

# Suzette Böhringer

TEXT : Francesc Caralt Rafecas

*En aquest número hem volgut desplaçar-nos a Ossera per conèixer, de primera mà, l'Herboristeria Nogué i, més concretament, la persona que l'ha fet possible, la Suzette Böhringer. Tot just entrar a l'herboristeria, ens sorprengué l'intens i encisador aroma que resulta de la barreja d'olors de les herbes que s'hi venen. Una inesperada dosi de plaer i natura, enmig de la qual, molt amablement, ens rebé la Suzette. Amb ella, compartírem un parell d'hores, d'aquelles que passen, sense adonar-te'n, força més ràpid del que voldries, pel creixent interès que despertaven les respostes a les preguntes que li plantejàvem. Volem aprofitar l'avinentsa per agrair, a la nostra amfitriona, el tracte cordial i hospitalari que ens dispensà; una estona ben agradable i una experiència difícil d'oblidar.*

**Per començar, ens agradaria fer-li algunes preguntes que ens permetin conèixer-la millor. On i quan va néixer? I com és que la seva afició i professió ha acabat centrant-se en la producció de plantes aromàtiques i medicinals?**

Vaig néixer a Suïssa l'any 1958, en una població que s'anomena Schaffhausen. El meu pare era metge. Li agradava molt la naturalesa i tenia molta afició a recol·lectar i elaborar preparats amb allò que recol·lectava. Agafava plantes, fruits, bolets, etc. Amb els fruits, per exemple, feia melmelades. De petita que ja el seguia a les sortides al camp. De seguida em va contagiar la seva afició per la recol·lecció i conseqüentment vaig anar aprenent també a elaborar preparacions amb allò que recol·lectàvem. I és que això de recol·lectar és una cosa que et ve de dins. També d'ell em ve la voluntat i afició de curar, la qual cosa m'agrada i fou el motiu pel qual, ja de petita, vaig voler estudiar fisioteràpia. La fisioteràpia m'interessa especialment perquè té a veure amb la medicina i amb les teràpies alternatives; val a dir que abans aquests estudis gaudien més d'aquest segon enfocament que no pas ara, perquè es feien banys amb plantes, massatges amb olis i cremes vegetals, etc.

A Suïssa, en acabar els estudis, també vaig treballar una temporada de pastora d'ovelles, una feina que, inevitablement, et posa molt en contacte amb l'entorn natural. En definitiva, porto dins meu la natura i, en especial, la recol·lecció.



Vista d'Ossera.

Més endavant em vaig ajuntar amb en Peter, la meva exparella. Es dedicava al cultiu de plantes medicinals per a una botigueta que venia planta seca. Amb ell vaig introduir-me en les tècniques de cultiu i vaig començar a treballar en feines de caire més agrícola.

### **Com és que una persona nascuda i criada a Suïssa acaba establint-se i treballant a Ossera?**

Bé, en Peter ja havia viscut a Ossera, a temporades, amb la gent que hi feia formatges artesans. A tots dos ens agradava molt la flora mediterrània per la quantitat i qualitat de les plantes medicinals que s'hi troben, la qual cosa vèiem adient per poder-hi dur a terme el cultiu de plantes remeieres. I així, l'any 1984 vinguérem amb la idea d'establir-nos-hi i de produir-hi planta medicinal, per la qual cosa compràrem una casa al poble. Els primers anys, la nostra producció era molt modesta, perquè també havíem de dedicar força temps a rehabilitar i reformar la casa, una tasca que férem completament nosaltres dos. Més endavant vàrem fer uns horts a baix a la vall, on teníem aigua del riu. Així, de mica en mica i amb feina constant, vàrem anar creixent.

### **Introduïda en el món de les plantes remeieres i vivint a la vall de la Vansa i prop de Tuixent, va arribar a tenir relació amb alguna trementinaire de la qual hagués pogut aprendre també?**

