

**ALIMENTAR O CORPO, DESPERTAR OS SENTIDOS.  
TESTEMUNHOS DA ARTE MÉDICA PORTUGUESA NEOLATINA**

**AWAKE THE BODY AND FEED THE SENSES.  
A PORTUGUESE NEO-LATIN MEDICAL TREATIES TESTIMONIAL**

**INÊS DE ORNELLAS E CASTRO<sup>1</sup>**  
iorncastro@netcabo.pt  
NOVA FCSH / IELT/Projecto DIAITA  
<https://orcid.org/0000-0002-4392-4487>

Texto recebido em / Text submitted on: 23/02/2019  
Texto aprovado em / Text approved on: 05/05/2021

**Resumo**

Alimentar o corpo com prazer implica seduzir e estimular os sentidos. Assim sendo, qual o papel conferido ao gosto? A partir de textos neolatinos de médicos portugueses de finais do século XVI e início do século XVII, procuraremos demonstrar numa primeira instância como, ao contrário do Cristianismo, que relega o sentido do gosto para a base da escala, os tratados médicos reconhecem, desde a Antiguidade e até à época moderna, a importância cognitiva do palato na apreensão da substância do alimento, coadjuvado pelo sentido do olfato. Se o alimento que nutre pode ser também um medicamento para o corpo, ou um “alimento medicamentoso”, urge seduzir o palato do paciente, porquanto só um palato satisfeito conduzirá à cura.

**Palavras-chave:** sentidos, gosto, medicina neolatina, alimentação, cura.

**Abstract**

Feeding the body in a pleasant way implies always to seduct and delight the senses. In such case, what is the role played by the taste? Departing from neo-Latin

---

<sup>1</sup>Embora a autora defenda e utilize a antiga ortografia, por critérios editoriais apresenta este texto segundo as regras do novo acordo.

texts by from the late Sixteen and early Seventeen centuries Portuguese physicians, we will try to give evidence in a first instance that, in contrast with Christianity, which relegates taste for the base of the senses scale, medical treaties recognize, since Antiquity and up to Modern Era, the palate cognitive importance in the food substance apprehension, assisted by the smell. If the food that nourishes can also work as a medicine for the body, or as a “medicinal foodstuff”, it urges to seduce the patient palate, whereas only a satisfied palate will lead to the cure.

**Keywords:** senses, taste, neo-Latin medicine, food, cure.

Comer e amar são porventura as atividades humanas que mais fazem apelo, com prazer, a todos os sentidos. Embora por vezes estejam associadas, pois o sentido do gosto, quando exacerbado, pode conduzir à gula e esta, como veremos, a outro pecado capital, a luxúria. Neste ensaio centrar-nos-emos nos prazeres da mesa. Quais os sentidos que nos facultam sentir o prazer de degustar os alimentos? Haverá algum primacial? No Ocidente, a tratadística cristã – mais do que o primevo Cristianismo – considerou o gosto um *sensus humilis* na base da hierarquia dos sentidos. E, todavia, o saborear está associado à incorporação do divino. Qual o cristão que não conhece as palavras “Saboreai e vede”? Saborear primeiro e, só depois, ver; ver com os olhos da alma no interior de si mesmo. Terá este saborear um teor cognitivo? A arte médica, embora numa dimensão diferente, responde-nos, desde a Antiguidade, afirmativamente. E não se cinge apenas ao registo orgânico. A partir do sentido do gosto chegamos à essência daquilo que ingerimos; através do paladar descobrimos os sabores. Os sabores permitiam à arte médica encontrar um diagnóstico. Mas a escolha dos alimentos, o “*delectus*”, não só cura os desequilíbrios do corpo, mas também, como esperamos demonstrar, torna a alma melhor.

Em função de uma sequência metodológica, apresentamos esta reflexão em três partes: começamos por constatar como o papel dos sentidos à mesa é tema de novas áreas de saber; em segundo lugar, recordamos a hierarquia do gosto face aos demais sentidos e, por fim, na parte mais extensa e central da nossa exposição, analisamos o sentido do gosto, dos sabores e do prazer da mesa em vários registos da narrativa médica. O *corpus* neolatino revisitado, hipocrático-galénico, é obra de autores cuja formação e produção escrita decorreu no século XVI – mesmo que as obras tenham sido editadas posteriormente. Testemunham uma sociedade humanista que olha para o ser humano dotado de idiosincrasias a que o médico deve dar atenção, inclusive respeitar o seu gosto.

## 1. Os cinco sentidos à mesa

“Sensus sunt quinque quos custodire debemus  
Visus et auditus, contactus, gustus odorque.”<sup>2</sup>

Poder-se-á saborear toda uma refeição ou apenas um alimento sem recorrer aos cinco sentidos? Haverá algum que se destaque para desfrutarmos, em pleno, do prazer da mesa? A resposta a estas perguntas parece simples e, todavia, depende da forma como nos situamos no espaço e no tempo. A apreciação dita gastronómica, sabêmo-lo, é condicionada pelo ambiente cultural; assim, perante o ato gustativo, nem todas as culturas hierarquizam os sentidos de modo idêntico.

Ainda em 2017, Charles Spence<sup>3</sup>, professor de Psicologia Experimental na Universidade de Oxford e responsável pelo Crossmodal Research Lab, defendia, em entrevista a uma conceituada jornalista, que comemos com o cérebro, porque o ato de comer, propriamente dito, antecede o saborear do alimento. Deste modo, o palato (associado ao sentido do gosto) não seria o sentido central no processo, e a sequência proposta seria antes: *visão*, olfato-tato, som (audição) e, finalmente, o sabor acompanhado de cheiro retronasal (olfato). Ou seja, ao levarmos um pedaço de comida à boca, forçamos um pouco a condução de ar para as suas passagens na parte detrás, onde os receptores de cheiro, na cavidade nasal, detectam milhares de produtos químicos voláteis que se somam a sabores complexos.

Privilegiar a visão não é uma novidade. A vetusta expressão «comer com os olhos» pode até ser interpretada literalmente e, em determinados contextos antropológicos, remete para crenças de que o olhar pode absorver a energia dos alimentos<sup>4</sup>. Mas a ênfase dada à visão, que revela o cromatismo e a disposição dos manjares, e a ordem pela qual surgem os restantes sentidos, até chegar ao sabor, implica, em nosso entender, repensar o impacte estético

---

<sup>2</sup> Tradução nossa: “Cinco são os sentidos que devemos vigiar: visão e audição, tato, gosto e odor” (i. e. olfato). Vide Nordenfalk 1985: 2. apud H. Walther, *Carmina medii aevi posterioris latina*, Gottingen, 1959.

<sup>3</sup> Charles Spence foi um dos oradores da conferência internacional “Experiencing Food: Designing Dialogues” que decorreu em Lisboa entre os dias 19 e 21 de outubro de 2017. Vide Alexandra Prado Coelho, “A experiência de Comer”, in jornal *Público*, de 15 de outubro de 2017. A entrevista está inserida no corpo do texto do artigo.

<sup>4</sup> É crença de certas tribos da África Austral que se deva preferir comer em espaço privado, conseguindo, assim, manter toda a energia dos alimentos sem os sujeitar ao olhar alheio.

da mesa. Conduz-nos, além disso, a analisar como dialogaram entre si os domínios do saber directamente associados ao estudo do paladar e, em consequência, do sentido do gosto.

O receituário que hoje designamos como culinário, tanto o da Antiguidade como o medieval, visava sobremaneira a digestibilidade, pelo que, até finais de Quinhentos, encontramos-lo nas secções das bibliotecas reservadas à medicina. Na verdade, observa-se, ao longo dos séculos, uma lenta transição nas abordagens ao sentido do palato da arte médica para a arte da cozinha. A este facto não é alheia a nova configuração epistemológica que, na Idade Moderna, retirará a cozinha da esfera de influência da dietética ou da higiene — áreas anclares da medicina — para a conduzir paulatinamente ao domínio da arte dos sabores. Prova disso são os receituários impressos dedicados unicamente à cozinha<sup>5</sup> (cujos receptores são a elite), que se vão afirmando desde o século XVII e onde as subordinações dietéticas de matriz humoral deixam de prevalecer: “Libéré du service de santé, malgré la routine des bibliophiles, l’art culinaire ne s’est pas mis d’abord au service de la gourmandise — péché capital — mais au service du bon goût, comme tous les beaux-arts.”<sup>6</sup>

Não por acaso, surgiram diversas obras impressas em cujo título se lê a palavra “arte”. Em França, consultando os livros recenseados entre 1400 e 1800, encontramos apenas três entre os 50 publicados<sup>7</sup>; na península ibérica, deparamos, e.g., com a *Arte de cocina, pastelaria, vizcocheria e conserveria* (1611) da autoria de Francisco Martínez Montañón, cozinheiro dos Filipes I, II e III de Portugal e a *Arte de Cozinha* (1680) de Domingos Rodrigues. No século seguinte, em 1764, o segundo tomo do *Traité des livres rares* classifica pela primeira vez os livros de cozinha como arte<sup>8</sup> — embora tenhamos de ter em conta que o conceito de arte abarcava as artes menores, i.e., as atividades mecânicas dos artesãos —, mas até finais de oitocentos a insistência no substantivo “arte” mantém-se<sup>9</sup>. Consciente ou

---

<sup>5</sup> A começar pela célebre *Ouverture de cuisine* de Lancelot de Casteau (Liège, 1604).

<sup>6</sup> Flandrin 1996 : 702.

<sup>7</sup> São estes *L’Art de bien traiter* (1674) ; *L’Art de bien faire des glasses d’office* (1768) e *L’Art alimentaire* (1783). Sobre os livros impressos entre 1400-1800 vide Hyman 1996: 655.

<sup>8</sup> Flandrin 1996: ibidem.

