

# As espécies vegetais e o seu uso na Medicina



## PLANTAS Y REMEDIOS MEDICINALES

(DE MATERIA MEDICA)

LIBROS IV-V

•

PSEUDO DIOSCÓRIDES

TRADUCCIÓN Y NOTAS DE  
MANUELA GARCÍA VALDÉS



EDITORIAL GREDOS  
MADRID

**CIDEHUS**

Centro Interdisciplinar de História, Culturas e Sociedades



Membro de  
Associações e Clubes

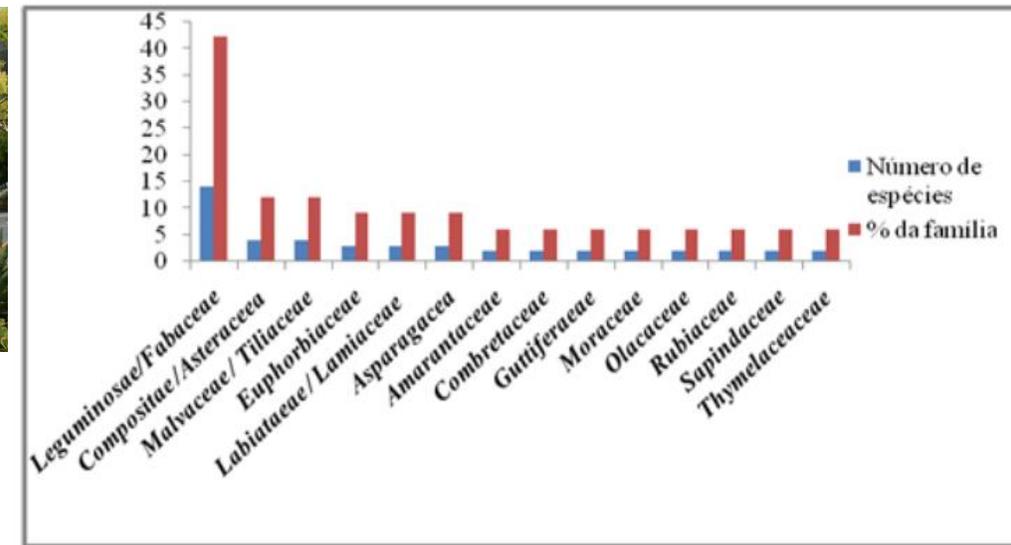


# A Medicina Tradicional

- Desde sempre, o Homem procura na natureza recursos para melhorar a sua qualidade de vida e aumentar as suas hipóteses de sobrevivência.
- O uso de plantas medicinais no tratamento e prevenção de doenças tem evoluído ao longo dos tempos. Muito utilizadas no Passado, têm vindo a ser objecto de estudos vários, que confirmam a sua importância, tanto mais que a medicina tradicional encerra uma experiência colectiva de séculos ou mesmo milénios como veremos.



# Espécies de plantas com fins medicinais



Fonte: autoria própria.

- Na zona da Conda foram identificadas 94 espécies de plantas com fins medicinais de acordo com um estudo sobre esta temática (Etnobotânica sobre plantas medicinais na localidade do Jombe I - Conda, Cuanza Sul - Angola).
- As *Fabaceae* (leguminosas) são as mais utilizadas, bem como a *Steganotaenia araliacea* frequentemente utilizada em práticas tradicionais dadas as suas qualidades anti-inflamatórias e antibacterianas terapêuticas.

(levantamento e imagens a partir de: Etnobotânica sobre plantas medicinais na localidade do Jombe I - Conda, Cuanza Sul - Angola)

FIGURA 1: Localização do Jombe I.



Fonte: Instituto Geográfico e Cadastral de Angola.

# A Medicina Tradicional em Angola

Desde os primórdios, em Angola a prática da Medicina Tradicional está estreitamente ligada à vida quotidiana das populações.

As plantas medicinais caracterizam a verdadeira medicina tradicional angolana.

Há registos sobre a forte utilização no período pré-colonial da Medicina Tradicional, comprovado nas anotações de Frederich Welwitsch (1862-1868) na sua obra sobre Madeira e Drogas Medicinais de Angola, como no livro de Gossweiler (1953) sobre nomes Indígenas de Plantas de Angola. Durante o período colonial, a Medicina e a Farmacopeia Tradicionais foram práticas desincentivadas ou consideradas supersticiosas, não obstante as populações continuaram a sua utilização, pois dela dependiam exclusivamente para o tratamento das enfermidades.

Em 1939, alguns naturalistas angolanos reportavam cerca de uma centena de espécies colhidas apenas no Centro Sul do País.

Adaptado de: Diário da República. Sexta-feira, 2 de Outubro de 2020 | Série-N.º 155



(*Catharanthus roseus*), "Bright eyes", Beijo-de mulata, importante vermífugo e depurativo. Informação José Francisco Salgado



Sexta-feira, 2 de Outubro de 2020

1 Série - N.º 155

**DIÁRIO DA REPÚBLICA**

ÓRGÃO OFICIAL DA REPÚBLICA DE ANGOLA

Preço deste número - Kz: 850,00

## Plantas medicinais endémicas de Angola

- Recentes estudos centraram-se nas qualidades anti-oxidantes, anti-bacterianas, anti-fúngicas, anti-parasitárias de algumas plantas.
- O **baobá ou embondeiro** (*Adansonia digitata* L.) apresenta acção anti parasitária, anti-bacteriana, anti-diabética e alguma anti-malárica, sendo ainda referidos efeitos espasmolíticos e analgésicos.
- Uma outra planta vastamente utilizada é o **chá de caxinde** (*Cymbopogon citratus* L.) que na medicina tradicional angolana é aplicado no tratamento de patologias do foro infeccioso, tendo características antibacterianas.



Pedro de Pina Catarino Pires

### Actividade Antibacteriana de Plantas Medicinais Angolanas

Volume

Tese de mestrado apresentada no âmbito do Mestrado Integrado de Ciências Farmacéuticas - Upgrade, Submetido à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra  
Setembro 2011

# Outros tempos, outras culturas: a formação do Império Romano

A fase inicial de **conquistas do império romano** foi dentro da própria Península Itálica que estava dividida entre vários povos, como os sabinos, os etruscos e mesmo os gregos estabelecidos em colónias no Sul da península e na Sicília.

Completada a unificação da península itálica, os romanos assumem um novo objectivo: a conquista do Mediterrâneo, dominado comercialmente, durante séculos, pelos Fenícios, através da criação diversas colónias ou feitorias.

O principal centro fenício naquele momento era Cartago. As três guerras contra Cartago e seus aliados ficaram conhecidas como Guerras Púnicas.



# O Império Romano

A conquista de Cartago pelos Romanos foi fundamental para o controle *do Mare Nostrum*, que se tornou a "espinha dorsal" do império.

Os Romanos passam a expandir o seu território a partir de áreas periféricas, chegando à Península Ibérica, Norte de África, grande produtora de bens alimentares, Próximo Oriente e zonas atlânticas.

As conquistas continuarão até o reinado de Adriano (117 d.C. - 138 d.C.), responsável por uma mudança na visão expansionista de Roma, preferindo administrar os territórios em vez de realizar novas conquistas. Nos séculos seguintes, o império vai gradualmente declinando e a atitude defensiva de Adriano é seguida por boa parte de seus sucessores.



O Império Romano no seu apogeu

Fotografias a partir de

<https://www.tudosobreroma.com/imperio-romano> e

<https://twitter.com/RomaHistoria>

# A Romanização dos territórios



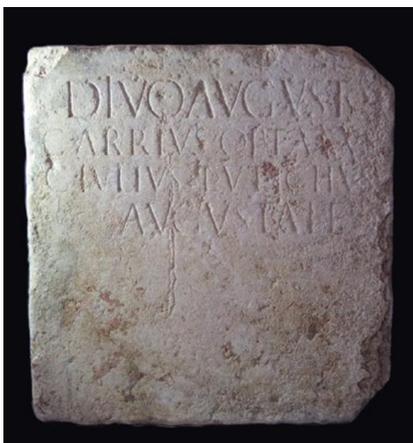
Ara votiva dedicada à deusa Vénus — Miróbriga.



César Octaviano Augusto  
63 a.C. - 14 d.C..



Moeda com representação do templo de Roma e  
Augusto em Pérgamo — Bronze, 19 a.C..



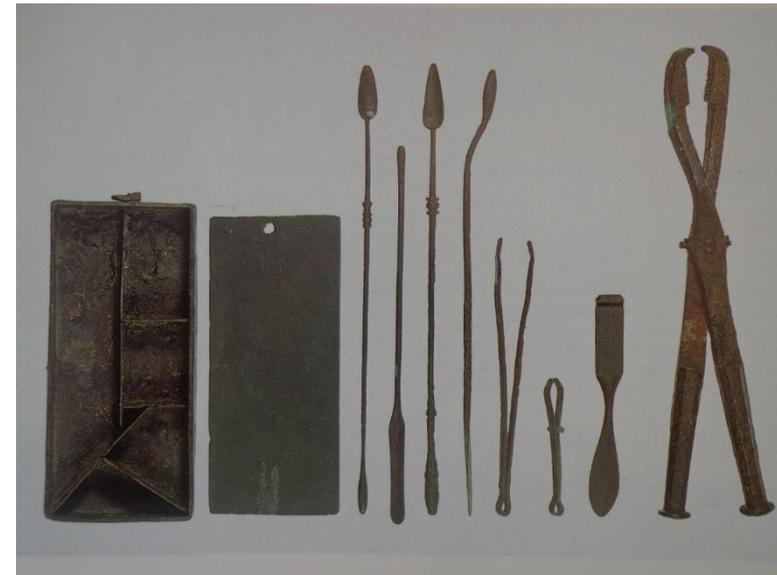
Pedestal em honra do Divino Augusto. Largo  
do Contador Mor. Lisboa. DIVO.AVGVSTO /  
C(aius) . ARRIVS . OPTATV[S] / C(aius) . IVLIVS .  
EVTICHVS / AVGVSTALES Tradução: Ao divino  
Augusto - Gaio Árrio Optato, Gaio Júlio Eutico,  
augustais MNA N.º de Inventário: 2012.72.1

- **Romanização** é o processo de aculturação e assimilação a que foram sujeitos os povos ocupados por Roma.
- Instalam-se novos hábitos, diferentes formas de explorar os recursos e implementara-se novas formas de organização do território.
- A língua, o latim, é essa grande herança que nos ficou e ainda nos acompanha, para além de todas as outras, como o **Direito e as formas da sua aplicação**, a distinção entre propriedade e posse, os impostos, as taxas e as multas.
- A circulação monetária expandiu-se e a medicina evoluiu.
- Tantas formas de expressar a crença, mesmo quando se verifica o sincretismo religioso.

# Afinal que Medicina herdaram os Romanos dos Gregos?

Para Hipócrates, (c. 460 a. C. – Tesalia – 370 a.C. a Medicina dividia-se em três partes:

- A Dietética
- A Farmacêutica
- A cirurgia



Estojo de dentista da Coleção Bustorf Silva. MNA. Lisboa

# A Medicina na Época Romana

Reconhecem-se **várias etapas na evolução da medicina romana:**

- A primeira, exclusivamente **tradicional e empírica**, que vigorou desde os primórdios da civilização romana até cerca do século III a.C. quando se verificou o processo de penetração da medicina grega.
- **Com a chegada dos primeiros médicos da Grécia**, atraídos pela possibilidade de adquirirem fortuna e fama em Roma, a **Medicina adquire um estatuto mais profissional.**
- Finalmente assiste-se ao processo de **“romanização” da medicina grega**, hipocrática e alexandrina, por volta do primeiro século de nossa era e se consolida com Galeno, em meados do século II d. C.

Contudo continuam a conviver a medicina tradicional com muitos dos tratamentos baseados na observação do efeito de plantas, e a medicina terapêutica que se vai desenvolvendo gradualmente.