Doncs sí, quan nosaltres arribàrem a Ossera ja pràcticament no quedaven trementinaires. Això no obstant, vàrem tenir la sort de tenir l'última, la Sofia, de veïna. La Sofia era la muller d'en Miguel, que podríem dir que també era trementinaire, perquè havia acompanyat i ajudat sempre la Sofia en la seva tasca. Essent veïns, i tenint bona relació com teníem, són dues persones de les quals vaig aprendre molt. Val a dir que tant la Sofia com en Miguel se sentien ben orgullosos de ser trementinaires i, per tant, en parlaven i en compartien tot el coneixement. Això, que ens pot semblar ben natural, era d'admirar en aquella època, ja que s'ha de tenir en compte que l'activitat de trementinaire no era socialment ben vista. S'associava a una feina de pobres, per dir-ho d'alguna manera, perquè l'exercien les dones que a casa no tenien prou recursos per viure. També donava ales a les males llengües el fet que les dones soles marxessin de casa durant setmanes, fins i tot mesos, per anar pels pobles venent plantes (per a la moral de l'època, era força inapropiat). Així doncs, per la pressió social d'aleshores, ser trementinaire no era considerat virtuós, més aviat el contrari, cosa per la qual aquestes dones no se'n sentien orgulloses i, òbviament, se'n parlava ben poc, un fet que limità considerablement la transmissió del coneixement que posseïen.

En aquest context, quan nosaltres, havent arribat aquí, explicàvem que volíem guanyar-nos la vida amb el cultiu i la venda de plantes medicinals, se'ns deia que estàvem bojos, que amb això no era possible guanyar-se la vida perquè l'experiència que es tenia de les trementinaires és que aquesta «professió» no les treia de pobres.

**A Catalunya, les plantes medicinals i la transmissió del coneixement que li és inherent han estat lligades a les dones. Són elles les que, tradicionalment, s'han preocupat de l'alimentació i la salut de la família amb l'ús de remeis naturals. És per això que la transmissió oral del coneixement sobre les plantes medicinals ha anat principalment de mares a filles. Amb l'auge de la medicina convencional i dels laboratoris farmacèutics, la transmissió d'aquest coneixement entre generacions s'ha vist seriosament compromesa. Com ho veu vostè?**

Penso que tenim un forat negre en la transmissió d'aquest coneixement aquí a Catalunya, però també a la resta d'Europa. En la tasca d'intentar recuperar-lo, un dels problemes que tenim és que s'ha difós coneixement alterat, és a dir, no s'ha recollit prou bé i, per tant, el que es difon no és el que antigament es coneixia. A vegades fullejo llibres d'aquesta mena i quan veig què expliquen

prefereixo tancar-los. Això no obstant, aquí tenim la sort d'haver comptat amb la feina dels mestres de Tuixent, que van fer una tasca de recull rigorosa, bàsicament a partir de la Sofia i en Miguel. A la vall, la gent no parlava de les trementinaires i era difícil obtenir informació. No obstant això, la Sofia i en Miguel, orgullosos com estaven del seu saber, i amb la seguretat que els proporcionava l'eficàcia dels remeis, col·laboraren en aquesta tasca seriosa d'enregistrament i recull del que havien après de les anteriors trementinaires.

**Pel que copsem des de Flora Catalana, ens sembla que ha aparegut novament un interès per les plantes medicinals, però no sabem si es tracta d'un corrent minoritari o si realment aquest corrent arribarà a restaurar la transmissió del coneixement de generació en generació, com es feia abans. Com ho veu vostè?**

Sí que és cert. Hi ha una recuperació de l'interès per les plantes medicinals i d'assumir que, per a algunes afeccions, abans de tractar-nos amb medicaments farmacèutics, val la pena intentar solucionar-ho amb plantes, buscar-hi una solució més natural i, en definitiva, més beneficiosa per a la nostra salut. En aquest aspecte, però, els costums també han canviat. Ara s'acudeix a herbolaris, parafarmàcies o fins i tot farmàcies, buscant remeis

Equinàcia (*Echinacia purpurea*).



fitoterapèutics preparats en forma de càpsules, comprimits, vials, extractes, etc., dels quals no en sabem gaire cosa perquè venen d'un laboratori. En definitiva, són productes preparats i amb els quals perdem la connexió amb la natura i amb les plantes. És a dir, si prens una infusió, n'experimentes les aromes, la calidesa de la temperatura i el gust, la qual cosa et connecta amb la planta en el seu conjunt d'una manera que aquests preparats actuals no fan, i aquí és on ens perdem. Des del meu punt de vista, això és com un engany. La intervenció de laboratoris per elaborar aquests productes naturals torna a ser un lobby, com el que ja coneixem dels productes farmacèutics. Si t'hi fixes, ben pocs herbolaris d'avui en dia tenen plantes medicinals a granel i, molt sovint, tampoc gaudeixen del coneixement per preparar fórmules magistrals barrejant-les; això s'ha perdut. De fet, quan entres en aquests herbolaris gairebé ja no fan olor. En canvi, quan entres a la nostra botiga és una experiència per als sentits, ja que impacta l'aroma resultant de la mescla de les olors de les diferents herbes que hi venem. Sovint, quan els clients de certa edat hi entren, em diuen que els recorda els herbolaris de quan eren joves. I és que, abans, a Barcelona per exemple, hi havia molts herbolaris i en tots s'hi gaudia d'aquesta mescla d'olors tan agradable.