<sup>9</sup> Vejam-se, em língua portuguesa, os textos impressos *Cozinheiro moderno ou Nova Arte de Cozinha* (Lisboa, 1780), de Lucas Rigaud, o anónimo *Arte nova, e curiosa, para Conserveiros, Confeiteiros e Copeiros* (Lisboa, 1788), a *Arte do Cozinheiro e do Copeiro* (Lisboa, 1841) da autoria do 1.º Visconde de Vilarinho de São Romão, a obra anónima *Formulário para cozinha e copa, coordenado por hum curioso da provincia do Minho*

inconscientemente, os autores reivindicam um espaço próprio e, ao mesmo tempo, a cozinha, embora com estatuto de arte menor, está entregue a profissionais cada vez mais especializados: a vários funcionários adstritos aos “ofícios de boca”<sup>10</sup>, aos cozinheiros e, distintos destes, os alfeloeiros<sup>11</sup> e os mestres confeitores<sup>12</sup>, a quem eram atribuídas tarefas, em grande medida, herdadas dos boticários<sup>13</sup>, ou não fossem muitos dos manjares açucarados inicialmente considerados medicamentos.

Nos dias de hoje a gastronomia *lato sensu* vai-se apropriando cada vez mais das reflexões sobre o gosto e a alimentação<sup>14</sup>, outrora pertencentes à dietética. A par disso, quem se dedica à restauração demonstra um renovado interesse pela visão, manifesto no investimento posto na apresentação de um prato. Eco deste facto, associado ao poder da imagem, é a especialização crescente da fotografia num nicho particular: a fotogastronomia.

Mas não é de agora a sedução do conviva através do aparato. Já a mesa romana, sobretudo a partir de finais da República, insistia na apresentação de belas travessas destinadas às mesas dos convidados de honra (nem todos tinham acesso aos mesmos pratos). Algumas centúrias haveriam de passar para o Ocidente reconquistar idêntica elegância em grandes banquetes e a mesa, bem como o espaço em torno desta, voltar a ser um palco para as procissões de travessas engalanadas, para os efeitos surpresa de pássaros

---

(Porto, 1860), *O Cozinheiro Imperial ou Nova Arte do cozinheiro e o copeiro... procedido do methodo para trinchar e servir bem à meza...* (Rio de Janeiro, 1843) de R.C.M., *O cozinheiro completo ou Nova arte de cozinheiro e copeiro, ornado de estampas explicativas* (Lisboa, 1849), e a *Arte de Cozinha* (Lisboa, 1876) de João da Mata.

<sup>10</sup> O “ofício de boca”, como esclarece Ana Marques Pereira 2011, não foi terminologia que tivesse em Portugal a profusa utilização que conheceu em França ou em Espanha, entrando no nosso domínio vocabular a partir da monarquia dual. A expressão designava todos os ofícios associados à refeição régia: “a mesa, a cozinha e a aquisição e aprovisionamento dos alimentos” (p. 83), incluíam, portanto, segundo as épocas, o mordomo-mor, o vedor, o trinchante, o copeiro-mor, o manteiro-mor, o reposteiro-mor, o mestre sala e, na dependência deste, os moços da câmara.

<sup>11</sup> Os alfeloeiros eram confeitores especializados no fabrico de massa de açúcar (ou de melaço em ponto grosso), como o alfenim, ainda hoje uma das especialidades da doçaria dos Açores. O nome alfélloa também designava no norte de Portugal um rebuçado comprido.

<sup>12</sup> Muitas das confecções dos confeitores têm origem nas atividades dos boticários. Tornou-se com o tempo uma especialidade com regimento constante no livro *Regimento dos oficiais mecânicos*, Lisboa, 1572, onde estão bem definidas as regras de trabalho destes. Vide Ana Marques Pereira, *idem*: 97.

<sup>13</sup> Em Portugal, o primeiro diploma que faz alusão à atividade dos boticários data de 1338.

<sup>14</sup> Não esqueçamos que o gosto, enquanto um dos cinco sentidos, tem sido também temática teológica, sobretudo a partir da Idade Média, e filosófica.

vivos<sup>15</sup> a saírem de uma tarte ou para as peças montadas com efeitos de *simulacrum*. Claro que estamos longe da exuberância barroca das composições do maître d'hôtel mais famoso em França no século XVII, François Vatel, ou, já no século XIX, das imponentes esculturas de açúcar. Embora os limites temporais que aqui nos interessam sejam ligeiramente posteriores, são ainda pertinentes para Seiscentos as considerações de Ana Isabel Buesco sobre a função do olhar: “o banquete, nos séculos XV e XVI promovia *uma mesa para ser olhada*, na abundância, na qualidade dos pratos, nas modalidades de apresentação, nas próprias invenções cénicas que a acompanhavam, em suma, na teatralização da mesa.”<sup>16</sup> Motivo pelo qual algumas das peças expostas se destinavam apenas a efeitos visuais e não a consumo.

Regressando à atualidade, ao nível da restauração, a grande diferença — mérito ou demérito dos tempos — consiste em ter-se passado a apostar mais na sedução individual (o empratamento personalizado) do que na coletiva (pois, mesmo as pequenas travessas, consideradas demasiado tradicionais, destinadas a satisfazer a escolha de cada comensal, potenciam muito mais a partilha). Hoje, cada prato pretende ser um reflexo quer da mestria culinária quer da atmosfera estética do cozinheiro. Por fim, a disposição dos alimentos condiciona o modo como decidimos saboreá-los. Quantas vezes não ouvimos alguém olhar para o prato e dizer que está tão bonito que nem tem coragem para desmanchar e começar a comer. Uma vez seduzidos pela visão, acaso estaremos mais próximos de incorrer no pecado da gula?

## 2. Uma hierarquia dos sentidos

Como chegámos até aqui? Não podemos falar do sentido do gosto sem abordar a hierarquia dos sentidos no Ocidente Europeu, plasmada pelo primado do Cristianismo. No topo encontramos a audição e a visão, o olfato é considerado intermédio e, na base, situam-se o tato e o gosto, os *sensus humiles*.

Num curioso conjunto de gravuras de Georg Pencz (1500-1550), todos os sentidos, audição, visão, olfato, tato e gosto, são ilustrados por figuras femininas coadjuvadas por símbolos animais, respetivamente: o javali, o lince, o abutre, a aranha, e o macaco. Trata-se de uma iconografia que nos

---

<sup>15</sup> Já num episódio do *Satyricon*, 40.5-6 de Petrónio (fl.62 d.C.), durante o banquete de Trimalquião é servida uma variante do famoso *porcus troianus*: uma barriga de javali recheada com tordos vivos, que voam quando esta é cortada perante os convivas.

<sup>16</sup> Buesco 2011: 311. Itálico no original.

transporta para uma fase intermédia de representação alegórica, porquanto as alegorias animais estiveram em voga no século XIII, as alegorias humanas são posteriores. Como em Latim os sentidos são substantivos do género masculino — *auditus, uisus, olfactus*<sup>17</sup>, *tactus, gustus* —, a figuração masculina antecede a feminina, que só começa *ca.1500*<sup>18</sup>.



As cinco gravuras de Georg Pencz onde estão representados os sentidos, audição, visão, olfato, tato e gosto, numa sequência que ilustra os versos de Cantimpré.

<sup>17</sup>A par deste substantivo, surgem com o mesmo significado *sensus odoris* e *odoratus* (Cícero, *De natura deorum* 2. 158).

<sup>18</sup>Segundo Nordenfalk 1985: 7 a hipótese mais provável assenta no facto de serem igualmente mulheres as alegorias dos Vícios e das Virtudes, cujos nomes latinos são do género feminino. A mais antiga é provavelmente a tapeçaria da “Dame à la Licorne” (c. 1480 ou c. 1510, Musée de Cluny), que é uma alegoria aos Cinco Sentidos associada ao amor.

Estas imagens, concebidas cerca de 250 anos depois, ilustram bem os versos escritos por Thomas de Cantimpré entre 1230-1245, onde deparamos exatamente com a mesma simbologia animal:

“Nos aper auditu, lynx uisu, simia gustu,  
Vultur odoratu praecellit, aranea tactu.”<sup>19</sup>

Por que motivo se associa o macaco ao gosto? “*Simia nos superat gustu*” diz-nos a legenda da gravura. *O macaco* (ou a macaca, em Latim o substantivo *simia* é epiceno) “*excede-nos no gosto*”. Ora o macaco é conhecido por apanhar comida, prová-la e nem sempre a comer; por outro lado, pela sua aparência, pode também ser uma caricatura do ser humano, e ser usado como imagem do excesso (capaz de conduzir à lascívia).



*Inferno*, Mestre desconhecido, 1510-1520, onde estão representados os sete pecados capitais.<sup>20</sup>

<sup>19</sup> Thomas de Cantimpré, *Liber de naturis rerum* 4. 1. 94. Tradução nossa: “O javali ultrapassa-nos pela audição, o lince pela visão, o macaco pelo gosto, o abutre pelo olfato, a aranha pelo tato.” Cantimpré pretendeu escrever uma síntese do saber do seu tempo em 20 livros, uma espécie de enciclopédia muito usada pelos pregadores.

<sup>20</sup> Óleo sobre madeira de carvalho, 119 x 218 cm. Proveniência: convento extinto em 1834, Museu Nacional de Arte Antiga, inv. 432 Pint. Fotografia © DGPC/ADF, Luísa Oliveira/José Paulo Ruas.

Na verdade, a temática dos cinco sentidos está omnipresente na literatura cristã moralizadora<sup>21</sup>, porquanto estes constituem as vias para os vícios, quer do corpo quer da mente — os sete Pecados Capitais (Soberba, Avareza, Ira, Luxúria, Gula, Inveja e Preguiça) nos vários catecismos — passíveis inclusive de conduzir um cristão a desobedecer aos dez Mandamentos. Assim se compreende que nos sacramentos da Extrema-Unção fosse costume aludir às máculas provocadas pelos cinco sentidos, entre as quais ganham relevo as fraquezas da carne, que apenas poderiam ser purgadas através da “medicação” espiritual e pela Graça de Deus.