Material cirúrgico procedente de Pompeia no Museu de Nápoles. Fotografia obtida a partir de: <https://www.facebook.com/pages/Traianvs-Ingenier%C3%ADa-Romana/151487124895824>

Lígula ou colher medicinal ou litúrgica de prata. Praia da Luz. Museu Regional de Lagos



# A evolução da Medicina na Época Romana

Pese a herança grega, designadamente de **Hipócrates** 460 a.C. — Cós; † 370 a.C. — Tessália, considerado o pai da Medicina, os antigos romanos tiveram o seu próprio conhecimento sobre o emprego medicinal dos vegetais e minerais, que chegou até nós graças às obras de médicos e enciclopedistas como:

- **Catão, O Censor**, (Túsculo 234 a.C. — Roma, 149 a.C.), também conhecido como **Catão**, o Velho;
- **Plínio, O Velho**, o naturalista (Como, 23— Estábia, 79), autor da *História Natural*;
- **Dioscórides** (c.40 – 90 a.C.), cirurgião do exército de Nero. Na sua obra Dioscórides intitulada “Matéria Médica”, descreve cerca de 600 produtos vegetais, animais e minerais. Dióscorides prescrevia vinho, e parece ter sido o primeiro a usá-lo para anestesia. Provocava um estado letárgico nos seus pacientes mediante o uso de "vinho de mandrágora", fazendo uso dessa planta com efeitos narcóticos, e também tratava feridas com ele.

## PLANTAS Y REMEDIOS MEDICINALES

(DE MATERIA MEDICA)

LIBROS IV-V

•  
PSEUDO DIOSCÓRIDES

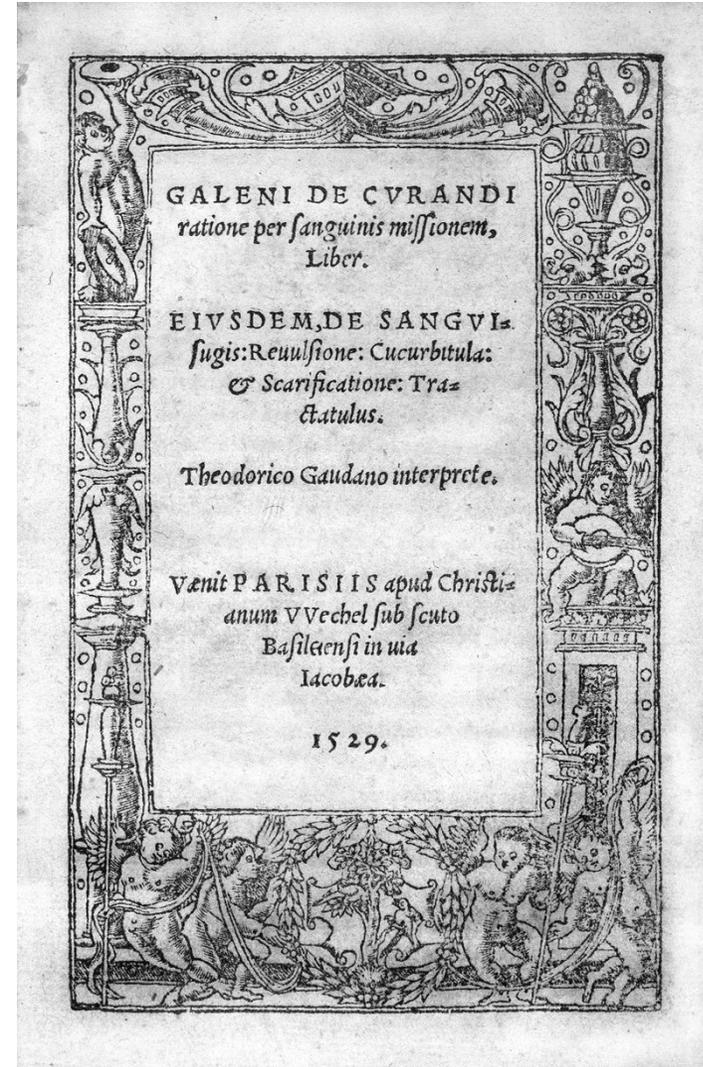
TRADUCCIÓN Y NOTAS DE  
MANUELA GARCÍA VALDÉS



EDITORIAL GREDOS  
MADRID

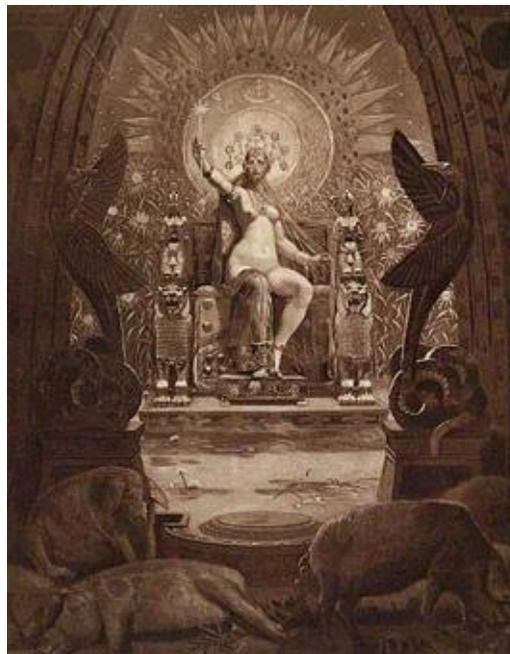
# GALENO

- **Galeno** (Pérgamo, 130 – Roma ca.216), o célebre médico e filósofo romano de origem grega, autor de uma vasta obra, a exemplo de *De anatomicis administrationibus* (em quinze volumes) e *De usu partium corporis humani*, especializou-se em cirurgia e dietética.
- Ocupou em Pérgamo o cargo médico da escola de gladiadores e foi médico particular e conselheiro de Marco Aurélio, sendo uma das suas atribuições proteger o imperador de envenenamento. Escreveu um tratado denominado "De antidotos". Galeno elaborou uma lista de remédios vegetais, conhecidos como "galénicos".



# A evolução da Medicina na Época Romana

- Durante muito tempo os cuidados com os doentes em Roma eram prestados dentro do próprio ambiente familiar, pelo *paterfamilias*, que era responsável pelo tratamento de familiares, de criados, escravos e animais.
- Esse tipo de medicina era baseado na **tradição, no conhecimento empírico do efeito terapêutico de ervas**, cultivadas no próprio ambiente familiar e ministradas conjuntamente com rituais cantados e falados, de natureza religiosa e mística.



Circe. Louis Chalon ,1888

- Circe era, desde a Antiga Grécia, a Deusa da Lua Nova, maga ou feiticeira que dominava o poder das plantas.

«Ó deusa, de um deus compadece-te, suplico! Só tu podes dar-me alívio nesta minha paixão, caso eu pareça digno dele.  
Ninguém sabe melhor que eu, ó filha do Titã, quão grande é o poder das plantas, eu que, por meio delas, mudei de forma.  
(...)  
Mas, se algum poder há nas fórmulas mágicas, uma fórmula recita nos teus lábios sacros; se forem mais potentes as ervas, lança mão do poder comprovado de uma planta eficaz».

Ovídio, *Metamorfoses*, Livro XIV, Livros Colibri.

# A evolução da Medicina na Época Romana

Estima-se que, em **Época Imperial Romana**, **entre 1300 e 1400 plantas tenham sido identificadas**, sendo muitos desses conhecimentos herdados dos Gregos, a exemplo do filósofo **Teofrasto** 372 a.C. — 287 a.C., autor da *Historia plantarum* [*História das plantas*], em nove livros (originalmente dez) e de *De causis plantarum* [*Sobre as causas das plantas*], em seis livros (originalmente oito), a mais importante contribuição para a ciência botânica de toda a antiguidade até ao Renascimento.

TEOFRASTO

## HISTORIA DE LAS PLANTAS

INTRODUCCIÓN, TRADUCCIÓN Y NOTAS POR  
JOSÉ MARÍA DÍAZ-REGAÑÓN LÓPEZ



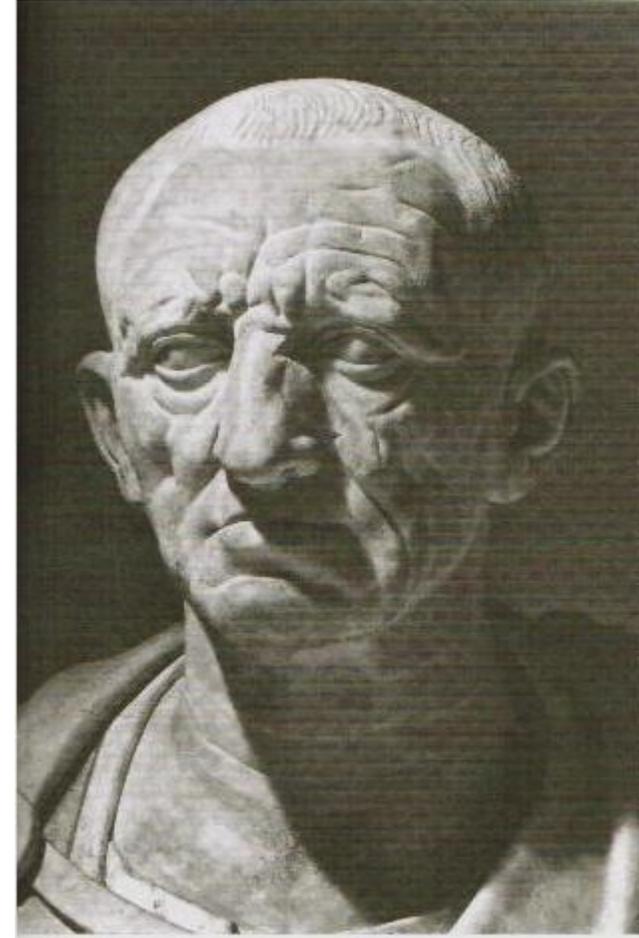
EDITORIAL GREDOS

**Catão** foi um dos primeiros enciclopedistas que escreveu um tratado, chamado *De Agri Cultura*, sobre a forma como se deve dirigir uma propriedade rural.

Nessa espécie de manual pode-se encontrar orientações para os cuidados médicos que deviam ser adoptados para os escravos e para o gado.

No *De Agri Cultura*, Catão menciona remédios para vários tipos de afecções e apresentava a receita detalhada para a preparação e uso do *medicamentum*

Entre os medicamentos, destacam-se aqueles **que eram preparados com abóbora; crua ou cozida**, ingerida ou aplicada nas feridas e lesões. Quando os tratamentos com a abóbora não curavam os escravos, Catão recomendava que fossem libertados.



Catão, também conhecido por **Marco Pórcio Catão**, nasceu em Túsculo a 234 a.C. e morreu em Roma em 149 a.C., também conhecido como **Catão, o Velho** ou **Catão, o Censor**, foi um político romano, cônsul em Roma em 195 a. C e censor em 184 a. C. .

# Catão, *De Agricultura*.

Para dores abdominais e problemas intestinais causados por ténias e lombrigas **Catão** recomendava: «Pegue 30 romãs ácidas, esmague, coloque em uma jarra com três congii [Congii =plural de congius= medida de volume romano que corresponde a cerca de 3,25 litros actuais.] de vinho preto forte e feche o recipiente. Trinta dias depois abra e use. Tome uma hemina [Hemina= medida de volume romana que correspondia a cerca de 270 ml] antes de comer. Com uma receita com folha de romã, vinho envelhecido, raiz de funcho, incenso, mel cozido e vinho de manjeriçã, era possível eliminar os vermes. Era necessário, entretanto que o paciente subisse a uma pilastra e pulasse para baixo dez vezes».

Catão. *De Agricultura*.



# Remédios e Instrumentos

- São conhecidas algumas *tabernae* (lojas) com funções de farmácia, como se verifica em Pompeia, na estela procedente da Gália com representação uma farmacêuta e aprendizes.
- **Cabia aos médicos o preparo das receitas, tendo grande liberdade na sua elaboração.**
- Quando viajavam ou visitavam os seus pacientes, os médicos utilizavam a “Theca”, ou caixa com vários compartimentos para conter distintos remédios.
- Podiam ser de bronze, marfim ou madeira com a sua própria tampa. Algumas destas caixas estavam decoradas com representações do deus Esculápio, deus da medicina e da cura.
- O termo medicamento é derivado do latim ***medicamentum*** que, em latim tinha também o sentido de beberagem mágica, bruxaria, feitiço.
- Remédio é derivado de ***remedium***, aquilo que cura.