**A Flora Catalana ens preocupen, en general, les noves generacions, perquè pensem que han perdut la connexió amb la naturalesa. De fet, podríem dir que molts dels nostres joves viuen dins l'smartphone. En els seus cursos, hi té persones joves? Creu que a les noves generacions els interessen les plantes medicinals? Com veu la seva connexió amb la natura?**

És complicat, per a mi, respondre aquesta pregunta, perquè aquí ve la gent a qui li interessa les plantes medicinals i no tinc coneixement de la gent que no hi ve. De tota manera, haig de dir que de joves de 18 a 25 anys en venen pocs, potser perquè a aquestes edats no és fàcil disposar d'autonomia de transport per arribar aquí a Ossera. En canvi, sí que tinc força representats d'edats compreses entre els 25 i 35 anys, com també d'edats superiors. De fet, acostumo a tenir grups molt heterogenis.

Jo diria que més o menys el 50% dels alumnes solen tenir menys de 40 anys i la resta són més grans. La qual cosa confecciona grups amb una dinàmica interessant, perquè els d'edat més

avançada molt sovint recorden remeis o preparats que els feia la seva mare o àvia i ho comenten, de forma que, espontàniament, adquirim tots els presents un coneixement etnobotànic addicional al contingut del curs. Quan succeeix això m'agrada molt, i sempre ho deixo fluir perquè enriqueix el col·lectiu.

**Copsem cert desinterès dels homes vers les plantes medicinals. Quant a la paritat en els seus cursos, diria que hi té més dones que homes, o més o menys igual?**

Buf, i tant! Moltes més dones que homes. De fet, si tinc un gall dins el grup ja estic supercontenta. Els grups dels meus cursos es componen de dotze persones i si hi tinc un o dos homes ja és tot un èxit. Crec, però, que tampoc no hem de buscar la paritat, segurament la sensibilitat femenina és més acusada a l'hora d'estar pendent d'altri, una qualitat de ben segur relacionada amb la maternitat i que alhora, probablement, predisposa les dones a ser més vàlides per cuidar altres persones. Només cal veure, per exemple, que qui fa funcionar un hospital i té cura dels malalts són les infermeres (en la gran majoria dones). Penso que és natural i lògic que des d'aquesta perspectiva les dones es preocupin més per aprendre a usar les plantes per cuinar o com a remei de les afeccions més comunes.

Això no obstant, penso que el desinterès dels homes per les plantes és més de caire cultural. Si no, fixem-nos en Amèrica del Sud, on tenen els xamans que són gairebé sempre homes; o en Rússia, on tenen els anomenats curanderos, o en Suïssa mateix, on els curanderos que queden són també, gairebé en la seva totalitat, homes. De tota manera, cal dir que aquí també tenim homes que s'interessen per les plantes. De fet, tinc amics que hi estan molt posats. Potser si un home s'afecciona per les plantes medicinals s'arrisca més que una dona; sobretot pel que fa a temes de toxicitat. De fet, jo no conec cap dona que treballi amb plantes tòxiques i, en canvi, sí que conec alguns homes que ho fan. Jo mateixa, no en vull saber res, de les tòxiques. Com a cultura general, sí que m'interessa, però no pas per treballar-hi.

**Com veu l'equilibri entre la medicina al·lopàtica i el tractament amb herbes?**

Jo penso que, abans, amb plantes fèiem tractaments més potents i que actualment els hem abandonat per la perillositat que comportaven.