As fraquezas do corpo surgem sempre associadas sob a forma da dupla gula-luxúria, pois um vício é gerador do outro. A boca que serve para nutrir e degustar os alimentos é simultaneamente uma zona erógena. Uma satisfação do corpo, ainda que necessária, conduz a outra. A língua portuguesa não deixa dúvidas a qualquer pecador sobre a ligação entre tais “fraquezas”, pois, ao contrário de outras, recorre ao mesmo vocábulo para designar tanto a carne humana como a dos animais destinados à alimentação (e.g. no Francês “chair / viande” ou Inglês “flesh/ meat”); da mesma forma não apresenta distinção para o nome do animal doméstico vivo ou quando é servido à mesa (e.g. o substantivo “pig” designa o animal e “porc” a carne deste). Dir-se-ia que o Português reflecte uma *forma mentis* de tendência zoofágica:

“Les ‘zoophages’ aiment les tripes et les abats, ils ne répugnent pas à voir, cuisiner et manger des parties entières et identifiables d’animaux. La ‘sarcophagie’ (du grec *sarco*, chair) en revanche, est une logique de manger de viande, si l’on entend par ‘viande’ une matière comestible distincte de l’animal duquel elle provient, pour ainsi dire désanimalisée, et dans laquelle rien ou le moins possible ne vient rappeler la bête vivante.”<sup>22</sup>

O calendário litúrgico impõe aos cristãos, desde os tempos medievos até à atualidade, e consoante o grau de piedade e a geografia, um ritmo

---

<sup>21</sup> É interessante, todavia, constatar que a arte sacra da Idade Média muito raramente aborde o tema dos cinco sentidos na iconografia didática. Foi preciso esperar pelo período de 1400-1600 para vermos o inferno sobejamente retratado nas igrejas. Representa mais a visão dos artistas, como o quadro aqui reproduzido, do que propriamente o inferno teológico. Minois 1991: 231.

<sup>22</sup> Fischler 2001: 131.

entre dias gordos ou de carne e dias magros ou de peixe<sup>23</sup>, que pode ir de 140 a 160 dias anuais. O consumo em dias de jejum e de abstinência (i. e., abstinência de determinados alimentos) era, sobretudo outrora, pautado igualmente pela continência sexual. Interditavam-se refeições desfavoráveis à sobriedade, onde estivessem presentes alimentos cárneos e gorduras de animais terrestres<sup>24</sup> (manteiga de porco, a que hoje chamamos banha, toucinho, manteiga de vaca e tutano). Havia, com efeito, comunidades que recorriam à gordura de mamíferos do mar, como a de baleia<sup>25</sup>, durante a Quaresma. Do mesmo modo se consumiam aves cujo alimento fosse retirado do mar, como a cerceta<sup>26</sup>. No *Cozinheiro moderno ou Nova Arte de Cozinha*, Lucas Rigaud sugere o consumo de galeirão por ser:

“um pássaro que quase sempre vive no mar ou nas lagoas onde mergulha até ao fundo para procurar peixes miúdos, mariscos e outros insetos de que se nutre e como participa da natureza de peixe (...) o seu uso é permitido na quaresma...”<sup>27</sup>.

Não admira que o peixe e as criaturas marinhas (incluindo mariscos, moluscos e mamíferos até o século XVIII) se tivessem tornado um símbolo

---

<sup>23</sup> Os dias magros são aqueles em que o crente faz penitência em memória dos episódios da vida de Cristo e de Nossa Senhora ou em homenagem a santos importantes: as festas litúrgicas da Ressurreição, os 40 dias da Quaresma, Sexta-feira Santa e, em consequência, evocando a crucificação de Jesus Cristo, todas as sextas são decretadas magras; até as quartas-feiras, para os mais fervorosos, são magras em homenagem à Quarta-feira de Cinzas.

<sup>24</sup> As gorduras de animais terrestres surgem à mesa nos dias gordos, em particular por altura do Carnaval, em que os fritos se tornam especialidades de eleição. Durante os meses de janeiro e de fevereiro é propiciada ao corpo uma espécie de licença, que os prepara para os 40 dias de penitência quaresmal. É bastante plausível que os mentores da Reforma tenham considerado esta penitência um argumento aliciante ao fazerem as suas prédicas no Norte da Europa: o protestantismo pôs fim aos dias magros, em particular os da Quaresma.

<sup>25</sup> Flandrin 1996: 661.

<sup>26</sup> A cerceta é considerada a menor espécie de pato da Europa (família das Anatídeas), originária do Norte, que migra no Inverno para a região mediterrânea. Constava entre os alimentos permitidos por se nutrir de pequenos moluscos e de algas. O galeirão-comum (*Fulica atra*), também conhecido por pato-negro por ter a plumagem totalmente negra, em contraste com o bico e a placa frontal brancos, é uma ave da família *Rallidae*. Como tem por habitat as zonas húmidas de água-doce, como pauis, lagoas e açudes, embora omnívoro, alimenta-se de pequenos animais e de matéria vegetal desses espaços.

<sup>27</sup> Rigaud 1780: cap. 18.

de abstinência. Sendo estes, segundo a teoria humoral, de temperamento frio e húmido, considerava-se que contribuía para a inibição sexual<sup>28</sup>. Isto explica, em parte, um predomínio de dieta ictiófaga em várias comunidades monásticas, mesmo em dias festivos<sup>29</sup>. Mais vale prevenir... ou talvez não. Poder-se-á considerar o peixe (depende das espécies) menos nutritivo do que a carne e de mais fácil digestão. Todavia, Brillat-Savarin, em 1826, defendia que pela quantidade de fósforo e de hidrogénio:

“ c’est ce qu’il y a de plus combustible dans la nature. D’où suit que l’ichthyophagie est une diète échauffante. Ce qui pourrait légitimer certaines louanges jadis à quelques ordres religieux, dont le régime était directement contraire à celui de leurs vœux déjà réputé le plus fragile.”<sup>30</sup>

Aos cinco sentidos, acrescenta o autor da *Physiologie du goût*, um sexto, que designa de genésico ou “ *amour physique*, qui entraîne les sexes l’un vers l’autre, et dont le but est la reproduction de l’espèce.”<sup>31</sup>



*Alegoria da Gula*, P. P. Rubens e Jan Breughel o Velho, 1618.

<sup>28</sup> Enquanto os alimentos frios e secos contribuem para a continência, os quentes e húmidos estimulam a libido; cf. Montanari 2012: 196-7.

<sup>29</sup> Drumond Braga 2015: 53.

<sup>30</sup> Brillat-Savarin 1826: 70.

<sup>31</sup> *Ibidem*: 43.

Acreditava-se que o gosto, se desenfreado, conduzia ao pecado da gula e a outros prazeres. Um dos cinco quadros dedicados aos cinco sentidos, pintado por Jan Breughl o Velho em colaboração com Peter Paul Rubens, intitulado a “Alegoria da Gula” (1618)<sup>32</sup>, ilustra bem esta relação. Sem nos determos em pormenores, destacamos o sátiro a servir a mulher, numa subtil associação à concupiscência, pois os alimentos depostos sobre a mesa, perto da comensal, em cujas costas da cadeira se encontra o macaco alusivo ao sentido do gosto, integram o imaginário do repertório dito afrodisíaco, como as ostras, as aves (sobretudo de caça), os doces e o vinho.

### 3. Alimentação e função cognitiva do gosto na arte médica

“No alimento (τροφή) um excelente fármaco (φαρμακείη); no alimento um mau fármaco; mau e excelente conforme (πρός τι).”<sup>33</sup>

“Cum febrim curatio non solis medicamentis, sed alimentis etiam perficiatur, praeterea cum scientia de alimentorum facultatibus, omnium, quae in medicina sunt, sit utilissima.”<sup>34</sup>

A longínqua relação entre cozinha e dietética está bem explícita neste aforismo, frequentemente mal citado (ou apenas simplificado), porquanto vai sendo transmitido ao sabor da oralidade, que associa ao alimento facultades de cura. Encontramo-lo no *Corpus hippocraticum*, não no conhecido livro dos *Aphorismi*, mas numa pequena compilação do período helenístico<sup>35</sup> intitulada Περὶ τροφῆς [“Do alimento”], constituída por 55 aforismos, sendo este o décimo nono. São, aliás, vários os tratados médicos da Antiguidade a recorrerem ao apotegma pelo seu valor didático, visto sintetizar o saber e facilitar a sua memorização. Cerca de vinte séculos mais tarde (1636), um médico português, modelado pela medicina hipocrático-galénica, expõe no prómio da sua obra de higiene alimentar a necessidade de conhecer as facultades dos alimentos para chegar à cura.

<sup>32</sup> Óleo sobre tela, 64x109 cm, Museu do Prado, Madrid. Domínio público.

<sup>33</sup> Tradução nossa.

<sup>34</sup> Tradução nossa: “Embora não só com medicamentos, mas também com alimentos se ponha completamente termo (*perficiatur*) à febre, também com o estudo sobre a facultades dos alimentos, a cura de todos [os males] que existem seja muito útil na medicina”. Castro 1636: 194.

<sup>35</sup> Joly 2003: 136, na senda da proposta de K. Abel, em 1958, situa o *Do Alimento* “entre l’apparition du stoïcisme et celle de l’école pneumatique, c’est-à-dire du second ou même du troisième siècle avant notre ère.”

Aos alimentos são reconhecidas faculdades de manter ou de restabelecer o equilíbrio, i. e., a manutenção da saúde do corpo e da mente. Para tal, tem de existir harmonia entre as qualidades do alimento e as do indivíduo. Assim se compreende que, neste aforismo, o alimento tanto possa ser considerado um “excelente” como um “mau” fármaco: o que convém a um ser humano pode não convir a outro, daí “conforme”. Tudo se torna claro se tivermos em conta que este enquadramento cognitivo assenta num modelo epistemológico reinterpretado desde a Antiguidade até o século XVIII: a teoria humoral de matriz hipocrático-galénica e, em associação a esta, uma classificação, também edificada sobre os quatro elementos (terra, água, ar e fogo), que se estende a todos os seres vivos: os animais (incluindo o homem) e as plantas.

Segundo a taxonomia decorrente da cadeia dos seres vivos, as plantas estão na base e os animais, em função das suas características, são agrupados segundo uma hierarquia concebida na vertical: desde o solo (elemento terra), passando pela água, até ao ar e, finalmente, ao fogo, associado a seres mitológicos, a salamandra e a fénix. Estes últimos são obviamente exteriores à cadeia alimentar<sup>36</sup>.

As considerações de Galeno, no início do *De naturalis facultatibus* 1. 2, dedicadas às qualidades fisiológicas dos organismos vivos, ajudam-nos a entender a conceção clássica de hierarquização das plantas: “enquanto os animais são regidos (*dioikeisthai*) ao mesmo tempo (*hama*) pela alma<sup>37</sup> e pela sua natureza, as plantas são-no apenas pela natureza, e o seu crescimento e alimento devem-se apenas à natureza, não à alma”<sup>38</sup>.