Fig. 65: Taberna de una farmacia. En el centro de Meditrina (Da Grand, Francia)  
*Theca* ou caixa de comprimidos com compartimentos, provenientes de Mérida que continha compostos medicinais. Museo Nacional de Arte Romano, Mérida



# Médicos: Alguns Testemunhos epigráficos

Só em Mérida, existem seis epígrafes com referências à actividade de médicos, um deles *medicus ocellaris*, bem como uma Mulher, *Iuliae Saturnin(ae)*, a quem o marido dedica este altar por seus méritos de «esposa incomparável», «médica excelente» e mulher santíssima.

Também *Lucius Cordius Symphorus* é nomeado num altar com dedicatória a *Venus Victrix*.



## Os tratamentos

Seis comprimidos foram descobertos num antigo navio romano, afundado na costa italiana há mais de dois mil anos. Investigadores da Universidade de Pisa, Itália analisaram-nos e consideram que podem ter sido usados para tratar infecções oculares.

As pílulas estavam em bom estado e os seus ingredientes bem preservados, apesar de submersos ao longo de milénios.

As amostras estavam numa caixa de metal e revelaram que continham gordura animal e vegetal, entre elas possivelmente azeite, conhecido pelo seu uso antigo em perfumes e preparados médicos; resina de pinheiro, que tem propriedades anti-bacterianas; amido, um ingrediente usado em cosméticos pelos romanos e compostos de zinco.



O navio naufragado data do período entre 140 e 130 a.C. e teria sido usado como embarcação de comércio da Grécia para o Mediterrâneo e apesar de ter sido descoberta em 1974, apenas agora é que os comprimidos foram totalmente analisados.

Gradualmente, **os Médicos** foram-se especializando, em Roma:

**Clinici** (clínicos) tratavam doenças internas. Os clínicos ilustres chegavam junto ao enfermo levando consigo um séquito de médicos principiantes; auscultavam, tocavam, observavam e, em virtude do ofício de mestres, faziam auscultar, tocar e observar.

Marcial descreve uma dessas cenas: "Estava indisposto; eis que logo Símaco vem visitar-me acompanhado de cem discípulos: tocaram-me com mãos, com mãos geladas. Não estava com febre, agora estou".

**Fannius** - laringólogo.

**Eros** - cirurgião estético.

**Alcon** - operador de hérnias e de fraturas.

**Medici oculari** - Oculistas que tratavam das doenças dos olhos, mas não podiam receitar óculos, pois os mesmos constituem uma invenção bem posterior. Ao que se sabe, a operação às cataratas era já efectuada em período romano. Em gratidão, alguns pacientes escreveram textos nas paredes das ruas para os oftalmologistas ou *medici oculari* como "meus olhos foram curados pelos deuses: Agradeço a Baite", ou "Higinio disse, curou o meu olho rapidamente".

Na imagem está retratada **uma oftalmologista operando os olhos do paciente**. Museo Nacional de Arte Romano, Mérida.



Ara funerária de um médico romano, no reverso pode ver-se um recém nascido. Museo Nacional de Arte Romano. Mérida. Fotografia José Manuel Jérez Linde

# A Natalidade

A Natalidade era muito elogiada em Roma. As leis protegiam-na, embora se reconhecesse que a maternidade excessiva pudesse ser prejudicial, para a saúde da mãe e porque poderia sobrecarregar a família.

Patricia González aceita no seu trabalho «El control de la natalidad en el Mundo Clásico» que os meios de contraceção e controlo da natalidade mais usuais fossem os meios “mecânicos”, ainda utilizados nos nossos dias, a exemplo de duches vaginais ou banhos quentes, e ainda através de esforços físicos.

O aborto através de meios mecânicos era realizado ou pela própria mulher, por uma matrona ou mesmo por um médico, dependendo da condição social da mulher.

O aleitamento prolongado era também usado como forma de evitar uma nova concepção, embora não fosse um método totalmente eficaz. Ainda por cima tendo em atenção que as mulheres de condição elevada em Roma, recorriam às *nutrices* para amamentar os filhos. as mulheres

As escravas evitavam a natalidade para não perpetuar a condição servil.



1 - Detalhe do Sarcófago de Marcus Cornelius Staius, que morreu em criança. Museu do Vaticano  
Fotografia de Agnete a partir de: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Spielende\\_Mädchen.JPG](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Spielende_Mädchen.JPG)

2 - Placa com representação de mãe e filho. Óstia.  
Fotografia a partir de:  
<https://pt.pinterest.com/pin/535717318151885606/>

# O Parto

- Foi Sorano de Éfeso, médico do século II d. C. que exerceu em Alejandria e Roma quem escreveu o primeiro tratado de ginecologia ("Livro das enfermidades das mujeres - Gynaikeia) em quatro tomos e que fue traduzido para latim por Muscio no século VI d. C.
- A cesariana é um legado da antiguidade para a contemporaneidade, sabendo-se que esta prática foi utilizada na Época Romana e que o próprio Júlio César devia o seu nome a esse método.



1 - Terracota encontrada na sepultura de Isola Sacra (Ostia).

2 – Relevo de mármore de Ostia Antica

# Os Métodos Abortivos

Plínio o Velho na sua *Naturalis Historia* falava de métodos abortivos como *Silphium* uma erva que, entre outros usos médicos, “é dada também a mulheres com vinho e se usa com lã suave com um *pesario* – supositório vaginal - para provocar hemorragias menstruais e com isto, abortos”.

Era introduzida na vagina para provocar o fluxo menstrual. Esta erva era conhecida no Egipto, Grécia, Roma e na antiga Mesopotâmia.

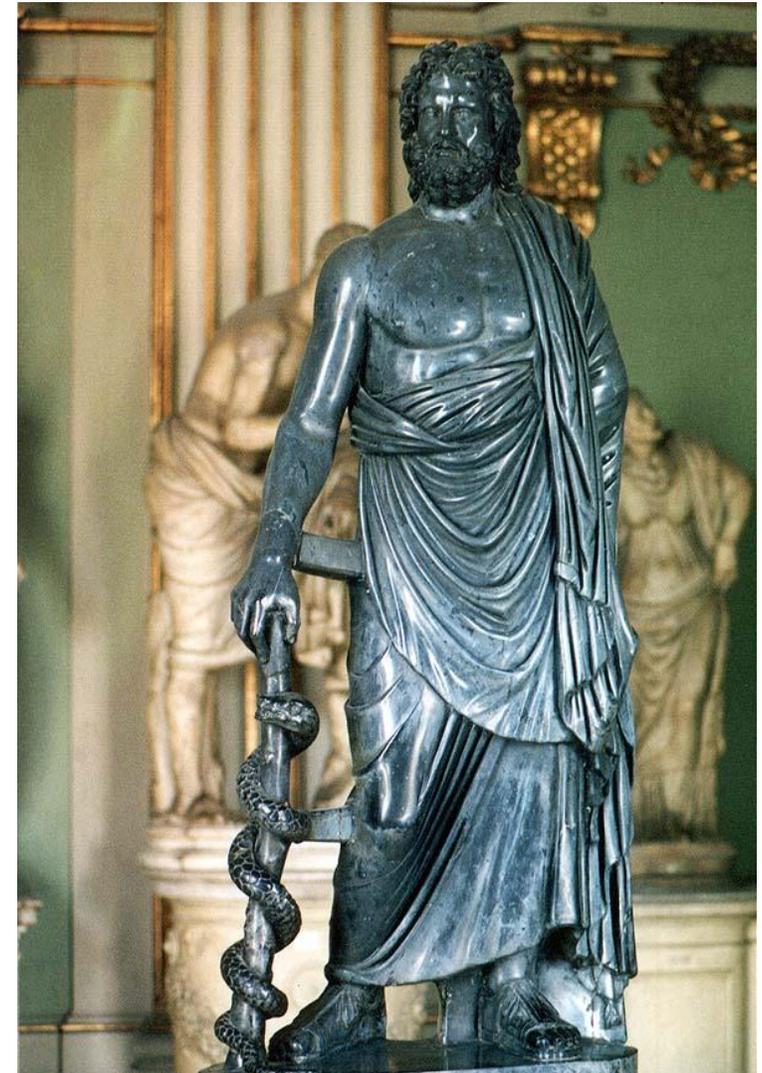
O *silphium* era tão importante para a economia de Cirene, uma antiga colónia grega (actual cidade líbia de Shahhat) que foi imortalizada na moeda local. Além de afrodisíaca, a erva pode ter sido um dos primeiros métodos anticoncepcionais.

Sabe-se que também a arruda era usada para fins abortivos.



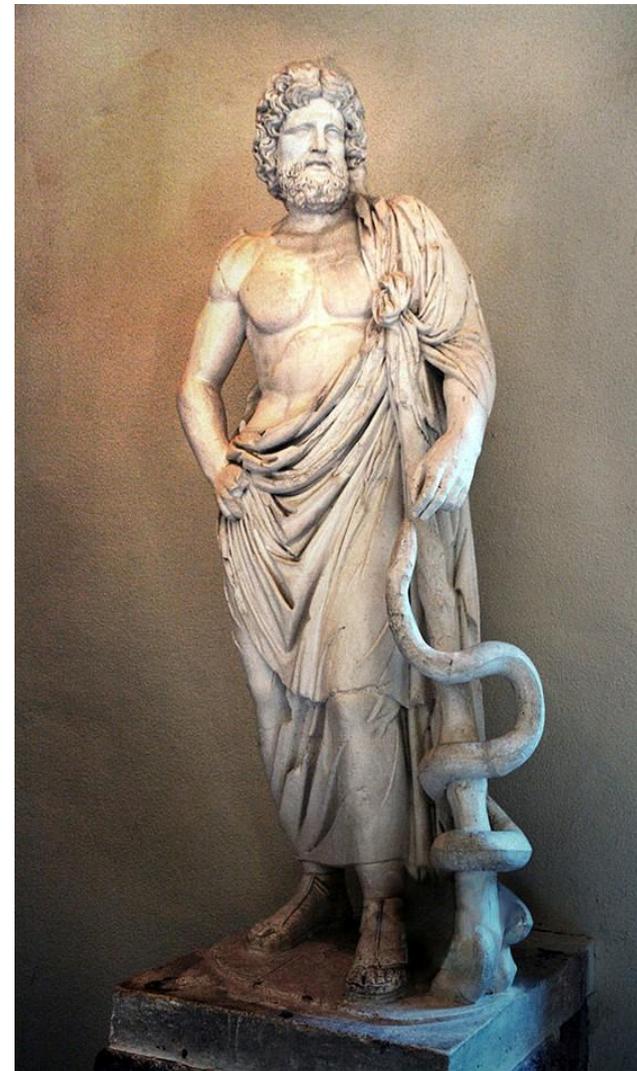
# Esculápio, o deus da saúde

- Há várias versões do mito de Esculápio. A mais corrente refere-o como filho de um casamento entre o deus Apolo e uma mortal, Corónis. Segundo nos descreve o poeta Píndaro (522-443 a.C.) parece ter sido retirado do ventre da mãe à hora da sua morte, representando assim a vitória da vida sobre a morte.
- Teria nascido de cesariana após a morte da mãe, e criado pelo centauro Quíron, que o educou na caça e nas artes da cura. Aprendeu o poder curativo das ervas e a cirurgia, e, ao que dizem as lendas, a sua capacidade era tão grande que conseguia trazer os mortos de volta à vida, pelo que Zeus o puniu.



# Esculápio, o deus da saúde

- S. Agostinho, no século IV, na *Cidade de Deus* assim se refere a Esculápio
- «Esculápio veio do Epidauro para Roma para exercer gloriosamente, na mais nobre das cidades, a sua arte como médico habilíssimo». Livro III. Capítulo XII”
- Sabe-se que o culto de Esculápio tem o seu auge em época helenística em Epidauro e em Cós, grandes centros culturais e terapêuticos, e Roma importa-o no século III a. C., aquando de uma grande epidemia.
- O seu culto disseminou-se por uma vasta região, sendo evocado em inúmeros templos e santuários, que actuavam como uma espécie de hospitais, através da indução da *incubatio*.
- Apolo parece ter perdido, a partir dessa data, a relevância que tinha pelas suas virtudes médicas, pese ter continuado a haver consagrações a *Apollo Aug.* que, aliás, tem preponderância sobre *Aesculapius Aug.*, existindo casos de consagrações simultâneas.



