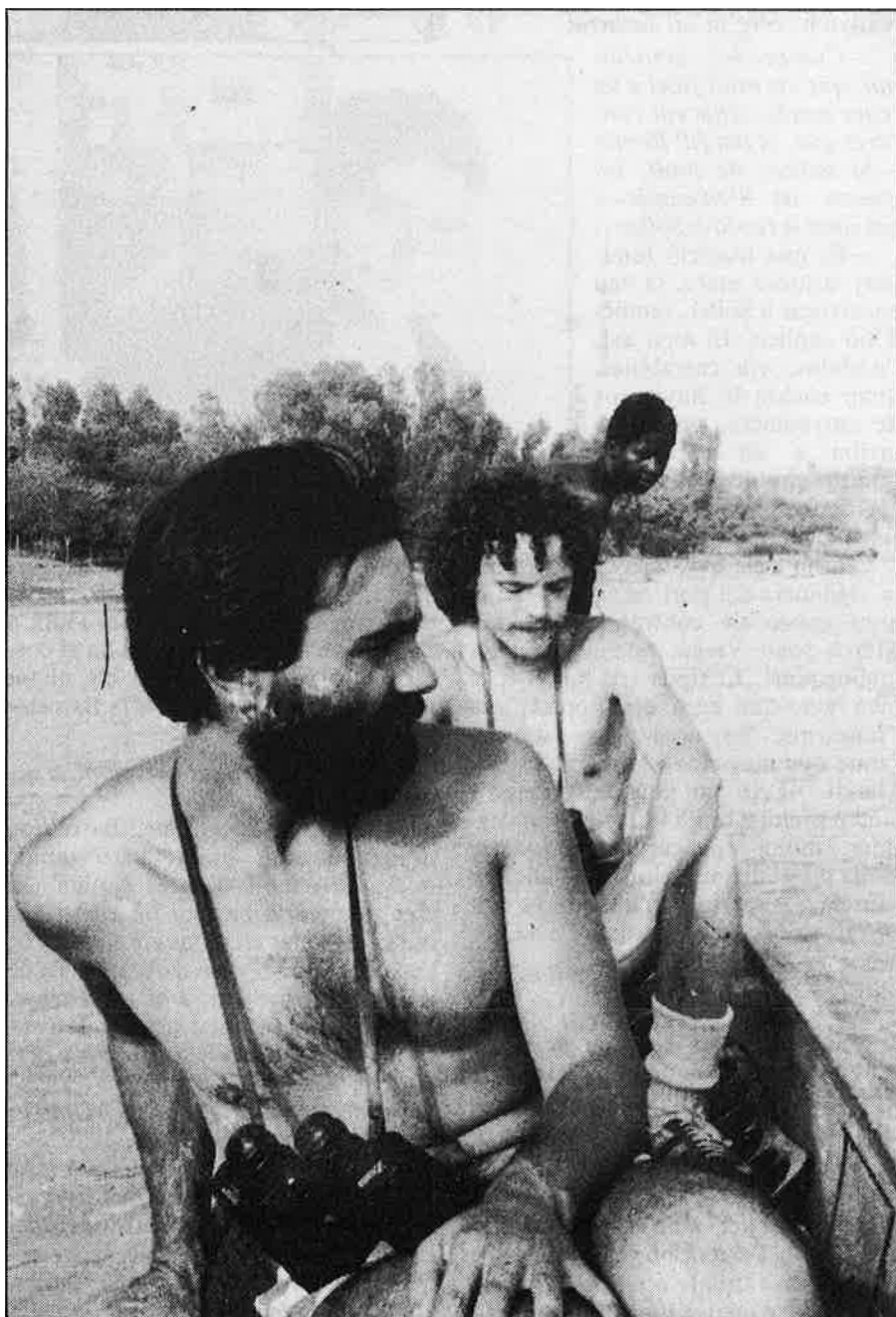
Carme Font i Toni Ferragut

micament, però ens agrada, no per l'assignació econòmica, sinó perquè això és donar a conèixer el fet català a l'exterior i fer conèixer TV3.