Ainda neste tratado, Galeno, que sempre pugnou por uma medicina científica aliada à filosofia, explica o papel da nutrição na natureza (*phusis*) do organismo vivo como uma alteração, uma acção vital (*drastikē kinēsis*) não passiva, um auto-movimento criativo, uma *technē* observável na capacidade de crescer e de alimentar-se. Esta acção vital depende de faculdades (daí o nome do tratado) em virtude das quais o organismo assimila o que é familiar (*to oikeion*) e rejeita o que é estranho (*to allotrion*). Trata-se de uma capacidade evolutiva que, em nosso entender – e se nos é permitida

---

<sup>36</sup> Um bom esquema da associação entre a teoria humoral e a cadeia dos seres vivos está patente em Grieco 1996: 486.

<sup>37</sup> Platão e depois Galeno consideram o corpo dos animais como instrumento da alma, cada órgão é concebido de modo perfeito para a sua função. Este motivo, passível de óbvia leitura religiosa, explica a aceitação e permanência desta teoria no ocidente cristão.

<sup>38</sup> Tradução nossa.

a analogia –, possibilita encontrar um papel para o gosto, que envolve, também ele, um movimento de atração e de repulsão.

A teoria dos humores parte de uma conceção do cosmos como um todo, cujos quatro elementos são comuns a todos os seres vivos. O ser humano é o resultado quer daquilo que absorve (ar, água, comida), quer da sua natureza (em que pode predominar um dos quatro elementos). Uma vez que a cada elemento corresponde uma massa líquida visível, i. e., um dos humores (sangue, bílis amarela, bílis negra e pituíta ou fleugma), os indivíduos podem apresentar maior ou menor predisposição para determinado humor: por isso o temperamento do indivíduo pode ser de tipo sanguíneo (quente e húmido como o AR), colérico ou bilioso (quente e seco como o FOGO), melancólico (frio e seco como a TERRA) e, ainda, fleumático (frio e húmido como a ÁGUA).

Cada indivíduo ser responsável pela manutenção da sua saúde traduzia-se, na prática, em consumir os alimentos que, segundo uma grelha alimentar humoral, estariam de acordo com o seu temperamento. A medicina insiste, por isto, na dietética como primeira forma de cura dos distúrbios humorais. Se a terapêutica pela alimentação não obtiver sucesso, recorre-se à cirurgia ou intervenção manual (onde se destacam o recurso à flebotomia ou sangria, vissecação, escarificação, cauterização das veias, uso de sanguessugas ou de ventosas) e, em último recurso, à farmacologia que, por vezes, vai sendo combinada com a dietética.

Assim, a digestão era encarada como uma cocção operada no interior do organismo (seria a segunda cocção, porquanto a primeira seria exterior, decorrente da preparação culinária ou de formas de conservação, tais como a secagem), em que os alimentos, em interação com os humores internos, conduzem a uma combinação, uma mistura (*krasis*) perfeita. Cada indivíduo deveria pautar a sua dieta pela escolha dos produtos que apresentassem melhor digestibilidade, pois é esta, segundo a arte médica, a principal característica de um alimento. Embora na Idade Média e no Renascimento os tratados distingam os regimes para saudáveis (insistência na prevenção, destinada a manter o temperamento natural do indivíduo) e para doentes (formas de cura), a verdade é que até o século XVI as dietas para doentes não se baseiam em combater a doença com alimentos de qualidades opostas ao temperamento que está exacerbado no paciente. Só a partir de Quinhentos se intensifica a regra dos opostos para curar intemperanças causadas pelo predomínio de um humor. Caberá então ao médico repôr a ruptura da *krasis*, i. e. a intemperança, com alimentos de qualidades opostas, dando forma

à máxima alopática *contraria contrariis curantur* [“as coisas contrárias curam-se com os seus contrários”].

Estas distinções, ditadas por uma *forma mentis* que valoriza classificações formais, permanecerão ao longo dos séculos e explicam o modo como a arte médica contribuiu para conceptualizar os modelos alimentares, que vogariam até meados do século XVII. A dietética regia não só as escolhas alimentares, mas também as técnicas para cozinhar e o momento de consumo: qual a melhor hora do dia e a ordem dos alimentos numa refeição. Mesmo em livros de cozinha anteriores ao século XVII, onde as prescrições da arte médica possam parecer ausentes, está patente uma categorização simbólica dos alimentos (plantas e animais) decorrente da dietética. Embora tenhamos consciência de que os livros não são sinónimo do que realmente se comia, ilustram o modelo cognitivo sobre o qual é edificada a mesa num determinado período. Deparamos com poucos vegetais (hortaliças e leguminosas), mas abundância de cereais sob a forma de pão; mais proteínas de origem animal (incluindo aves que a dietética não valorizava mas demonstravam prestígio nas mesas aristocráticas<sup>39</sup>); e, por vezes, surgem as mesmas receitas com variantes para dias gordos ou magros; consumo de peixe muito condicionado pelo calendário litúrgico; predomínio do sabor agridoce; profusão de molhos com especiarias (*aromata*) e condimentos (*condimenta*) destinados a corrigir sabores naturais dos alimentos, ou seja a torná-los digestivos.

Isso explica, em parte, por que motivo até determinada época a cozinha da elite europeia se nos afigura muito semelhante, verificando-se a variação sobretudo ao nível da disponibilidade dos alimentos. A distinção assenta mais no estatuto social do que na geografia. Por isto, vários livros se tornam clássicos e alguns mereceram tradução. Em Portugal, apesar de a *Arte de Cozinha* (1680) de Domingos Rodrigues já ter dado alguns passos significativos, só em pleno século XVIII observaremos verdadeiras modas gastronómicas em nome do dito bom gosto. Até surgir um novo modelo epistemológico apoiado na ciência experimental e observação directa – torna-se difícil distinguir história da ciência de história da medicina<sup>40</sup> –,

---

<sup>39</sup> Como nos recorda Flandrin 1996: 661, entre o final do século XV e a segunda metade do XVII desaparecem dos livros de cozinha, e dos mercados, as grandes aves, tais como cisnes, grou, cegonhas ou o pavão, cujo consumo obedecia mais ao estatuto simbólico do que ao palato.

<sup>40</sup> Siraisi 2012: 492: “it would be difficult for historians of science to examine knowledge and practice related to human, animal, or plant life or to alchemy/chemistry without some attention to the intellectual, institutional, or social role of medicine. Yet the

focado no visível<sup>41</sup> (com nova classificação dos produtos alimentares<sup>42</sup>), que ponha em causa os fundamentos racionais e silogísticos aristotélicos da então considerada *uera scientia*<sup>43</sup>; até aí, afirmávamos, faz-se sobretudo cozinha, gorda ou magra, boa ou má, ostentatória ou simples: receitas para conservar a boa saúde numa clara subordinação à dietética.

Ao contrário do Cristianismo, a Arte médica de matriz hipocrático-galénica não coloca o gosto na base dos sentidos. Pelo contrário, dá-lhe ênfase ao reconhecer que este se afigura essencial para a cura dos pacientes. Assim procedem os iatras de Quinhentos e de Seiscentos fiéis às doutrinas humorais dos mestres clássicos – incluindo os que escreveram em língua árabe, em particular Avicena –, que vão adaptando ao seu tempo. Tal é visível sobretudo nas interpretações, os *commentaria*, de determinados autores, tão ao gosto do século XVI, como os de Girolamo Cardano (1501-1576) a textos de Hipócrates<sup>44</sup>. Como explicar então que, num mesmo quadro civilizacional, o europeu, o sentido do gosto constitua um veículo para o vício e o pecado e, simultaneamente, funcione enquanto meio de viabilizar um diagnóstico? Para começar, convém entender que a conceção teológica é distinta da de matriz dietética pré-moderna. Enquanto a primeira considera o gosto um *sensus humilis* a necessitar de ser vigiado e refreado, para evitar a gula, e, como acima referimos, afastar o crente da luxúria, a segunda considera o gosto um sentido químico que permite ao homem conhecer o mundo exterior, “degustar” a natureza do alimento.

O homem é um ser sensitivo, apreende o mundo exterior através dos sentidos. O gosto coadjuvado pelo olfato, ambos sentidos químicos, confere

---

“medicine” of the fifteenth to the early seventeenth century was never a single, clearly delimited entity but, rather, a diverse collection of areas of knowledge and of intellectual interests and commitments, pursued in the context of a variety of institutions, occupations, skills, and activities.”

<sup>41</sup> Exemplo da nova classificação e teorização na medicina será o desenvolvimento da anatomia (entre a primeira autópsia judicial de 1303, em Bolonha, até a Universidade de Pádua se tornar um centro de estudos anatómicos nos séculos XVI e XVII, houve um longo caminho), abrindo uma nova relação entre o homem e o seu corpo, de que o nu na arte é o reflexo. A representação desenhada por Leonardo da Vinci em 1487 consegue apresentar os movimentos do corpo humano numa única imagem.

<sup>42</sup> Leschziner 2006: 433.

<sup>43</sup> É o caso do médico português Francisco Sanches (1551-1623) no seu *Quod nihil scitur* [“Que nada se sabe”]. Vide Moreira de Sá 1947.

<sup>44</sup> *In librum Hippocratis de alimento Commentaria...* (Roma 1574) ou *In septem Aphorismorum Hippocratis particulas commentaria...* (Basileia 1564).

sensibilidade. Para conhecer a essência do objecto, neste caso *substância* do alimento, recorre à incorporação literal: prova, degusta ou come, enfim... saboreia (na dupla acepção veiculada pela etimologia, o saber e o sabor). Graças ao gosto ou paladar, o sentido que nos proporciona experienciar os sabores, verificamos também as quatro qualidades – quente, frio, seco ou húmido – patentes no sabor do objecto, o que torna o gosto um sentido bastante cognitivo.