# Esculápio, o deus da saúde

- O culto a Esculápio está comprovado epigraficamente na Hispânia, na Tarraconense – em Valência existe um pedestal dedicado a *Asclepio* por um sevir augustal – e na Lusitânia.
- Os seus dedicantes são varões, libertos na sua maior parte. Somente numa inscrição (León) o seu nome aparece associado à saúde. No caso de Miróbriga essa associação é indirecta pois o dedicante dá a conhecer a sua profissão de médico. Também é apenas conhecido um templo dedicado a esta divindade, em Ampúrias.
- Na Bética, em Nova Cartago, existe uma edícula consagrada ao culto de Esculápio.
- Em *Olisipo*, uma das três inscrições consagradas a Esculápio, datável do século I d. C., foi, provavelmente, encontrada nas ruínas do criptopórtico a que foi, durante muito tempo, atribuída uma função termal.



Estátua descoberta no interior de umas termas romanas no Monte da Salsa, Brinches, Serpa, onde sobre o corpo representando *Aesculapius* foi colocada a cabeça-retrato de uma personagem identificada com o imperador Adriano.

# Os símbolos de Esculápio, o deus da saúde

- A serpente surge ainda associada ao Génio, simbolizando a força espiritual e vivificante dos homens, pois todos se fazem acompanhar dessa divindade individual que o acompanha e protege até à morte, dos imperadores e dos deuses, a exemplo do Génio de Júpiter.
- Por mudar de pele, rejuvenecendo-se simboliza a Eternidade.
- A serpente é também um dos animais associados com o culto de Mitra, de Mercúrio, sendo também de Esculápio.
- Ainda hoje a serpente de Esculápio enrolada no bastão representa a Medicina.



# Salus

Era a personificação do bem-estar (saúde e prosperidade), não apenas individual, mas como *Res publica*.

Na mitologia grega **Hígia** (equivalente na à *Salus romana*) era a filha de Esculápio. Era a deusa da saúde, limpeza e sanidade e exercia uma importante parte no culto do pai.

Enquanto o seu pai era mais relacionado diretamente com a cura, ela era associada com a prevenção da doença.

Está bem documentada na Lusitânia, essencialmente no «conventus Emeritensis», no «conventus Pacensis» e no «conventus Scallabitanus», sendo as dedicatórias maioritariamente materializadas em árulas e aras de granito.

A partir da época imperial *Salus* adquire muitas vezes o epíteto de *Salus Augusta*.

Nas primeiras fases do culto imperial, relacionar-se-á ainda com a *Aeternitas Aug.* e, possivelmente, com a *Victoria Aug.*



# A Higiene como fonte de Saúde



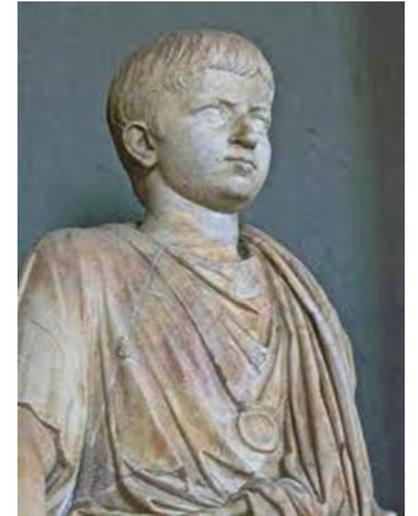
1 – Strigilo. Coleção Estatal de Antiguidades. Munique.

2 - Mosaico da *Villa* romana de Río Verde, Marbella. São visíveis vários elementos associados ao banho e limpeza corporal, como espelhos, , estrigilos e chinelas.



# Os amuletos e talismãs

- Entre os romanos, era muito normal o uso de amuletos e talismãs.
- A “bulla” era uma espécie de medalhão, uma caxinha redonda ou ovalada, constituída por duas partes unidas.
- No seu interior era colocado um amuleto contra o mau-olhado.



Também era vulgar dar valor apotropaico ou carácter religioso a determinados elementos,

- normalmente esculturas fantásticas ou animalísticas, que protegiam a vida e colocadas junto às sepulturas protegiam o defunto e seus bens.

Camafeu de anel com representação da cabeça de Medusa.  
Época de Augusto. Tesouro Petescia Berlim.

Amuleto contra o mau olhado. Fotografia a partir de:  
<http://www.blognavazquez.com/2011/06/30/la-bulla-infantil-amuleto-romano/>



- **Ervas, raízes, unguentos, emplastos eram muito usados em Roma.**
- ***Laserpicium*** – Era uma planta medicinal que Plínio considerou um dos maiores dons da natureza. O sumo da raiz do laserpício era muito apreciado e tinha aplicação nas convalescenças, nos estados de prostração, nas digestões difíceis, nos distúrbios circulatórios. Era empregado para curar feridas e chagas e para tratar os obsessos. Curava a dor de garganta, asma e mil e uma outras moléstias. Servia também como antídoto contra mordeduras de cobras e picadas de escorpiões. As mulheres preparavam um extrato do laserpício, e usavam esse extrato para molhar um pedaço de algodão, que era então introduzido na vagina antes do acto sexual para impedir a gravidez.
- O laserpício apenas se revelava impotente contra dores de dente. Nesses casos dolorosos aconselhava-se a polpa da abóbora com absinto e sal.
- Para a boa conservação dos dentes, recomendava-se lavar a boca com sangue de tartaruga três vezes ao ano ou dissolver sal sob a língua pela manhã em jejum.



1 - Moedas cunhadas com representações do laserpício. Cyrene.  
 2 - Unguentários de cerâmica e vidro do século I. Museu Nacional de Mérida.

# O Saber das Plantas

- A beladona, o meimendo ou belenho e a mandrágora que, em fase posterior, ficaram associadas à bruxaria, eram ervas medicinais, provocando efeitos alucinogénios ou afrodisíacos.
- A "Madradora Officinarum", oriunda da região mediterrânica, tinha efeitos narcóticos.
- São-lhe atribuídas propriedades tóxicas e medicinais: afrodisíaca, alucinógenas, analgésicas e narcóticas.
- O Belenho ou Meimendo era já usado entre os Egípcios para aliviar a dor e induzir o estado de inconsciência. Já na Grécia Antiga era utilizado em envenenamentos e para processos divinatórios. Ao que se sabe, esta planta era utilizada no Oráculo de Delfos, onde as Sacerdotisas ingeriam o sumo das suas sementes.
- Contra as devastações da calvície usava-se uma Infusão de vinho, açafão, pimenta, laserpício e excremento de rato.
- As enfermidades dos olhos eram tratadas com colírios preparados com substâncias vegetais como resina de mirra, açafão e pós minerais

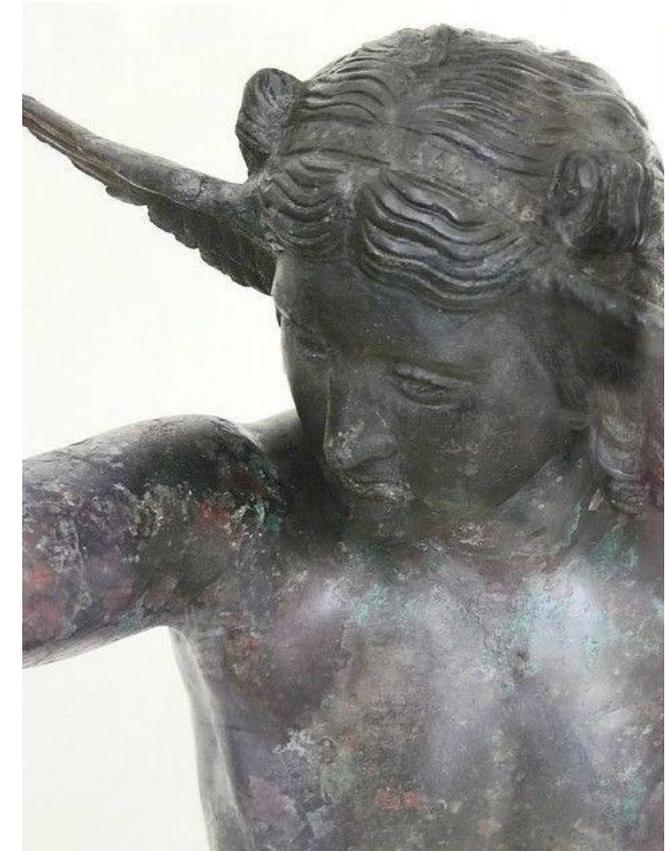
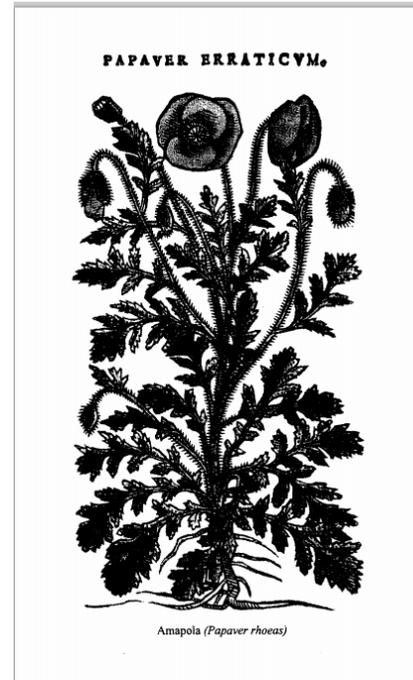


*Mandragora officinarum*



# AS PAPOILAS NA MEDICINA

- O ópio é conhecido desde a Antiguidade. Da Papoila (*Papaver somniferum* – ou dormideira) se extrai o ópio que tem finalidade terapêutica e medicinal.
- **No Egito Antigo** e na Mesopotâmia as papoilas eram já utilizadas para a produção de ópio, que ajudava a acalmar as pessoas e a fazer com que elas dormissem melhor, bem como para resolver problemas intestinais.
- Também **Dioscórides** (c.40 – 90 a.C.), cirurgião do exército de Nero, referiu o uso das pétalas da papoila misturadas com vinho para que os pacientes ficassem dormentes.
- Recomendava ainda o uso da sua semente com hidromel para fins gastro-intestinais, podendo ser misturadas em pastéis ou tortas de mel e sésamo, para os mesmos fins. As folhas com as cabeças, aplicadas como cataplasma, dissipam as inflamações. Também eram usadas para dormir. Segundo Discórides (40- 90 d.C.), no LIVRO IV "DE MATERIA MEDICA", funciona como sonorífero e misturada com vinho dá-se de beber a quem se quer adormecer.
- Sabe-se também que o ópio extraído da Papoila era utilizado para tratar os gladiadores.



Dormideira (*Papaver somniferum*).

Fotografia Alexandra CL

Estátua de bronze de Hipnos. . Séculos I a.C. - I d.C.

Metropolitan Museum of Art in New York City, New York.

Fotografia de: Mary Harrsch <https://www.pinterest.pt/pin/399413060678440275/>

# A Papoilas na Mitologia

Na mitologia a papoila relaciona-se com várias divindades ligadas ao sono ou à noite, como **Morfeu**, deus dos sonhos, figurado com os seus frutos na mão. Como a maior parte das divindades do sono e dos sonhos, Morfeu é alado.

Mas também se associa à deusa grega **Nix**, a noite, que é representada coroada com papoilas e envolta em manto negro e estrelado.

**Nix** simboliza o tempo das gestações, das germinações, que vão surgir à luz do dia. Mas também é símbolo do inconsciente: é no sono da noite que aquele se liberta.

Por sua vez, **Hipnos**, a personificação do sono e a da sonolência, é irmão gémeo de Tánato, filho de Nix e Érebo.

A papoila também se associa a **Deméter**, a Ceres dos Romanos, deusa da fertilidade e do trigo, considerado símbolo da Civilização. Teve Deméter uma filha do seu irmão Zeus chamada Perséfone (a Prosérpina romana) que vivia meio ano nas profundezas da Terra e outra metade vinha ajudar a sua mãe. Com o seu regresso inaugurava-se a Primavera.



Na fotografia; Hypnos (Somnus ?). Escultura em mármore., Época de Adriano, (117–138 d.C). Palazzo Massimo alle Terme

Segundo poeta latino Ovídio, no século I d. C. , no Livro XI. (Livros Cotovia, (2017), no seu poema mitológico «Metaformoses», o deus Mercúrio carregou os sonhos de Morfeu, filho do Sono, do Vale de *Somnus* aos seres humanos dormentes.