Metge i naturalista

El programa *Curar-se en Salut* ha guanyat, a més, premis on ha hagut de competir amb televisions de fama mundial com la BBC, la RAI, la televisió francesa, l'alemanya, l'hongaresa, etc. L'equip que fa el programa és compost per vuit membres, dividits en dos grups. Un és el dels metges i l'altre, el dels realitzadors.

—*Aquest estiu heu passat les vacances fora del país. Heu anat a estudiar els animals lliures, i Us considereu un naturalista?*



—M'interessa molt la naturalesa, i per això hem anat amb uns amics que estudien el comportament dels óssos. Els vam estudiar a les muntanyes d'Astúries. N'hi ha de 120 a 180 a la Cordillera Cantàbrica i sols se'ls veu amb facilitat a l'època que madura el nabiu, ja que aquests animals el cerquen amb molt de delit.

També hem anat amb la família a les illes Shetland, més concretament a l'illa de Fair, situada entre Noruega i Escòcia, on hi ha un observatori ornitològic de fama mundial. És l'únic tros de terra que troben les aus en el llarg camí migratori.

—*Què penseu dels diferents tipus de medicina alternativa i, concretament, de la naturista?*

—A mi, m'agrada moltíssim la natura, però això no té cap relació amb fet que em captivi la medicina natural. Mèdicament, sóc

de formació oficialista, és a dir, m'agraden els sistemes científics. Tampoc no nego res, ben al contrari,

tinc per costum ser molt respectuós amb tot tipus de medicina. Però, al llarg dels meus estudis, m'han explicat que els antibiòtics serveixen per a determinades coses, cosa que he vist i he pogut comprovar. I resulta que, a vegades, és més fàcil equivocar la dosi fent una infusió que prenent una pastilla, encara que no sigui tan poètic. El que sí que penso és que s'ha d'humanitzar molt la medicina. Ara, això que diuen, alguns, que donar medicaments és tan terrible... No ho crec.

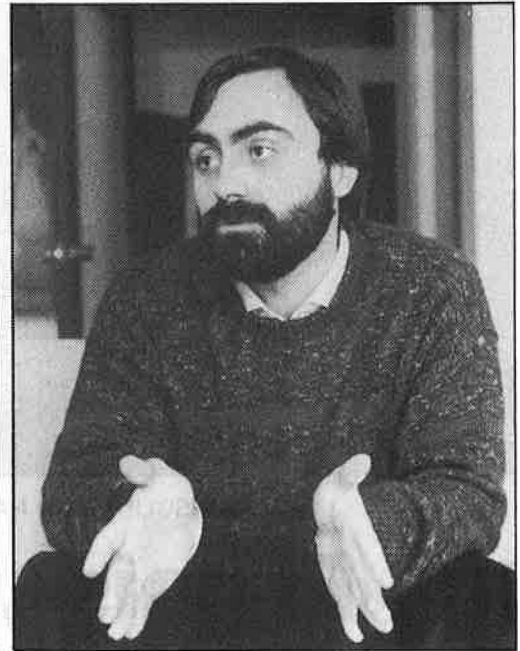
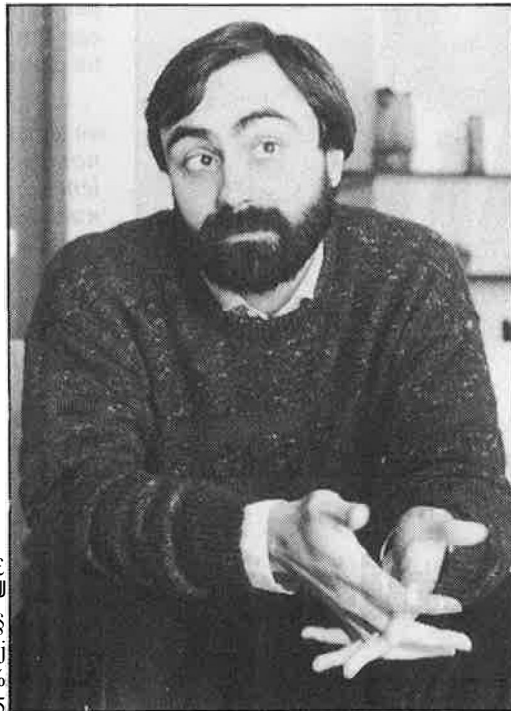
Pel que fa a l'acupuntura, durant la carrera no me'n van explicar res. Després, pel meu compte, he après que hi ha alguns procediments que poden explicar científicament l'eficàcia de l'acupuntura en determinats casos. Més enllà de la suggestió. La suggestió és un principi que funciona molt eficaçment amb tota mena de medicina. I, per descomptat, també en l'oficial.