Se as qualidades humorais eram indicadas pelos sabores, então “para o médico o gosto apresenta-se [...] como uma categoria fundamental para atender ao diagnóstico”<sup>45</sup> e proceder à cura; mais, defenderá Montalto em 1614, faz parte “da competência do iatra esclarecido encontrar não só uma forma de tornar digestível, mas também apetecível a comida.”<sup>46</sup>

Garcia Lopes nos seus *Commentarii de uaria rei medicae lectione* [“Comentários sobre leitura vária de matéria médica”] (1564) faz sempre referência ao sabor dos simples, das drogas e dos produtos finais que emprega como medicamento e, do mesmo modo, são frequentes nas suas cartas alusões adjetivas aos sabores dos alimentos aconselhados. Considerava-se como sabor nocivo tudo o que se deveria evitar (*ableganda alimenta*) nos alimentos sólidos (*cibi*), bebida (*potus*) e condimentos (*condimenta*). Os principais sabores nocivos são o amargo e o salgado (ambos sabores básicos), e, a este, acrescentam frequentemente o acre (*acer*)<sup>47</sup>.

Os sabores presentes nos tratados médicos, dos autores que escolhemos para esta reflexão, não se cingem aos quatro sabores considerados básicos: doce (*dulcis*), amargo (*amarus*), salgado (*salsus*) e ácido (*acidus*), ainda que não encontremos uma amplitude como a proposta pela Escola Médica de Salerno: nove sabores, sendo três quentes, o acre ou picante, o amargo e o salgado; três moderados, o gordo, o doce e o insípido; e três frios, o ácido, o adstringente e o azêdo. Para o sabor do vinho consideravam-se o doce (*glukūs*), o adstringente (*austēros*) e, “entre estes dois, situa-se o sabor ácido (*drimus*, ou seja, o que é picante, como se diria da pimenta). Fora deste âmbito, situa-se o termo acre (*oxus*), cujo uso se costuma aplicar

---

<sup>45</sup> Ornellas e Castro 2018: 326.

<sup>46</sup> Idem: 327.

<sup>47</sup> O “acer” poder-se-ia classificar como picante, mas em obras médicas de finais de XVI encontramos por vezes o adjectivo “*picrosus*” (do gr. *pikros*), e o fortemente azêdo (*vehementer acetus*), também denominado acetoso (*acetosus*).

mais ao vinagre<sup>748</sup>. Devemos esta taxonomia enológica a Galeno no seu *In Hippocratis Librum de Acutorum Victu Commentarii* [“Comentário ao tratado de Hipócrates Sobre a dieta em enfermidades agudas”], onde expõe uma grelha de análise e de descrição do vinho que vigoraria durante séculos nas obras de higiene alimentar do Ocidente.

A importância do gosto está presente em todas as obras de medicina neolatina. Seguem um modelo de exposição para cada doença: a definição da patologia, o diagnóstico e a cura, que, como afirmámos, compreende a dietética. Tendo por principais receptores os colegas de profissão e os estudantes, a narrativa médica explana-se pelos tratados de *medicina pratica*, pelas compilações de *consilia*, os conselhos sobre casos particulares<sup>49</sup> e, aparentadas com estes, a partir do século XVI, as publicações de cartas. Estas eram “vehicles of inquiry, disputation, and controversy as well as information, [...] many medical letters reached an audience far wider than the original recipients”<sup>50</sup>. Na verdade, a correspondência entre a comunidade médica era uma forma de trocar ideias sobre novos produtos e patologias, várias surgem sob a forma de compilações como os *Commentarii de varia rei medicae lectione* do português Garcia Lopes.

Sendo universal às diversas áreas da medicina, a terapêutica pela dietética, denominada cura *per uictus rationem* ou a intervenção no regime de vida, merece especial atenção nas obras de higiene alimentar, que surgem em profusão (não esqueçamos o papel da imprensa na difusão) por toda a Europa em finais do século XVI e durante o XVII, primeiro em Latim e posteriormente em vernáculo (com óbvio predomínio de destinatários do sexo masculino, como testemunham as *marginalia*)<sup>51</sup>. Mais do que reedições e

---

<sup>48</sup> Ornellas e Castro 2013: 65-66: “Como se pode verificar, esta taxonomia não dista muito da que vigora no exame gustativo das provas hodiernas onde, consoante a zona das papilas gustativas, se fazem notar: o doce, o ácido, o amargo. Galeno não considera o gosto salgado, que os enólogos estendem sobretudo aos vinhos jovens.”

<sup>49</sup> Sobre a evolução dos *consilia* enquanto género de narrativa médica, vide Agrimi & Crisciani 1994. O interesse dos *consilia* não será tanto pelas formas de tratamento propostas, pois não distam das canónicas dos tratados de medicina, mas pela observação de um caso individual e uma cura adequada ao temperamento do paciente; alguns, todavia, oferecem testemunhos sobre discussões de novas patologias.

<sup>50</sup> Siraisi 2012: 513.

<sup>51</sup> Esta preocupação com a saúde conduzirá ao crescente mercado de obras em língua vernácula ou a traduções do Latim, como e.g. a de George Cheyne (1671? - 1743) *L'Art de conserver la santé des personnes valetudinaires, et de leur prolonger la vie. Traduit du latin avec des remarques intéressantes et un abrégé des propriétés des aliments*. Paris,

traduções em vernáculo de tratadística consagrada, como o anónimo *Regimen sanitatis salernitanum* ou ainda o *Liber de conseruanda iuuentutis* de Arnaldo de Vilanova (c.1242-1311)<sup>52</sup>, ambos redigidos em verso, assiste-se a uma entusiástica edição de originais. Referimo-nos, além dos tratados sobre a peste, primeiros esboços do conceito de higienismo na saúde pública, aos compêndios de bromatologia (lit. discurso sobre o alimento) e aos comentários sobre as seis coisas não naturais, destinados quer a médicos quer às elites preocupadas com a saúde. Na verdade, estes dois séculos marcam o interesse de um público alargado por uma dietética científica:

“The educated but uncritical classes craved for text books and information so that there was a great demand for what is now called popular scientific literature [...] text books on medical subjects were read by the educated classes and dietetics, as in these days, was an extremely popular subject; indeed, books on food’s and nutrition were easily ‘best- sellers’.”<sup>53</sup>

Segundo o conceito de tradição hipocrático-galénica, a conservação da saúde opera-se de fora para dentro. Sendo a doença um destempero dos humores, competiria ao iatra chegar ao diagnóstico de qualquer patologia, procedendo à identificação quer das causas internas ou naturais (elementos fisiológicos internos à natureza do corpo humano) quer das externas. Estas últimas denominavam-se as seis coisas não naturais<sup>54</sup>. Um indivíduo comum tinha, pelo menos, a possibilidade de manter a saúde se respeitasse as prescrições sobre as seis coisas não naturais adequadas ao seu tipo de temperamento (sanguíneo, bilioso, melancólico ou fleumático). Uma das mais importantes, como veremos, era a alimentação. Assim se explica o interesse dos leitores leigos.

---

1753. Sobre a difusão em língua vernácula desde o final do século XVII, vide Ornellas e Castro 2017: 59-60.

<sup>52</sup> Sobre o número de edições de Vilanova, Charles Saint-Marc inventaria, entre 1747 e 1846, 240 edições do original em Latim e várias traduções em dez línguas vernáculas, incluindo Português. Citado apud Felismino 2011: 375.

<sup>53</sup> Newman 1946: 39.

<sup>54</sup> Numa das obras mais usadas no ensino (em vigor na Escola de Salerno até o século XVIII), que resume os principais conceitos da medicina galénica (o prefácio indica que resume 129 tratados de Galeno), o *Isagoge* de Hunain Ibn Ishâq (809-877), médico e tradutor nestoriano, conhecido por Joahnnitius no Ocidente, são expostas três partes essenciais da medicina teórica: as coisas naturais, as não-naturais e as contra-naturais (as doenças *lato sensu*). Sobre as obras de Galeno lidas e traduzidas por Hunain, vide Meyerhof 1926: 690-701.

O *Tractatus de sex rebus non naturalibus* (1602) da autoria do protomédico<sup>55</sup> Fernando Rodrigues Cardoso (?- 1608), dedicado a Filipe III de Espanha, analisa em pormenor aquilo que a medicina galénica entendia por causas externas necessárias para a conservação da saúde. O prefácio é claro, esclarecendo as diferenças entre internas<sup>56</sup> e externas: “*Haec autem sunt res non naturales, quae quidem sunt sex, videlicet aer, mos ambiens, cibus et potus, somnus et vigilia, motus et quies, excreta denique animi accidentia*”<sup>57</sup> [“Ora são estas as coisas não naturais, que são precisamente seis, a saber o ar e o meio ambiente, a comida e a bebida, o sono e a vigília, o exercício e o repouso, a evacuação e finalmente as paixões da alma.”] A diferença da sequência em cada autor não é sinónimo de hierarquia. Excepto as paixões da alma, é constituída por pares em oposição, embora Rodrigues Cardoso não acrescente aqui a “*repleção*” à evacuação, dedica-lhe depois um capítulo, o 10, “*De pletudine*”, seguindo a tradição.

O tratado é constituído por 12 capítulos divididos por sua vez em *quaestiones*, os problemas que se colocam como tema. A alimentação é a segunda coisa não natural a merecer a atenção do autor, que segue a oposição tradicional entre alimentos sólidos e líquidos: o capítulo terceiro, *De cibo* [“Sobre a comida”] é o mais extenso deste grupo com cinco subdivisões, o quarto *De potu aquae* [“Sobre a bebida da água”] e o quinto *De potu vini* [“Sobre a bebida do vinho”] têm, cada um, três *quaestiones*. Em cada um destes capítulos existe sempre uma *quaestio* dedicada ao *delectus*, i. e. à importância da escolha ou seleção: *De delectu alimentorum* (24v-32v); *De delectu aquae* (44r-56r); *De usu, et delectu vini* (59r-63v). [“Sobre a

---

<sup>55</sup> Tanto Rodrigues Cardoso como André António de Castro tinham direito a ostentar o título de protomédico, pois foram físicos principais da corte. Montalto, embora não o utilize, era físico-mor da rainha Maria de Médicis.

<sup>56</sup> Rodrigues Cardoso 1602: 1v. Quanto às causas internas, nas quais não incide, nomeia-as no final: “...elementibus, temperamentis, humoribus, membris, facultatibus, actionibus et spiritibus, quae omnia res naturales dicuntur” [“os elementos, os temperamentos, os humores, os membros do corpo, as faculdades naturais, as acções e os espíritos, os quais são todos considerados naturais”.] Tradução nossa. Por temperamentos entenda-se *húmido, seco, quente e frio e suas combinações possíveis; as ações ou funções designam sobretudo a atividade ou o trabalho*; os espíritos compreendiam o natural, o vital e o animal.