«Perto dos Cimérios, há uma caverna de profundos recessos, uma montanha oca, residência e lar do preguiçoso Sono. Nela jamais ao nascer, ou a meio do seu curso, ou ao pôr-se, logra Febo penetrar com raios. Do chão exalam-se névoas à mistura com brumas e crepúsculos de luminosidade dúbia. Aí, ave alguma com vigília, crista na cabeça, canta a despertar a Aurora, nem é o silêncio rompido pelo ladrar de cães sobressaltados, nem por ganso, mais perspicaz que os cães (...) Habita ali uma quietude muda, mas da base de uma rocha brota um regato vindo do rio Letes, cuja água murmurante, deslizando entre o crepitar dos seixos, convida ao sono».

## AS PAPOILAS NA MITOLOGIA



«Diante da entrada da gruta, florescem férteis papoilas e incontornáveis plantas, da seiva das quais a Noite húmida colhe a sonolência que borrija pelas terras na escuridão.

(...) No centro desta gruta, está um leito alto de ébano, de colchão de penas, tuso de cor negra, coberto de uma colcha escura.

Nele se deita o deus em pessoa, o corpo relaxado, lânguido.

À sua roda, por todo o lado, jazem sonhos vazios, imitando formas várias, tantos quantas as espigas que a seara produz, as folhas que o bosque tem, grãos de areia atirados na praia».

# DA HISTÓRIA DO VINHO

- O vinho é a bebida obtida a partir da fermentação alcoólica natural do sumo de uvas (precisamente do esmagamento da fruta).
- Existem vestígios que comprovam o consumo de vinho há, pelo menos, 9.000 anos.
- O início do plantio de videiras deu-se na Ásia Menor na região do Mar Negro, e de lá se difundiu por todo o mundo, inicialmente entre Fenícios e Egípcios, depois pelos Gregos e, mais tarde, pelos Romanos.
- Os vinhos gregos foram louvados e imortalizados pelos seus poetas, historiadores e artistas.
- Em Época Romana assiste-se à difusão do cultivo das uvas por boa parte da Europa e Oriente Médio. O consumo massificado do vinho permitiu que se apurassem as técnicas de produção e também as castas.



Figura 02 – Mapa histórico da Viticultura  
Fonte: [www.vinetowinecircle.com/historia/inicio-cultivo/](http://www.vinetowinecircle.com/historia/inicio-cultivo/) (2013)



**“E começou Noé a ser lavrador da terra e plantou uma vinha. E bebeu do vinho e embebedou-se; e descobriu-se no meio de sua tenda”.  
Gênesis, Capítulo 9**



Vinho na Grécia Antiga.

Expansão da vini e viticultura na Europa até o século I.

Fotografia a partir de: <https://mundosommelier.wordpress.com/2011/09/11/denominacao-de-origem-parte-2/>

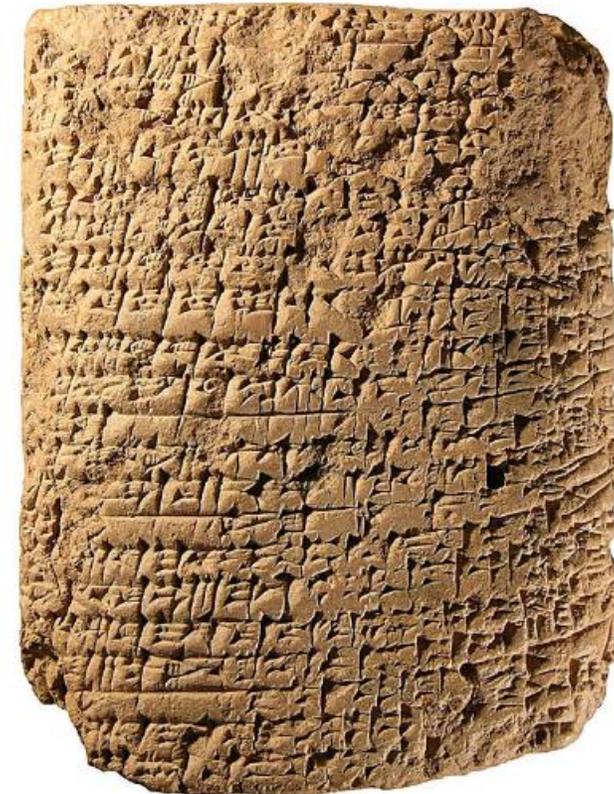
# O VINHO E A MEDICINA

Trata-se, ao que se sabe, da primeira bebida alcoólica a que o ser humano teve acesso.

As evidências do uso do vinho na medicina são bem mais recentes. O primeiro registo escrito que refere a sua utilização para fins medicinais é uma tábua de argila de escrita cuneiforme encontrada em escavações na antiga cidade Suméria de Nippur (Babilónia), datado de 2100 a.C.

Contém prescrições para sintomas específicos e menciona as técnicas fundamentais para tratamento de feridas (incluindo lavagem e aplicação de ligaduras e ou gessos).

Sabe-se que a maioria das doenças gastro-intestinais e das vias urinárias eram tratadas com uma variada gama de substâncias à base de plantas e preparados minerais e que eram produzidos unguentos à base de vinho, para tratar dermatoses.



MS 2670  
Diagnoses of medical conditions with prognoses of the outcome.  
Babylonia, ca. 1900-1700 BC

*Fig. 6 – Placa em argila da Antiga Babilónia (cerca de 1900-1700 a.C.) em que estão inscritos, em caracteres cuneiformes, diagnósticos de diversas situações médicas e respectivos prognósticos.*

Cortesia: The Schoyen Collection MS 2670

# O VINHO E A MEDICINA

Papiros com receitas médicas foram encontrados no Egito escritos entre 1900 e 1200 anos a.C.

O primeiro manuscrito conhecido sobre o uso de plantas para fins medicinais é o Papiro de Ebers, que data da primeira metade do século XVI (a.C.), decifrado em 1873 por George Ebers. O papiro de Ebers ficou conhecido como o primeiro tratado médico egípcio.

Alguns deles referem ao vinho como adjuvante no combate à asma, à obstipação intestinal, à icterícia e até à epilepsia.

Acreditava-se que muitos males físicos decorriam de forças malignas no corpo da vítima, e a melhor forma de expulsar essas forças seria o uso de substâncias de aroma e sabor desagradáveis, que tornassem o corpo inabitável.

Daí serem-lhe misturados ao vinho vários ingredientes, a exemplo do *kyphi* (que era uma mistura de resinas, ervas, especiarias, pêlo de burro, excrementos de pássaro e de burro!...)



1 - Vindima e colheita do vinho, segundo uma pintura tumular egípcia do túmulo de Nakt, da XVIII dinastia, cerca de 1400 a.C.

Os gregos empregavam muito o vinho nas feridas, como auxiliar terapêutico.

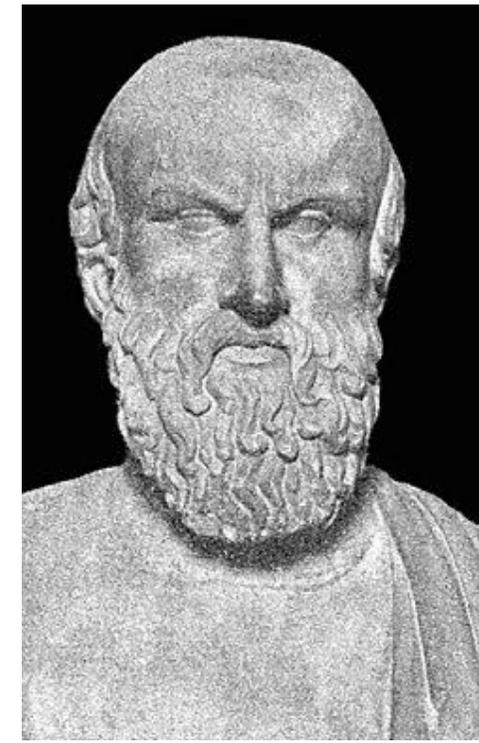
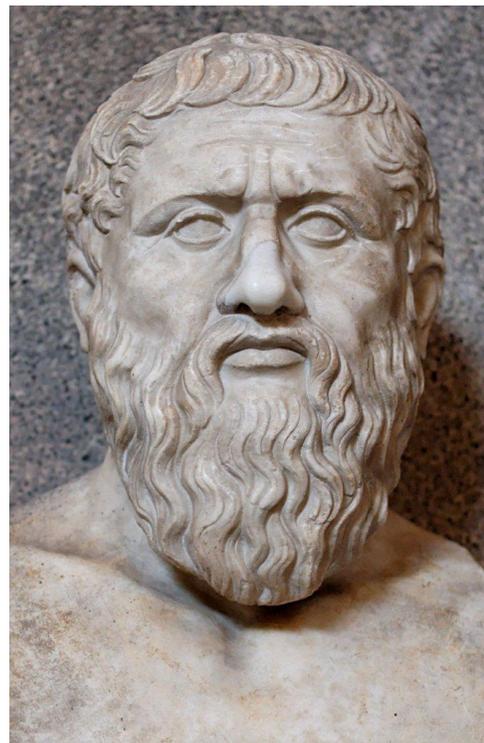
**Hipócrates** (460 – 377 a.C.), pai da Medicina, refere na sua “História da Medicina” usos do vinho como suplemento dietético, purgativo, como diurético e anti-séptico (em emplastos), e até como anti-depressivo, nas convalescenças.

**Sócrates** (470 - 399 a.C.), dizia que “o vinho molha tempera os espíritos, e acalma as preocupações da mente”; reaviva as nossas alegrias e é o óleo para estabelecer chama da vida que se apaga.

**Platão** (427 - 347 a.C.), distinguia as doenças do corpo e da alma. Nas suas obras *Timeu* e *República* dá-nos várias informações sobre os tratamentos empregues na Grécia do século IV a. C. explicitando para quais doenças eles devem ser indicados. Dizia que “o vinho é medicamento que rejuvenesce os velhos, cura os enfermos e enriquece os pobres”; referia ainda que “o vinho é o mais belo presente que Deus fez aos homens”.

**Ésquilo** ca. 525 a.C. (ou 524 a.C.), o dramaturgo, referia que “... o bronze reflete a aparência, o vinho é o espelho da alma”. Talvez daí venha a origem da famosa máxima latina, “*in vino veritas*”, ou seja, *no vinho a verdade*.

