



Dr. Albert Agustí Vidal: "Deixar de fumar no és un acte de voluntat, sinó de mentalització"

Director de la Unitat de Pneumologia de la Clínica Quirón i professor de la Facultat de Medicina de la Universitat de Barcelona, el Doctor Albert Agustí Vidal fa molts anys que treballa per la deshabitació del tabaquisme. Sobre això i sobre les seves conseqüències en l'aparell respiratori parlarà el proper 2 d'octubre a la seu de la Fundació Enciclopèdia Catalana. Com a ex-fumador i com a expert en aparell respiratori coneix molt bé la situació del pacient i com se l'ha de tractar:

–El 90% dels fumadors si volen deixar de fumar poden, perquè no és un problema de voluntat, és un problema de mentalització, de plantejar-s'ho. Emportar-se un farcit d'herbes a la boca, cremar-les i expulsar-les, mirat fredament, és un acte imbècil.

–*Malgrat tot, molta gent continua fumant. ¿Per què?*

–El tabac crea addicció. En primer lloc una addicció que en podríem dir social-psicològica-ambiental. Fumar és un acte tolerat i molt arrelat en la nostra societat. En segon lloc, hi ha l'addicció cre-

ada per la nicotina, que com les altres drogues, provoca en el fumador la necessitat de que entri en el seu cos una quantitat determinada cada dia.

–*Tothom sap que el tabac perjudica seriosament la salut, però ¿quins són aquests perjudicis?*

–El fum del tabac té sis mil substàncies diferents i cap de bona. Aquestes substàncies es divideixen en irritants i quitrans, i són les principals inductores de la bronquitis crònica, les primeres, i del càncer de pulmó, les segones. Una altra substància perjudicial és el monòxid de carboni, que substitueix l'oxigen dels globuls rojos i provoca deficiències d'oxigenació a la sang.

Indirectament, el tabac pot provocar problemes circulatòris, infarts i altres càncers com el de faringe i esòfag, o agreujar altres malalties com l'asma. Globalment es pot dir que com més es fuma més possibilitats hi ha de contraure alguna d'aquestes malalties.

–*Hi ha fumadors que no en contrauen mai cap.*

–Certament, n'hi ha que no.

La població fumadora es pot dividir mitjançant una anàlisi mèdica en fumadors sensibles i fumadors resistents. El primer grup són els que tenen més possibilitats. El que sí que està clar és que entre les persones que pateixen càncer de pulmó o bronquitis crònica, la majoria és per culpa del tabac. El 95% de malalts de càncer de pulmó són fumadors i el 90% de malalts de bronquitis també, i podem dir que entre un 20 i un 50% dels fumadors la contrauen.

–*També hi ha perjudicis per al fumador passiu?*

–Sí, i va més enllà de la simple molèstia. Seguint amb les estadístiques, el 2'5 % de malalts de càncer de pulmó són fumadors passius. Fumar de segona boca és una situació injusta, que el fumador hauria de tenir present. A més del càncer, pot provocar alteracions respiratòries, i en el cas de les dones embarassades, perjudicis al nadó.

–*¿Els cigars i el tabac de pipa són menys perjudicials?*

–L'ideal és no fumar, però dins el fumar el que perjudica més són els cigarrets. Quant a l'aparell respiratori, el fuma-

dor de pipa o de cigars té una simptomatologia molt escassa, semblant a la de la població no fumadora, perquè els bons fumadors no s'empassen el fum.

–*¿Hi ha diferència entre el ros i el negre?*

–No. El que compta és la quantitat de quitrà i la quantitat de nicotina. A més quantitat, més risc.

–*¿Tenen efecte les campanyes antitabac?*

–Sí, sempre. Després d'una campanya hi ha una inflexió, baixa el consum. De tota manera, la mesura més eficaç per provocar una caiguda, encara que temporal, és augmentar-ne el preu. De campanyes públiques, n'hi hauria d'haver més.

–*¿Vostè com convenceria un fumador?*

–Amb això no s'ha de ser gaire terrorífic, fent por amb càncers o la mort. Jo diria al fumador que reflexioni per què fuma, la quantitat que fuma, que conegui els riscos. I sobretot li diria que estalviaria molts diners i viuria amb més salut. Deixar de fumar és l'assegurança de vida més barata i més eficaç que pot signar.

Gimnàstica correctora

En el moment que la humanitat es decidí per la vertical i començà a tocar únicament amb els peus a terra reservant les mans per a quefers més elitistes, desconeixia potser la grossa penyora que hauria de pagar la seva pobra columna vertebral. Tot el pes del cos,

nic amb els anys. Tot això acompanyat d'exercicis de respiració. És mentalitza l'improvisat gimnasta —la gran majoria, dones de mitjana edat, també amb osteoporosi— que per recollir un objecte de terra no ha de corbar el dors sinó que, principalment, ha de doblegar



que abans es repartia equitativament entre les quatre extremitats, ara se'n responsabilitzen únicament les extremitats inferiors... i les vèrtebres.