<sup>57</sup> Rodrigues Cardoso 1602: 1r. Tradução nossa. Onde no original se lê “*nos ambiens*” corrigimos para “*mos ambiens*”; do mesmo modo introduzimos a vírgula após “*quies*”. Trata-se de uma obra pouco cuidada do ponto de vista tipográfico, onde abundam erros de impressão (trocas de caracteres, espaçamentos e omissões). Mantivemos a grafia original, que apresenta sempre v para o u consonântico, em todas as transcrições desta obra.

escolha dos alimentos, sobre a escolha da água e sobre o uso e escolha do vinho”]. É especialmente nestes que encontramos matéria para compreender a importância que a dietética atribui ao gosto.

Antes de procedermos à análise da escolha dos alimentos (dos líquidos abster-nos-emos), convém explicitar de que modo opera uma distinção entre aquilo que é um alimento e um medicamento. Esta é feita na resposta ao problema inicial, a *quaestio Quid sit alimentum* [“O que é um alimento”] (20v-22v), apoiado sobretudo no *De simplicium medicamentorum facultatibus* 1.1 e 3 de Galeno. Considera-se alimento tudo o que coza no estômago (a digestão), seja depois absorvido e conserve o corpo: “*alimentum... est id quod nutrit, quodque substantia nostri corporis augere conservare potest.*” (21r) [“alimento é aquilo que nutre, e o que pode desenvolver e conservar a substância do nosso corpo”]. A diferença entre alimento e medicamento reside no facto de o primeiro conservar mas não alterar, o que se pode deduzir da afirmação: “*Alimentum est id quod a natura nostra vincitur, alteraturque*” [“Alimento é aquilo que é domado e alterado pela nossa natureza”], por o ingerirmos ou incorporarmos; mas medicamento é “*quod hoc corpus nostrum alterat calefaciendo, refrigerando, aut aliter immutando*” (21v) [“o que altera o nosso corpo aquecendo-o, arrefecendo-o, ou modificando-o de outro modo”]. A fronteira é, todavia, ténue. Com efeito, existem comidas e produtos com bom suco que são a um tempo alimento e medicamento, os denominados alimentos medicamentosos, de que apresenta exemplos:

“*verbi gratia, zinziber, et piper, caeteraque aromata et alunt et calefaciant; lactuca et similia olera refrigerant et humectant: salsa et acria, edulia exsiccant; haec autem omnia dicuntur alimenta medicamentosa*” (22r) [“por exemplo o gengibre e a pimenta, e as restantes especiarias tanto nutrem como aquecem; a alface e hortaliças semelhantes arrefecem e humedecem: os molhos salgados e picantes tornam os comestíveis secos; mas todos estes são considerados alimentos medicamentosos.”

Os alimentos medicamentosos são, como se deduz pelo excerto, aqueles que, pela sua composição humoral, além de nutrirem, alteram os temperamentos dos alimentos e, em consequência, dos corpos, ou seja, corrigem qualidades. São também de dois géneros: os alimentos propriamente ditos e os preparados, os molhos. Enquanto as especiarias quentes em primeiro grau (e secas) secam, as alfaces e “hortaliças semelhantes” por serem frias e húmidas transmitem essas qualidades (i. e. arrefecem). Note-se que a

generalidade dos legumes, por estarem associados ao elemento terra, fria e seca, participavam das mesmas qualidades.

Os molhos pertencem praticamente todos à categoria de alimento medicamentoso, motivo pelo qual ocupam grande parte dos conselhos alimentares na cura pela dietética, em tratados de *medicina pratica* sobre patologias específicas, e foram tema de pequenos textos médicos. É o caso do *Opusculum de saporibus* [“Opúsculo sobre os sabores”] de Magnino de Milão<sup>58</sup>, um manuscrito composto por três fólhos<sup>59</sup> que versa o papel dos molhos na alimentação. Neste são apresentadas muitas receitas, observando quais os melhores condimentos para os vários tipos de alimentos, “reconhece-lhes qualidades para corrigir ou, pelo menos, suavizar a malignidade (*malitia*) das comidas, de modo a tornar mais deleitável o apetite e ajudar a digestão, assim como auxiliar a retenção ou a expulsão no organismo”.<sup>60</sup>

A escolha (*delectus*) dos alimentos é matéria obrigatória a todos os que se preocupam com a saúde: “*merito qui sanitati studet ciborum delectus curam vel praecipuam habere debet*” [“aquele que justamente se dedica ao estudo da saúde deve prestar um especial cuidado à escolha dos alimentos”] (25r).

O conceito de saúde é, todavia, muito mais abrangente, porque das escolhas dos alimentos dependem a sanidade quer do corpo quer da alma. Além de darem vida aos corpos dos homens, os alimentos escolhidos “*animi meliores deterioresue fiunt*” [“tornam melhores ou piores os espíritos”] (25r), como ensinam Platão nos livros 2 e 5 de *As Leis* e Galeno<sup>61</sup>, autoridades a que o autor recorre. O médico exerce uma prática de âmbito holístico, posto a escolha dos alimentos implicar, também, uma responsabilidade que se projeta na vida espiritual do seu paciente.

É obrigação do médico intervir na escolha, se pretende prevenir a doença através da *uictus ratio* ou *diaita*, o estilo de vida que permite conseguir o equilíbrio entre causas internas e externas. O *delectus* obedece, assim, a vários critérios. Em lugar cimeiro a digestibilidade (*bonitas*), definida como a qualidade inerente ao alimento em si. Consiste em ter bom suco,

<sup>58</sup> Também conhecido como Magninus Mediolanensis, conforme consta nas primeiras edições do *Regimen sanitatis*, escrito c. 1331, de que é autor.

<sup>59</sup> Biblioteca Nazionale de Nápoles: MS. VIII. D. 35, fols. 52r, col. 2-53”, col. 1.

<sup>60</sup> Ornellas e Castro 2018: 330.

<sup>61</sup> Rodrigues Cardoso não indica os passos das autoridades citadas. Relativamente a Platão, nada encontramos explícito sobre esta temática no livro 2, mas há argumentação coadjuvante em *As Leis* 5.734c.

fácil digestão (*concoctu facilis*) e ser o menos excrementício possível (*minime excrementosus*). Surgem, depois, a ordem pela qual os produtos são consumidos, o tempo oportuno para comer, a quantidade, a qualidade, a hora do dia em que se come, o prazer (*delectatio*), o hábito (*consuetudo*), o modo de preparar, a adequação à faixa etária. O modo de escolher o alimento obedece sempre à noção de similitude, “*praestantior ad nutritionem nostri corporis, quae illi est simillior*” (25v), por exemplo o porco, por ser parecido com o corpo humano, fornece uma carne conveniente (25v).

O prazer, embora não ocupe muito este autor (29v-30r), é considerado um cuidado muito importante (“*Delectationis praeterea non minima habenda cura est in cibis eligendis*”), por ser necessário a refeição agradar. Uma refeição de qualidade inferior (*deteriorem cibum*) não deleita, somente a que é boa deleita. O deleite, sugerido pelo uso do adjetivo *iucundus*, aplicado a este contexto, surge associado à qualidade *suavis*, agradável, que facilita a absorção: “*quia suaviorem cibum melius ventriculus amplectitur ac proinde melius concoquit, unde illud Avic. dictum emanavit: Quod sapit nutri?*” (29v). [“porque o estômago acolhe melhor a comida mais agradável e, em consequência, digere melhor, daí aquela sentença de Avicena: O que tem sabor alimenta.”]

Não é de somenos a função do sabor e, por extensão, do gosto nos processos de prevenção e de cura, para o equilíbrio dos humores. Aos produtos que corrigem as qualidades dos alimentos atrás denominados medicamentosos, na sua maioria temperos, associa-se o melhor modo de preparar, i.e., as melhores técnicas de confecção. Um dos objetivos da escolha é, nem mais nem menos, deliciar.

A medicina entende a cozinha como um meio de tornar digestíveis alimentos que devem, pela sua natureza, ser corrigidos durante a confecção (o cozimento exterior). As escolhas obedecem também a disponibilidades sazonais, geográficas, culturais, mas o prazer proporcionado pelo gosto é, afinal, o responsável pela eficácia da cura dietética. Um bom exemplo desta consciência é visível num excerto de teor dietético do *Consílio para uma afecção hipocondríaca* de Montalto<sup>62</sup> datado de 1614, onde, além do respeito pelo gosto do paciente, podemos identificar vários vocábulos para expressar sabores:

---

<sup>62</sup> Montalto 2017: 373. Itálico nosso. O adjetivo acetoso pode, neste âmbito, ser equivalente a azêdo.

“Com um ou outro dos [alimentos] mencionados, a comida obterá um sabor agradável, de digestão fácil, sem flatulência, nem obstrução, tais são a carne de capão, de galinha, de frango, de perdiz, de perdiz cinzenta, de faisão, de francolim, de borracho, de pequenas aves, de vitela, de carneiro e de cabrito. As referidas carnes cozem-se com borragem, ou borragem bastarda, ou chicória, com alcaparras e com salsa comum; e, ao almoço, beba o caldo destas, no início, ao jantar, abstenha-se de caldo de carne. Ao almoço, deve-se preferir as carnes cozidas, ao jantar, as assadas; [...] Considere proibidas as carnes aqui omitidas; na verdade, regra geral, há-de afastar-se das carnes de salga assim como das acetosas; dos alimentos condimentados com especiarias, não deve misturar senão um pouco destas [especiarias] às comidas, com o propósito de ajudar a digestão e a distribuição, e para fazer uma concessão ao gosto.”