# O VINHO NA ANTIGUIDADE: GRÉCIA



Nas fotografias: Platão e Ésquilo

“... como talvez já tenhas ouvido, os bons médicos, quando alguém os consulta e se queixa da vista, respondem, naturalmente, que não é possível cuidar dos olhos isoladamente, mas que é necessário tratar simultaneamente da cabeça, se se quiser passar bem os olhos. De igual modo, julgar, enfim, que a cabeça se cura em si mesma, separadamente de todo o corpo, é uma grande insensatez. Partindo deste princípio, debruçando-se sobre todo o corpo, as suas prescrições procuram, através do todo, tratar e curar a parte”  
(Platão, *Leis*)

# O USO DO VINHO PARA FINS MEDICINAIS

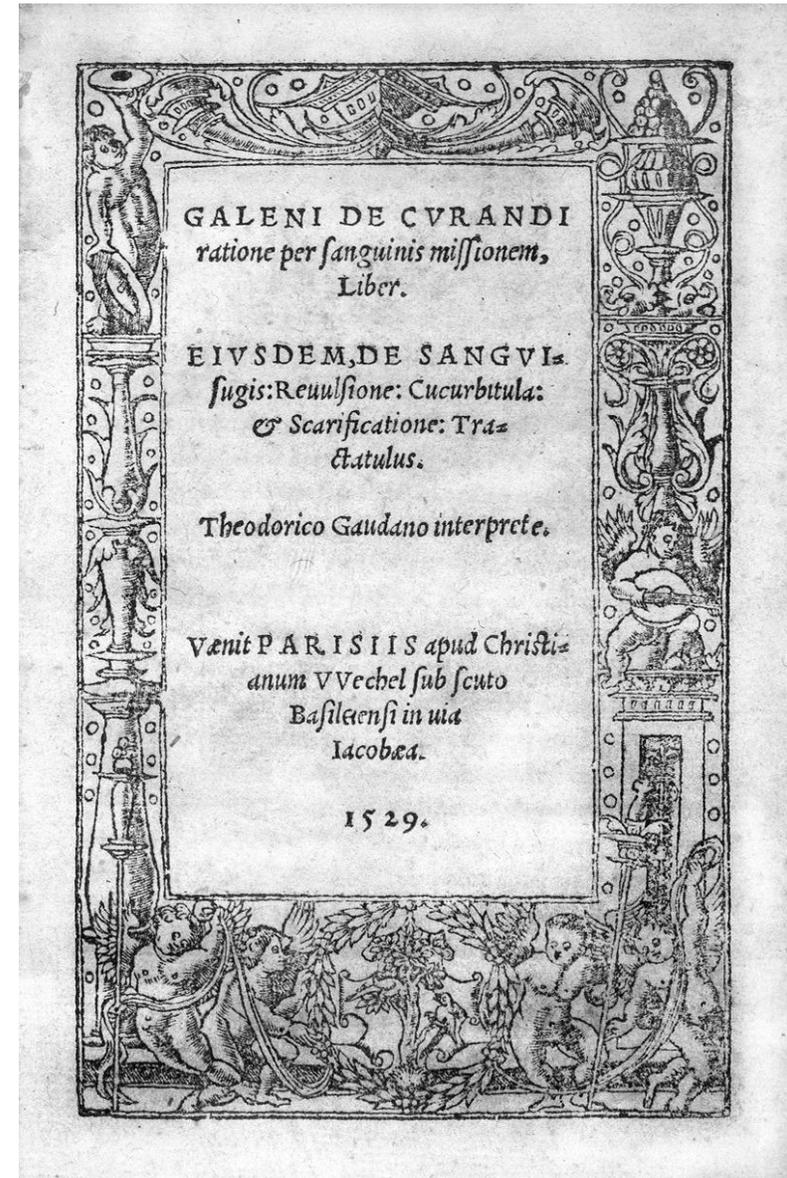
**Celso** (25 a.C.- 37 d.C.), escreveu sobre as diferentes propriedades terapêuticas dos diversos tipos de vinho, como por exemplo: os vinhos secos e leves para doenças do estômago, os encorpados para nervosismo e os salgados para efeito purgativo na icterícia. Foi o primeiro a estabelecer os sinais da inflamação, defendendo a limpeza rigorosa das feridas com compostos de óleo e vinho.

**Galeno** (Pérgamo, 130 – Roma ca.216 ? ), o célebre médico e filósofo romano de origem grega, autor de uma vasta obra, a exemplo de *De anatomicis administrationibus* (em quinze volumes) e *De usu partium corporis humani*, especializou-se em cirurgia e dietética. Ocupou em Pérgamo o cargo médico da escola de gladiadores e foi médico particular e conselheiro de Marco Aurélio, sendo uma das suas atribuições proteger o imperador de envenenamento.

Escreveu um tratado denominado "De antidotos".

Elaborou uma lista de remédios vegetais, conhecidos como "galénicos" e fez inúmeras considerações sobre os vinhos, tanto italianos como gregos.

Cuidava da dieta e dos ferimentos dos gladiadores e gabava-se que nenhum deles havia morrido nas suas mãos, o que parece improvável, já que o único recurso de que dispunha para tratar ferimentos horríveis era lavá-los com vinho, embora tenha observado que os ferimentos não sofriam putrefação quando tratados com vinho.



# O Vinho em Plínio o Velho

A *História Natural* de **Plínio, O Velho**, o naturalista (Como, 23— Estábia, 79), entre numeros assuntos que trata, faz referência aos usos medicinais e, às vezes, culinários, de produtos vegetais e animais.

Ao longo de seus 37 livros, tal obra dedica-se, nos livros XX a XXVII, às propriedades medicinais das plantas, e nos volumes XXVIII a XXXII, aos diversos usos medicinais de produtos de origem animal.

Quando aborda o mundo vegetal, o autor descreve espécies de plantas, mencionando sua utilidade. São frequentes as receitas para estimular e reter a menstruação, a lactação e a fertilidade, procedimentos contra prisão de ventre e medicamentos contra venenos, sejam eles de origem animal ou vegetal.

Plínio faz inúmeras referências a médicos famosos, tanto gregos quanto de outras nacionalidades.

**Plínio, o Velho**, listou na obra enciclopédica 60 tipos de vinhos usados para fins terapêuticos, 200 variedades de uvas, 50 variedades de vinhos romanos, 38 de estrangeiros e 18 variedades de vinho doce.

Recomendava a ingestão desta bebida durante as refeições, nunca antes.



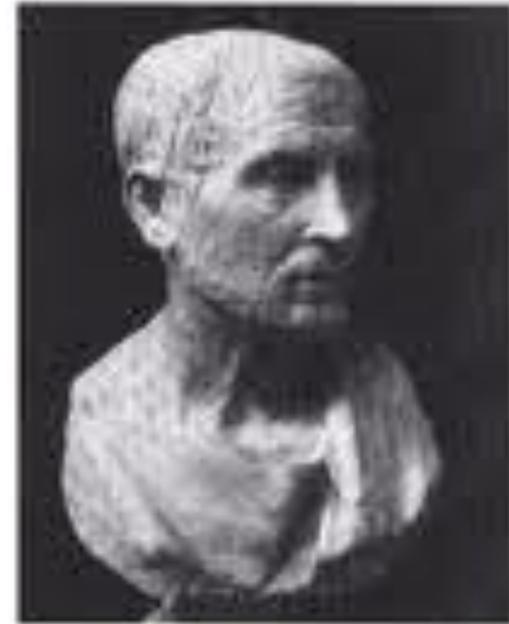
# O Vinho entre os Romanos

Entre os Romanos era mais comum o uso de vinhos brancos.

Os médicos elogiavam as suas qualidades, considerando-o um digestivo :«o vinho branco é fraco e leve» e

«O vinho branco pela sua natureza é mais leve, diurético, quente e fácil de digerir e, por isso, deixa a cabeça a arder»

(Ateneu, I, 26c e 32c)



Ateneu, I, 26c e 32c

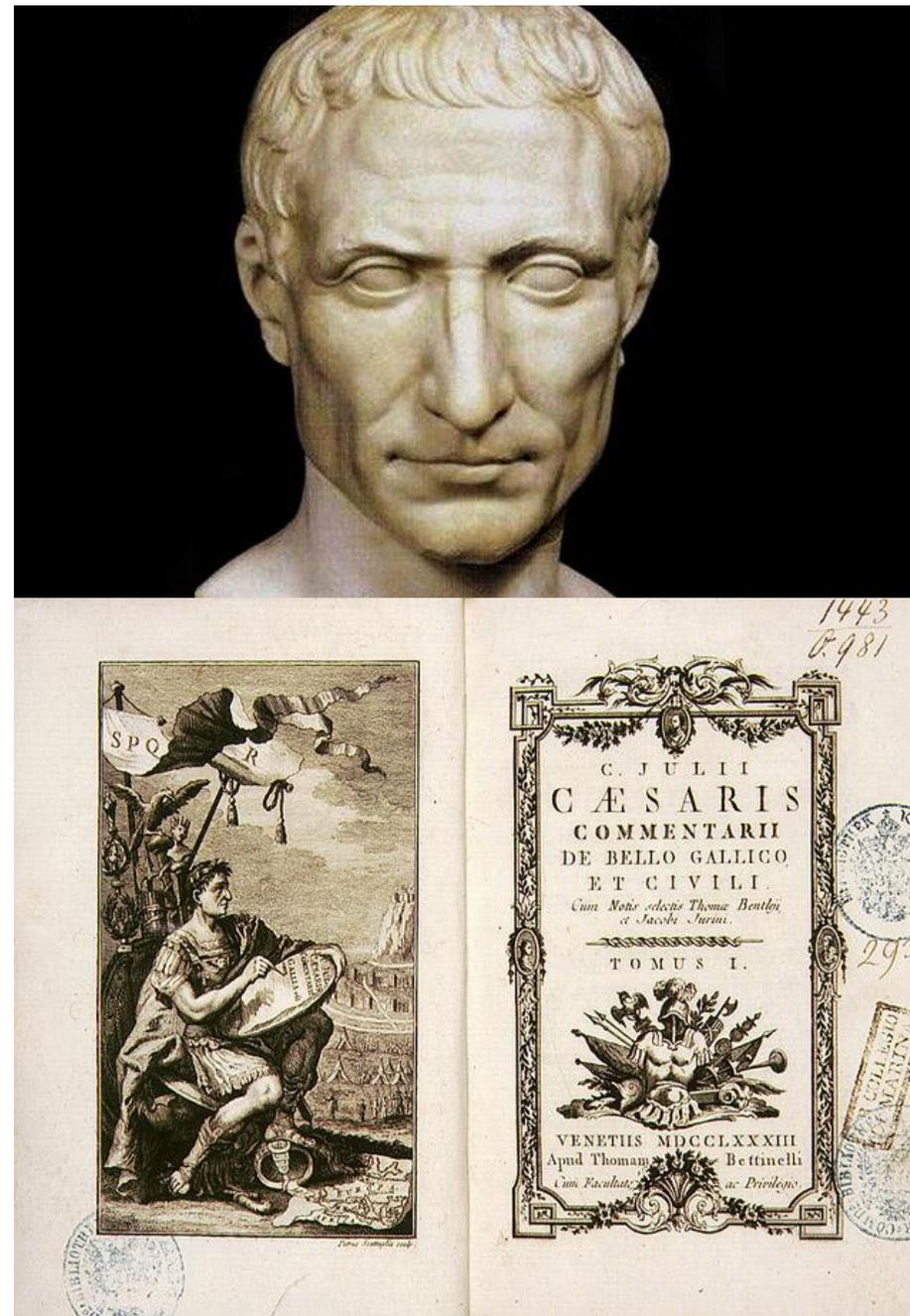
# O Vinho entre o soldados

Durante a expansão do Império Romano, generais como Júlio César recomendavam que seus soldados bebessem vinho para preservar a saúde, fortalecerem-se e evitarem disenteria, que, juntamente com as infecções, constituía uma das principais causas de morte na época, devido à frequente ingestão de água contaminada.

[http://obviousmag.org/egregora\\_e\\_alteridade/2016/o-homem-com-a-fachtpena-moeda-julio-cesar-na-obra-de-plutarco.html](http://obviousmag.org/egregora_e_alteridade/2016/o-homem-com-a-fachtpena-moeda-julio-cesar-na-obra-de-plutarco.html)

2 - Capa da edição da Guerra das Gálias, 1783.