Aleshores, avui en dia, amb les plantes amb què treballem, fem una medicina natural força més suau i sense efectes secundaris, per la qual cosa si tens un problema greu has d'acudir a la medicina al·lopàtica, perquè ja no tenim el saber per tractar-lo amb plantes; un saber que molt sovint està vinculat a les plantes tòxiques, les quantitats i l'aplicació terapèutica de les quals requereixen molta precisió. En l'actualitat ningú s'atreveix a aplicar remeis d'aquest tipus perquè comporten un risc elevat, poden provocar efectes secundaris considerables i, a més, poden tenir conseqüències legals importants per al terapeuta. Abans, en canvi, com que no es disposava de productes farmacèutics, no hi havia altra solució que aquest tipus de remeis per intentar fer front a les afeccions greus.

La medicina convencional, per tant, des del meu punt de vista, és important i complementària de la natural. Per posar un exemple, diria que normalment, en les afeccions agudes, la medicina convencional actua amb molta eficàcia i rapidesa per sortir de l'estat agut de l'afecció. Després, però, pel fet que el cos no ha reaccionat per si mateix, sinó que simplement s'hi ha fet un «pedaç», queda certa cronicitat de l'afecció. Aquí sí que els tractaments més suaus basats en plantes remeieres que fem servir avui en dia poden ajudar molt en la recuperació del pacient, a més llarg termini i amb la seguretat que no tindran efectes secundaris inesperats.

Jo soc, per tant, de les persones que pensen que ambdues medicines són complementàries. Un altre exemple podrien ser alguns casos d'acidesa estomacal crònica que amb antiàcids farmacèutics no es curen, ja que simplement solucionen la simptomatologia en el moment que es prenen. En canvi, amb l'ajustament adient de la dieta, aspecte sempre important, i plantes remeieres, sí que es pot arribar a curar.

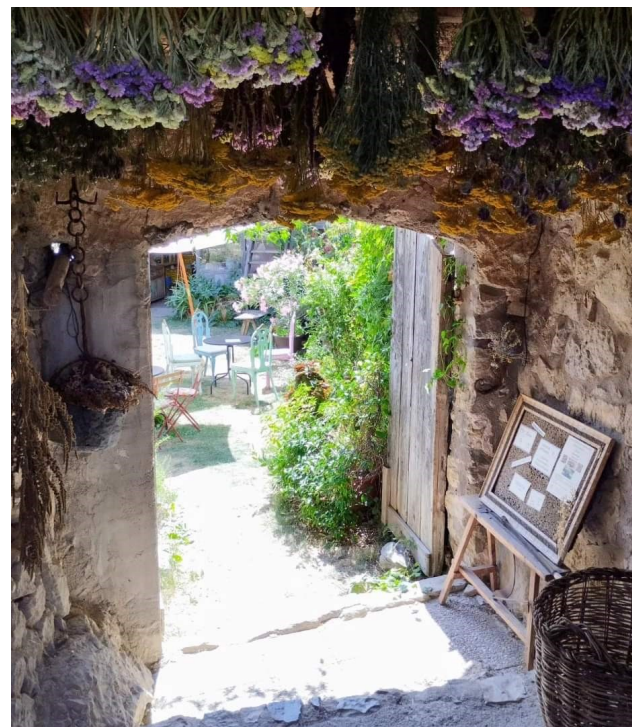
**Amb l'aparició de la fitoteràpia com a disciplina, s'elabora un coneixement amb base científica, en bona part basat en l'etnobotànica, sobre la composició de plantes medicinals i el seu ús. Aquesta disciplina porta el coneixement a l'escola en substitució de la transmissió generacional tradicional. Veu això com una amenaça perquè podria contribuir que es perdi una part del coneixement tradicional?**

A mi m'agrada la part científica del coneixement de les plantes. Si se'n coneixen els principis actius,

pots formular barreges d'una manera més fàcil i efectiva, alhora que t'ajuda a entendre millor la planta. Quan jo faig cursos, intento raonar sempre l'aplicació terapèutica de les plantes sobre la base dels seus principis actius. Sí que penso, però, que la fitoteràpia, com a disciplina, comporta una uniformització del coneixement que no té en compte detalls que sí que inclou l'etnobotànica. Intento explicar-me més bé: una planta té unes propietats de referència fixades per la fitoteràpia i conseqüentment unes indicacions concretes. Això no obstant, des del punt de vista de l'etnobotànica, que té en compte l'ús d'aquesta planta en diferents cultures i llocs, aquesta mateixa planta podria tenir unes indicacions diferents aquí que al País Basc, per posar un exemple. Segurament, les diferències edàfiques i climatològiques fan que alguns principis actius es potenciïn més aquí, en detriment d'altres que quedarien més potenciats al País Basc. Així, poden proporcionar a la planta un caràcter terapèutic diferent en funció del lloc on es troba. Aquesta riquesa cultural és la que penso que difícilment pot respectar la fitoteràpia i que s'anirà perdent, o ja s'ha perdut en part, com a resultat de la uniformització del coneixement.