L'escoliosi i difosi tan comunes ara, sobretot a partir de l'edat adulta, aleshores possiblement haurien estat una raresa. Però l'evolució és l'evolució i si l'ésser humà renuncià a les ales i optà per caminar dret, s'ha de resignar que a molts dels seus exemplars l'esquena se'ls torni com un acordió amb els anys, si no hi posen remei. Cada dia proliferen més als departaments de rehabilitació i fisioteràpia de la sanitat pública i privada unes sessions i gimnàstica correctora de la columna vertebral. Consisteixen en una sèrie d'exercicis repetitius d'estirament de les vèrtebres per compensar la posició defectuosa que s'ha tornat crò-

els genolls i mantenir l'esquena dreta. I que quan s'està assegut s'ha de procurar mantenir l'espatlla el menys corbada possible. Es reforça, també, amb exercicis gimnàstics, la musculatura de les cames i dels braços. La persona es troba al cap d'unes setmanes d'aquests exercicis correctius i educatius sanitaris, que cada vegada que doblega mandrosament les espatlles, enfonsa el tòrax, corba l'esquena i deprimeix els pulmons, se li encén un pilot automàtic —Pavlov dixit— dins la ment que l'avis: "¡Ep!, corregeix la teva posició. El cos t'ho agrairà". I ho agraeix el cos. Es torna més àgil, més jove, i deixa d'encongir-se; i si el cos no s'encongeix, tampoc ho farà l'ànima. Sant Francesc ja ho deia: "Tracteu bé el cos perquè s'hi trobi bé l'ànima".

Rosa Fabregat i Armengol

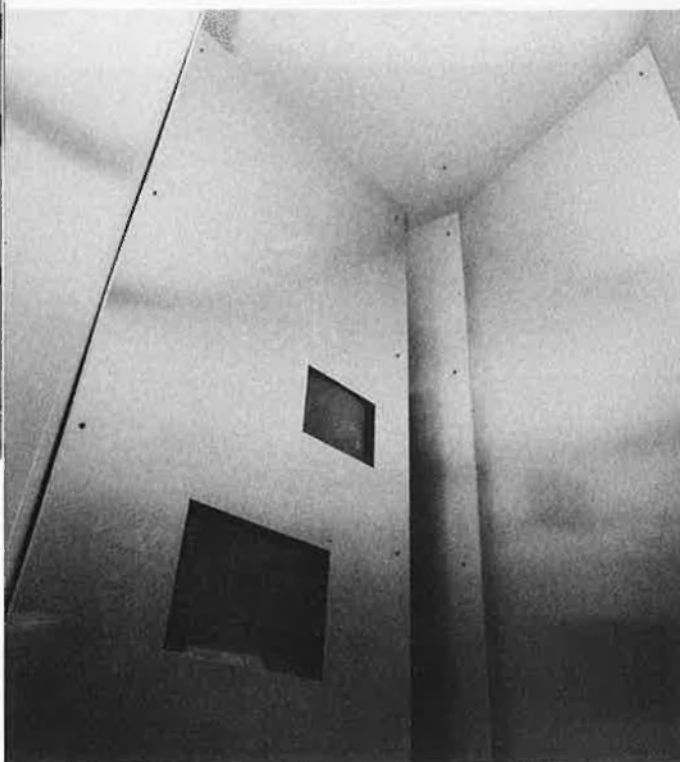
Escultura amb vídeo

Deia fa pocs anys Sonia Landy Sheridan que les eines dels artistes són eines de comunicació. I que buscar un instrument per crear art era, en realitat, cercar un vehicle per viatjar en l'espai i el temps. La tecnologia aporta nous vehicles d'aquest tipus i és lògic que l'artista els aprofiti.

En tenim una mostra al CIEJ —Centre d'Iniciatives i d'Experimentació per a Joves— que la Fundació Caixa

tenim, doncs, el viatge a través el temps i a través de l'espai incorporats a una escultura.

Fa uns mesos, el CIEJ ja havia mostrat una sèrie de videoescultures. La pantalla proporciona noves formes d'expressió als artistes, que avui ja no es conformen d'agafar un pinzell i dibuixar sobre la roba o un cisell i donar forma a la pedra. El làser, la fotocopiadora o l'ordinador entren al seu taller. La nova



de Pensions té a Barcelona. Fins al 30 d'octubre s'hi exposa una escultura multimèdia de la danesa Eva Koch. La peça té, a més de 27 planxes d'alumini, dos monitors de vídeo i un feix de llum halògena. Un monitor mostra imatges ràpides sobre l'actualitat internacional del 1989. L'altra, una filmació feta a un carrer de Barcelona. La visió quotidiana del carrer de la Petxina contrasta amb el ritme accelerat d'esdeveniments que han remogut Europa. Ja

paleta és un programa informàtic i la modelació en tres dimensions inclou pantalles de televisió i fets enregistrats. La conjunció entre art i tecnologia no és res de nou. Aquest ajut mutu ve de lluny. Simplement, cada vegada és més sofisticat. Leonardo deia que ningú no s'endinsés en els fonaments de les seves obres si no era matemàtic. ¿Quina *Gioconda* ens deixaria avui si pogué utilitzar un bon ordinador?

Xavier Duran