[https://pt.wikipedia.org/wiki/J%C3%BAlio\\_C%C3%A9sar#/media/File:Commentarii\\_de\\_Bello\\_Gallico.jpg](https://pt.wikipedia.org/wiki/J%C3%BAlio_C%C3%A9sar#/media/File:Commentarii_de_Bello_Gallico.jpg)



# O Vinho, o Amor e a Tristeza. O Mal e a sua Cura

Bebe deste vinho  
originário das vinhas de Taigeto  
que o velho Teotimo favorito dos deuses  
plantou nas colinas  
e regou com a água fresca de um ribeiro  
Bebendo-o afugentarás as tristezas  
e armado de uma couraça de vinho  
sentir-te-ás mais leve

Teógnis Mégara, século IV

In «O Vinho e as Rosas», Assírio e Alvim, ed. 1995

«o vinho torna os corações receptivos ao amor

Com as libações frequentes desvanecem-se as rugas da  
fronte e as dores

Sobrevém então o riso o pobre torna-se afoito

A franqueza tão rara nos tempos que correm apodera-se  
dos espíritos

Baco repele os artifício

Os corações dos jovens deixam-se cativar pela beleza

Depois do vinho Vénus é fogo sobre fogo»

- *OVÍDIO, ROMA, SEC. I D.C.*

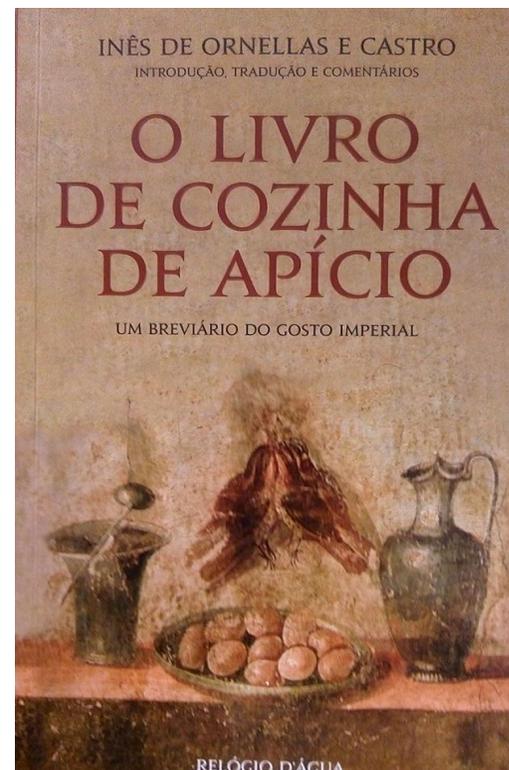


# As Fontes Escritas. O vinho e a vinha

## Rins recheados (VII, VIII, 1; 289)

|                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| 2 rins de porco ou de vitela | banha q. b.                    |
| 1 c. chá de grãos de funcho  | 100 gr. de pinhões             |
| 1 c. sopa de coentros        | 2 copos de vinho branco        |
| pimenta q. b.                | 2 cc. chá de <i>nuoc man</i> * |
| sal q. b. *                  |                                |

Limpe os rins e corte-os em duas partes mas sem separar. Deixe-os a marinar em sal e vinho branco durante 5 horas. Escorra-os e polvilhe com pimenta moída. Pique os coentros e esmague os pinhões com o funcho. Misture e recheie os rins. Feche com palitos. Envolve em banha, salpique com *nuoc man* e leve a cozer ao forno.



Apício (25 a. C - 37 d. C.).

# O VINHO: as fontes escritas: Apício

33

II

## CONDITVM MELIZOMVM VIATORIVM:

Conditum melizomum perpetuum quod subministratur per uiam peregrinanti: Piper tritum cum melle despumato in cupellam mittis conditi loco, et ad momentum quantum sit bibendum, tantum aut mellis proferas aut uini misceas sed si uas erit, nonnihil uini melizomo mittas, adiciendum propter mellis exitum solutiorem.

## VINHO DOS VIAJANTES<sup>62</sup>CONDIMENTADO AO MEL :

Vinho condimentado ao mel, não perecível,<sup>63</sup> que é consumido na estrada por peregrinos: põe pimenta triturada com mel despumado num cântaro no lugar do vinho condimentado e no momento de beber apenas toma mel ou mistura o vinho, e se houver um vaso, põe um tanto de vinho ao mel, acrescentando por causa do mel no fim da solução.

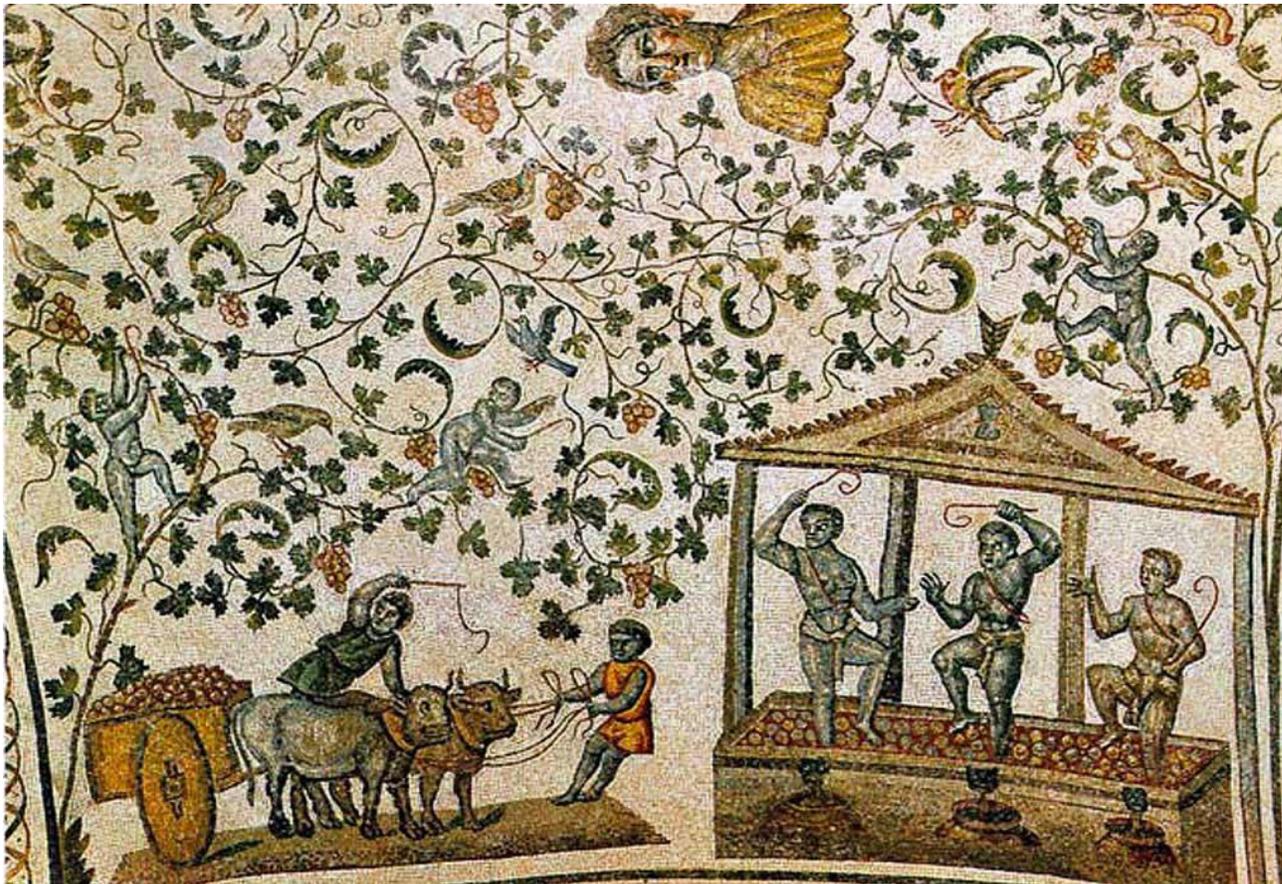
III

## ABSINTIVM ROMANVM:

Absintium Romanum sic facies: conditi Camerini praeceptis, utique pro absintio cessante, in cuius uicem absinti Pontici purgati terendique unciam, Thebaicam dabis, masticis, folii <scripulos> III, costi scripulos senos, croci scripulos III, uini eius modi sextarios XVIII. Carbones amaritudo non exigit.

## ABSINTO ROMANO:

Assim fazes o Absinto Romano: toma primeiramente a receita do vinho condimentado Camerínio e usa pelo absinto faltante, em cujo lugar colocarás uma onça de absinto Pôntico limpo, uma tâmara de Tebas<sup>64</sup>, almécega, três escrúpulos de folhas, seis escrúpulos de costo, três escrúpulos de açafão, 18 sextários de vinho do seu modo. Os carvões não retiram o azedume.



Vindima e prensa das uvas. Mosaico da Igreja de Santa Constança, Roma. Século IV

# A abóbora

A abóbora aparece entre os vegetais nomeados por egípcios e existem provas de que também eram utilizadas pelos romanos, que as misturavam com mel, funcionando como digestivo para as grandes quantidades de carne que ingeriam nas sua grandes festas.

Em Roma a abóbora era muito consumida e só em Apício encontramos nove receitas.



# Os poejos

- 

O Poejo já era utilizado na Antiguidade no fabrico de coroas religiosas, sendo utilizado em todo o Mundo Mediterrânico.

Simbolicamente é uma planta que representa saúde e alegria, sendo um excelente amuleto e era conhecido desde épocas remotas pelas suas qualidades medicinais, designadamente as relaxantes.

Tal como os coentros, a arruda, a segurelha, a hortelã, o aipo selvagem, a cebola, o tomilho, os alhos, os poejos também são referidos pelo gastrónomo romano Apicius.



- Numa das receitas de *Apicius*, assim é referido:

“pimenta, hortelã, aipo, poejo seco, queijo, pinhões, mel, vinagre, *liquamen*, gemas de ovo, água fresca. Escorra o pão demolhado em água avinagrada, ponha numa panela com queijo de vaca e pepinos, alternando com pinhões. Deite alcaparras bem cortadinhas com fígados de galinha. Regue com o molho, coloque sobre um recipiente com água fria e sirva assim”

# Os Coentros

As sementes de coentro eram, ao que parece, usadas no Maná, segundo o Êxodo. O Maná, (מן מן, em Hebraico), é descrito no Êxodo como «um alimento produzido milagrosamente, sendo fornecido por Deus ao povo hebreu, liderado por Moisés, durante sua estada no deserto rumo à terra prometida.

Os coentros eram originários da Europa e do Médio Oriente. Utilizados pelos Sumérios e pelos Egípcios, não como tempero, mas sim como planta medicinal, eram-lhes atribuídas propriedades digestivas, calmantes e, quando usados externamente, serviam para o alívio de dores das articulações e reumatismos, além de possuírem, ao que dizem, efeitos anafrodisíacos, como refere o médico de origem grega Dióscorides, no século I d.C.

Já Hipócrates (460 a.C. - 377 a.C) lhe dedicara um tratado completo, conhecido por "Korion". Sabe-se que, em Época Romana, as folhas de coentros eram usadas quando se coziam legumes e cevada, e o poeta Virgílio (70-19 a.C.) refere um molho feito com sementes de coentros, arruda, segurelha, hortelã, aipo selvagem, cebola, tomilho, alhos e poejos. Em Inglaterra foram introduzidos pelos romanos, que o utilizavam moído com cominhos e vinagre para conservar a carne. Diz-se que na Idade Média as “bruxas” o utilizavam nas poções chamadas de "filtros de amor



1 - Natureza Morta. Pompeia (63-79 d. C.)  
Museu Nacional de Nápoles

Existem referências à alface em **Hipócrates** e **Dioscórides**, na Antiga Grécia.

Entre os Gregos, a alface ficou simbolicamente relacionada com a morte, pois segundo a lenda, o amor entre a deusa Afrodite e o jovem Adónis, filho de Mirra, teve um fim trágico, quando este último foi morto por um porco selvagem saído do jardim das alfaces.

Por isso, para os Romanos também não era comum, até uma certa altura, ingeri-la, por ser uma profanação.

No entanto, há várias referências relativas ao seu uso pelos Romanos, sendo uma das suas características evitar a embriaguez.

Assim, passou a haver o costume de comer a salada no fim da refeição, e Virgílio diz-nos que que esta erva deliciosa finalizava os jantares dos nobres.

Também se sabe que desde a época do Imperador Domiciano, era costume as elites servirem alface como entrada, antes do prato principal, com rabanetes e outros legumes crus.

## A Alface



Os Romanos só consumiam alfaces cruas e tenras; por vezes, cozinhavam-nas com um molho de azeite e vinagre quente directamente sobre as folhas. Eles elogiavam o gosto da alface com um tempero de rúcula.

Numa carta de Plínio a *Septicius*, o primeiro queixa-se que o amigo prometera vir jantar e lhe preparara um banquete de honra. Para cada convidado tinha previsto uma alface, três caracóis, dois ovos ...

Também o gastrónomo Apício tem para *Lactuca* várias receitas.



1 - Fresco com representação de ovos e tordos. *Villa Julia Felix*. Século I. Pompeia

2 - Detalhe de mosaico paleocristão, século IV d.C., *Basilica Patriarcal de Aquileia*, Itália. Fotografia:

<https://www.pinterest.pt/pin/363595369898284541/>

# O Alho

Os Romanos já usavam o alho, quer para fins medicinais, quer para temperar os alimentos. Na obra do gastrónomo *Apicius* há várias receitas de alho (*alium*; *allium sativum*), bem como de um molho de alho, *ALLIATVM*, consistindo num puré dos mesmos amassados e misturados em azeite.



# A Arruda

Conhecida desde sempre como uma planta medicinal a que, muito provavelmente pelo seu cheiro, se atribui a característica de afugentar bruxas, a arruda foi também utilizada na alimentação.