Quan una persona va al metge, el fet que se li faci un bon diagnòstic per tal de saber el que té, em penso que ja és una part important del tractament. El mateix passa en la medicina naturista. Fins al punt que un pot fer una medicina totalment ineficaç, però, en canvi, crear el clima adequat a través de la suggestió. Hi ha malalties on la suggestió funciona més bé que en

d'altres, com per exemple, les de tipus reumàtic, però no hi té res a fer si es pateix meningitis. Actualment, l'acupuntura ho ha de curar tot, i això és una bestiesa! És evident que no es pot curar un tumor cancerigen amb acupuntura. Llavors, passa que els qui prometen aquestes coses són els qui

La gent que vol deixar de fumar es troba que té una sèrie de tremolors, té sensació d'intranquil·litat, etc. En definitiva, té una síndrome d'abstinència. Per això, el tabac és una droga i s'ha de dir així. Ara, és droga legal, que l'estat tolera.

—*La cuina del país és bastant*



«Mèdicament, sóc de formació oficialista».

desprestigien la gent que treballa seriosament.

—*En el vostre programa, i com heu tractat el tema de les drogues? i creieu que el tabac i l'alcohol ho són?*

—S'ha de diferenciar entre drogues legals i drogues il·legals. Però s'ha de tenir molt present que ambdues són drogues. L'heroïna és més forta, més «dura» —dit en l'argot típic— que el tabac. L'alcohol és més «dur», el tabac és més «tou». Actualment hi ha uns 300.000 alcohòlics a Catalunya, i l'administració no acaba de prendre unes mesures per a fer front a aquest problema.

—*S'han posat de moda els tabacs «light». Es diu que hi ha tabacs innocus, ¿és veritat això?*

—El fum del tabac conté unes 4.000 substàncies, de les quals la nicotina és la més coneguda com a nociva, però n'hi ha moltes altres; ara, analitzar-les totes seria un tema de ciència ficció.

Si la gent fuma és perquè el tabac conté una sèrie de substàncies que fan que el cos s'hi habitui. La nicotina fa que hi hagi una dependència psíquica i física. Si diem que el tabac és una droga, no ho diem perquè sí, sinó perquè hi ha aquesta dependència.

equilibrada o els nostres hàbits culinaris han de canviar?

—L'alimentació tradicional catalana i, en general, de tota la Mediterrània té alguns defectes, però és bastant més sana que l'alimentació dels països centreeuropeus o d'Amèrica del Nord. És bastant més sana del que la gent acostuma a pensar. Hi ha una tendència a creure que és molt dolenta, perquè estem sotmesos a un canvi originat per l'augment del nivell de vida, i això fa que ens alimentem cada vegada més com en aquests països. Estem perdent una mica els avantatges d'aquesta variada alimentació tradicional. Incrementem considerablement el consum de greixos. Això és negatiu, sobretot pel que fa als greixos d'origen animal. Menjar molta carn és negatiu; aquest fet ha provocat una disminució del conjunt de fruites i verdures, necessàries per al cos.

Seria molt interessant reduir el consum de greixos, augmentar el consum de vegetals i fer una cuina equilibrada. No vull pas dir que deixem de menjar els plats típics, els suquets..., però s'ha d'equilibrar cada dia o en el conjunt de la setmana.