Nos tratados de bromatologia, que hoje consideráramos obras específicas de dietética, expunham-se as principais qualidades dos alimentos associadas aos temperamentos humorais destes. A exposição é, regra geral, uma sequência de categorias de produtos; mas enquanto uns eram considerados alimentos propriamente ditos (sólidos e líquidos), outros, curiosamente, surgiam catalogados quase como auxiliares da digestão (raro denominados medicamentos): os *condimenta* (condimentos) e os *aromata* (especiarias). Esta forma de classificação é esclarecedora sobre a importância do gosto, o *gustus*, literalmente a capacidade de provar (cf. *geusis*), porquanto, como já referimos, a comida apenas será bem digerida se for do agrado do palato. Um regime saboroso é aquele composto por comida com sucos de boa qualidade (*cibus boni succi*) ou, transliterado do Grego, *euchymus*, i.e., mais digestível. As especiarias e os condimentos tinham a função de corrigir as qualidades dos alimentos de modo a proporcionar um bom suco. Tanto as primeiras como os segundos eram, na sua maioria, considerados de temperamento ativo quente, adequados, portanto, a combater as intemperanças dos melancólicos e dos fleumáticos. Os médicos aconselhavam-nos para temperar – entendido como corrigir – alimentos frios: frios e secos como os vegetais, sobretudo os gerados mais perto da terra (bolbos e tubérculos)<sup>63</sup>; frios e húmidos como todo o animal aquático (de água doce ou salgada).

Na verdade, as qualidades fria e quente eram as mais ativas, por rapidamente corromperem a natureza e, por isso, gerarem dor, como explica

---

<sup>63</sup> Os frutos das árvores, mais afastados da terra gozavam, por isso, de melhor reputação entre os vegetais.

Filipe Montalto no primeiro dos seus 18 tratados de *medicina practica* que compõem a *Arquipatologia*:

“Embora sejam quatro as espécies de intemperança, só a quente ou a fria podem por si causar dor. De facto, apenas aquelas que causam a rápida corrupção da natureza são doloríficas. Essas são as duas qualidades. Ao contrário, a ação da humidade ou da secura é demasiado lenta [35] e, por isso, acarreta paulatina e insensível corrupção da natureza. É por isso que os filósofos designaram aquelas como qualidades ativas, estas, como passivas.”<sup>64</sup>

Verifiquemos o *De qualitatibus alimentorum, quae humani corporis nutritione sunt apta* [“Sobre as qualidades dos alimentos que são adequados à nutrição do corpo humano”], porventura a última obra bromatológica impressa em Latim em Portugal, da autoria de André António de Castro (15??-1642), que ainda foi físico de D. João IV. Entre as suas originalidades – que são poucas – reconhecemos uma bastante interessante para a nossa história da alimentação, a capacidade de “ambientar” as teorias dietéticas ao território português. Num conjunto de 10 tratados<sup>65</sup>, dedica dois a estes coadjuvantes. O tratado oitavo, intitulado *De condimentis* (250r-253v), versa sobre o azeite (quente e húmido), o vinagre (frio e seco), o sal (quente e, consoante os tipos de sal, seco em vários graus), o mel e o açúcar. Destes diz claramente “*Oleum, acetum, et sal, tametsi proprie nutrimenta non sint, condimenta tamen sunt ad omnia ferme edulia necessarissima.*”<sup>66</sup> Sobre os tipos de mel e as espécies de açúcar, então considerado menos quente e seco do que o mel (ainda que várias *auctoritates* como Galeno e Avicena tivessem defendido que tudo quanto é doce é de tendência húmida), considera-os em primeiro lugar medicamentos adequados aos indivíduos frios e húmidos de estômago.

Ao açúcar reconhecia-se como qualidade activa ser quente e qualidade passiva ser seco, mas, tendo em conta as divergências – pois os Antigos

---

<sup>64</sup> Montalto 2017: Tratato 1, 13, fol. 34v-35r.

<sup>65</sup> O *Liber alimentorum* é composto pelos seguintes tratados: 1 Introdução - Sobre os alimentos em geral e sua importância para a manutenção da saúde; 2 Sobre o pão e os cereais; 3 Sobre as diferenças entre as espécies animais que consumimos; 4 Sobre a natureza e o temperamento dos peixes; 5 Sobre os frutos em geral; 6 Sobre as hortaliças de cultivo em geral (circunscrito a Portugal); 7 Sobre os legumes (leguminosas); 8 Sobre os temperos; 9 Sobre os condimentos; 10 Sobre o vinho e a água.

<sup>66</sup> Tradução nossa: “O azeite, o vinagre e o sal, ainda que, com propriedade, não sejam alimentos, são, todavia, condimentos em geral muitíssimo necessários a todos os comestíveis”.

versaram, obviamente, mais sobre o mel –, encontramos na *Ancora medicinal para conservar a vida com saude*, de Francisco da Fonseca Henriques (1665-1731), escrita quase um século depois, a seguinte afirmação:

“O assucar é quente, e secco não tanto como o mel, alguns dizem que he humido, em quanto fresco, e secco, depois de antigo; nutre muito, e tem as mesmas virtudes que o mel; porque *sobre dar gracioso sabor aos alimentos*, que com elle se preparão, também os preserva da corrupção, como vemos nos mesmos fruttos, de que fallamos tratando do mel.”<sup>67</sup>

Note-se como, quer no texto neolatino quer no posterior em vernáculo, se reconhece a importância de conferir sabor aos alimentos, porquanto estes serão parte da cura. Há, porém, uma certa distância epistemológica entre os dois textos, pois no segundo, ao contrário do que até então acontecera, os condimentos doces – mel e açúcar – associam-se aos alimentos de sabor doce, como os frutos. Para trás ficara o modelo sávido agridoce; acentuava-se, com o advento do chamado bom gosto de meados de Seiscentos, a dicotomia entre o doce, por um lado, e os sabores salgados em geral, por outro. No século XVIII o doce restringe-se a “entre médios<sup>68</sup>” e a sobremesas. Tal facto está também patente no uso dos aromas. O tratado nono de Castro, *De aromatibus*, circunscreve-se a sete especiarias, todas com qualidade ativa quente e passiva seca, mas em diferentes graus: a canela-verdadeira (distingue-a da *casia lignea*<sup>69</sup>), o cravo-da-Índia, a pimenta, o gengibre, o açafraão e a mostarda. Deles se diz que pouco nutrem:

---

<sup>67</sup> Fonseca Henriques 1721: 266.

<sup>68</sup> Nome dado entre nós aos “entremets” que num grande banquete do século XVIII podiam ser “Grands” e “Moyens”, geralmente antes do assado, e “Petits”, estes sim de sabores doces, a anteceder a sobremesa propriamente dita. Mas encontrámos menus onde há entre meios “adoçados” para limpar o palato antes do assado em manuscritos do século XVIII, como hoje se faz com o gelado.

<sup>69</sup> A canela com mais propriedades é a canela-verdadeira ou canela-do-Ceilão (*Cinnammomum verum* J. Presl), mas a *casia lignea* (*Cinnammomum cassia* (L.) J. Presl) vulgo cássia, muito menos onerosa e de cheiro idêntico, mas menos subtil, é aquela que ainda hoje mais usamos na cozinha e a que damos o nome de canela. Embora os tratados médicos distingam as duas variedades e recorram, sobretudo, à canela-verdadeira, este facto nem sempre está patente nas traduções do Latim, induzindo o leitor a considerar tratar-se da canela comum. Sobre a necessidade de distinguir as duas plantas, já em 1563 Garcia da Orta, o primeiro ocidental a descrever a *materia medica* da Índia, insistira bastante no Colóquio 15. Vide Ornellas e Castro 2015: 85.

“Aromata quidem omnia, licet parum nutriant, aliis tamen comixta, cibi appetentiam irritant, coctionem iuuant, et uentriculum corroborant, quare parece ingesta laudabiliora omni aetati, et temperaturae, sicut immodice, nocua, ex eo quod calore bilem aceruant, et febres accendunt.”<sup>70</sup>

Estamos perante muito menos aromas – denominados adubos no nosso receituário<sup>71</sup> – do que os anteriormente usados na cozinha medieval portuguesa, uma das que na Europa mais uso fazia das especiarias, onde eram também frequentes a noz-moscada e o arilo da semente desta, o macis ou maça, os cominhos e a pimenta longa, além de outras, com predomínio de qualidades ativas quentes. Recordemos que já Bartolomeo Sacchi, mais conhecido por Platina, no *De honesta uoluptate et ualetudine*<sup>72</sup> (1457) classificara as especiarias como quentes e secas, abrindo uma exceção para o açúcar (então também catalogado como especiaria), que considerou quente e húmido. Esta diminuição espelha uma tendência no modo de temperar comum ao resto do continente europeu, que Flandrin explica como uma alteração no gosto:

“C’est en matière d’assaisonnement qu’ont eu lieu les transformations les plus nettes, attestant une véritable mutation de goût. Bien que certains mangeurs leur soient longtemps restés fidèles, les assaisonnements «de haut goût», épicés et acides, caractéristiques de la cuisine médiévale, ont été de plus en plus délaissés par les élites sociales au profit d’assaisonnements gras, estimés plus délicats, et discrets, et mettant mieux en valeur la saveur propre des aliments.”<sup>73</sup>

---

<sup>70</sup> Tradução nossa: “Todos os aromas, na verdade, conquanto alimentem pouco, uma vez misturados com outros [alimentos], estimulam o apetite pela comida, auxiliam a digestão e até fortificam o estômago, pelo que são mais louváveis se forem dados moderadamente a [indivíduos de] qualquer idade e temperamento, do mesmo modo são nocivos se forem dados em excesso, pois a partir do seu calor fazem aumentar a bília [amarela], e avivam os estados febris.” Mantivemos a grafia original, pois este tratado apresenta a soante u quer para valor vocálico quer consonântico.

<sup>71</sup> Desde o *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria* até ao primeiro livro impresso *Arte de Cozinha* de Domingos Rodrigues. Sobre o uso de temperos no *Livro de Cozinha da Infanta D. Maria*, vide Azevedo Santos 1997: 46-48.

<sup>72</sup> Escrito em Latim, e impresso em Roma (1475), foi depois vertido para italiano em Veneza (1487) e posteriormente traduzido para línguas vernáculas: inglês, francês e alemão.

<sup>73</sup> Flandrin 1996: 667.

## Conclusão

Mudam-se os tempos, mudam-se os temperos, muda-se verdadeiramente o objetivo da arte de temperar. Ao serviço da medicina, temperar era sinónimo de equilíbrio de modo a evitar a intempérie<sup>74</sup> (ausência de harmonia humoral no organismo). As especiarias, outrora entre os alimentos medicamentosos, continuam a temperar, mas noutra aceção, servem menos para corrigir os alimentos, estão cada vez mais ao serviço da satisfação do palato. Já Francis Bacon (1521-1626), o pai da experimentação e da observação, e.g., defende que o papel da medicina era curar uma doença, enquanto um regime alimentar adequado tinha por função prolongar a vida com qualidade. Medicina e cozinha vão-se separando paulatinamente, mas dever-se-iam continuar a completar em nome da harmonia, para uma vida mais saudável.