De fet, a tot Europa s'hi percep un forat negre que jo diria que està comprès entre 1960 i 1990, en el qual s'ha perdut molta informació, per l'estronca-

Entrada al jardí de plantes medicinals de l'Herboristeria Nogué.



ment de la transmissió oral com a causa del desprestigi que la medicina convencional ha practicat sobre els remeis naturals elaborats amb plantes. Frases com «Què fas amb aquestes herbes? Et prens una aspirina i ja està!» il·lustren molt bé el que vull dir.

Cal preservar la transmissió tradicional d'aquest coneixement, si no és entre generacions com s'ha via fet sempre, mitjançant reculls seriosos d'informació etnobotànica. I dic "seriosos", perquè el recull d'informació etnobotànica pot ser problemàtic també, tant si l'informant no té ben entès algun remei i, per tant, ens informa erròniament, com si la persona que fa el recull mal interpreta el que se li ha explicat. Aquest tipus d'errors, escrits en un llibre, es poden difondre fàcilment, perquè per a publicacions successives es farà servir aquesta informació com si fos un fet consolidat i es propagarà l'error a altres publicacions. Soc molt crítica amb alguns d'aquests reculls, per això m'agrada conèixer els principis actius i entendre d'una manera lògica com usar la planta.

**Les males llengües, potser ancorades en la crítica fàcil, acusen les grans farmacèutiques de desprestigiar i dificultar l'expansió de la medicina natural. Personalment em costa acceptar que hi pugui haver un interès econòmic, en perjudici de la salut, per part d'aquestes empreses del sector farmacèutic. Com ho veu? Creu que són infundades aquestes acusacions?**

Jo penso que no són infundades. No soc una persona radical que es manifesti activament contra això, però penso que aquesta pràctica deshonestament existeix, simplement, perquè una planta no la pots patentar i, en canvi, un medicament farmacèutic sí, i això comporta volums econòmics molt diferents. És una qüestió de negoci.

**Es dedica al cultiu i venda de planta medicinal a herbolaris, a part de la venda a la botiga pròpia aquí al poble. El cultiu de planta medicinal a Osera, a 1.250 m d'altura i amb unes condicions climatològiques dures a l'època més adversa, és fàcil?**

Actualment cultivem 40 espècies diferents de plantes, més algunes de les quals en necessitem molt poca quantitat. D'aquestes 40 espècies, segurament algunes tindrien més rendiment a cotes més baixes, però d'altres no, perquè els agrada aquest ambient. De fet, cada planta és un món.

Això no obstant, si cultivéssim a cotes més baixes, tindríem altres espècies que rendirien menys que aquí, cosa que ens indica que cap lloc no és perfecte.

Pel que fa al clima, és cert que és dur, però s'ha de tenir en compte que la feina de camp és dura es faci on es faci. El fred és un factor més, i un cop has adaptat les teves condicions de treball, aquest factor no és pas limitant. A més, cada any és diferent. Amb 40 anys d'experiència i que fa que m'hi dedico, no recordo dos anys iguals. Cada temporada comporta sorpreses agradables i desagradables que has d'aprendre a superar.

**Aquestes 40 espècies són les que té publicades a la web?**

Sí. S'ha de tenir en compte, però, que d'aquestes 40, aproximadament una vintena les produïm en molta quantitat, i la resta en volums força més petits.

**Altres emprenedors amb qui hem parlat, que han intentat viure del cultiu de plantes medicinals, ens diuen que no es poden guanyar la vida amb aquest tipus de cultiu. En bona part perquè es compra molta planta d'importació, produïda en llocs amb mà d'obra barata, amb la qual no es pot competir.**

Sovint, aquesta planta d'importació és de menys qualitat, perquè, quan arriba al nostre país, nor-

Herboristeria Nogué.