Tal como os coentros, a arruda, a segurelha, a hortelã, o aipo selvagem, a cebola, o tomilho, os alhos, os poejos também são referidos pelo gastrónomo romano *Apicius*.

Numa das suas receitas, SALA CATTABIA, assim é referido por *Apicius*: “pimenta, hortelã, aipo, poejo seco, queijo, pinhões, mel, vinagre, liquamen, gemas de ovo, água fresca. Escorra o pão demolido em água avinagrada, ponha numa panela com queijo de vaca e pepinos, alternando com pinhões. Deite alcaparras bem cortadinhas com fígados de galinha. Regue com o molho, coloque sobre um recipiente com água fria e sirva assim”.



# A urtiga

- A urtiga, cuja raiz latina é *uro*, que significa “Eu queimo”, designação apropriada para os pequenos pelos que as folhas têm, que picam e dão uma sensação de ardor na pele.
- Os soldados romanos utilizavam-nas para criar uma sensação de calor em períodos mais frios pela reacção que provoca.
- Para Plínio-o-Velho, a urtiga, *Urtica dioica*, «era a mais odiada das plantas». «Em contrapartida para os Celtas aparece representada em amuletos que protegem do mau-olhado. A urtiga fazia era componente habitual dos diversos filtros de amor, possivelmente nos casos em que já havia essa propensão.
- Dioscórides, no século I, que viajou como médico militar pela Europa celta, registou a planta na sua obra *De matéria medica*. Indica-a para mordeduras de cão, feridas, doenças pulmonares, alterações da menstruação e tratamento do cancro. Também a indicava como afrodisíaco e diurético. Estas indicações estão correctas, à luz do conhecimento farmacológico actual da planta. Extractos da planta são actualmente utilizados nas afecções prostáticas».

cit.:[http://revista.triplov.com/Salao\\_do\\_Folhetim/Maria\\_do\\_Sam\\_eiro\\_Barroso/plantas.htm](http://revista.triplov.com/Salao_do_Folhetim/Maria_do_Sam_eiro_Barroso/plantas.htm)



Fresco do triclinium da Villa di Livia Drusilla



# A Abóbora

- A abóbora, pelas suas inúmeras sementes, é, como a cidra, a laranja, a melancia, um símbolo de abundância e fecundidade, mas também aparece associada à Sabedoria. A origem da abóbora não é totalmente clara, havendo quem defenda que a sua origem é asiática, ou mesmo americana. Contudo, sabe-se que os Romanos usavam a “abócora-cabaça”
- Contudo, o nome da abóbora-cabaça aparece entre os vegetais nomeados por egípcios e existem provas de que também eram utilizadas pelos romanos, que as misturavam com mel, funcionando como digestivo para as grandes quantidades de carne que ingeriam nas suas grandes festas. Em Roma a cabaça era muito consumida e só em Apício encontramos nove receitas.



# Os morangos

- O morango era, na Época romana, valorizado pelas suas propriedades terapêuticas e era usado em muitos tipos de doenças.
- Para além de muito saboroso, sabe-se que tem poucas calorias, e é uma excelente fonte de vitamina C e potássio, além de possuir muitas fibras e poder ter efeitos preventivos em alguns tipos de câncero.
- Ao que se sabe, é uma das frutas que mais tem propriedades medicinais, em toda a planta: fruto, raiz e folhas.
- Era a fruta da deusa Vénus, e símbolo de fertilidade, tentação e paixão, fruto dos amores perdidos da mesma deusa por Adónis. Os Festivais anuais dedicados a Adónis decorriam em cidades egípcias e gregas. Mas a utilização do morango para poções de amor relaciona-se, muito certamente, com este mito.
- Na Mitologia romana os morangos eram chamados de "Lágrimas de Vénus" e do que reza a lenda, quando o mais belo dos homens morreu (Adónis), as lágrimas de Vénus transformaram-se em pequenos corações vermelhos, embora a mesma lenda nos apareça associada a outras plantas, flores, a exemplo da rosa, e animais, designadamente o javali que investiu contra Adónis e a anêmona, ou flor-do-vento, pois o vento é a causa tanto de seu nascimento como de sua morte.

" Vós que olheis flores e morangueiro  
procurais pelo chão, cuidado moço,  
que entre as ervas se oculta fria serpe".  
(Vergílio, Bucólicas.)



## Bibliografia Sumária

- ALONSO, M<sup>a</sup> Ángeles, *Medicae Obstetices en la Epigrafía Latina del Imperio Romano. Apuntes en Torno a un Análises Comparativo.* Departamento de Ciencia Históricas, Universidad de Cantabria. *Classica et Cristiana*, 6/2, 2011, 267-296  
<https://www.academia.edu/.../ Medicae y obstetices en la epi...>
- BARROSO, M. Sameiro, " INSTRUMENTOS MÉDICO-CIRÚRGICOS E A SUA CONTRIBUIÇÃO PARA O ESTUDO DA MEDICINA GRECO-ROMANA "  
<https://www.academia.edu/27166261/ INSTRUMENTOS M%C3%89DICO-CIR%C3%9ARGICOS E A SUA CONTRIBUI%C3%87%C3%83O PARA O ESTUDO DA MEDICINA GRECO-ROMANA>
- BIZÁRIO, *Priscila Cristina Bizário*, Um pouco da medicina na Naturalis Historia de Plínio, o Velho.
- DIAZ LÓPEZ, Laura, 2017, Sobre Anticonceptivos, abortivos y los Peligros del Amor en Roma,  
<https://arraonaromana.blogspot.pt/2017/02/sobre-anticonceptivos-abortivos-y-los.html>
- GARCÍA, L. (2000). "La cirugía en el imperio romano". *Anuario Brigantino*, 23. pp.85-150.
- GARRIGA, Montse, [MEDICINA FEMENINA EN LA ANTIGÜEDAD.¿MITO O REALIDAD](#) Una colaboración para [Arraona Romana](#)  
<http://arraonaromana.blogspot.com.es/2014/06/medicina-femenina-en-la-antiguedad-mito.html>
- GERALDES, Neto, "Medicamentos na Roma Antiga. Plantas Medicinais", disponível em <https://xaropedeletrinhas.com.br/medicamentos-na-roma-antiga-plantas-medicinais/> (Acesso em 16/10/2021).
- GOMES, Joana Farinha, 2010, Os Materiais Médico-Cirúrgicos de Época Romana do Museu Nacional de Arqueologia  
[http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/1782/1/22837\\_ulfl076027\\_tm.pdf](http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/1782/1/22837_ulfl076027_tm.pdf)
- GRESBECK, C. Jess, A IMAGEM ARQUETÍPICA DO MÉDICO FERIDO <http://psianalitica.blogspot.pt/2007/07/imagem-arquetpica-do-mdico-ferido.html>
- JAVIER TOSTADO, Francisco, La Medicina en la Antigua Roma. [https://arraonaromana.blogspot.pt/2016/10/la-medicina-en-la-antigua-roma.html?showComment=1487514702626MILNE,J.S.\(1907\).SurgicalInstrumentsinGreekandRomanTimes.Londres.\(Reimpr.NuevaYork,1980\).MONTEAGUDO](https://arraonaromana.blogspot.pt/2016/10/la-medicina-en-la-antigua-roma.html?showComment=1487514702626MILNE,J.S.(1907).SurgicalInstrumentsinGreekandRomanTimes.Londres.(Reimpr.NuevaYork,1980).MONTEAGUDO)
- MATOS, Hernâni Matos, «O Vinho na mitologia Greco-Latina», em: <http://dotempodaoutrasenhora.blogspot.com/.../o-vinho-na-mito...>
- MIRÓ Vinaixa. M. *Perennia. Poesía epigráfica latina. Edición bilingüe (Selección, introducción y traducción de Mònica Miró Vinaixa)*. Barcelona: Godall edicions, 2016, número 2. ISBN: 978-84-945094-2-1
- OSORIO, Ana, Maria, Nuevas aportaciones al conocimiento de la medicina y farmacêutica en la ciudad de Augusta Emerita, memoria, 6,2002.  
[https://www.academia.edu/2563393/Nuevas\\_aportaciones\\_al\\_conocimiento\\_de\\_la\\_medicina\\_y\\_la\\_farmaceutica\\_en\\_la\\_ciudad\\_de\\_Augusta\\_Emerita](https://www.academia.edu/2563393/Nuevas_aportaciones_al_conocimiento_de_la_medicina_y_la_farmaceutica_en_la_ciudad_de_Augusta_Emerita)
- IDEM, Nuevos datos a cerca del area funeraria de epoca alto imperial.
- IDEM, 2015, La Medicina en la Colonia Augusta Emerita, Instituto de Arqueología, Mérida. SÁNCHEZ, Ana ABEMVS INCENA - Este es un espacio dedicado a la gastronomía dela antigua Roma. <http://abemus-incena.blogspot.pt/2014/10/la-higiene-bucal-en-la-antigua-roma.html> SIERRA, Xavier, "Parto, nascimento e morte na antiga Roma". <http://xsierrav.blogspot.pt/2017/02/parto-nascimento-y-muerte-en-la-antigua.html>
- [Medicamentos na Roma Antiga- Plantas medicinais](#). <http://netogeraldes.blogspot.pt/2013/03/medicamentos-na-roma-antiga-plantas.html>

## Bibliografia Sumária

PINTO, Façonny, Afonso (2021) Etnobotânica sobre plantas medicinais na localidade do Jombe I - Conda, Cuanza Sul - Angola Ethnobotany of plants medicinal in the Jombe I - Conda, Cuanza Sul – Angola DOI 10.32712/2446-4775.1066

PIRES, Pedro de Pina Catarino(2022) *Actividade Antibacteriana de Plantas Medicinais Angolanas Volume Imagem Tese de mestrado apresetada no âmbito do Mestrado Integrado de Ciências Farmacêuticas* - Upgrade, Submetido à Faculdade de Farmácia da Universidade de Coimbra Setembro 2011 SOUSA, Maria Adriana São Marcos (2005) A arte médica em Roma antiga nos De Medicina de Celso . Mestre em Estudos Clássicos pela Universidade de Aveiroin . *Ágora. Estudos Clássicos em Debate* 7 pp. 81-104, disponível em: <http://www2.dlc.ua.pt/classicos/De%20medicina.pdf> (Acesso em 19.10.2021).

PSEUDO DIOSCÓRIDES Plantas e Remédios Médicos (Da Matéria Médica), Livros IV-V, TRADUÇÃO E NOTAS DE MANUELA GARCÍA VALDÉS, CREDOS EDITORIAL, MADRID.

VIEIRA, Ana Thereza Basilio, O médico e a medicina em Roma. <http://www.letras.ufrj.br/pgclassicas/medicinaana.pdf>

VEIGA SILVA PEREIRA, M<sup>a</sup>.L. (1990). "Instrumentos cirúrgicos de Balsa (Quinta da Torre de Ares)". Conimbriga, 29. pp.11

Profissões de saúde na Antiguidade

[http://pt.ars-curandi.wikia.com/wiki/Profiss%C3%B5es\\_de\\_sa%C3%BAde\\_na\\_Antiguidade](http://pt.ars-curandi.wikia.com/wiki/Profiss%C3%B5es_de_sa%C3%BAde_na_Antiguidade)

V.V.A.A. «Religiões da Lusitânia - Loquuntor Saxa». MNA p. 437.2002.

Usos culinarios y médicos, disponível em <http://derecoquinaria-sagunt.blogspot.com.es/2013/02/anser-iii-usos-culinarios-y-medicos.html> La Sal de la India:

<http://derecoquinariasagunt.blogspot.com.es/search/label/MEDICINA%20CULINARIAMEDICINA-ROMANA>

**Librarium** <http://www.vergaranunes.com/latim/cultura/medicina.htm>

[http://www.romanoimpero.com/2009/06/medicina-romana\\_29.html](http://www.romanoimpero.com/2009/06/medicina-romana_29.html)

HYPNOS' SECRET / EL SECRETO DE HIPNOS, <https://themindinhistory.wordpress.com/2014/02/17/hypnos-secret-el-secreto-de-hipnos/>

WEIR, Caroline R. CAPÍTULO 16 OS CETÁCEOS (BALEIAS E GOLFINHOS) DE ANGOLA. Ketos Ecology, Devon, TQ7 2BP, UK