O receituário, quer o dos livros de cozinha quer o dos diversos géneros de literatura médica com que dialogámos, constitui um testemunho da história dos sabores e faz-nos refletir sobre a função do gosto. Existe uma grande distância entre o que são as regras e as práticas; nem sempre se cozinhou segundo as prescrições dos médicos ou as receitas dos amantes da cozinha (tanto mais que os manuscritos e os impressos revelam modelos destinados a elites). São, porém, textos normativos que espelham molduras cognitivas que transcendem as áreas de conhecimento a que estão associados.

Talvez Spence, cuja entrevista referimos no início, tenha razão ao defender o poder do cérebro. Despertar os nossos sentidos, diz-nos se devemos ou não alimentar o corpo. Um dos mais importantes e belos legados da arte médica foi nunca nos ter feito esquecer a importância do gosto. Se curar é uma arte, o prazer conferido pelos sabores torna-nos seres mais sensíveis, civilizados e... felizes. Quer estejamos doentes, quer sejamos saudáveis.

---

<sup>74</sup> Ornellas e Castro 2018: 328: “Como a própria etimologia pode elucidar, «temperar», com origem no verbo latino *tempero*, corresponde ao Grego κεράννυμι *kerannumi* “juntar, misturar”, em particular água ao vinho ou a outro líquido, para adoçar ou cortar (se for muito forte, como era o caso do vinho puro). Do mesmo modo, manteve em Latim os significados originais de combinar, de misturar e de temperar no sentido culinário, assim como, por evolução semântica, “moderar”, que encontramos mais explicitado nos derivados *temperies*, literalmente mistura.”

## Bibliografia

### Fontes

*Doctoris Andreae Antonii de Castro Serenissimi Brigantiae Ducis, prothomedici et Orensis arcis praefecti maximi* (1436 i.e., 1636), *De februm curatione Libri tres. Quibus accessere duo libelli De simplicium medicamentorum facultatibus, et alter de qualitatibus alimentorum, quae humani corporis nutritioni sunt apta. Cum Indice rerum, et uerborum scitu dignorum locupletissimo.* Villaviçosae: apud Emmanuelem Carvalho ducis typographum.

*Garciae Lopii Commentarii de uaria rei medicae lectione, Medicinae Studiosis non parum utiles. Quorum Catalogum ab Epistola sequens pagella indicabit.* ANTVERPIAE, Apud Viduam Martini Nutii, M D LX IIII, Cum Gratia et Privilegio.

Montalto, F. (1ª 1614; 2017). *Arquipatologia: na qual são detalhadas, em muito cuidadosa investigação, a essência, as causas, os sinais, os presságios e a cura das afecções internas da cabeça* (tratatos I a IX). Tradução do Latim de Domingos Lucas, Inês de Ornellas e Castro e Joana Mestre Costa. Revisão científica de Adelino Cardoso, José Morgado Pereira e Manuel Silvério Marques, Colibri, Lisboa.

*Tractatus de sex rebus non naturalibus: nunc primum in lucem editus a doctore Ferdinando Roderico Cardoso in arte Appolinea quondam Conimbricae primario professore, nunc vero Regia Magestatis in regnis Lusitaniae Prothomédico dignissimo. Ad Philippum III Hispanium regem.* (1602) Olyssipone: ex Officina Georgii Rodriguez.

\*\*\*

Galen (1914), *In Hippocratis De natura hominis; In Hippocratis De victu acutorum; De diaeta Hippocratis in morbis acutis*; ediderunt Ioannes Mewaldt, Georgius Helmreich, Ioannes Westenberger. Lipsiae, in aedibus B. G. Teubneri.

Galen (1963), *On the Natural Faculties*. English translation by John Brock. Harvard- Heinemann, Loeb Classical Library.

Henriques, F. da F. (1721), *Anchora medicinal para conservar a vida com saúde*. Lisboa Occidental, na Officina da Musica.

Hippocrate (2003), *Œuvres complètes : Du régime des maladies aiguës, Appendice. De l'aliment. De l'usage des liquides*. Tome VI, 2<sup>e</sup> partie. Texte établi et traduit par Robert Joly. Paris, Les Belles-Lettres.

## Estudos

- Agrimi, J., & Crisciani (1994), *Les consilia médicaux (Typologie des Sources du Moyen Âge Occidental)*. Trad. Caroline Viola. Turnhout: Brepols.
- Azevedo Santos, M. J. (1997), *Alimentação em Portugal na Idade Média. Fontes, cultura, sociedade*. Coimbra: INATEL- C. M. Coimbra.
- Brillat-Savarin (1975; 1ª 1826), *Physiologie du goût*. Avec une lecture de Roland Barthes. Paris: Hermann.
- Buescu, A. I. (2011), “À mesa do rei. Cultura alimentar e consumo no século XVI”, in A. I. Buescu & D. Felismino (coords.), *A mesa dos reis de Portugal. Ofícios, consumos, cerimónias e representações (séculos XIII-XVIII)*. Lisboa: Temas e Debates/Círculo de Leitores, 304-317.
- Drumond Braga, I. (2015), “Carne e Peixe: Uma Hierarquia de Consumos Alimentares”, in I. Drumond Braga & P. Drumond Braga (coords.), *Animais e Companhia na História de Portugal*. Lisboa: Círculo de Leitores, 35-85.
- Felismino, D. (2011), “Dieta e gosto na mesa régia”, in A. I. Buescu & D. Felismino (coords.), *A mesa dos reis de Portugal. Ofícios, consumos, cerimónias e representações (séculos XIII-XVIII)*. Lisboa: Temas e Debates /Círculo de Leitores, 350-379.
- Grieco, A. (1996), “Alimentation et classes sociales à la fin du Moyen Âge et à la Renaissance”, in J-L. Flandrin & M. Montanari (dir.), *Histoire de l’Alimentation*. Paris: Fayard, 479-490.
- Flandrin, J-L. (1996), “Choix alimentaires et art culinaire (XVI<sup>e</sup> -XVIII<sup>e</sup>)” in J-L. Flandrin & M. Montanari (dir.), *Histoire de l’Alimentation*. Paris: Fayard, 657-681.
- Hyman, P. & Hyman, M. (2001), “Les Livres de Cuisine Imprimés en France”, in *Livres en Bouche. Cinq siècles d’Art Culinaire Français du quatorzième au dix-huitième siècles*, Bibliothèque National de France. Paris: Hermann, 55-102.
- Minois, G. (1998), *História dos Infernos*. Trad. port. Serafim Ferreira. Lisboa: Círculo dos Leitores.
- Leschziner, V. (2006), “Epistemic Foundations of Cuisine: a Socio-Cognitive Study of the Configuration of Cuisine in Historical Perspective”, *Theory and Society* 35.4: 421- 443.
- Marques Pereira, A. (2011), ““Ofícios de boca’ na Casa real Portuguesa (séculos XVII e XVIII)””, in A. I. Buescu & D. Felismino (coords.), *A mesa dos reis de Portugal. Ofícios, consumos, cerimónias e representações (séculos XIII-XVIII)*. Lisboa: Temas e Debates /Círculo de Leitores, 83-99.
- Meyerhof, M. (1926), “New Light on Hunain Ibn Ishaq and His Period”, *Isis* 8.4: 685-724.

- Montanari, M. (2014), *Gusti dei Medioevo. I prodotti, la cucina, la tavola*. Roma-Bari: Laterza.
- Moreira de Sá, A. (1947), *Francisco Sanches, filósofo e matemático*. Dissertação de doutoramento em Filosofia, Vol. 1. Lisboa.
- Newman, L. F. (1946), “Some Notes on Foods and Dietetics in the Sixteenth and Seventeenth Centuries”, *The Journal of the Royal Anthropological Institute of Great Britain and Ireland* 76.1: 39-49.
- Nordenfalk, Carl (1985), “The five senses in Medieval and Late Renaissance Art”, *Journal of the Warburg and Courtauld Institutes* 48: 1-22.
- Ornellas e Castro, I. de (2011), “Prática médica e alimentação nos textos portugueses seiscentistas”, in P. Fontes da Costa & A. Cardoso, A. (orgs.), *Percursos na História do livro médico*. Lisboa: Colibri, 73-91.
- Ornellas e Castro, I. de (2015), “A ‘pleasant banquet of words’: Therapeutic Virtues and Alimentary Consumption in Garcia de Orta’s *Colloquies on the Simples and Drugs of India*” in P. Fontes da Costa (ed.), *Medicine, Trade and Empire. Garcia de Orta’s Colloquies on the Simples and Drugs of India (1563) in Context*. Farnham Ashgate, coll. The History of Medicine in Context. (UK) - Burlington (USA), 67- 88.
- Ornellas e Castro, I. de (2017), “De Vinho e de Humores. O Testemunho dos textos Seiscentistas de bromatologia.”, in L. Correia de Sousa & R. S. Paixão (coords.) *NVNC EST BIBENDVM. Vinho, identidades e arte de viver*. Porto: Edições Afrontamento, 57-78.
- Ornellas e Castro, I. de (2018), “Corpos, palatos e sensibilidade médica”, in A. Cardoso & N. M. Proença (coords.), *Dor, Sofrimento e Saúde Mental na Arquipatologia de Filipe Montalto*. Lisboa: Húmus, 319-357.
- Siraisi, N. G. (2012), “Medicine, 1450–1620, and the History of Science”, *Isis* 103.3: 491-514.
- Sousa Dias, J. P. (2010), “Até que as Luzes os separem. Hipócrates e Galeno na literatura médico-farmacêutica portuguesa dos séculos XVII e XVIII”, in I. de Ornellas e Castro & V. Anastácio (coords.), *Revisitar os Saberes. Referências Clássicas na Cultura Portuguesa do Renascimento à Época Moderna*. Lisboa: Centro de Estudos Clássicos, 77-88.
- Sutton, D. E. (2010), “Food and the Senses”, *Annual Review of Anthropology* 39: 209-223.
- Thorndike, L. (1934), “A Medieval sauce-Book”, *Speculum* 9.2: 183-190.

(Página deixada propositadamente em branco)