malment ja fa temps que ha estat collida i ha anat perdent propietats. Si es ven la planta a granel, com bé dius, és impossible viure del cultiu de plantes medicinals. Per això, nosaltres fem tot el procés i no venem la planta acabada de collir. La pagesia i la ramaderia, actualment, donen molt poc rendiment. És per això que, si un ramader ven la llet, en treu molt poc benefici; en canvi, si fa tot el procés fins a tenir un formatge curat, es pot guanyar més bé la vida. En el nostre cas, el de les plantes aromàtiques, en fem el planter, les plantem, les collim, les manipulem separant la tija de les fulles i tamisant-les, per exemple. També assequem degudament la planta, fem les fórmules (barreja de plantes) si cal i, finalment, ho envasem (bossetes, pots, sobres, etc.). Tot i així, encara venem planta a granel al nostre herbolari, per aquells clietns que ens ho demanen. Jo només utilitzo la planta que cultivo per fer els meus preparats, no compro res a tercers. Així doncs, el fet de disposar de planta pròpia i fer tot el procés de dalt a baix, em permet vetllar adequadament per la qualitat, perquè tinc el control de tot el procés, des del moment de collir fins a la forma d'envasar. Això em permet elaborar uns productes diferencials, amb un plus de qualitat que la gent valora i aprecia. Si el producte és de qualitat, als clients no els sap greu pagar una mica més abans de comprar planta de més baixa qualitat,

com aquesta d'importació que esmentaves a la teva pregunta. Així és com podem competir en el mercat i guanyar-nos-hi la vida.

### Quina oferta de productes i/o serveis ofereix des de l'herbolari?

Doncs venem les plantes remeieres que cultivem a granel, però també amb barreges preparades com la infusió que anomenem «Bona nit», que és relaxant i ajuda a tenir un bon son, o la «Bon profit», que va bé per a la digestió. En totes elles vetllo perquè, a més del component terapèutic, tinguin bon gust. També treballo molt per preparar barreges d'espècies amb finalitats culinàries, com la «Sal aromàtica mediterrània», que és ideal per condimentar la carn a la brasa. Val a dir que no produïm només per a nosaltres, sinó que també venem els nostres productes a moltes botigues de menjars ecològics o de proximitat i de qualitat de diferents llocs de Catalunya.

A més, també oferim una sèrie de cursos (<https://www.herbesossera.com/cursos>.) per introduir els alumnes en el món de les plantes medicinals; com preparar-les, quan usar-les, etc.

### I en el seu temps lliure, què li agrada fer?

La veritat és que tinc poc temps lliure i el poc que tinc m'agrada ocupar-lo caminant. M'agrada

Detall del jardí de plantes medicinals de l'Herboristeria Nogué.



Responsabilitat i precaució amb les plantes

molt caminar, però caminar sentint-me dins la natura. També m'agrada molt la cultura, però l'oferta cultural al poble és molt petita i traslladar-me a la ciutat m'angoixa bastant. De fet, fa bastant temps que no he estat a Barcelona; així doncs, accedeixo a la cultura llegint, però, com he dit, no tinc gaire temps lliure per fer-ho.

### Què és el que li agrada més de la seva feina?

M'agrada molt la meva feina, sobretot perquè soc autònoma i m'organitzo com vull. És molt variada. El fet de treballar en tot el cicle de producció, des de plantar les plantes fins al producte final envasat, fa que hagi de conèixer una diversitat de tècniques considerable i que la feina no sigui repetitiva, perquè a cada fase del procés la feina és diferent. Jo soc d'aquestes persones que no podria estar sempre tancada fent una mateixa tasca repetitiva. D'uns anys ençà també tinc la sort de treballar amb el meu fill; això, per a mi, també és satisfactori. No em queden gaires anys per jubilar-me i és agradable saber que ell continuarà la tasca a la qual he dedicat la meua vida.

De tota manera, cal dir que viure de la pagesia, avui en dia, no és gens fàcil. Els governs que hem tingut no cuiden el sector primari. Pel fet de ser autònom ja estàs castigat i si, a més, et dediques a

l'agricultura o la ramaderia, encara més. La burocràcia és excessiva, les plagues com els conills, senglars o cabirols encara dificulten més la supervivència d'aquest sector. Les subvencions de la Unió Europea estan mal dissenyades ja que, per exemple, s'apliquen sobre la superfície de terreny i no sobre el volum de producció, la qual cosa possibilita que un pagès que tingui un terreny sense cultivar cobri subvenció i un que el cultivi, si té menys terreny, rebi menys ajuda econòmica, cosa que dificulta la supervivència dels petits pagesos enfront dels grans.

**Francesc Caralt Rafecas:** President de Flora Catalana.

